

Rossmax X3 BT

beknopte handleiding

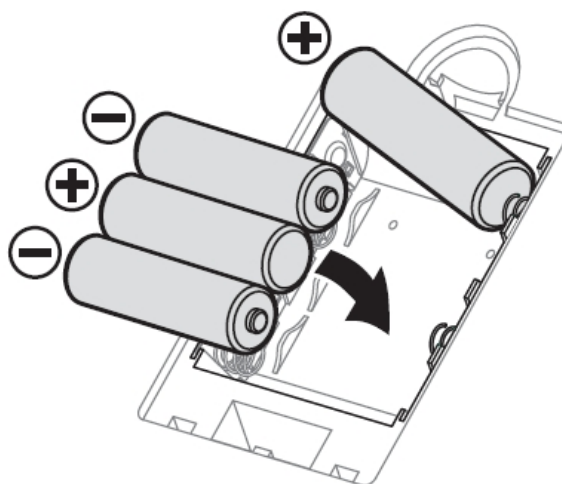


1. Batterijen plaatsen / vervangen	3
2. Datum, Tijd en Bluetooth instellen of aanpassen	4
3. Het geheugen	5
3.1 Een gebruikersprofiel selecteren	5
3.2 Opgeslagen metingen en gemiddelde laatste 3 metingen bekijken.....	5
3.3 Synchroniseren met de Rossmax Healthstyle app.....	5
3.4 Alle meetresultaten wissen van de huidige gebruiker.....	6
4. Gastmodus gebruiken	6
5. Uitleg bloeddrukmeter, scherm en symbolen.....	7
5.1 De bloeddrukmeter	7
5.2 Bloeddruk, hartslag, datum en tijd	7
5.3 Symbolen	8

1. Batterijen plaatsen / vervangen

De Rossmax X3 BT bloeddrukmeter werkt op 4 batterijen van het type AAA. (Gebruik altijd 4 “nieuwe” batterijen van hetzelfde merk en type voor een goede werking)

Aan de onderkant van de bloeddrukmeter zit een klepje wat toegang geeft tot het compartiment waar de batterijen moeten komen / zitten. Als u dit klepje verwijdert, kunt u de batterijen plaatsen. (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. (Zie afbeelding rechtsboven)

Plaats vervolgens het klepje weer terug op zijn plek en zet de bloeddrukmeter weer rechtop. Als de batterijen goed zijn geplaatst en vol zijn, ziet u op het scherm een knipperend jaartal. U kunt vervolgens de tijd in gaan stellen. (Zie volgend hoofdstuk)

2. Datum, Tijd en Bluetooth instellen of aanpassen

Wanneer u bij het eerste gebruik de batterijen plaatst of wanneer u de batterijen vervangt, dient u de datum en tijd in te stellen. Dit is belangrijk, omdat de bloeddrukmeter bij elke bloeddrukmeting de datum en tijd vastlegt. Zo kunt u later gemakkelijk terugzien, wat uw bloeddrukwaarden waren op een bepaalde dag en tijdstip. U kunt de tijd ook handmatig instellen door de AAN/UIT/START-knop ongeveer 5 seconden ingedrukt te houden. 

Na het instellen krijgt u ook de keuze om bluetooth aan of uit te zetten. Als u gebruik wenst te maken van de Rossmax Healthstyle app op uw smartphone, moet bluetooth ingeschakeld zijn!



Zoals u op de afbeelding hierboven kunt zien, heeft de Rossmax X3 BT een aantal knoppen aan de onderzijde van het apparaat zitten. Voor het instellen van de datum en tijd maakt u alleen gebruik van de geheugenknop (de M-knop) voor het kiezen van jaar / dag / maand en de tijd en de AAN/UIT/START-knop om uw keuze te bevestigen. 

Datum, tijd en bluetooth instellen:

1. Plaats/vervang de batterijen of houdt de AAN/UIT/START-knop ongeveer 5 seconden ingedrukt, terwijl het apparaat uit staat. Het scherm toont een knipperend nummer dat het jaar aangeeft.
2. Wijzig het jaar door op de M-knop te drukken. Elke keer dat u drukt, wordt het nummer verhoogd. Druk op de AAN/UIT/START-knop om de invoer te bevestigen en het scherm toont een knipperend cijfer dat de datum vertegenwoordigt.
3. Wijzig de datum, het uur en de minuut zoals beschreven in stap 2 hierboven. Gebruik de M-knop om te wijzigen en de AAN/UIT/START-knop om de invoer te bevestigen.
4. Nadat u de datum en tijd heeft aangepast, worden het Bluetooth®-symbool en het knipperende icoon (ON) tegelijkertijd op het display weergegeven. Gebruik de M-knop om te kiezen of de automatische Bluetooth®-gegevensoverdracht geactiveerd (**ON**) of gedeactiveerd (**OFF**) moet worden en bevestig met de AAN/UIT/START-knop.
5. "0" verschijnt weer als de bloeddrukmeter weer klaar is voor het meten van de bloeddruk.

