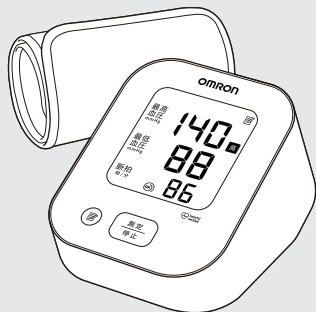


OMRON



オムロン 上腕式血圧計 HCR-7136

取扱説明書



取扱説明書は
WEBからいつでも
確認できます



正しい血圧値は、正しい姿勢から。
正しく測るために、必ず本書をお読みください。

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）血圧を非観血的に測定することです。
- 安全に正しく使用するため、使用する前にこの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使用してください。
- 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。

血圧測定の流れ

以下の流れで血圧を測ります。
詳細は各ページを参照してください。

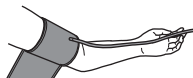
1 電池を入れる

(初回および必要時のみ)



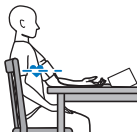
➡ P13

2 カフを巻く



➡ P17～18

3 正しい姿勢を確認する



➡ P19～20

4 [測定/停止] ボタンを押す

自動で血圧が測定されます。



➡ P21

5 測定結果を確認する



➡ P22～23

目次

最初に	入っていますか？	4
	安全上のご注意	5
	各部の名前	10
	知っておきたい血圧の知識①	
	血圧って何？	12
	電池を入れる	13
血圧を測る	血圧を測るタイミング	15
	知っておきたい血圧の知識②	
	家庭で血圧を測る意味は？	16
	カフを巻く	17
	正しい姿勢を確認する	19
	血圧を測る	21
	知っておきたい血圧の知識③	
	高血圧が引き起こす病気	26
	片づける	27
	保管とお手入れ	28
記録を見る	測定記録を見る	29
	知っておきたい血圧の知識④	
	高血圧のタイプ	31
必要なときに	電池を交換する	34
	お買い上げ時の状態に戻す	35
	別売品のご紹介	36
困ったときは	おかしいな？と思ったら	37
	血圧測定 Q&A	40
	サポート情報	42
	仕様	43
	保証規定／品質保証書	裏表紙

入っていますか？

次のものがすべて揃っていることを確認してください。

☐ 本体



☐ 専用カフ（消耗品）

型式：HEM-FM31-C

血圧を正確に測るために、1年に1回の交換をお勧めします。
空気漏れが生じたら、別売品をお買い求めください。（☞P36）

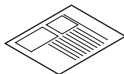


☐ 単3形アルカリ乾電池4個（お試用）

・お試用です。測定できる回数は新品の電池よりも少ない場合があります。



☐ 医療機器添付文書（A4のシート）



☐ 取扱説明書（本書：品質保証書付き）

-
- 不足しているものがありましたら、オムロンお客様サービスセンターにご連絡ください。（☞ P42、裏表紙）

安全上のご注意

使用す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使用し、使用する人や他の人々への危害や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

 警告	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る内容を示します。
 注意	誤った取り扱いをすると、人が傷害を負ったり物的損害*の発生が想定される内容を示します。

*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。

警告

- けがをした腕や治療中の腕にカフを巻かないでください。
- 点滴、輸血をしているときにカフを巻かないでください。



(症状の悪化につながることがあります。)

- 可燃性ガスを使用する場所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用しないでください。

(火災や爆発の原因になります。)

- 乳幼児などの手の届くところに保管しないでください。



(エアプラグや電池などの部品を飲み込んだり、エアチューブや電源コードなどが首に絡まったりすることで、窒息や傷害に至ることがあります。)

- ペースメーカーなど植込み型医療機器の装着部位近くで使用しないでください。

(本製品または他機器の誤動作の原因になります。)



注意

- 測定結果の自己判断をしないでください。
- 自己判断で治療しないでください。
- 耐用期間を超えて使用しないでください。
- 医療機関や公共の場所において不特定多数で使用しないでください。
- 乳幼児など自分で意思表示できない人に使用しないでください。

(症状の悪化や傷害の発生、誤動作の原因になります。)

- 長期的な血流障害を起こさないように腕の状態を確認してください。異常の発生を感じたときは、すぐに本製品を取り外してください。
- カフやエアチューブに折りじわが付いたまま測らないでください。
- エアチューブのねじれやもつれがある状態で測らないでください。
- 必要以上の頻度で測らないでください。
- 必要以上に加圧しないでください。

(傷害を負う原因になります。)

- 指定外のカフやエアプラグを使用しないでください。
- エアプラグを抜くときは、エアプラグを持って引き抜いてください。エアチューブを引っ張らないでください。
- 本体やカフなどを分解したり、改造したりしないでください。

