

Omron M3 Comfort AFib

Handleiding van de specialist



1. Gebruik batterijen en / of netadapter	3
1.1 Batterijen plaatsen / vervangen	3
1.2 Een netadapter gebruiken	4
2. Het gebruik van de manchet.....	5
3. Een (3-voudige) meting uitvoeren.....	6
4. Het geheugen.....	7
4.1 Het geheugen bekijken.....	8
4.2 Het apparaat resetten (verwijdert alle meetresultaten).....	9
5. Gastmodus gebruiken	9
6. Uitleg scherm en symbolen	10
6.1 Bloeddruk, hartslag, datum en tijd	10
6.2 Symbolen	10

1. Gebruik batterijen en / of netadapter

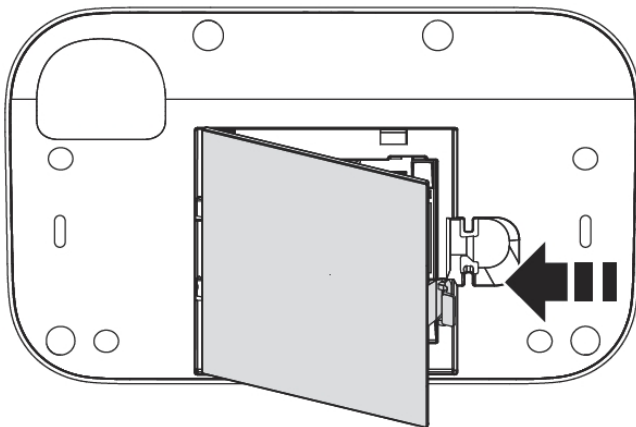
Deze bloeddrukmeter werkt zowel op batterijen als een adapter. Het gebruik van een netadapter is milieuvriendelijker en de bloeddrukmeter heeft altijd de maximale stroominput, daarentegen bent u met batterijen flexibeler en kunt u makkelijker onderweg meten.

1.1 Batterijen plaatsen / vervangen

De Omron M3 Comfort AFib werkt op 4 batterijen van het type AA. Gebruik altijd 4 “nieuwe” batterijen van hetzelfde merk en type voor een goede werking. Kies bij voorkeur voor een goed merk, zoals bijvoorbeeld Duracell of Varta.

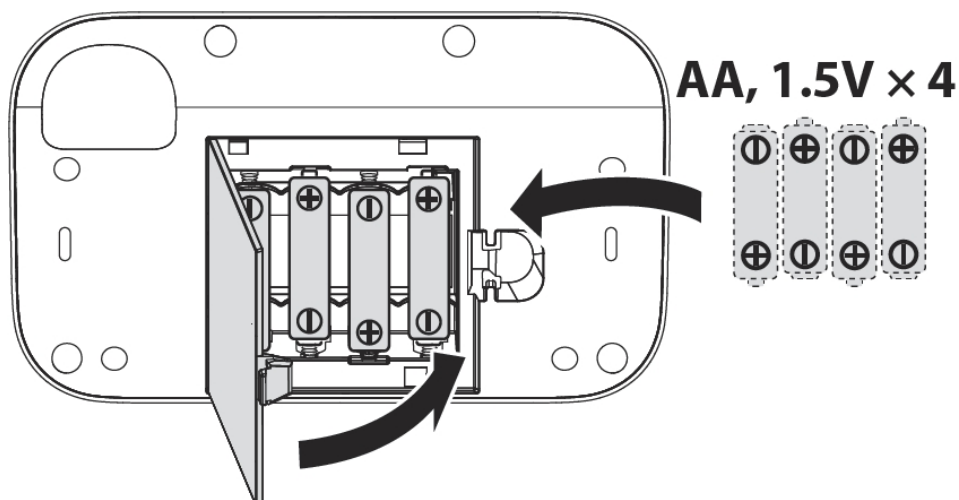
LET OP: Er mogen geen oplaadbare batterijen in het apparaat!

