

# 取扱説明書

## オムロン デジタル 自動血圧計 HEM-1040



- このたびは、オムロン製品をお買い上げいただきましてありがとうございますございました。
- 本製品の使用目的は、健康管理のために、収縮期（最高）血圧および拡張期（最低）血圧を測定することです。
- 安全にお使いいただくため、取扱説明書を必ずお読みください。
- 本書は、いつもお手元においてご使用ください。
- 本書は品質保証書を兼ねています。紛失しないように保管してください。
- 本書に記載しているイラストはイメージ図です。

## 目次

この血圧計の使い方 ..... 1

### ご使用の前に

安全上のご注意 ..... 3  
 次のものが入っていますか? ..... 7  
 各部の名前 ..... 9  
 電源を準備する ..... 11  
 時計を合わせる ..... 12

### 使い方

腕帯に腕を通す ..... 15  
 正しい姿勢を確認する ..... 17  
 血圧を測定する ..... 19  
     手動加圧のしかた ..... 25  
 測定記録を呼び出す ..... 26  
     週平均を呼び出す ..... 28  
 お手入れと保管 ..... 33

### 困ったときに・保証など

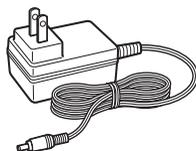
測定 Q&A ..... 34  
 血圧の知識 1 ..... 38  
 血圧の知識 2 ..... 41  
 血圧の知識 3 ..... 42  
 エラー表示が出たときは ..... 43  
 おかしいな?と思ったら ..... 45  
 仕様 ..... 47  
 別売品について ..... 49  
 EMC 技術資料 ..... 50  
 保証規定 / 品質保証書 ..... 裏表紙

# この血圧計の使い方

## ご使用の前に

①

電源の  
準備



専用 AC アダプタを接続します。  
(☞ 11 ページ)

②

時計  
合わせ



測定した日時を記録するためには、日付と時刻を正確に合わせてください。  
(☞ 12 ページ)

## 早朝高血圧確認機能

朝の週平均の値が「高血圧の基準値以上」  
(最高血圧 135 mmHg 以上、または最低  
血圧 85 mmHg 以上) のとき、早朝高血  
圧マークが点灯します。



## 測定する

### 3 測定



- 1 腕帯に腕を通す  
(☞ 15 ページ)
- 2 正しい姿勢の確認  
(☞ 17 ページ)
- 3 血圧の測定  
(☞ 19 ページ)

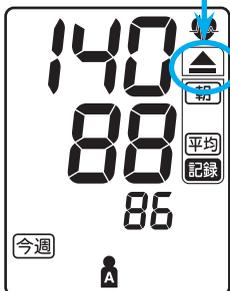
### 4 記録を 見る



測定記録の呼び出し  
(☞ 26 ページ)

週平均の呼び出し  
(☞ 28 ページ)

使用者を A、B と選択することで、1 台の血圧計を 2 人で使い分けることができます。ご夫婦でお使いになる場合などに便利な機能です。



### 測定結果は自動的に記録

- ・測定記録：84 回分× 2 人分
  - ・朝の週平均記録：8 週間分\*× 2 人分
  - ・夜の週平均記録：8 週間分\*× 2 人分
- (\* 8 週間分=今週と過去 7 週間分)

# 安全上のご注意

お使いになる前に  
必ずお読みください

- ここに示した内容は、製品を安全に正しくご使用いただき、使用者や他の人々への危害、財産への損害を未然に防止するためのものです。

警告、注意について	
 <b>警告</b>	誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負うことが想定されます。
 <b>注意</b>	誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う、または物的損害*の発生が想定されます。

\* 物的損害とは、家屋や家財、および家畜やペットに関わる拡大損害を示します。

 <b>警告</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• けがや治療中の腕で測らない。</li> <li>• 点滴、輸血をしている腕で測らない。 ▶ 症状の悪化につながる可能性があります。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可燃性ガスや高濃度酸素環境下など火災や爆発の恐れがある場所で使わない。 ▶ 火災や爆発の原因となります。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 乳幼児などの手の届くところに保管しない。 ▶ 部品を飲み込んだり、電源コードなどで首が絡まったりし、窒息や傷害に至ることがあります。</li> </ul>

**▲注意**

- 測定結果の自己判断をしない。
- 治療を自己判断で行わない。
- 耐用期間を超えて使わない。
- 医療機関や公共の場所において不特定多数で使わない。
- 乳幼児など自分で意思表示できない人に使わない。
  - ▶ 症状の悪化や傷害の発生、誤動作の原因になります。

**次のいずれかの場合は、医師の指導のもとでご使用ください。**

- 使用中に皮膚炎など肌の異常を感じる場合
- 血行障害が長く発生する場合
- 透析治療中や動静脈ろうがある場合
- 重度の血行障害や血液疾患がある場合
  - ▶ 傷害を負う原因になります。

**次のいずれかの状態や症状をお持ちの場合は、医師の指導のもとでご使用ください。**

- 一般的な不整脈（心房性、心室性早期収縮、心房細動など）
- 動脈硬化症 • 糖尿病 • 腎臓疾患 • かん流低下
- 妊娠中や子かん前症（妊娠中毒症）
- 乳腺切除した方 • 未成年の方
  - ▶ 正しく測定できないことがあります。

- 長期的な血流障害などを起こさないように腕の状態を確認し、異常の発生を感じたとき、腕帯を腕につけたままにしない。
- 測定中に加圧が止まらないなどの異常があったときは、すみやかに緊急排気スイッチを押してください。
- 腕帯の布カバーが破れているときは測定をしない。
- 必要以上の頻度で測らない。
- 必要以上に加圧しない。
  - ▶ 傷害を負う原因になります。

- 本体や腕帯などを分解したり、改造したりしない。
  - ▶ 本体の故障や破損、傷害を負う原因になります。あるいは、正しく測定できないことがあります。

### ⚠注意

- 測定中に血圧計の近く(30 cm 以内)で携帯電話やスマートフォンを使わない。
- 電気メスなど電気手術器やMRI、CT スキャナーなど他の医療機器がある場所で使わない。
- 他の医療機器と併用しない。
- 乗り物内で使わない。
- 血圧測定以外の目的で使わない。
  - ▶ 危険や誤動作の原因になります。

- 測定中に体を動かさない。
- 寒さなどで体が震えるときに測らない。
- 対象腕周外で使わない。
- 測定姿勢を不適切にしない。
- 指定外の場所や条件で保管したり、使ったりしない。
- 使用するとところと保管場所に温度差があるときは、すぐに測らない。(2時間程度放置する)
  - ▶ 正しく測定できないことがあります。

### ⚠注意 (ACアダプタについて)

- コンセントや延長コードなど配線器具の定格を超えて使わない。
- コードやプラグが傷んだ状態で使わない。
- 交流 100 V 以外で使わない。
- 指定外の AC アダプタを使わない。
- 電源プラグを抜くときに AC アダプタ本体を持たずに電源コードを引っ張らない。
- ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない。
- 電源プラグの差し込みが緩いまま使わない。
- ほこりなどゴミやピンが付着したまま使わない。
- 長時間使用しないとき、電源プラグを差し込んだままにしない。
- 電源プラグを差し込んだまま、手入れを行わない。
- 破損させない(電源コードを傷つけない、加工しない、無理に曲げない、引っ張らない、ねじらない、使用時に束ねない、重いものを載せない、挟み込まない)
  - ▶ 火災や感電、本体故障の原因になります。
- 電源プラグの抜き差しが困難な場所で使わない。
  - ▶ 異常発生時に電源の遮断が遅れ、事故や火災の原因になります。

## お願い

本体に強いショックを与えたり、落としたりしないでください。  
血圧計をお使いにならないときや移動するときなどに、腕帯の中にももの（例：筆記用具やノート、専用 AC アダプタなど）を入れないでください。