(本体の故障や破損、傷害を負う原因になります。または、正しく測定できないことがあります。)

- 測定中に本製品の近く（30 cm 以内）で携帯電話やスマートフォンを使用しないでください。
- 電気メスなどの電気手術器や MRI、CT スキャナーなど他の医療機器がある場所で使用しないでください。
- 他の医療機器と併用しないでください。
- 乗り物内で測らないでください。
- 血圧測定以外の目的で使用しないでください。

(危険の発生や誤動作の原因になります。)



注意

- 次のいずれかの場合は、医師の指導のもとで使用してください。
 - ・ 使用中に皮膚炎や内出血など肌の異常を感じる場合
 - ・ 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使用してください。
 - ・ 一般的な不整脈（心房性・心室性期外収縮、心房細動など）
 - ・ 動脈硬化症・糖尿病・腎臓疾患・かん流低下
 - ・ 乳腺またはリンパ節を切除した人・妊娠中や子かん前症の人
 - ・ 未成年者

(正しく測定できないことがあります。)

- 測定中に体を動かさないでください。
- 寒さなどで体が震えるときは測らないでください。
- 対象腕周外の腕に使用しないでください。(☞ P18、P44)
- 上腕以外の部位にカフを巻いて測らないでください。
- P17～20を参照し、正しいカフの巻き方や測定姿勢を守ってください。
- 指定外の場所や条件で保管したり、使用したりしないでください。
- 使用するところと保管場所に温度差があるときは、すぐに測らないでください。(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

専用ACアダプタ（別売）の使用について

指定外のAC アダプタを使用しないでください。

(火災や感電、本体故障の原因になります。)

- 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用しないでください。
- コードやプラグが傷んだ状態で使用しないでください。
- 交流 100 V 以外で使用しないでください。
- 電源プラグを抜くときは AC アダプタ本体を持って引き抜いてください。電源コードを引っ張らないでください。
- 濡れた手で電源プラグを抜き差ししないでください。
- 電源プラグの差し込みが緩いまま使用しないでください。
- ほこりなどが付着したまま使用しないでください。
- 長時間使用しないときは、電源プラグを差し込んだままにしないでください。
- 電源プラグを差し込んだまま、お手入れを行わないでください。
- 破損させないでください。(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用しないでください。

(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。)

最初に



注意

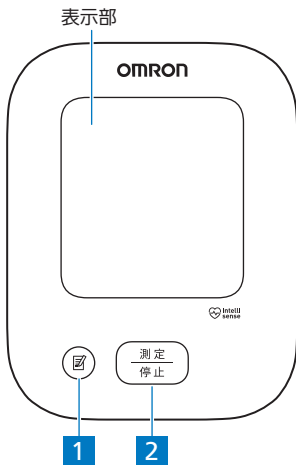
電池の使用について

- 電池の液が目に入ったら放置しないでください。すぐに多量の水で洗い流し、医師の指導を受けてください。
- 電池の⊕⊖極を間違えて入れないようにしてください。
- 電池を使い切ったときや長期間使用しないとき、電池を本体に入れたままにしないでください。
- 電源が入ったまま、電池を交換しないでください。
- 新しい電池と古い電池を混ぜて使用しないでください。
- メーカーや銘柄の異なる電池を混ぜて使用しないでください。
- 指定外の電池を使用しないでください。
- 使用推奨期限の過ぎた電池を使用しないでください。

(傷害の発生や本体の故障の原因になります。)

各部の名前

正面

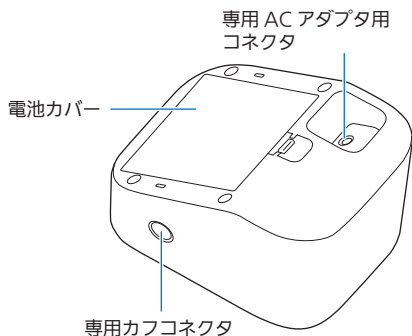


最初に

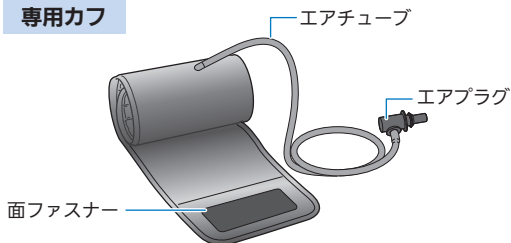
- | | | | |
|---|---|-------------|------------------------|
| 1 |  | 〔記録呼び出し〕ボタン | 測定記録を見るときなどに使用します。 |
| 2 |  | 〔測定／停止〕ボタン | 血圧の測定を開始または停止します。(P21) |