Aan de onderkant van de bloeddrukmeter zit een klepje wat toegang geeft tot het compartiment waar de batterijen moeten komen / zitten. Open dit klepje. (Zie onderstaande afbeelding)



Als het klepje eraf is, plaatst u de batterijen. (Zie onderstaande afbeelding)

LET OP: Let bij het plaatsen van de batterijen goed op de “+” en de “-” kant van de batterij en hoe deze in het batterijvak geplaatst moet worden.



Plaats vervolgens het klepje weer terug op zijn plek en zet de bloeddrukmeter weer rechtop. Als de batterijen goed zijn geplaatst en vol zijn, kunt u beginnen met meten.

LET OP: Verwijder de batterijen als u de bloeddrukmeter voor lange tijd niet gebruikt!!

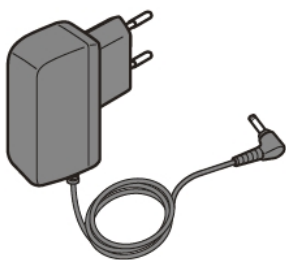
1.2 Een netadapter gebruiken

Deze bloeddrukmeter kan ook worden gebruikt met een netadapter. Dit wordt, bij veel gebruik en een hoge bloeddruk, zelfs aangeraden door de fabrikant, omdat de bloeddrukmeter met een netadapter altijd is voorzien van de maximale stroominput. Batterijen kunnen daarentegen snel leegraken. Ook is het gebruik van een netadapter beter voor het milieu en uiteindelijk ook goedkoper. Wel moet er altijd een stopcontact in de buurt zijn, wat misschien niet altijd mogelijk is.

LET OP: De adapter kan niet gebruikt worden om oplaadbare batterijen in de bloeddrukmeter op te laden!

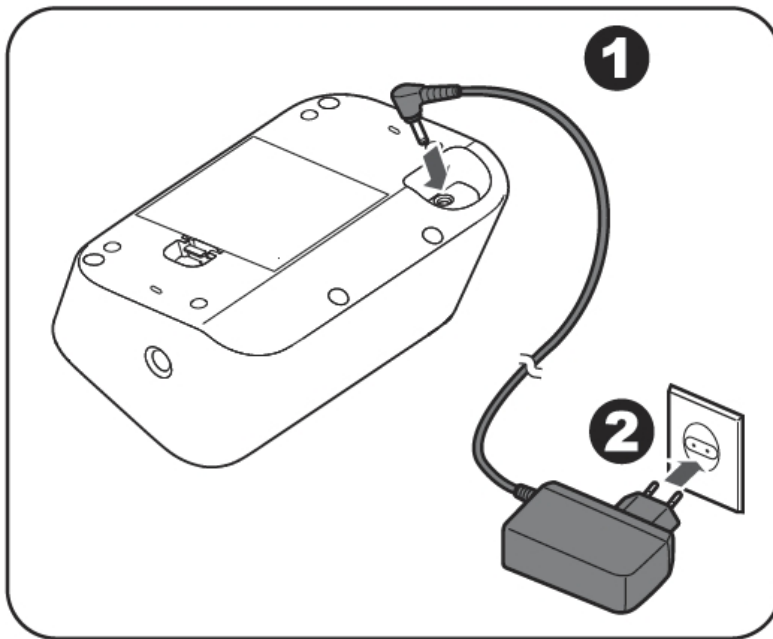
De netadapter wordt niet standaard meegeleverd met de bloeddrukmeter, maar is optioneel. U kunt deze met de bloeddrukmeter aanschaffen of achteraf.

De netadapter ziet er als volgt uit:



De Netadapter aansluiten op de bloeddrukmeter: (Zie onderstaande afbeelding)

1. Sluit de plug van de netadapter aan op de bloeddrukmeter. (De aansluiting bevindt zich aan de onderzijde van het apparaat)
2. Stop de netadapter in het stopcontact.



U kunt nu beginnen met meten.