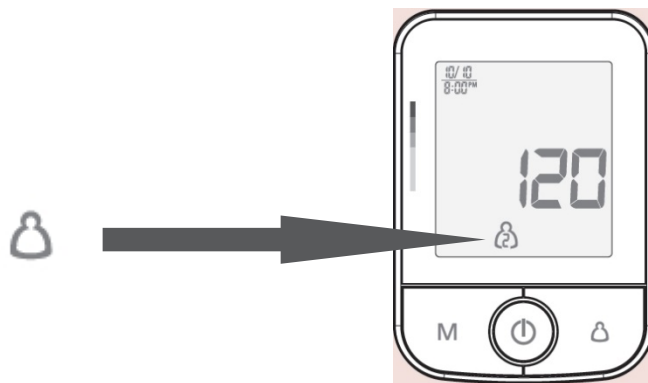
De datum, tijd en bluetooth zijn nu ingesteld!

3. Het geheugen

De Rossmax X3 BT 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.

3.1 Een gebruikersprofiel selecteren

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



Druk op de gebruikerswisselknop om het gebruikersprofiel (1 of 2) te selecteren waaruit u waarden wilt oproepen. (Zie afbeelding hierboven) 

3.2 Opgeslagen metingen en gemiddelde laatste 3 metingen bekijken

Om opgeslagen metingen en het gemiddelde van deze metingen te bekijken, maken we gebruik van de geheugenknop, de M-knop. **M**

Metingen en gemiddelde bekijken:

1. Selecteer het gewenste gebruikersprofiel. (Zie hoofdstuk 3.1)
2. Druk op de M-knop. De eerste weergegeven meting is het gemiddelde van de laatste 3 metingen die in het geheugen zijn opgeslagen.
3. Elke keer als u hierna op de M-knop drukt, krijgt u de laatste eerder opgeslagen meting te zien. Elke meting in het geheugen is voorzien van een datum, tijd en toegewezen volgnummer.

Alle meetwaarden die momenteel op het apparaat zijn opgeslagen, kunnen na succesvolle voltooiing van het koppelingsproces met Bluetooth® naar de app worden overgebracht. Selecteer het gewenste gebruikersprofiel en volg de app-instructies, de Bluetooth-overdracht start automatisch. De gegevensoverdracht wordt gestopt tijdens het uitvoeren van een meting of het bedienen van het apparaat. (Zie ook hoofdstuk 3.3)

3.3 Synchroniseren met de Rossmax Healthstyle app

Met de Rossmax X3 BT is het mogelijk om uw bloeddrukmetingen te synchroniseren met uw smartphone. U dient dan de Rossmax Healthstyle app op uw smartphone te downloaden uit de Apple Store (voor iOS apparaten) of uit de GooglePlay Store (voor Android). Vervolgens kunt u in de app een account aanmaken of inloggen als gast (guest).

De bloeddrukmeter koppelen met uw smartphone:

1. Download en installeer de bijbehorende APP op uw smartphone.
2. Om dit apparaat met uw smartphone te verbinden, schakelt u het apparaat, Bluetooth en de app van de smartphone in en volgt u de installatie- en bindinstructies.
3. Als het koppelen is gelukt, verschijnt het Bluetooth-symbool op het display en blijft het knipperen tijdens de gegevensoverdracht. De huidige meetwaarde wordt automatisch naar de app verzonden wanneer de meting is voltooid.
4. Als het koppelen is mislukt, verschijnt het Bluetooth-symbool niet op het display en wordt de huidige meetwaarde niet automatisch naar de app verzonden. In dit geval wordt de waarde opgeslagen in het geselecteerde gebruikersprofiel. Verbind dit apparaat opnieuw met uw smartphone en volg de app-instructies voor Bluetooth-overdracht.

Opmerkingen:

1. Als u uw apparaat loskoppelt, worden de gegevens niet uit de app verwijderd.
2. Als u uw smartphone opnieuw aan uw bloeddrukmeter koppelt, worden alle eerdere metingen die in de Rossmax Healthstyle app zijn opgeslagen, bewaard.
3. Bluetooth-gegevensoverdracht vermindert de batterijcapaciteit.