表示されるマークの意味については、P21～23を参照してください。

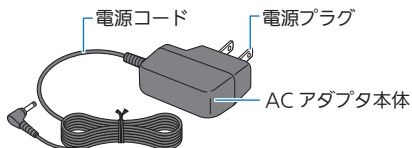
側面（左）・底面



専用カフ



専用 AC アダプタ（別売）



別売品については、「別売品のご紹介」(P36)をご覧ください。

血圧って何？

心臓は、血液を体の隅々まで届けるため、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。

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)を、心臓は1日に約10万回繰り返しています。

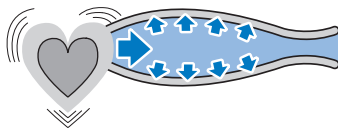
1回の心拍は、心臓が収縮して血液を送り出す収縮期と、拡張して次の血液をため込む拡張期に分かれます。

この収縮期の間で一番高くなったときの血圧を**最高血圧**または収縮期血圧と言います。

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**または拡張期血圧と言います。

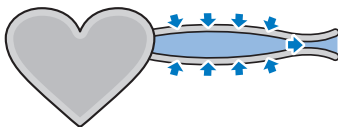
最高血圧

(収縮期血圧)



最低血圧

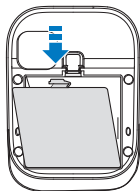
(拡張期血圧)



電池を入れる

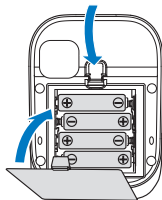
1 電池カバーを外す

- つめを押し上げてください。



2 電池を図の表示に合わせて入れる

- 最初に電池の⊖をばねの出ている方に合わせてから入れてください。
- 電池の向きが間違っていると電源は入りません。
- 電池を押さえて、しっかり入っていることを確認してください。

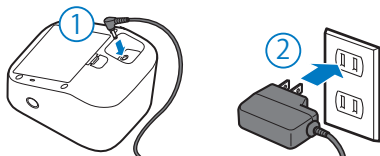


3 電池カバーを閉める

- カチッと音がするまで閉めてください。

専用ACアダプタ（別売）を使用するときは

本製品は専用ACアダプタ（別売）を使用しても血圧を測定できます。
専用ACアダプタ（別売）は、以下の順番で接続してください。



- 指定外の AC アダプタを使用しないでください。

（火災や感電、本体の故障の原因になります。）

別売品については、「別売品のご紹介」（P36）をご覧ください。

血圧を測るタイミング

血圧は1日の中でも時々刻々と変化しています。
血圧測定は、起床後1時間以内または就寝前に行うことをお勧めします。



起床後
1時間以内

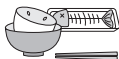
- 排尿後
- 朝食前
- 服薬前
(降圧剤を飲んでいる場合)
- 5分以上安静してから



就寝前

- 5分以上安静に
してから

以下のようなときは、血圧が一時的に変化することが多いと言われています。30分以上時間を空けてから測ることをお勧めします。



食事時



飲酒時



カフェイン
摂取時



喫煙時



運動、体を
使う作業の後



尿意、便意が
あるとき



会話時



入浴後

知っておきたい血圧の知識②

家庭で血圧を測る意味は？



家庭で測定した血圧のことを**家庭血圧**と言います。

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**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、知ることによって、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。

家庭での定期的な測定と記録により血圧の変化を捉えることができます。

一般的に、高齢者は、最高血圧が高く、最低血圧が低くなる傾向があります。加齢とともに動脈硬化が進展して血管の壁の弾力が失われるためです。最高血圧の値と最低血圧の差が大きくなるにつれて、脳卒中、心筋梗塞の発症率が上がるという報告もあります。若い人は、末梢の細い血管での血液の流れにくくなり、最低血圧が高くなる場合があります。

カフを巻く

正しく測定するために、必ず付属の専用カフを使用してください。

カフは巻きやすい方の二の腕に巻いてください。

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。（ここでは、左腕に巻く手順を説明しています。）

専用カフの巻き方を動画で確認したいときは、以下にアクセスしてください。



<https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

1 カフを本体に接続する

- カフのエアプラグを専用カフコネクタにしっかりと差し込んでください。
- 差し込みが緩いと、正しく測定できません。

専用カフコネクタ



2 カフを左腕にかぶせる

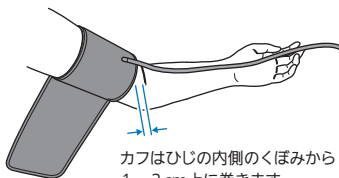
- エアチューブが左腕の手のひら側に来るようにかぶせてください。
- カフは素肌か薄手の肌着の上にかぶせてください。