2. Het gebruik van de manchet

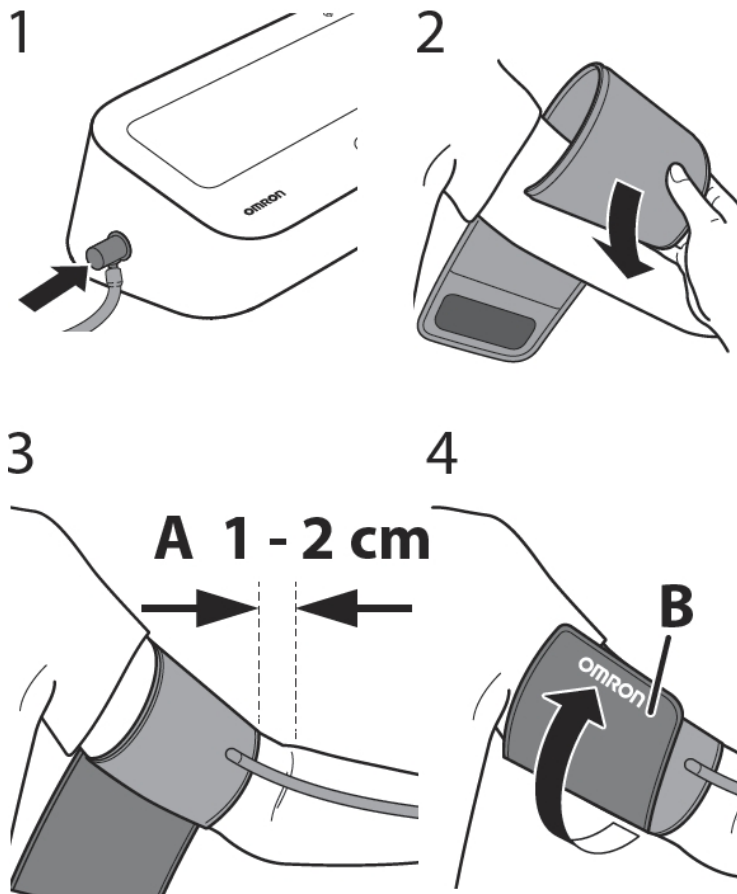
De Omron M3 Comfort AFib wordt standaard geleverd met een voorgevormd manchet met een bovenarmomtrek van 22 cm - 42 cm. Aan de manchet zit een slangetje met een plug aan het uiteinde. (zie onderstaande afbeelding)



Hoe moet de manchet op de juiste manier gebruikt worden: (Zie onderstaande afbeelding)

1. Sluit de plug van de manchet aan op de bloeddrukmeter.
2. Trek de manchet iets uit en doe deze om uw bovenarm.
3. Zorg ervoor, dat de kant met de slang van de manchet 1 à 2 cm boven de binnenkant van uw elleboog zit.

4. Zorg ervoor dat de luchtslang zich aan de binnenkant van uw arm bevindt en wikkel de manchet stevig rond uw arm, zodat deze niet meer kan wegglijden.



Als de manchet op de juiste manier is aangelegd, kunt u beginnen met meten.

3. Een (3-voudige) meting uitvoeren

Met de Omron M3 Comfort AFib kunt u naast een enkele meting ook een automatische 3-voudige meting uitvoeren. Een 3-voudige meting geeft een nauwkeuriger beeld van de daadwerkelijke bloeddruk, aangezien het gemiddelde wordt genomen van 3 metingen. Bij beide manieren van meten wordt er ook gekeken naar de aanwezigheid van atriumfibrilleren (AFib).

Atriumfibrilleren of boezemfibrilleren is een onregelmatig hartritme wat een beroerte kan veroorzaken. De AFib technologie wordt daarom ook wel beroertepreventie genoemd. Indien atriumfibrillatie of boezemfibrillatie wordt gedetecteerd, zal dit worden weergegeven op het scherm met een  symbol.