(Voor de installatie en het gebruik van de app is een uitgebreide handleiding beschikbaar:
https://bloeddrukmeter.shop/handleiding/rossmax_healthstyle_handleiding_watermerk.pdf)

3.4 Alle meetresultaten wissen van de huidige gebruiker

Het is mogelijk om alle meetresultaten van 1 gebruiker te wissen. U moet hierbij goed opletten dat u de metingen van de juiste gebruiker verwijderd. Selecteer eerst het gebruikersprofiel dat u wilt wissen. (Zie afbeelding hoofdstuk 3.1)

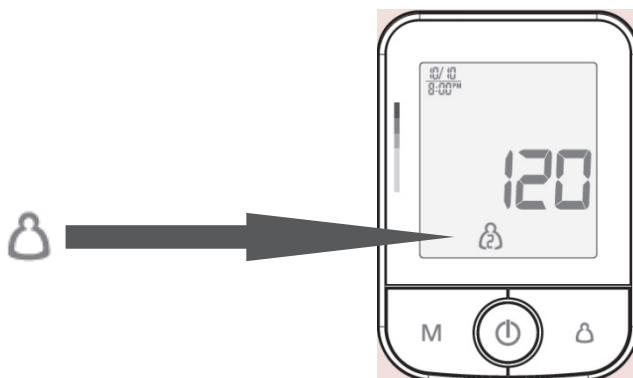
Het geheugen wissen:

1. Druk op de gebruikerswisselknop om gebruikersprofiel 1 of 2 te selecteren.
2. Houd de geheugenknop (M-knop) ongeveer 5 seconden ingedrukt, waarna de gegevens in het geselecteerde gebruikersprofiel automatisch worden gewist.

4. 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.

Druk op de gebruikerswisselknop om de geheugenzone van de gast te selecteren (zie afbeelding hieronder) en voer een meting uit. Wanneer de meting is voltooid, wordt de meetwaarde niet in de geheugenzone opgeslagen.

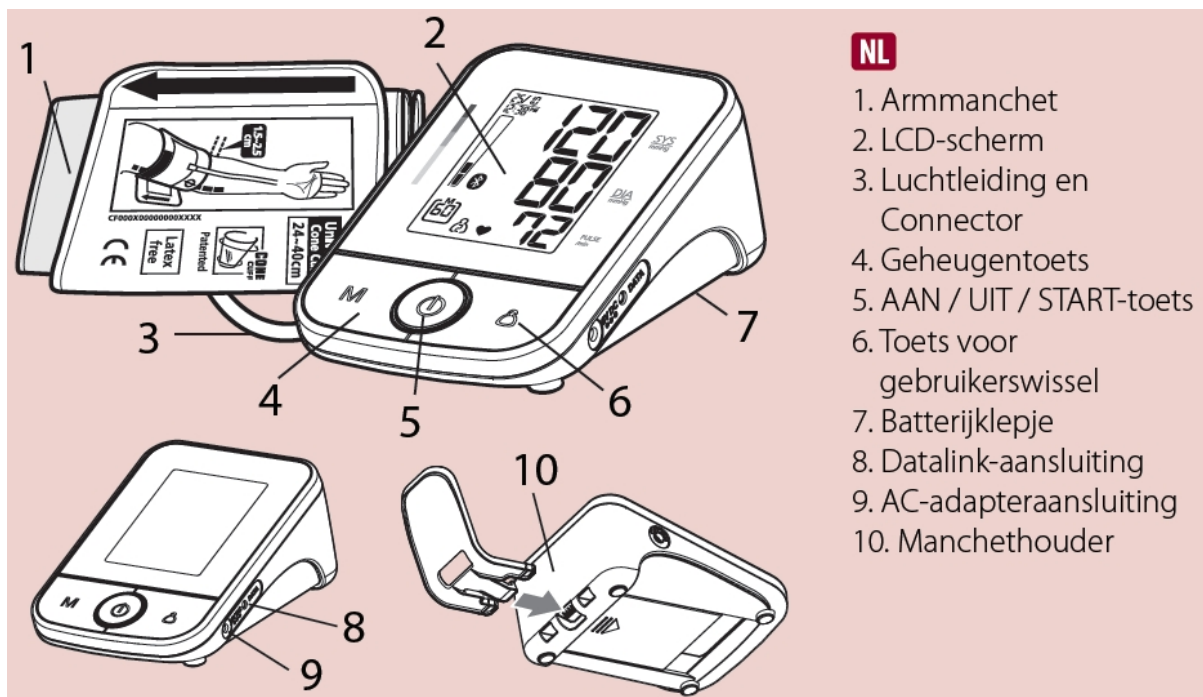


5. Uitleg bloeddrukmeter, scherm en symbolen

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 bloeddrukmeter moet bedienen, aflezen en wat de symbolen precies betekenen.

5.1 De bloeddrukmeter

De bloeddrukmeter heeft een aantal knoppen en aansluitingen. Op de afbeelding hieronder wordt uitgelegd waar deze voor dienen.