エアチューブ



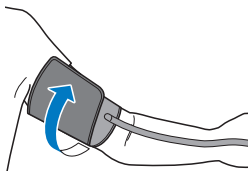
3 カフの位置を調整する

- エアチューブが腕の中心に来るように調整してください。



4 カフを巻き、面ファスナーで固定する

- 隙間ができないように巻いてください。
- 隙間ができる場合は、カフを斜めに巻き上げてください。
- カフを緩く巻くと、正しい測定結果が表示されません。



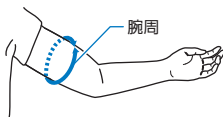
- 厚手の袖の上からカフを巻かないようにしてください。血圧が高く表示されることがあります。



- 袖をまくり上げてカフを巻かないようにしてください。血管が圧迫され、腕の血圧に影響が出ます。



- 専用カフの対象腕周は、17 ～ 36 cm です。腕周とは、右図のようにひじを軽く曲げた状態で、二の腕の中央あたりを計った腕まわりのことです。



- 右腕に巻くときも左腕同様に巻いてください。

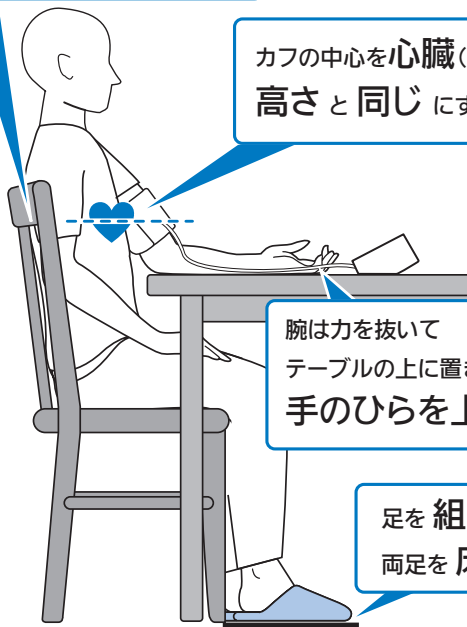
正しい姿勢を確認する

背もたれにもたれて
リラックスする

カフの中心を心臓(目安は乳首)の
高さと同じにする

腕は力を抜いて
テーブルの上に置き、
手のひらを上向きにする

足を組まずに
両足を床につける



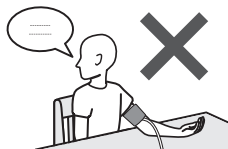
カフの中心が心臓の高さに合っていない場合は、クッションやタオルなどをひじの下に置いたり、椅子に座ぶとんを敷いたりして、高さを調整してください。

正しい姿勢を確認するときは、以下の点に注意してください。



前かがみにならない。

腹部に圧力がかかると血圧が高く表示されます。



測定中に会話しない。

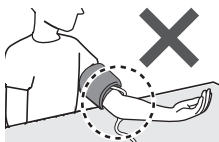
血圧が上昇します。



測定中に動かない。

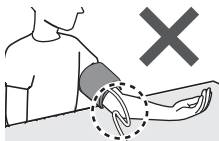
カフを触らない。

脈の検出が乱れて誤差が生じます。



ひじや腕でエアチューブを押さえない。

正しく測定できません。



エアチューブを折り曲げない。

正しく測定できません。

血圧を測る

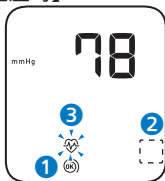
1 〔測定／停止〕ボタンを押す

- 電源が入り、電池残量マーク (P22) 以外のすべてのマークや文字が表示されたあと、測定が始まります。
- 途中で測定を中止したいときは、〔測定／停止〕ボタンを押してください。



- 測定中は表示が以下のように変化します。

【加圧時】



【減圧時】



【測定終了】

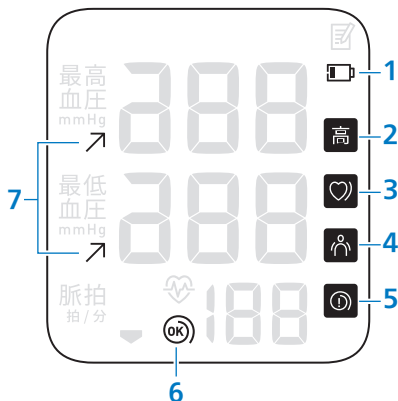


1		カフぴったり巻きマーク カフが正しく巻かれているときに表示されます。
2		カフゆる巻きマーク カフが正しく巻かれていないときに表示されます。 〔測定／停止〕ボタンを押して電源を切り、カフを巻き直してください。
3		脈波マーク 血圧を測っているときに点滅します。
4		排気マーク 減圧時に表示されます。