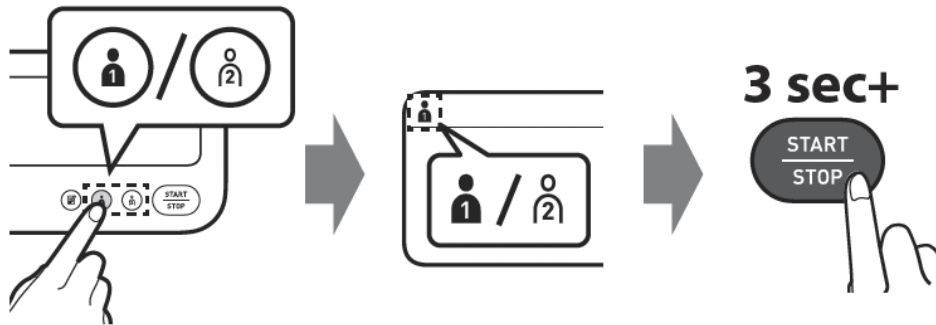
Een enkelvoudige meting maken:

1. Kijk voordat u gaat meten of het juiste gebruikersprofiel (1 of 2) is geselecteerd.
2. Als het juiste gebruikersprofiel is geselecteerd drukt u op de START / STOP knop.

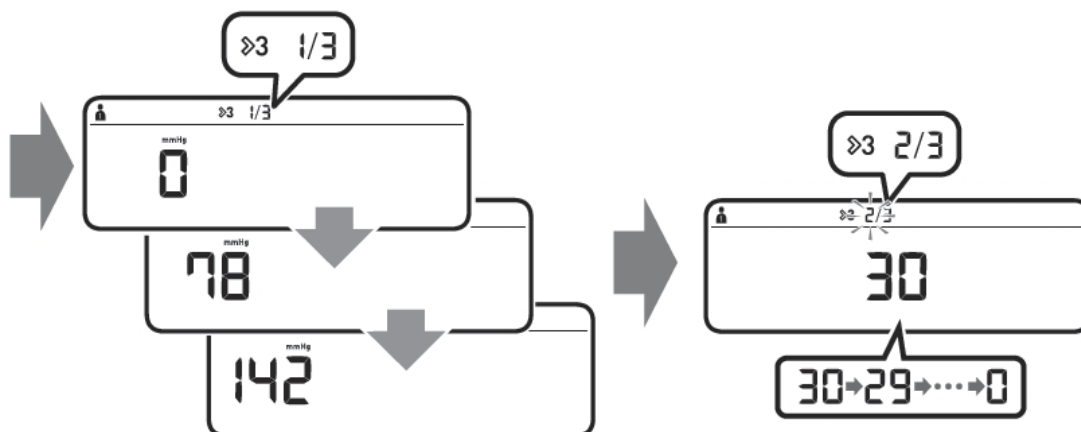
3. De bloeddrukmeter begint vervolgens met het uitvoeren van een enkele meting.

Een 3-voudige meting maken:

1. Voordat u de 3-voudige meting start, dient u eerst het juiste gebruikersprofiel te selecteren.
2. Om een 3-voudige meting te starten houdt u vervolgens de START / STOP knop ongeveer 3 seconden ingedrukt:



3. De bloeddrukmeter begint dan met het uitvoeren van 3 metingen. Tussen elke meting zit een rusttijd van 30 seconden.



De rusttijd is te zien onderaan het scherm, waar 30 seconden afloopt naar 0. Vervolgens begint de volgende meting. Bovenin het scherm kunt u zien bij welke meting u bent.

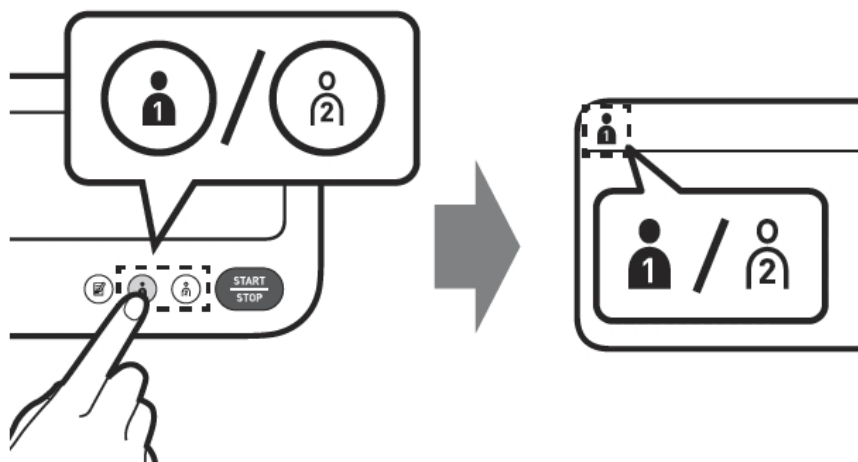
Als de 3-voudige meting is voltooid, krijgt u een scherm te zien met de gemiddelde waarden van deze 3 metingen. Indien boezemfibrilleren is gedetecteerd, zal dit worden weergegeven met een symbool onderin  het scherm.