- 腕帯の布カバーが破れたり本体が破損し、測定できなくなる原因になります。

腕帯に腕を通さない状態で測定をしないでください。

腕を腕帯の逆側から通した状態で測定をしないでください。

腕帯が固定されていない状態で本体を持ち運ばないでください。

持ち運びの際は腕帯を持たないでください。

通信コネクタには専用プリンタ以外は接続しないでください。

本体、AC アダプタを廃棄するときは、お住まいの市区町村の指導に従ってください。



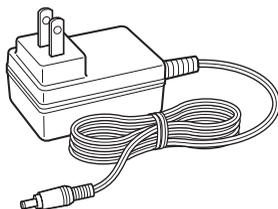
# 次のものが入っていますか？

箱の中には次のものが入っています。万一、不足のものがありましたら、オムロンお客様サービスセンター（☎裏表紙）までご連絡ください。

1. 本体（対象腕周 22 ～ 42cm）



2. 専用 AC アダプタ



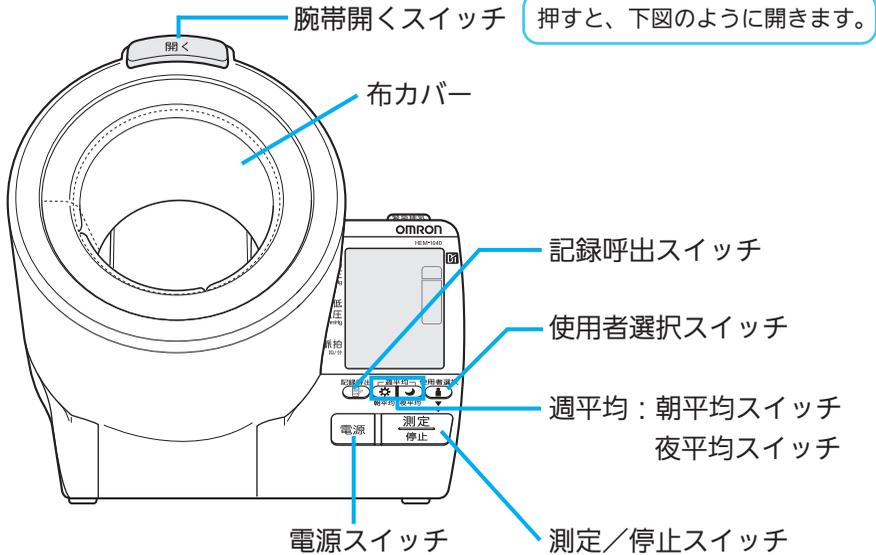
3. 取扱説明書（品質保証書付き）：本書

4. 医療機器添付文書

# メモ

# 各部の名前

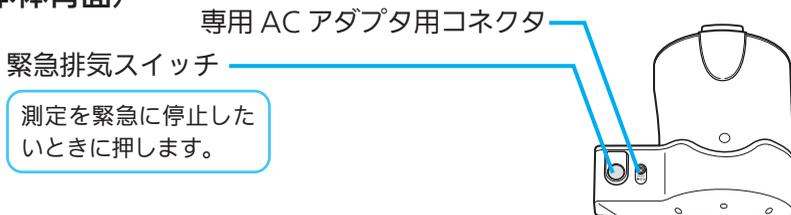
## 本体



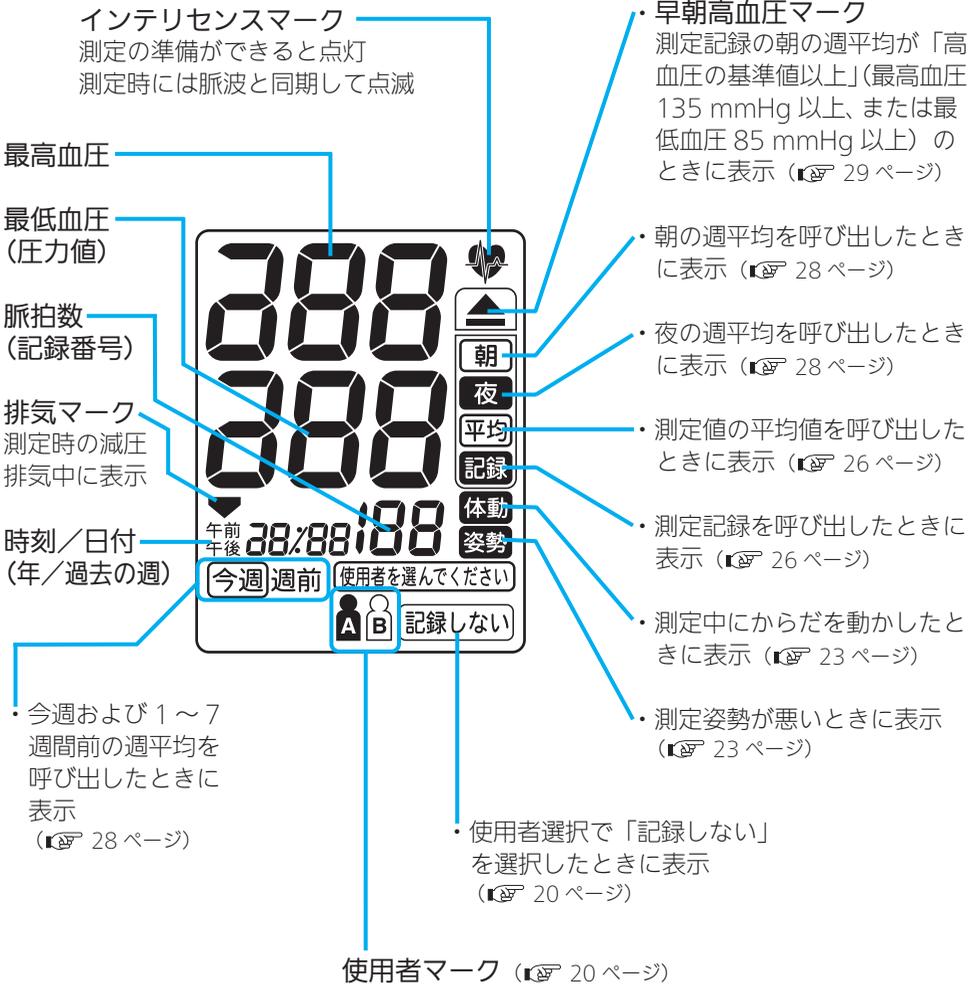
(腕帯を開いたとき)



(本体背面)



## 表示部



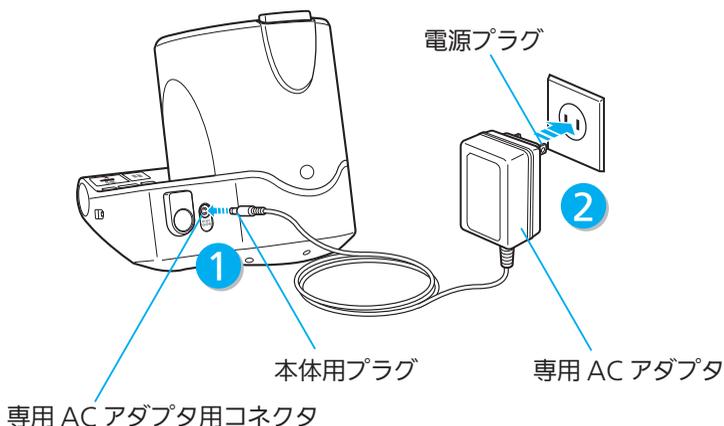
# 電源を準備する

専用 AC アダプタを接続します。

※専用の AC アダプタ以外はご使用にならないください。

- 1 専用 AC アダプタの本体用プラグを、  
血圧計の背面にある専用 AC アダプタ用  
コネクタに差し込む

- 2 専用 AC アダプタの電源プラグを  
コンセントに差し込む



# 時計を合わせる

工場出荷時に時計の日時は設定されています。ご使用前に一度ご確認ください、もしずれているようであれば以下の手順で設定し直してください。

西暦年、月、日、時、分の順に合わせていきます。

本機は時計設定用スイッチと週平均スイッチを共用しています。

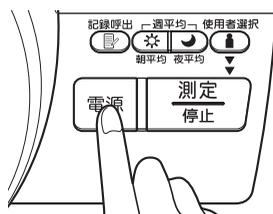
時計設定は以下のスイッチを読み替えて操作してください。

☾ 夜平均スイッチ：日付／時計設定時、数値を進めるときに使います。

☼ 朝平均スイッチ：日付／時計設定時、数値を戻すときに使います。

## 1 電源スイッチを押して、電源を入れる

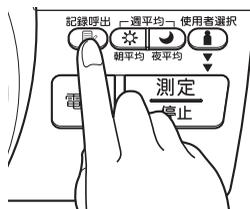
測定待ち画面になります。



測定待ち画面の例  
(腕帯を閉じた状態)