2 測定結果を確認する

- 最高血圧、最低血圧、脈拍が表示されたら測定終了です。
- マークが表示されたときは、以下を参照してください。

【表示されるマークの説明】



1



電池残量マーク

電池残量が少なくなってくると「

22

2		血圧確認マーク 測定した血圧が家庭高血圧の基準値以上のときに表示されます。 家庭高血圧の基準値 * <table><tr><td>最高 血圧</td><td>135 mmHg 以上</td><td>最低 血圧</td><td>85 mmHg 以上</td></tr></table> * 日本高血圧学会 高血圧管理・治療ガイドライン 2025	最高 血圧	135 mmHg 以上	最低 血圧	85 mmHg 以上
最高 血圧	135 mmHg 以上	最低 血圧	85 mmHg 以上			
3		不規則脈波マーク (☞ P41) 測定中の脈が正しく検出されなかったときに表示されます。 頻繁に表示される場合は医師に相談してください。				
4		体動マーク 測定中に会話をしたり、体を動かししたりしたときに表示されます。 測定中は動かないようにしてください。				
5		カフゆる巻きマーク (☞ P21)				
6		カフぴったり巻きマーク (☞ P21)				
7		血圧上昇傾向お知らせマーク 今回の測定値が前回よりも高い場合に表示されます。				

- エラーが表示されたときは、「おかしいな?と思ったら」(P37)を参照してください。

3 [測定/停止] ボタンを押して電源を切る

- 押さなかったときは、2分後に自動的に電源が切れます。

- カフの締め付けにより、腕に一過性の内出血が発生し、赤みが残る場合があります。
異常を感じたときはすぐに〔測定／停止〕ボタンを押して測定を中止してください。

以上で測定は完了です。

血圧を手動で測るときは

最高血圧値がおおむね210mmHg を超えると予測されるときや、自動でうまく測れないときは、手動で測ってください。

- 1 〔測定／停止〕ボタンを押す
 - 測定が始まります。
- 2 加圧が始まったらもう一度〔測定／停止〕ボタンを押し、そのまま押し続ける
- 3 予測される最高血圧値よりも約30 ～ 40mmHg 高くなるまで加圧されたら、〔測定／停止〕ボタンを離す
 - しばらくすると測定結果が表示されます。
- 4 〔測定／停止〕ボタンを押して電源を切る
 - 押さなかったときは、2分後に自動的に電源が切れます。

知っておきたい血圧の知識③

高血圧が引き起こす病気

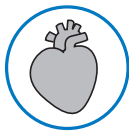
高血圧とは、高い血圧が持続する状態のことです。

高血圧は動脈硬化を起こして動脈を傷め、**脳卒中や心臓病、腎臓病**などの命に関わる病気のもとになります。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。



脳血管疾患

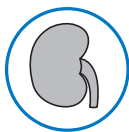
脳の血管が動脈硬化でもろくなり破れて出血を起こす脳出血や、脳の血管が詰まって脳の細胞が死んでしまう脳梗塞が起こりやすくなります。



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。



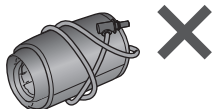
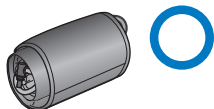
腎臓病

腎臓の血管が傷むと、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、悪循環に陥ります。重症化すると人工透析が必要になります。

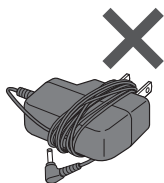
片づける

エアチューブを軽く折り曲げて カフ本体に入れる

- エアチューブを無理に折り曲げないでください。正しく測れなくなります。
- カフのエアチューブは、右図のようにカフに巻き付けしないでください。カフの中にチューブが折れないように収納してください。



-
- 専用ACアダプタ（別売）を使用している場合は、断線を防止するため、右図のように電源コードをACアダプタ本体に巻き付けしないでください。



保管とお手入れ

保管時のお願い

- 長期間使用しないときは、電池を取り外してください。
- 使用する場所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使用してください。
- 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。
 - ・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。

お手入れ時のお願い

- いつも清潔にして使用してください。
- 本体やカフの汚れは、乾いた柔らかい布で拭き取ってください。
- 汚れがひどいときは、水または薄めた中性洗剤を柔らかい布にしみ込ませ、よく絞ってから汚れを拭き取ってください。汚れを拭き取った後、乾いた柔らかい布でから拭きしてください。
- 本製品やカフを濡らさないでください。内部に水などが入らないようにしてください。
- 汚れを落とすときは、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。
- カフは洗濯できません。

廃棄時のお願い

- 本製品や電池を廃棄する場合は、必ずお住まいの市区町村の定めた方法をご確認の上、廃棄してください。

測定記録を見る

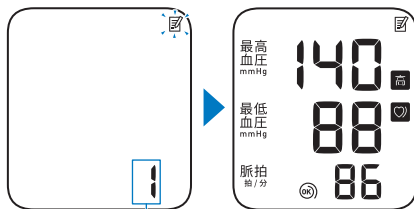
本製品は、測定結果を本体メモリに**最大30回**（最大メモリ回数）まで記録できます。