5.2 Bloeddruk, hartslag, datum en tijd

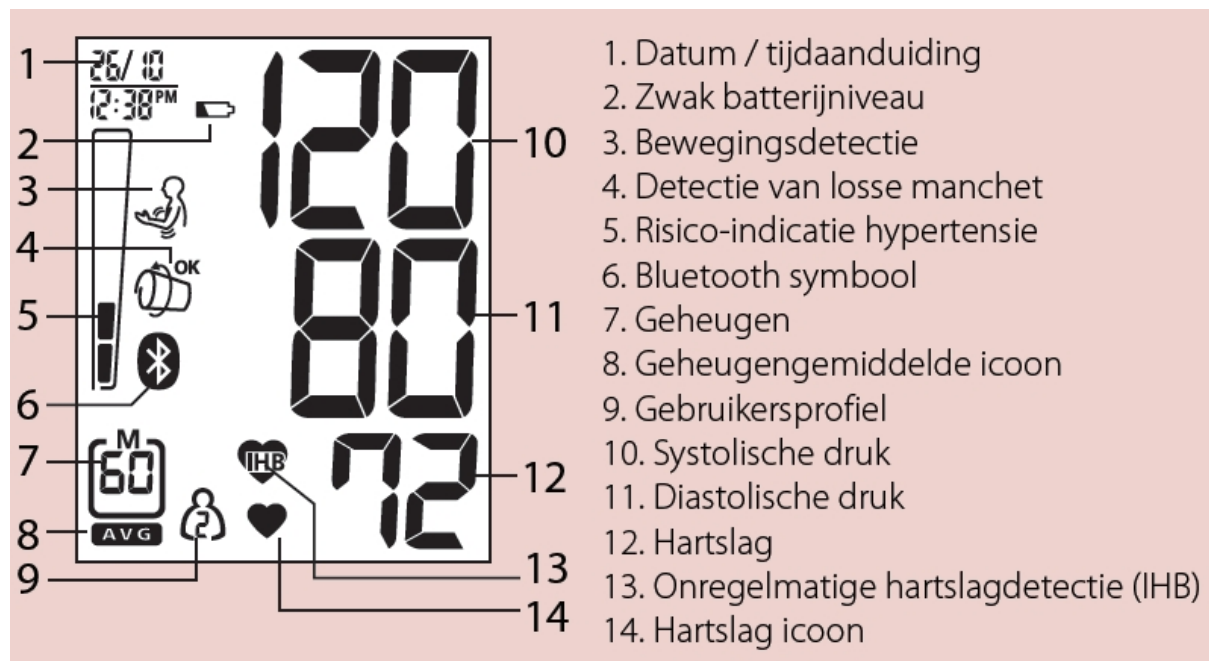
Het belangrijkste van een bloeddrukmeter is uiteraard de bloeddruk, maar ook de hartslag. Veel bloeddrukmeters tonen ook de hartslag, aangezien beide een sterke relatie met elkaar hebben en veel samenwerken. De bloeddruk wordt gemeten in millimeters kwikdruk, mmHg. De bloeddruk bestaat uit twee waarden, 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" naast 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" naast staat.
- Ook toont de bloeddrukmeter de hartslag. Dit is het onderste getal waar "PULSE" naast staat.

Bij elke meting wordt ook de datum en tijd van de meting opgeslagen. Zo kunt u precies zien, wanneer en op welk tijdstip u een bepaalde bloeddrukwaarde had.

5.3 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)



De bloeddrukmeter heeft een aantal ingebouwde functies om ervoor te zorgen dat een bloeddrukmeting zo correct mogelijk wordt uitgevoerd. Dit zijn de bewegingsdetectie (3) en de detectie of de manchet niet te los zit (4).

Bewegingsdetectie (3)

De "bewegingsdetectie" helpt de gebruiker eraan te herinneren om stil te blijven zitten en geeft elke beweging van het lichaam aan tijdens de meting. Het opgegeven symbool verschijnt zodra een "lichaamsbeweging" is gedetecteerd tijdens en na elke meting.

Opmerking: het wordt ten zeerste aanbevolen om opnieuw te meten als het symbool verschijnt.

Manchetwikkeling detectie (4)

Als de manchet te los zit, kan dit onbetrouwbare meetresultaten veroorzaken. De "Manchetwikkeling detectie" kan helpen bepalen of de manchet goed is aangelegd. Als de manchet goed is aangelegd, verschijnt het symbool zoals te zien is op de bovenstaande afbeelding bij punt 4 met "OK" erbij. Als er een "losse manchet" is gedetecteerd verschijnt het symbool **ZONDER** "OK".

Onregelmatige hartslagdetectie (IHB) (13)

Als er een onregelmatige hartslag wordt gedetecteerd, verschijnt het symbool zoals te zien is op de bovenstaande afbeelding bij punt 13. Indien de hartslag goed is, zal er geen symbool verschijnen.

Opmerking: Het wordt ten zeerste aanbevolen om uw arts te raadplegen als het IHB symbool vaak verschijnt.