## 2 記録呼出スイッチを3秒以上押し続ける

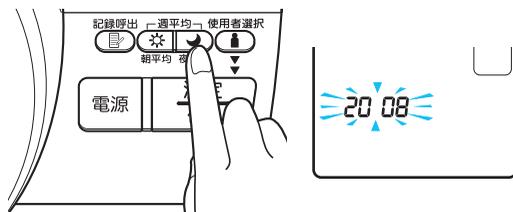
画面が切り替わり「西暦年」が点滅します。



つづく

## 時計を合わせる

### 3 夜平均または朝平均スイッチを押して「西暦年」を合わせる



◎  夜平均スイッチを1回押すと  1年進みます。

◎  朝平均スイッチを1回押すと  1年戻ります。

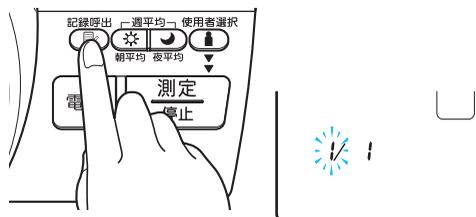
◎ スイッチを押し続けると自動的に1年ずつ進み（戻り）ます。

※設定範囲は「2007」～「2030」年です。

2030年まで進むと、2007年に戻ります。

### 4 記録呼出スイッチを押して「西暦年」を決定する

「西暦年」が設定され、「月」が点滅します。



### 5 夜平均または朝平均スイッチを押して「月」を合わせる

◎ 夜平均スイッチを1回押すと、1月進みます。

朝平均スイッチを1回押すと、1月戻ります。

◎ スイッチを押し続けると自動的に1月ずつ進み（戻り）ます。

### 6 記録呼出スイッチを押して「月」を決定する

「月」が設定され、「日」が点滅します。



10月に設定した例

## 7 夜平均または朝平均スイッチを押して「日」を合わせる

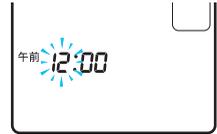
◎夜平均スイッチを1回押すと、1日進みます。

朝平均スイッチを1回押すと、1日戻ります。

◎スイッチを押し続けると自動的に1日ずつ進み（戻り）ます。

## 8 記録呼出スイッチを押して「日」を決定する

「日」が設定され、「時」が点滅します。



## 9 同じように「時」「分」を設定する

夜平均または朝平均スイッチを使って「時」「分」を合わせ、記録呼出スイッチを押して、決定してください。

設定が終了すると右の画面になります。



## 10 電源スイッチを押して、電源を切る

※電源を切らずに、このまま測定することもできます。

# 腕帯に腕を通す

- ・素肌または薄手の肌着などで測定してください。
- ・トイレは先に済ませましょう。
- ・寒すぎたり暑すぎたりしない部屋で測りましょう。

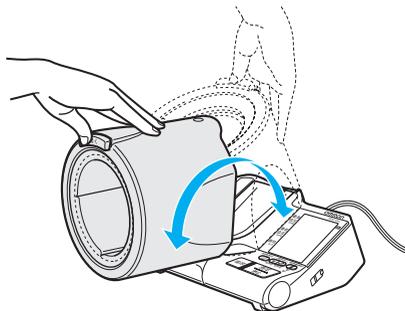
※厚い衣服を着ている場合は、腕まくりをせずに脱いでから測定してください。

## 1 腕帯開くスイッチを押し、腕帯を開く

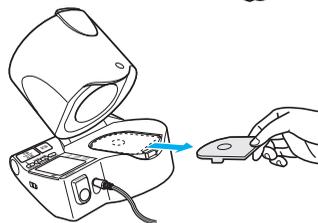
※安全のため、腕帯が閉じている状態では測定/停止スイッチが機能しません。



腕帯が動く範囲は、右図のようになっています。

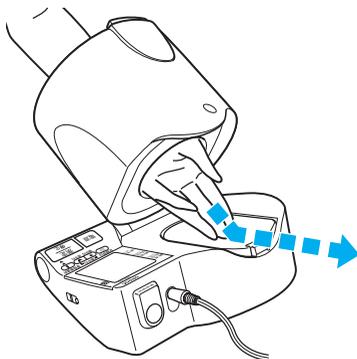


■初めてご使用になる前にはクッションシートを取り除いてください。



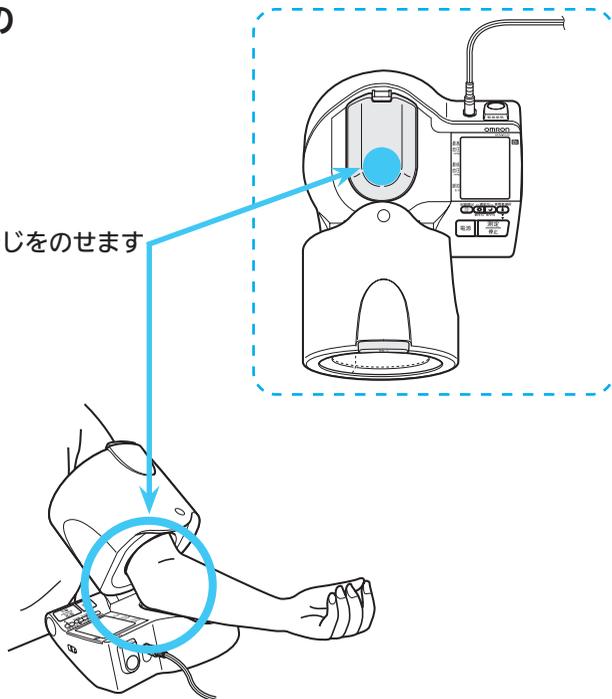
## 2 腕帯に左腕を通す

腕帯の布カバーは取り外さないでください。万一、外れてしまった場合はオムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください。(裏表紙)



### 3 ひじを、ひじ置きのかぼみにのせる

くぼみに、ひじをのせます



使い方

#### 右腕で測定する場合

※左手での測定を推奨しております。

スイッチ操作がしにくくなりますが、右腕での測定も可能です。ただし、左腕と右腕では測定値が異なる場合があるため、いつも同じ腕で測るようにしてください。右腕で測定する場合は、15～16ページの手順2～3を参考に、右図のように右腕を通してください。



### 4 正しい姿勢になっているか確認する

次ページの図を参照してください。

# 正しい姿勢を確認する

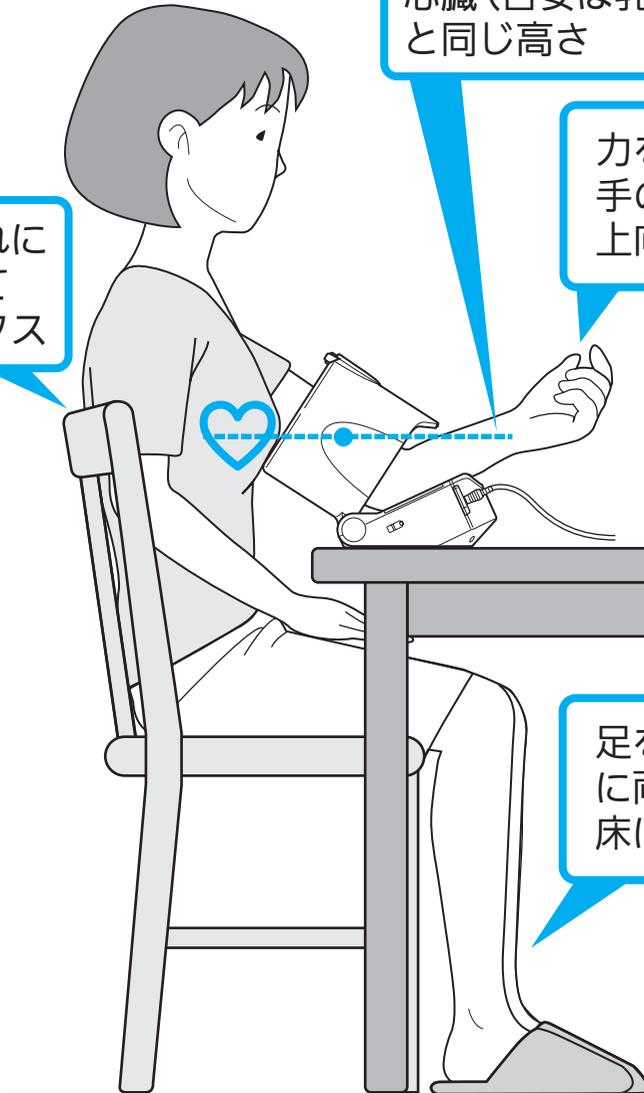
使い方

背もたれにもたれて  
リラックス

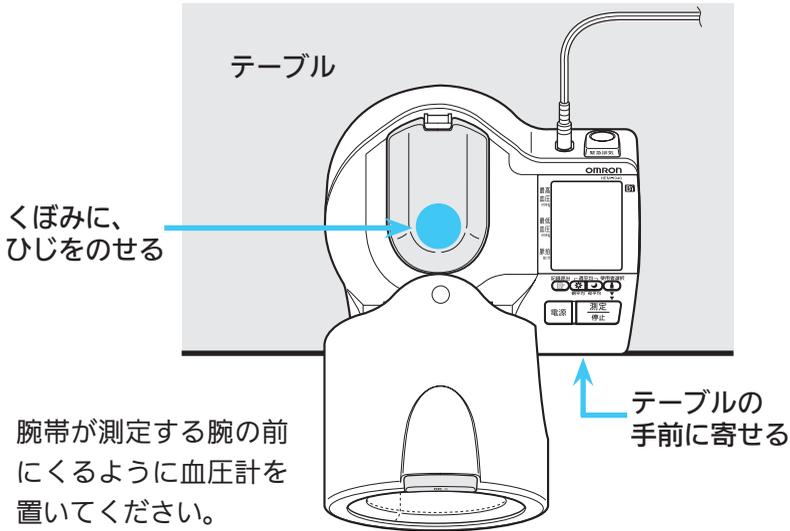
腕帯の中心は  
心臓（目安は乳首）  
と同じ高さ

力を抜いて  
手のひらは  
上向き

足を組まず  
に両足を  
床につける



## 血圧計はテーブルの手前に寄せてください



腕帯の中心が心臓の高さに合っていない場合は、クッションやタオルなどをひじの下に置いたり、椅子に座ぶとんを敷いたりして、高さを調整してください。

# 血圧を測定する

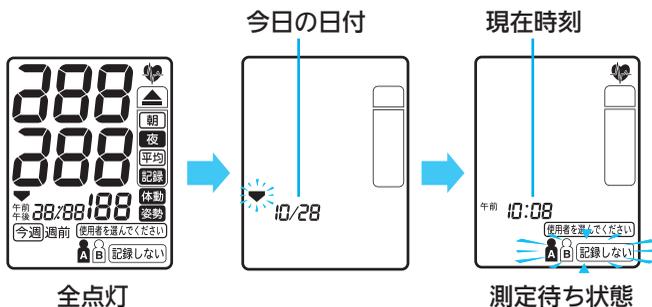
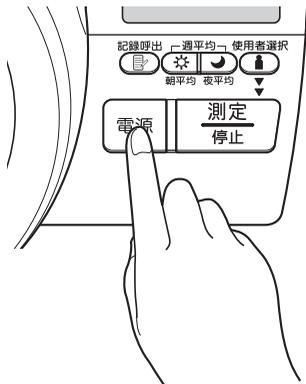
毎日同じ時間帯に測定して、血圧管理に役立ててください。