1

④ [記録呼び出し] ボタンを押す



• 以下のように表示されます。



記録番号

（「1」が最も新しい記録です）

• 表示されているマークの意味は、P21～23を参照してください。

• ④ [記録呼び出し] ボタンを押すと、最も新しい測定記録が表示されます。

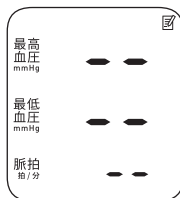
④ [記録呼び出し] ボタンを押すたびに、1つ前の測定記録が表示されます。



• ④ [記録呼び出し] ボタンを押し続けると、記録番号を早送りできます。

• 最も古い測定記録を表示しているときに ④ [記録呼び出し] ボタンを押すと、最も新しい測定記録が表示されます。

- メモリ内に測定記録がないときは、以下のように表示されます。



2 「測定／停止」ボタンを押して電源を切る

- 押さなかったときは、2分後に自動的に電源が切れます。

-
- 測定記録が最大メモリ回数を超えると、最も古い測定記録を削除して新しい測定記録を保存します。

高血圧のタイプ

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。

高血圧の基準は以下のとおりです。

診察室血圧 (病院などで測った血圧)	最高血圧140 mmHg以上または 最低血圧90 mmHg以上
家庭血圧 (家庭で測った血圧)	最高血圧135 mmHg以上または 最低血圧85 mmHg以上

白衣 高血圧

診察室血圧: 高
家庭血圧: 正常

「診察室血圧は高いが、家庭血圧は正常」な状態です。
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

診察室血圧: 正常
家庭血圧: 高

「家庭血圧は高いが、診察室血圧は正常」な状態です。
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わからないため、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：高

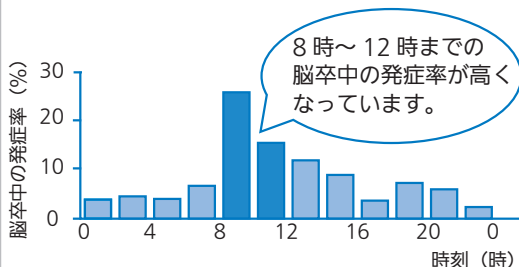
家庭血圧：高

診察室血圧と家庭血圧の両方とも高い状態です。
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です。

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

- 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、医師の重要な診断材料になります。
- 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。

必要なときに／困ったときは

これ以降は、参照する必要があるときにご覧ください。

必要なときに

電池が切れたときなど

電池を交換する 34

廃棄時、譲渡時など

お買い上げ時の状態に戻す 35

別売品をお買い求めのときは

別売品のご紹介 36

困ったときは

わからないことが起こったときなど

おかしいな?と思ったら 37

血圧測定Q&A 40

お問い合わせのときなど

サポート情報 42

電池を交換する

「**A1**」および「」が表示されたら、4個同時に同じ種類の新しい単3形アルカリ乾電池と交換してください。



古い電池を取り出し、新しい電池を入れる

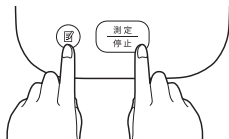
- P13を参照してください。

-
- 充電電池を使用すると正常に動作しない場合があります。
 - 交換した電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。
 - 電池残量が少なくなると、「」が表示されます。新しい電池を準備してください。

■ お買い上げ時の状態に戻す

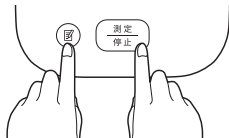
お買い上げ時の状態に戻す場合は、以下のように操作してください。
本体のメモリに記録されているすべての測定結果が消去されます。