4. Het geheugen

De Omron M3 Comfort AFib heeft 2 gebruikersprofielen met elk 60 geheugenplaatsen. Persoon 1 kan dan bijvoorbeeld gebruik maken van gebruikersprofiel 1 en elke meting wordt dan opgeslagen in het geheugen. Als het geheugen van persoon 1 vol is, dus de 60 heeft bereikt, zal bij elke nieuwe meting de oudste meting worden verwijderd. Hetzelfde geldt voor gebruikersprofiel 2.

4.1 Het geheugen bekijken

Voordat u het geheugen gaat bekijken, moet u eerst het gewenste gebruikersprofiel kiezen:

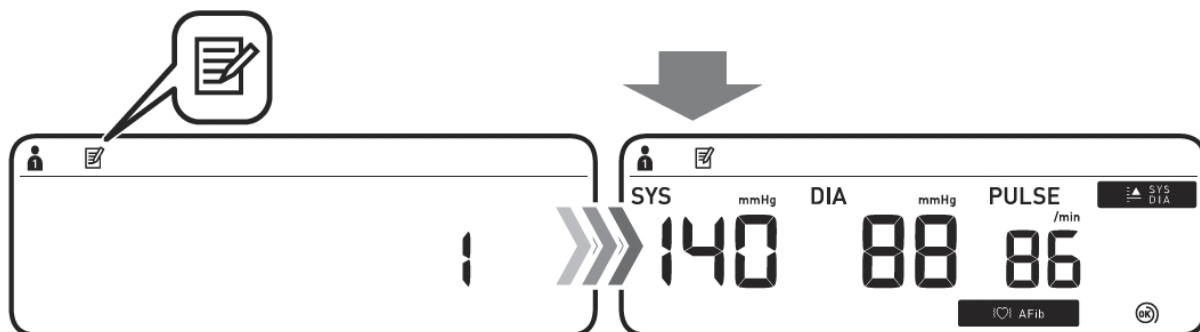


Selecteer met de gebruikersknoppen het gewenste gebruikersprofiel. (Zie afbeelding hierboven)

Druk op de geheugenknop om de opgeslagen metingen te bekijken.



U krijgt dan de eerst opgeslagen meting te zien:



U kunt door alle opgeslagen metingen heenlopen door op de geheugenknop te drukken.

Elke keer als u op de geheugenknop drukt, ziet u eerst een getal en daarna de bloeddrukwaarden. Waarbij 1 de meest recente meting is.

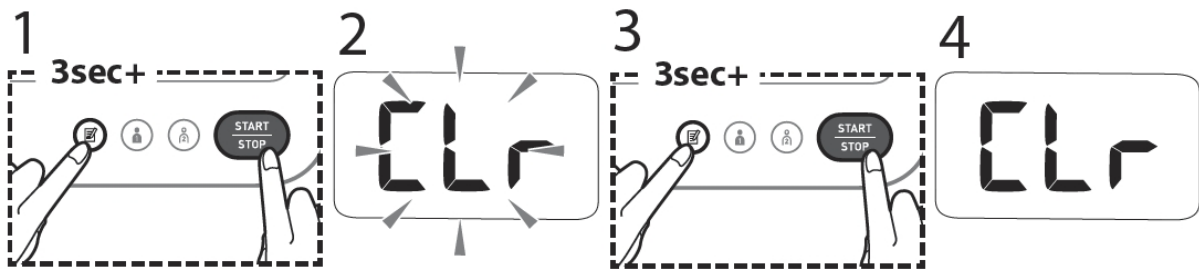


Voorbeeld: Wanneer u op meting 1 staat en u drukt op de geheugenknop, verschijnt er eerst een 2 en vervolgens de bloeddrukwaarden van meting 2. Drukt u weer op de geheugenknop, dan verschijnt er een 3 en vervolgens de bloeddrukwaarden van meting 3, enzovoort.