※最高血圧が 170 mmHg を超えると予測される方は 25 ページ「手動加圧のしかた」をご覧ください。

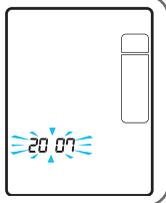
からだの力を抜いてリラックスしましょう。緊張感があるときは、深呼吸しましょう。

## 1 電源スイッチを押して、電源を入れる

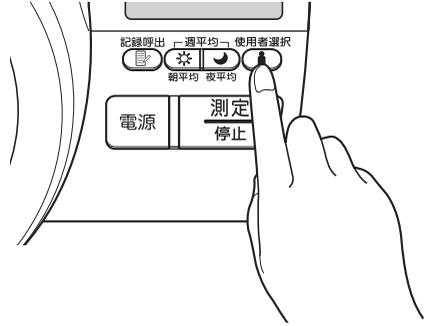
電源スイッチを押すと電源が入り、下図のように表示されます。



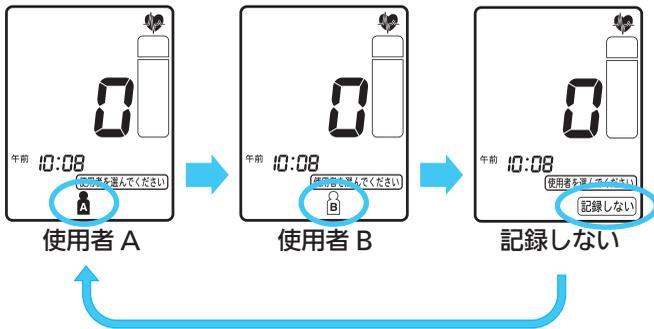
電源を入れたときに、右図のように「西暦年」が点滅表示する場合は、日付と時刻を合わせてください。  
(👉 12 ページ)



2 使用者選択スイッチを押して、  
使用者を選択する



使用者選択スイッチを押すごとに、以下のように使用者が切り替わります。



※「記録しない」を選択すると、その測定結果は記録されません。

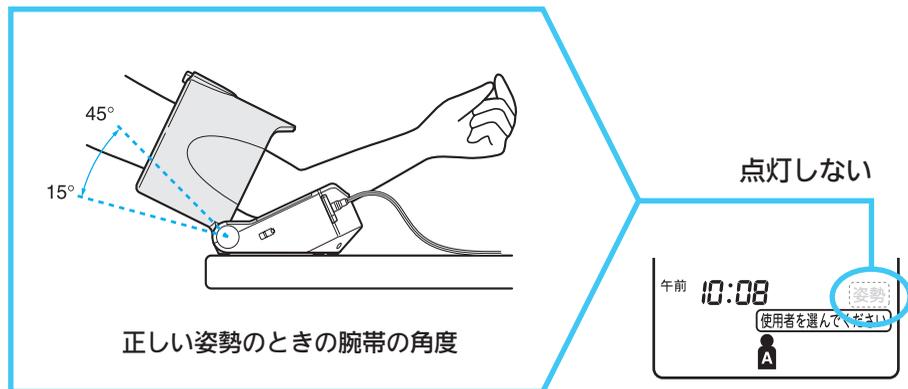
※使用者を選択せずに測定／停止スイッチを押すと、「記録しない」と表示されて測定を開始し、測定結果は記録されません。

## 血圧を測定する

### 3 姿勢を確認する

正しい測定姿勢でない場合、表示部に**姿勢**マークが点灯します。  
正しい姿勢になっているか確認してから測定を始めてください。

※腕帯に腕を通していない場合も、腕帯の角度によって**姿勢**が点灯します。

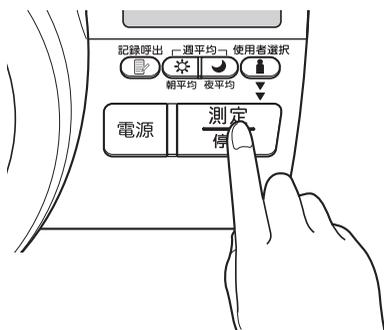


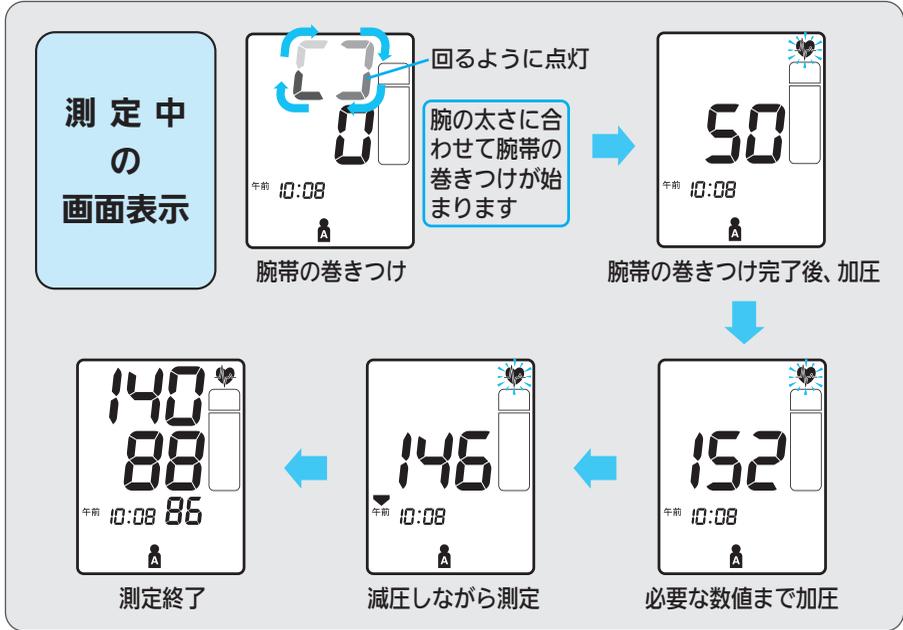
使い方

### 4 測定／停止スイッチを 1回押して、測定を始める

測定中はからだを動かさず、  
静かにしてください。

※測定中でも、正しい姿勢でないときは、  
**姿勢**が点灯しますが、測定は続きます。  
(正しい姿勢になると、**姿勢**は消えます。)





これで測定は終了です。

※加圧が足りない場合は、自動的に再加圧されることがあります。(自動再加圧は1回のみ)

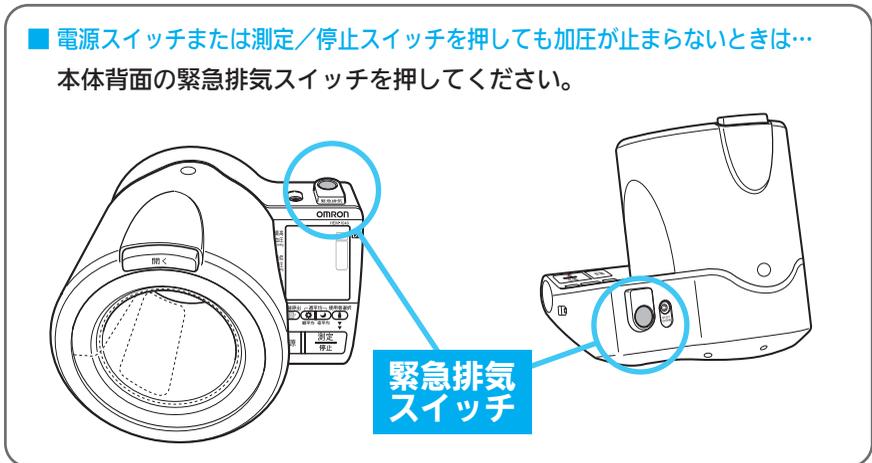
■ 測定を途中で中止したいときは…

電源スイッチまたは測定/停止スイッチを押すと、測定が止まり腕帯の空気が抜けます。

※安全のため、腕帯開くスイッチを除くどのスイッチを押しても測定を中止することができます。

■ 電源スイッチまたは測定/停止スイッチを押しても加圧が止まらないときは…

本体背面の緊急排気スイッチを押してください。



## 血圧を測定する

### 5 測定値を確認する

測定結果は血圧計が自動的に記録します。  
(「測定記録を呼び出す」▶▶▶ 26 ページ)

※使用者選択で「記録しない」を選択したときは、その測定結果は記録されません。

※測定結果の自己判断、治療は危険です。必ず医師の指導に従ってください。



#### ■「姿勢」や「体動」のマークが点灯したときは…

正しい姿勢で測定ができていない場合があります。

##### ■ **姿勢** が点灯したときは…

測定中の姿勢が不適正でした。  
姿勢に注意して、もう一度測定してください。  
(▶▶▶ 21 ページ)



※ **姿勢** はしばらくすると消えて、その後は現在の腕帯の角度の状態を表示します。

##### ■ **体動** が点灯したときは…

測定中から体が動いたことなどにより、正しく測定できていない場合があります。もう一度測定することをおすすめいたします。



■エラー表示「E」や「EE」が出たときは…

測定が正常におこなわれていません。

(☞ 43 ページ)



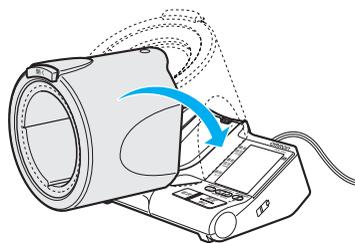
■続けて測定するときは間隔を空けてください

連続して測定すると、腕がうっ血状態になり正しい測定ができない場合があります。腕のうっ血がとれたあとにもう一度測定してください。

6 腕帯を元に戻す

腕帯の空気が十分抜けてから腕を抜き、腕帯を元の位置に戻します。

カチッと音がして本体に固定されます。



7 電源スイッチを押して、電源を切る

※電源を切り忘れても、約 5 分後に自動的に電源が切れます。

(「お手入れと保管」 ☞ 33 ページ)