- 1 画面に何も表示されていない状態で、
① 〔記録呼び出し〕 ボタンを押しながら〔測定／停止〕 ボタンを3秒以上押し続け、「」が点滅したら指を離す



- この時点ではお買い上げ時の状態に戻っていません。

- 2 再度 ① 〔記録呼び出し〕 ボタンを押しながら〔測定／停止〕 ボタンを3秒以上押し続け、「」の点滅が止まったら指を離す



- この時点でお買い上げ時の状態に戻っています。

- 3 〔測定／停止〕 ボタンを押して電源を切る

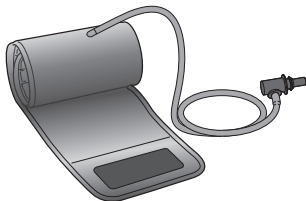
- 押さなかったときは、10秒後に自動的に電源が切れます。

別売品のご紹介

・専用カフ

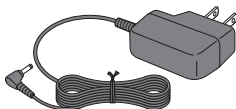
型式：HEM-FM31-C

お求めの際は、「HEM-FM31-C」の型式でご注文ください。
それ以外のカフは使用できません。



・専用 AC アダプタ

型式：HHP-AH01



- ・別売品の専用カフ（型式：HEM-FM31-C）は、エアチューブの長さが同梱の専用カフよりも長くなりますが、測定には影響ありません。
- ・別売品のお求めは、オンラインショップ「オムロンヘルスケアストア」または、オムロンお客様サービスセンターにご連絡ください。（P42、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
「E1」が表示された - 加圧できない	本体とカフが正しくつながっていない。 - カフを正しくつないでください。(P17) カフを正しく巻いていない。 - カフを正しく巻いてください。(P17) カフから空気が漏れているような音がする。 - 明らかにカフから空気が漏れている場合は、新しい専用カフをお買い求めください。(P36) 上記すべてに該当しない場合は、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。
「E2」が表示された - 加圧するが測定できない	測定中に腕や体を動かしたため、適切に加圧されていない。 - 腕や体を動かさないでください。 - 再度「E2」が出るときは、手動で測ってください。(P25) 最高血圧値が210 mmHg を超えるため、測れない。 - 手動で測ってください。(P25)
「E3」が表示された	300 mmHg 以上加圧している。 - 測定中にカフを触らないでください。 - 手動で測るときは、適切な値まで加圧したら、指を〔測定／停止〕ボタンから離してください。 - 測定中にエアチューブが折れ曲がらないようにしてください。

こんなとき	原因・対処のしかた
「E4」が表示された	測定中に腕や体を動かしたり、会話したりしている。 カフや本体が振動して測定できない。 腕や体を動かしたり、会話したりしないでください。
「E5」が表示された または    が表示された - 測定中に「」が点滅しない	脈が適切に検出されていない。または乱れている。 - 腕や体を動かさず、正しい姿勢で測ってください。(P19) - カフを巻き直してください。(P17)  (不規則脈波マーク) が頻繁に表示される場合は医師にご相談ください。
「Er」が表示された	本体が故障している。 再度〔測定／停止〕ボタンを押して「Er」が表示されるときは、オムロンお客様サービスセンターに修理を依頼してください。(P42、裏表紙)
測定記録を見るときに「-」が表示される	1回も測定していない。 血圧を測ってください。
「  」が表示されている	電池残量が少なくなっている。 同じ種類の新しい単3形アルカリ乾電池4個を準備してください。

こんなとき	原因・対処のしかた
「」および「」が表示されている	電池残量が無くなっている。 4個同時に同じ種類の新しい単3形アルカリ乾電池と交換してください。(P34)
どのボタンを押しても反応しない	電池が完全に消耗している。 4個同時に同じ種類の新しい単3形アルカリ乾電池と交換してください。(P34) 電池の   の向きが間違っている。 - 電池を正しく入れてください。(P13) 電池を入れずに使用していて、専用ACアダプタ(別売)が血圧計やコンセントから外れている。 - 専用ACアダプタ(別売)を、本体とコンセントに正しく接続してください。(P14)
測定値が高すぎる／低すぎる	血圧は、時々刻々と変化しています。時間、ストレス、カフの巻き方などが血圧の変化に影響を与えています。(P40)
その他の現象	〔測定／停止〕ボタンを押し直してください。それでも解決しない場合は、電池を外して30秒以上経過してから電池を入れ直してください。

- 上記の対処を行っても解決しない場合は、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。(P42、裏表紙)
- ごくまれに体質上誤差を生じて、正しく血圧を測れないことがあります。医師にご相談ください。
- 本製品の故障や修理のときは、測定記録などがすべて消去されます。

■ 血圧測定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。

・いつも決まったときに測りましょう。

朝は起床後1時間以内、晩は就寝前など毎日決まったときに測りましょう。

（☞ P15）

・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。快適な室温で測定してください。

・血圧が一時的に変動する要因を知りましょう。

詳しくは「血圧を測るタイミング」（P15）を参照してください。

A2. 正しい姿勢や服装、カフの巻き方を守って測りましょう。

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。正しい姿勢やカフの巻き方については、P17～20を参照してください。

Q. 病院での値に比べて低いのですが…

A. 病院での血圧は普段より高く測定されることがあります。

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. カフの締め付けで、痛みやしびれを感じるのですが…

A. 一時的なもので、心配ありません。

血圧測定時は、カフの締め付けにより、痛みやしびれを感じることがありますが、カフ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、医師に相談してください。