Tip: Als u de knop langer ingedrukt houdt, dan bladert u snel door de metingen heen.

4.2 Het apparaat resetten (verwijdert alle meetresultaten)

Het is mogelijk om het apparaat terug te zetten naar de standaardinstellingen. Hiermee worden alle meetresultaten van beide gebruiker gewist.

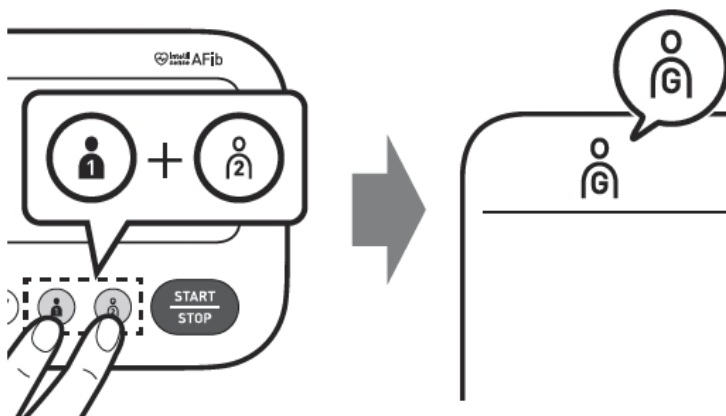


1. Houdt vervolgens ongeveer 3 seconden lang gelijktijdig de geheugenknop en de START/STOP knop ingedrukt.
2. U ziet vervolgens een scherm met “CLR” knipperen.
3. Bevestig het verwijderen door nogmaals 3 seconden lang gelijktijdig de geheugenknop en de START/STOP knop ingedrukt te houden.
4. Als het scherm gestopt is met knipperen, kunt u de knoppen loslaten en is het geheugen gewist.

5. Gastmodus gebruiken

Als u een meting wilt uitvoeren bij iemand anders of u wilt een meting uitvoeren zonder dat het wordt opgeslagen in het geheugen, kunt u gebruik maken van gastmodus.

Als u een gastmeting wilt starten, drukt u de gebruikerstoets 1 en 2 gelijktijdig in tot de G in het beeld verschijnt. (Zie afbeelding hieronder)



U kunt vervolgens beginnen met meten door op de START/STOP knop te drukken. Als de meting klaar is, zullen de resultaten van de gastmeting op het scherm worden getoond.

LET OP: Deze meetresultaten worden niet opgeslagen in het geheugen!

6. Uitleg scherm en symbolen

Er zijn tegenwoordig veel verschillende modellen bloeddrukmeters. Je hebt de eenvoudige bloeddrukmeters die enkel de bloeddruk en de hartslag meten, maar je hebt ook de meer geavanceerde modellen, die naast de bloeddruk nog vele andere mogelijkheden hebben. Al deze functies worden vaak weergegeven op het scherm met symbolen en getallen. In dit hoofdstuk zal worden uitgelegd hoe je de bloeddruk moet aflezen en wat de symbolen precies betekenen.