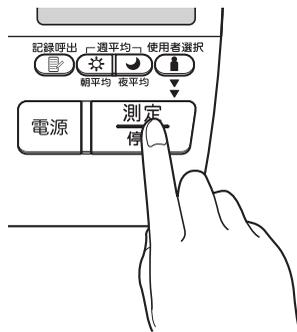
## 手動加圧のしかた

最高血圧値が 170 mmHg を超えると予想される方は手動加圧で測定してください。  
自動測定がうまくいかない方（何度も EE の出る方）も手動で測定してください。

※手動加圧をする前に「腕帯に腕を通す」「正しい姿勢を確認する」（ 15～18 ページ）をよく読んでください。

- 1 腕帯に腕を通して電源を入れ、  
使用者を選択した後、  
測定／停止スイッチを押し続ける

加圧が始まります。



目的の値になるまで押し続ける

予想される最高血圧値より約 30～40 mmHg  
高い値まで押し続けてください  
(右図では 250 mmHg)。

※手動加圧では、299 mmHg まで加圧することが  
できますが、必要以上に加圧をしないでください。  
腕に一時的な内出血が発生することがあります。

※300 mmHg 以上加圧するとエラーになります。



- 2 目的の値まで上がったとき、  
測定／停止スイッチを離す

減圧が始まり、測定を開始します。

- 3 以降の操作は 23～24 ページの手順 5～7 を  
参照ください

# 測定記録を呼び出す

この血圧計は、A、B 2 人分の血圧と脈拍を日時とともに自動的に記録し、呼び出すことができます。1 人につき、最新 3 回の測定平均値と 84 回分の測定記録、8 週間分\*の朝と夜の週平均をそれぞれ呼び出すことができます。

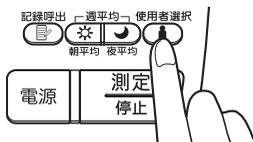
◎記録された測定値が 84 回、または朝と夜の週平均が 8 週間分\*を超えると、古い測定結果は消去され、新しい測定結果が記録されます。

(\* 8 週間分=今週と過去 7 週間分)

## 1 電源スイッチを押して、電源を入れる



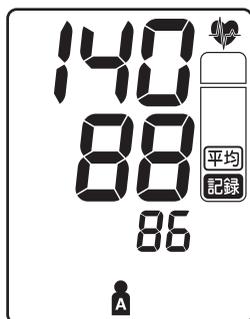
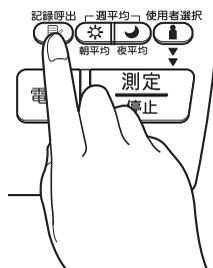
## 2 使用者選択スイッチで、使用者を選ぶ



## 3 記録呼出スイッチを 1 回押して「平均値」を表示する

「平均値」が表示されます。

平均値：最新の測定記録から 10 分以内に測定された測定値（最大 3 回）の平均値です。短時間に続けて測定したときの参考にしてください。



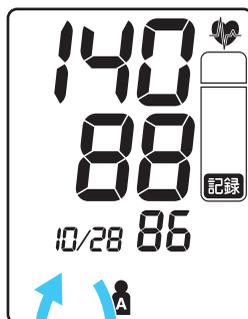
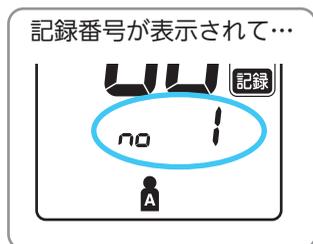
使用者 A の  
平均値表示例



## 測定記録を呼び出す

- 4 平均値表示中に  
記録呼出スイッチを1回押して、  
最も新しい測定結果を表示する

記録されている最も新しい測定結果が表示されます。



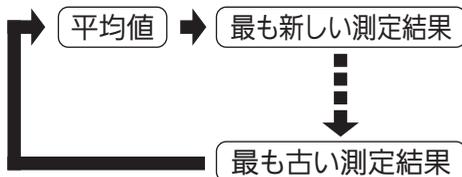
日付と時刻が交互に  
表示されます



- 5 記録呼出スイッチで過去の測定結果を見る

◎記録呼出スイッチを押す  
たびに1つ古い測定結果  
が表示されます。

◎スイッチを押し続けると  
最も古い測定結果まで早送りできます。



※測定時に **姿勢** や **体動** が点灯したときは、その記録を呼び出したときにも点灯します。( **姿勢** はしばらくすると消えて、その後は現在の腕帯の角度の状態を表示します。)

- 6 電源スイッチを押して、電源を切る

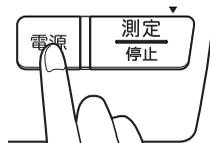
※電源を切り忘れても、約5分後に自動的に電源が切れます。

# 週平均を呼び出す

この血圧計は、朝と夜の血圧値をそれぞれ週単位で平均して記録します。  
朝・夜それぞれ今週と過去7週間分の週平均を呼び出すことができます。

## 朝平均・夜平均を呼び出す

1 電源スイッチを押して、電源を入れる



2 使用者選択スイッチで、使用者を選ぶ



使  
い  
方

3 朝平均または夜平均スイッチを押して、  
それぞれの週平均を呼び出す

朝の週平均表示例  
(使用者 A / 今週 / 早朝  
高血圧確認の場合)

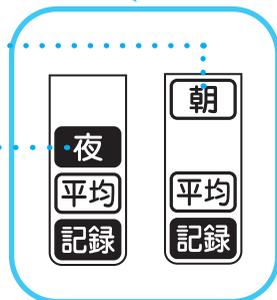


...早朝高血圧マーク  
(☞ 29・30 ページ)

☞ 朝平均スイッチを押す→朝の週平均

☞ 夜平均スイッチを押す→夜の週平均

※週平均の詳細は (☞ 31 ページ)



## 週平均を呼び出す

◎朝平均または夜平均スイッチを押すごとに、下のように表示されます。



※記録がないときは右図のような表示になります。  
(右の表示例は朝平均の1週間前の記録がない場合)



### 早朝高血圧マークについて



週平均を呼び出したとき、表示された週の**朝平均の値が「高血圧の基準値以上」**(最高血圧 135 mmHg 以上、または最低血圧 85 mmHg 以上\*) のとき、早朝高血圧マークが点灯します。

\*日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン 2014

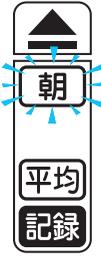
## 4 週平均の表示を終わる

電源スイッチを押して、電源を切ります。

※電源を切り忘れても、約 5 分後に自動的に電源が切れます。

早朝高血圧確認機能の見方

- ・朝平均が高血圧の基準値以上の場合のみ、早朝高血圧マークが点灯します。(夜平均が高血圧の基準値以上の場合には点灯しません。)
- ・朝(夜)平均が高血圧の基準値以上の場合、「朝平均マーク」(「夜平均マーク」)が点滅します。
- ・早朝高血圧マークは朝平均・夜平均どちらの呼び出し時でも確認できます。
- ・「高血圧の基準値以上」とは週平均の値が最高血圧 135 mmHg 以上、または最低血圧 85 mmHg 以上のときを意味します。

	朝平均の値が高血圧の基準値以上の場合		朝平均の値が高血圧の基準値未満の場合	
朝平均を呼び出したときに	 <p>早朝高血圧マーク : 点灯</p> <p>朝平均マーク : 点滅</p>		 <p>早朝高血圧マーク : 消灯</p> <p>朝平均マーク : 点滅しない</p>	
	夜平均を呼び出したときに	 <p>早朝高血圧マーク : 点灯</p> <p>夜平均マーク : 点滅</p>	 <p>早朝高血圧マーク : 点灯</p> <p>夜平均マーク : 点滅しない</p>	 <p>早朝高血圧マーク : 消灯</p> <p>夜平均マーク : 点滅</p>
夜平均の値が高血圧の基準値以上		夜平均の値が高血圧の基準値未満		
夜平均の値が高血圧の基準値以上		夜平均の値が高血圧の基準値未満		
夜平均の値が高血圧の基準値以上		夜平均の値が高血圧の基準値未満		

使い方



## 記録された測定結果をすべて消すときは…

測定記録と週平均記録をすべて消します。1つずつ消すことはできません。

### 1 電源スイッチを押して、電源を入れる



### 2 腕帯開くスイッチを押し、腕帯を開く

※腕帯が閉じている状態では以降のスイッチ操作が機能しません。



### 3 使用者選択スイッチで、使用者を選ぶ



### 4 記録呼出スイッチを押しながら、測定/停止スイッチを約3秒間押し続ける

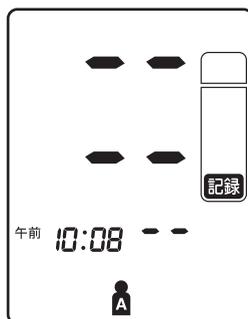
※測定/停止スイッチを先に押さないでください。  
先に押すと測定が始まります。



右のような画面が表示されて消去完了です。

### 5 操作を終わる

電源スイッチを押して、電源を切ります。



# お手入れと保管

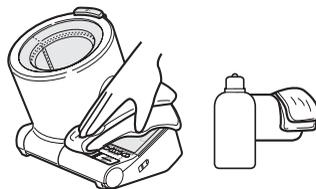
ここに記載している注意事項、その他の正しい使用方法を必ずお守りください。  
お守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。