Q. が表示されました。不整脈でしょうか？

A. (不規則脈波マーク) が表示されても、不整脈とは限りません。

マークが表示されても不整脈とは限りませんが、頻繁に表示される場合は医師に相談してください。

マークが表示されたときは、再度血圧を測ってください。

Q. 本体メモリとは別で測定結果を管理したいのですが…

A. 当社ウェブサイト「血圧手帳」を公開しています。

<https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/note/>

上記のサイトにアクセスし、PDFを印刷するか、パソコンなどからExcelに入力することで、測定結果を管理できます。



サポート情報

本製品に役立つウェブサイトをご紹介します。

別売品や消耗品のご注文

- オンラインショップ
「オムロン ヘルスケアストア」



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

オムロンお客様サービスセンター

- 「オムロン ヘルスケア お客様サポート」
ウェブサイト



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

または検索サイトで「オムロンヘルスケアサポート」と検索する

お問い合わせの前に

- 製品のよくあるご質問



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

お問い合わせの前に「おかしいな?と思ったら」(P37)、「血圧測定Q&A」(P40) も合わせてご確認ください。

仕様

販売名	オムロン 上腕式血圧計 HEM-7180シリーズ
販売商品コード	HCR-7136
医療機器認証番号	307AHBZX00027000
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
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
カフ圧力表示範囲	0 ～ 299 mmHg
血圧測定範囲	最高血圧: 60 ～ 260 mmHg / 最低血圧: 40 ～ 215 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 $\pm 5\%$ 以内
電源	単3形アルカリ乾電池4 個 (DC 6 V、4 W) 専用AC アダプタ (別売) (入力: AC100 V、50 - 60 Hz、10 VA)
電池寿命	約300回 (単3形アルカリ乾電池使用時、当社試験条件による)
耐用期間	本体 (カフを除く) : 30000回もしくは5年のいずれか早く到達した方 カフ: 10000 回もしくは1 年のいずれか早く到達した方
使用環境条件	+ 10 ～ + 40 °C / 15 ～ 90%RH (結露なきこと) / 800 ～ 1060 hPa
輸送/保管環境条件	- 20 ～ + 60 °C / 10 ～ 90%RH (結露なきこと)
外形寸法	本体 (カフを除く) : 約 幅98 × 高さ79 × 奥行き138 mm カフ: 約 幅145 × 長さ532 mm、チューブ長さ610 mm

質量	本体：約260 g（電池、カフ含まず） カフ：約123 g
対象腕周	17 ～ 36 cm
メモリ	30回
電撃保護	AC アダプタ使用時：クラスⅡ機器 AC アダプタ未使用時：内部電源機器
装着部の分類	BF 形装着部（カフ）
IP 保護等級	IP21（本体）、IP22（専用ACアダプタ（別売））
作動モード	連続作動（運転）
付属品	専用カフ（型式HEM-FM31-C）、単3形アルカリ乾電池4個（お試 し用）、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 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ことがあります。
- 作動モードはJIS T 0601-1による分類です。
- 本製品は、JIS規格JIS T 1115:2018+追補1:2023に適合しています。
- 本製品は、ISO（国際標準化機構）81060-2:2018+A1:2020+A2:2024 の要求に基づき、臨床評価されています。
- 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。また、垂直に落下してくる水滴に対して、動作の妨げがないように、保護されています。専用AC アダプタ（別売）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。また、斜めに落下してくる水滴に対して、動作の妨げがないように、保護されています。

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
	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
	電源の極性
	室内専用

EMC技術資料について

本製品はEMC規格 IEC 60601-1-2:2014+A1:2020 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できます。
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。



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

保証規定

1. 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書きに従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にて修理、また故障内容や製品によっては、交換あるいは他機種との交換をいたします。
2. 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またはご購入の販売店にご連絡ください。
3. 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) 品質保証書の提示がない場合。
 - (ホ) 品質保証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、または販売店で発行されたお買い上げを証明するものがない場合、あるいは字句を書き換えられた場合。
 - (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) その他取扱説明書に記載されていない使用方法による故障および損傷。
4. 品質保証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。
5. 品質保証書は本規定に明示した期間、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。
6. 修理対応期間は製造打ち切り後6年となります。

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行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、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、1年間は無償にて修理、また故障内容や製品によっては、交換あるいは他機種との交換をいたします。

販売商品コード

HCR-7136

お買い上げ店名



お買い上げ年月日 年 月 日

※製品の保証は、日本国内での使用の場合に限りです。

This warranty is valid only in Japan.

※以下のいずれかを必ず行ってください。

- ・販売店で以下に記入、捺印していただく。
- ・販売店で発行されたお買い上げを証明するもの（レシートやシールでも可）を本品質保証書に貼付または保管いただく。

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://store.healthcare.omron.co.jp/support/>

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 (通信料無料)

受付時間9:00~17:00 (祝日を除く月~金)

〒515-8503 三重県松阪市久保町1855-370



3155232-4 A