6.1 Bloeddruk, hartslag, datum en tijd

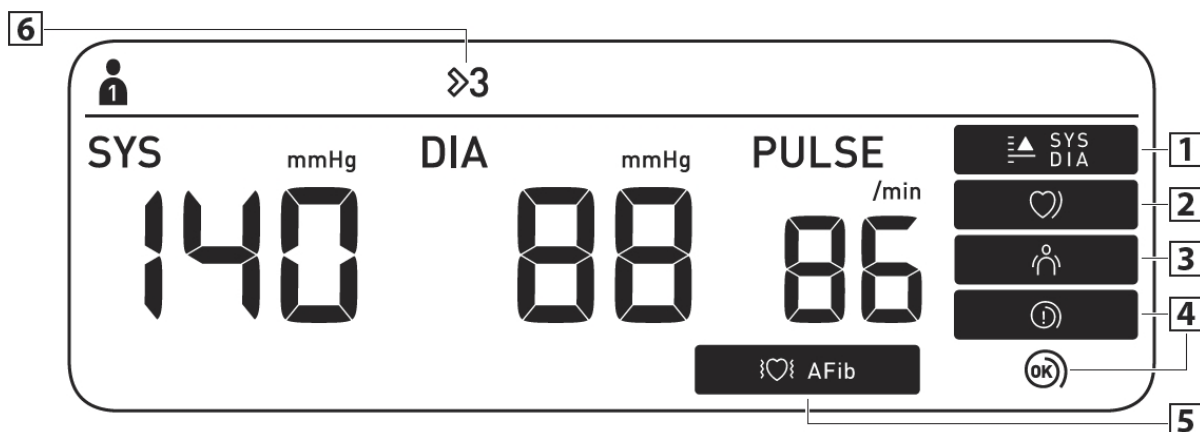
Het belangrijkste van een bloeddrukmeter is uiteraard de bloeddruk, maar ook de hartslag. Veel bloeddrukmeters tonen ook de hartslag, aangezien beide een sterke relatie met elkaar hebben en veel samenwerken. De bloeddruk wordt gemeten in millimeters kwikdruk, mmHg. De bloeddruk bestaat uit twee waarden, zoals 130/80; dit wordt uitgesproken als “130 over 80”.

- De eerste waarde is de ‘bovendruk’ of systolische bloeddruk, de maximumdruk in het bloed als uw hart slaat en het bloed in uw lichaam rondpompt. Dit is altijd de hoogste bloeddrukwaarde en in het scherm het bovenste getal waar “**SYS**” voor staat.
- De tweede waarde is de ‘onderdruk’ of diastolische bloeddruk, het minimumniveau van de druk in het bloed tussen de hartslagen in, wanneer het hart zich ontspant en met bloed vult. Dit is altijd de laagste bloeddrukwaarde en in het scherm het middelste getal waar “**DIA**” voor staat.
- Ook toont de bloeddrukmeter de hartslag. Dit is het onderste getal waar “**PULSE**” voor staat.

Bij een meting wordt niet de datum en tijd van de meting opgeslagen.

6.2 Symbolen

Naast de bloeddruk en hartslag heeft deze bloeddrukmeter nog een aantal andere functies, die op het scherm met symbolen worden weergegeven. (Zie onderstaande afbeelding en



uitleg)

1. Verschijnt als “**SYS**” 135 mmHg of hoger is en/of “**DIA**” 85 mmHg of hoger is.
2. Verschijnt wanneer tijdens een meting een onregelmatig ritme** wordt gedetecteerd.
Neem contact op met uw (huis)arts als dit symbool blijft verschijnen.

3. Verschijnt wanneer uw lichaam tijdens een meting beweegt. Verwijder de armmanchet, wacht 2-3 minuten en probeer het opnieuw.
4.  De manchet zit strak  genoeg. Breng de manchet strakker aan.
5. Het symbool "AFib" verschijnt als een mogelijkheid van atriumfibrilleren (boezemfibrilleren) wordt gedecteerd tijdens een meting. (Zie hoofdstuk 3 voor meer informatie)
Dit is geen diagnose, het is slechts een vaststelling dat er mogelijk sprake is van AFib. Neem contact op met uw arts om de bevindingen te bespreken.
6. Verschijnt wanneer een meting wordt uitgevoerd in 3-voudige bloeddrukmeetmodus. (Zie hoofdstuk 3 voor meer informatie)

*** Een onregelmatig hartslagritme wordt gedefinieerd als een ritme dat 25% lager of 25% hoger is dan het gemiddelde ritme dat tijdens een meting wordt gedetecteerd.*