## お手入れについて

血圧計はいつも清潔にしてお使いください。

本体の汚れは乾いたやわらかい布でふき取ってください。

汚れがひどいときは、水または中性洗剤をしみこませた布をかたく絞ってふき取り、やわらかい布でからぶきしてください。



### ■お手入れ時のお願い

本体内部に水などが入らないようにしてください。

腕帯の布カバーは取り外さないでください。

腕帯をぬらさないようにしてください。

汚れを落とすとき、アルコール、ベンジン、シンナーなどを使用しないでください。



## 保管について

ご使用になるところと保管場所に温度差がある場合は、使用前にしばらく置いてからお使いください。

次のようなところに保管しないでください。

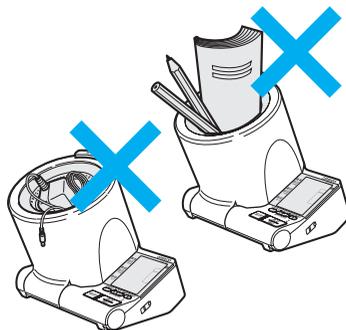
- ・水のかかるところ。
- ・高温・多湿、直射日光、ほこり、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ。
- ・傾斜、振動、衝撃のあるところ。
- ・化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ。

### ■保管時のお願い

腕帯は閉じて保管してください。

血圧計をお使いにならないときや移動するときなどに、腕帯の中にももの（例：筆記用具やノート、専用 AC アダプタなど）を入れしないでください。

腕帯の布カバーが破れたり本体が破損し、測定できなくなる原因になります。



# 測定 Q&A

## Q：測るたびに測定値が違うのですが…

A1 血圧は、時々刻々と変化しています。よく知られる変動として、1日の中の変動（日内変動）や日ごとの変動（日間変動 または 日差変動）があります。また、1週間の中の変動（週内変動）や、寒い冬に高く、暑い夏に低くなる季節変動も知られています。これらの血圧変動の幅やパターンには個人差があります。家庭血圧を測って、ご自分のパターンを知り、血圧管理に役立ててください。

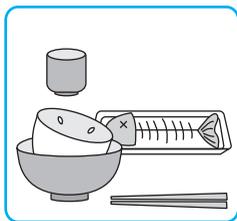
測定を上手に行うために次のことに気をつけましょう。

- 安静時間を取りましょう。  
測定を始める前に、5分以上の安静時間を取りましょう。  
安静が十分取れていないと、血圧が安定せず、測定値がばらつきやすくなります。
- いつも決まった時に測りましょう。  
朝は起床後1時間以内、晩は就寝前など毎日決まった時に測りましょう。
- 血圧は常に変化しています。  
続けて測定した場合、後の血圧の方が低い傾向があることが知られています。
- 快適な室温で測りましょう。  
寒すぎたり、暑すぎたりすると、血圧が一時的に変動します。  
快適な室温のもと測定してください。



## 測定 Q&A

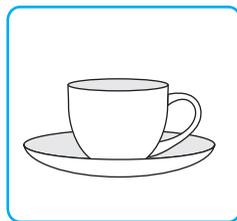
- 血圧が一時的に変動する要因を知りましょう。  
次のようなときは、血圧が一時的に変化することが多いといわれています。  
しばらく時間をおいてから試してみましょう。



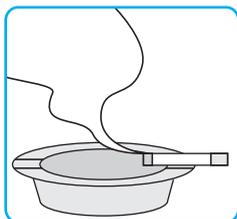
食事



飲酒



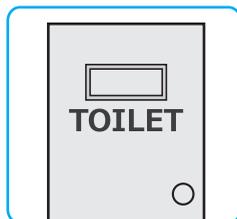
カフェイン飲料



喫煙



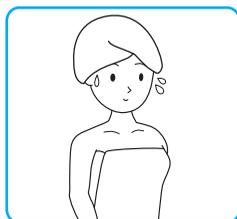
運動や  
身体を使う作業



尿意・便意

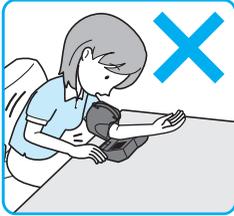


会話



入浴

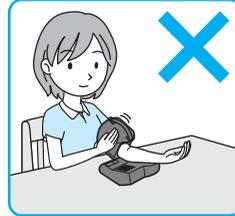
- A2 正しい姿勢や服装、腕帯の巻き方で測りましょう。  
前かがみなど、無理な姿勢は血圧を上昇させます。無理のない、リラックスできる姿勢で測りましょう。



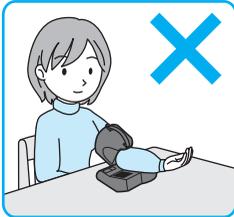
前かがみで測定すると、腹部に圧力がかかり、血圧が高くなります。



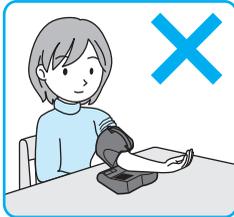
測定中に会話すると、血圧が上昇します。



測定中に動いたり腕帯を触ると、脈の検出が乱れて誤差が生じます。



厚手の袖の上から腕帯を巻くと、腕帯の圧迫力が血管に伝わらず、高く測定されます。



袖をまくり上げると、血管が圧迫され、腕の血圧が影響されます。

### Q：病院での値に比べて低いのですが…

- A1 病院での血圧は普段より高く出ることがあります。  
病院では、身体活動や精神的緊張によって、無意識に血圧が高くなっていることが少なくありません。日本高血圧学会の治療ガイドラインでは、家庭血圧を優先して診療するよう推奨されています。血圧の記録を医師に持参して相談しましょう。

### Q：病院での値に比べて高いのですが…

- A1 安静時間を取りましょう。  
測定を始める前に、5分以上の安静時間を取りましょう。安静が十分取れていないと、高めに測定されやすくなります。

- A2 家庭で測った血圧を医師に持参して相談しましょう。  
病院での血圧が正常でも、家庭での値が高い場合には、治療が必要な場合があります。すでに治療を受けている方は、お薬や服薬時間の調節が必要かもしれません。血圧の記録を医師に持参して相談しましょう。

### Q：腕帯の締め付けで、痛みやしびれを感じるのですが…

- A1 一時的なもので、心配ありません。  
血圧測定時は、腕帯の締め付けにより、痛みやしびれを感じることがありますが、腕帯を外してしばらくすると治まります。症状が長く続く場合は、医師にご相談ください。

# 血圧の知識 1

## 家庭血圧の重要性とは

- 家庭血圧とは、家庭で測定した血圧のことです。病院という特殊な環境で、たまにしか測らない血圧（診察室血圧）よりも、普段の環境で毎日測定できる家庭血圧の方が、身体の状態をよく反映し、治療効果も正確に評価できることが知られています。

また、自分の血圧を測り、知ることで、健康への意識や治療の積極性が高まり、治療効果が改善するとの研究結果も報告されています。

家庭血圧を測ることで、次のような高血圧のタイプを見つけることができます。



困ったときに・保証など

### 白衣高血圧

診察室血圧は高いが（最高血圧が 140 mmHg 以上、または最低血圧が 90 mmHg 以上）、家庭血圧が正常（最高血圧が 135 mmHg 未満、かつ最低血圧が 85 mmHg 未満）の状態をいいます。普段の血圧が正常なため、すぐに治療を始める必要はありません。ただし、高血圧になりやすいという研究報告もあり、家庭血圧を定期的に測ってチェックすることが大切です。

### 仮面高血圧

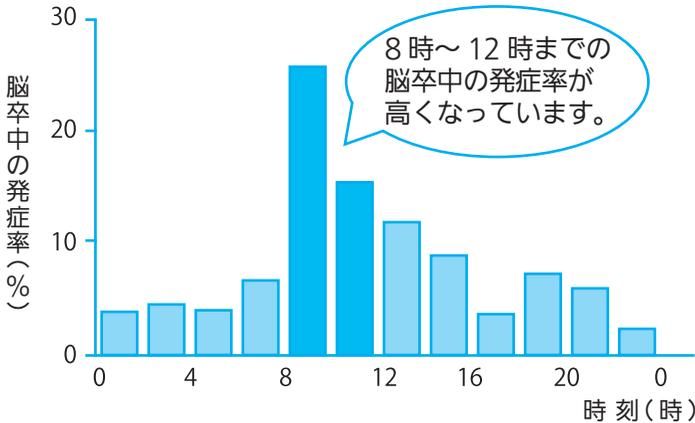
家庭血圧（普段の血圧）が高いのに、診察室血圧が正常なケースです。すぐに治療を検討する必要がありますが、普段の高血圧が医師に分からないため、治療が遅れて重症化につながりやすい、危険なタイプとされます。家庭血圧の測定は、この危険な状態の発見を助け、早期の診療につなげます。

### 持続性高血圧

診察室血圧と家庭血圧の両方とも高いケースです。確実な高血圧であり、仮面高血圧と同じく、治療対象になります。

## 早朝高血圧

起床時の血圧が高い状態をいいます。診察室血圧では検出できないため、仮面高血圧の一種とされます。脳卒中や心筋梗塞、突然死などは午前中に多いですが、その原因の一つが早朝高血圧と考えられています。



Marler JR, et al. Stroke 1989;20;473-476 より作成

### お知らせ

- 高血圧の疑いがある受診するときは、家庭で測定した血圧の記録があれば、医師の診断の参考になります。
- 高血圧に関する知識を当社ホームページでご紹介しています。



<https://www.healthcare.omron.co.jp/resource/guide/hightbp/>

困ったときに・保証など

# 血圧の知識 2

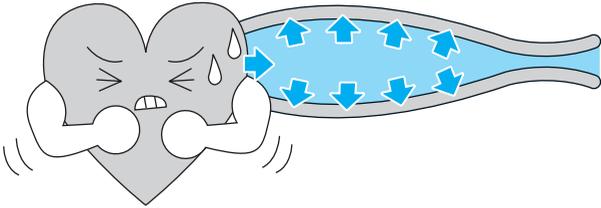
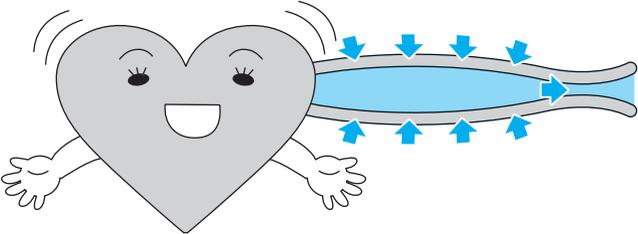
## 血圧とは

- 心臓は、血液を身体のすみずみまで届けるため、血液に圧力をかけて血管に送り出しています。血圧とは、この血管の中の圧力のことです。

心臓は、拡張して中に血液をため込み、収縮して血液を送り出す動作（心拍といいますが）を1日に約10万回くり返しています。

1回の心拍は、心臓が収縮して血液を送り出す収縮期と、拡張して次の血液をため込む拡張期に分かれます。この収縮期の中で一番高くなった時の血圧を最高血圧または収縮期血圧といいます。上の血圧と呼ばれることもあります。

拡張期の間、血管の中の血液は徐々に下流に流れ出ていくため、血圧が下がっていきます。次の収縮期が始まる直前、血圧は最も低くなり、これを最低血圧、拡張期血圧、または下の血圧といいます。

<p>最高血圧 (収縮期血圧)</p>	
<p>最低血圧 (拡張期血圧)</p>	

# 血圧の知識 3

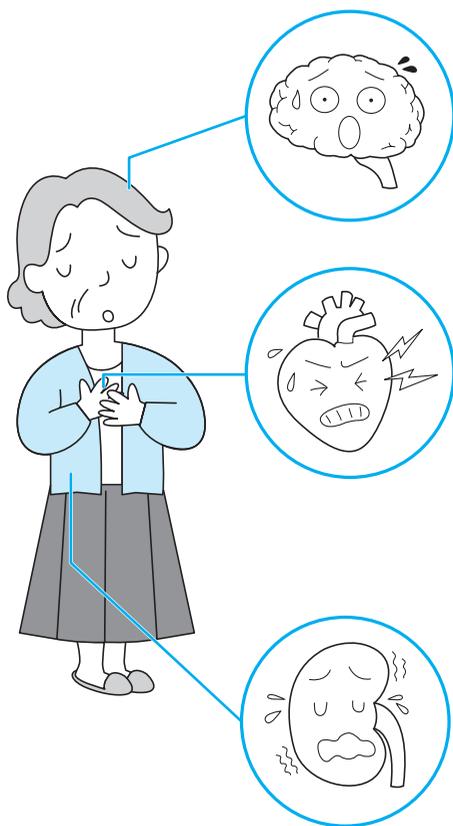
## 血圧と健康について

● 高血圧とは、高い血圧が持続する状態のことです。

高血圧は動脈硬化を起こして動脈をいため、脳卒中や心臓病、腎臓病などの命にかかわる病気のもととなります。

また、糖尿病や認知症の発症・進行にも高血圧が関係することが知られています。

### 高血圧が起こす恐ろしい病気



#### 脳血管疾患

脳の血管が動脈硬化でもろくなり破れて出血を起こす脳出血や、脳の血管が詰まって脳の細胞が死んでしまう脳梗塞が起こりやすくなります。

#### 心臓病

心臓を動かす筋肉（心筋）に通じる動脈が動脈硬化になると、胸痛を起こす狭心症や、心筋が死んでしまう心筋梗塞を起こします。また、高血圧は、心臓が血液を送り出す妨げとなり、心不全の原因にもなります。

#### 腎臓病

腎臓の血管がいたむと、老廃物や過剰な塩分を排泄できなくなります。それが、さらに血圧を高めるといふ、悪循環におちいります。重症化すると人工透析が必要になります。

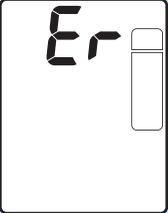
困ったときに・保証など

# エラー表示が出たときは

測定が正常におこなわれないときは、次のようなエラー表示が出ます。

エラー表示	原因	対処のしかた
 <p>最高血圧表示部に「E」が横に2つ並んで出たとき</p>	測定中に腕やからだを動かして、適切に加圧されなかった	<p>♥マークが点灯したことを確認後、腕やからだを動かさないようにして、もう一度測定してください</p> <p>再度「EE」が表示されるときは手動加圧で測定してください (▶▶▶ 25 ページ)</p>
 <p>最高血圧表示部に「E」が1つだけ出たとき</p>	腕帯に正しく腕を通していない	腕帯に正しく腕を通してください (▶▶▶ 15 ページ)
	まくりあげた上着（または下着）で腕を圧迫している	上着（または下着）を脱いで腕帯に腕を通してください (▶▶▶ 15 ページ)
	腕帯が空気漏れしている	オムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください (▶▶▶ 裏表紙)
 <p>「E」が縦に2つ出たとき</p>	測定中に腕やからだを動かした	♥マークが点灯したことを確認後、腕やからだを動かさないようにして、もう一度測定してください
	手動加圧で 300 mmHg 以上加圧した	手動加圧で 300 mmHg 以上加圧しないでください

※測定中、不適正な姿勢をとったり、からだを動かしたりすると、上記エラー表示のときに **姿勢** マークや **体動** マークが表示されることがあります。

エラー表示	原因	対処のしかた
 <p>「Er」が出たとき</p>	機能の異常による故障です	オムロンお客様サービスセンターまで修理依頼をお願いします (☎裏表紙)

# おかしいな?と思ったら

こんなとき	原因	対処のしかた
血圧値が異常に高く(低く)測定される	腕帯に正しく腕を通して いない	腕帯に正しく腕を通して ください (☞ 15 ページ)
	測定中に会話をしたり腕 を動かしたりした	静かに測定してください 測定 Q&A を参照してください (☞ 36 ページ)
	まくりあげた上着(または 下着)で腕を圧迫している	上着(または下着)を脱いで腕帯に腕を 通してください (☞ 15 ページ)
	腕帯の布カバーが破れて いる	測定を中止し、オムロンお客様サービ スセンターまでお問い合わせください (☞ 裏表紙)
圧力が上がらない	腕帯が空気漏れしている	オムロンお客様サービスセンターま で修理を依頼してください (☞ 裏表紙)
血圧計が正常に動き、正しく測定しても… ・病院で測定してもらった値より高い(低い) ・測るたびに血圧値が違う		測定 Q&A を参照してください (☞ 34 ページ)
電源スイッチを押しても何も表示 しない	専用 AC アダプタが血圧 計から外れている	専用 AC アダプタを正しく接続して ください (☞ 11 ページ)
	専用 AC アダプタがコン セントから外れている	専用 AC アダプタを血圧計とコンセ ントに正しく接続してください (☞ 11 ページ)
測定が記録されて いない	使用者選択で <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">記録しない</span> を 選んだ、または使用者を 選択しないで測定した	使用者 <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">A</span> または <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">B</span> を正しく選択し てください (☞ 20 ページ)

こんなとき	原因	対処のしかた
その他の現象		電源スイッチを押し直して、最初からやり直してください それでも直らない場合は、オムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください。(裏表紙)

※上記の方法でも、正常に測定ができない場合は故障が考えられます。製品の故障および修理の依頼につきましては、オムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください。(裏表紙)

※ごくまれにその方の体質上誤差を生じて測定できない方がおられます。このような場合にもオムロンお客様サービスセンターまでご相談ください。(裏表紙)

# 仕様

医療機器認証番号	219AGBZX00119000
類別	機械器具 18 血圧検査又は脈波検査用器具
一般的名称	自動電子血圧計
医療機器分類	管理医療機器

販売名	オムロンデジタル自動血圧計 <b>HEM-1040</b>
表示方式	デジタル表示方式
測定方式	オシロメトリック法
腕帯圧力表示範囲	0 ~ 299 mmHg
血圧測定範囲	20 ~ 280 mmHg
脈拍数測定範囲	毎分 40 ~ 180 拍
測定精度	圧力 / ± 3 mmHg 以内 脈拍数 / 読み取り数値の ± 5 % 以内
加圧	自動加圧方式 (ファジィコントロール)
減圧	アクティブ電子制御方式
排気	自動急速排気方式
電源	専用 AC アダプタ (入力: AC100 V、50/60 Hz、23 VA 出力: DC6 V、1600 mA)
装置寿命	5年あるいは 30000 回のいずれか早く到達した方
使用環境温湿度	+ 10 ~ + 40 °C、15 ~ 85 % RH (結露なきこと)、800 ~ 1060 hPa
輸送 / 保管環境温湿度	- 20 ~ + 60 °C、10 ~ 95 % RH (結露なきこと)
本体質量	約 2600 g
外形寸法	幅 294 × 高さ 271 × 奥行き 286 mm
適用腕周範囲	腕周 22 cm ~ 42 cm (上腕中央部)
電撃保護	クラス II 機器
装着部の分類	BF 形装着部 (腕帯)
拡張端子	専用ケーブル接続部
IP 保護等級 *1	IP20 (本体)、IP20 (専用 AC アダプタ)
動作モード *2	連続動作
付属品	専用 AC アダプタ、取扱説明書 (品質保証書付き)、 医療機器添付文書
製造販売元	オムロンヘルスケア株式会社 住所: 〒617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪 53 番地 電話: 0120-30-6606 (オムロンお客様サービスセンター)

※お断りなく仕様を変更する場合がありますのでご了承ください。

本製品は JIS 規格 JIST1115:2018 に適合しています。

\*1 IP 保護等級とは、IEC（国際電気標準会議）60529 によって規定された本体による保護構造を等級分類するものです。本体および専用 AC アダプタは、指などの直径 12.5 mm 以上の固形物に対して保護されています。

\*2 動作モードの記載は IEC 60601-1 に基づく分類によるものです。

## 製品に表示されているシンボルの意味

	クラス II 機器
	BF 形装着部
	取扱説明書をお読みください
	安全にお使いいただくため、取扱説明書を必ずお読みください
	交流
	直流
	屋内専用
	製造日
	製造業者
	ロット番号
	電源の極性

困ったときに・保証など

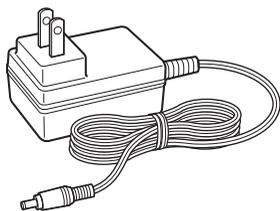
※お使いの製品によっては、上記のシンボルが製品に表示されていない場合があります。

# 別売品について

別売品のお求めは、  
オムロンお客様サービスセンター  
(☎ 裏表紙) までご連絡ください。

次の別売品をご用意しています。

- 専用 AC アダプタ 型式 HEM-AC-Q (60100H1040SW)  
この専用 AC アダプタは本製品に付属しているものと同じです。



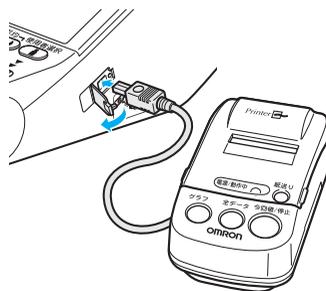
- プリンタ 型式 HHX-PRINT  
測定値をプリントすることができます。詳しくは、プリンタの取扱説明書をよくお読みになりご使用ください。  
※血圧計本体の電源が切れている状態では、プリンタは作動しません。

## 本製品とプリンタを接続する

① プリンタ本体からプリンタ接続用プラグを取り出す



② プリンタ接続用プラグを本製品に差し込む  
(○印を上にしてください。)



# EMC 技術資料

本製品は EMC 規格 IEC 60601-1-2:2014 に適合しています。  
本製品の EMC 技術資料は、以下のウェブサイトから確認することができます。

<https://www.healthcare.omron.co.jp/support/download/emc/>

ウェブサイトで確認できないときは、オムロンお客様サービスセンターにお問い合わせください。(裏表紙)

# 血圧記録表

(コピーしてお使いください。)

年 月

日	朝 			晩 			服薬	メモなど
	測定時刻	血圧値(mmHg)	脈拍/分	測定時刻	血圧値(mmHg)	脈拍/分		
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			
	:	/		:	/			

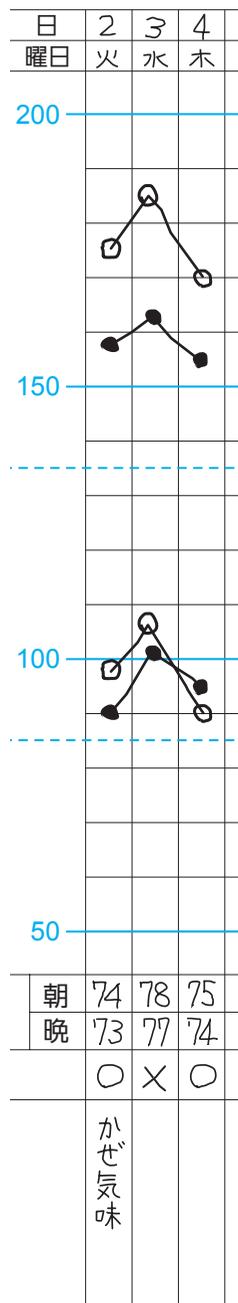
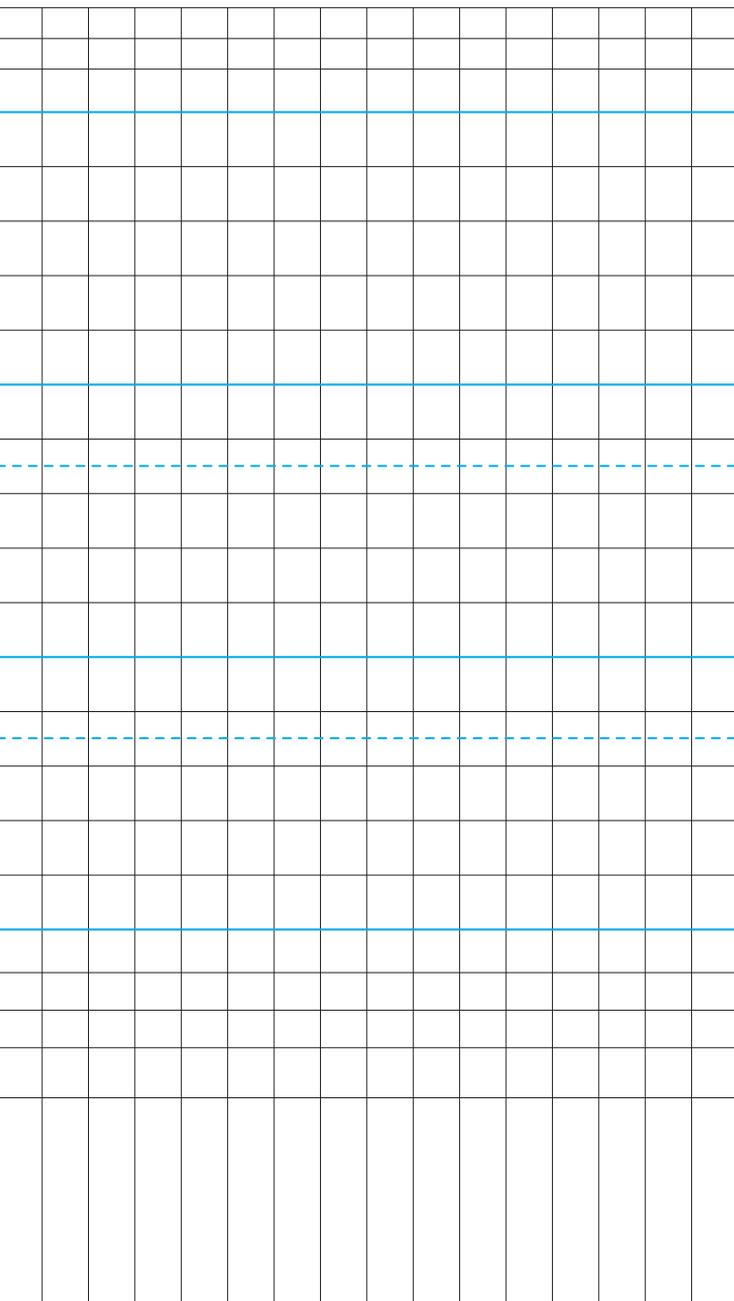




○ 朝 ☀ (起床後 1 時間以内)

● 晩 🌙 (就床前)

■ 記入例



## 保証規定

- 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書にしたがった正常な使用状態で、お買い上げ後 1 年以内に故障した場合には無償修理または交換いたします。
- 無償保証期間内に故障して修理を受ける場合は、オムロンお客様サービスセンターにご連絡ください。
- 無償保証期間内でも次の場合には有償修理になります。
  - (イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
  - (ロ) お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
  - (ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や電源の異常電圧、指定外の使用電源（電圧、周波数）などによる故障および損傷。
  - (ニ) 本書の提示がない場合。
  - (ホ) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合。
  - (ヘ) 消耗部品。
  - (ト) 故障の原因が本製品以外に起因する場合。
  - (チ) その他取扱説明書（本書）に記載されていない使用方法による故障および損傷。
- 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
- この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無償保証をお約束するものです。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。
- 補修用部品は製造打ち切り後、最低 6 年間保有しています。

### 品質保証書

このたびは、オムロン製品をお買い求めいただきありがとうございました。製品は厳重な検査をおこない高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生したときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は無償修理または交換いたします。

※製品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。

This warranty is valid only in Japan.

※以下につきましては、必ず販売店にて、記入捺印していただけてください。

販売名 オムロンデジタル自動血圧計 HEM-1040

ご芳名

ご住所

TEL ( )

お買い上げ店名

EP

住 所

TEL ( )

お買い上げ年月日 年 月 日

製造販売元

オムロンヘルスケア株式会社

〒617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪 53 番地



製品のお問い合わせ、別売品や消耗品のご注文、修理のご依頼は

オムロンヘルスケア お客様サポート

<https://www.healthcare.omron.co.jp/support/>

消耗品・別売品のご注文は

<https://store.healthcare.omron.co.jp/>

オムロン お客様サービスセンター

TEL 0120-30-6606（通話料無料） FAX 0120-10-1625（通話料無料）

受付時間 9:00～19:00（祝日を除く月～金）

〒515-8503 三重県松阪市久保町1855-370

※都合により、お休みや受付時間の変更をさせていただく場合があります。