

オムロン デジタル 自動血圧計 HEM-602

取扱説明書

- このたびはオムロンデジタル血圧計をお買い上げいただきましてありがとうございました。
- ご使用になる前にこの取扱説明書をよくお読みください。
- 保証書を兼ねていますのでお読みになったあとも大切に保管してください。



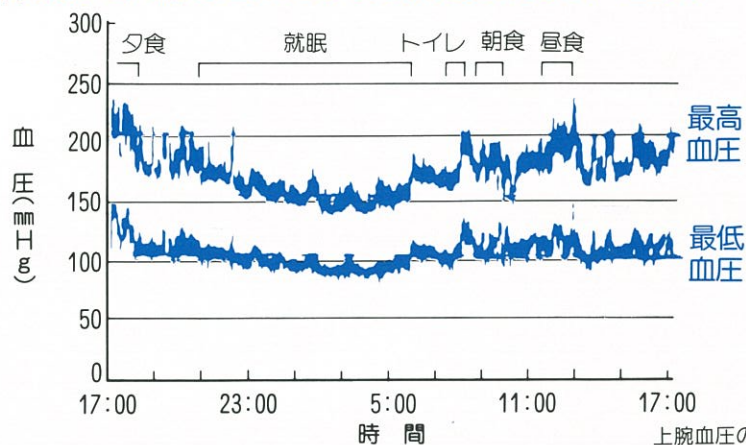
もくじ

ご使用前に知っておいていただきたい	1・2ページ	グラフ表示の使い方	13・14ページ
大切なことから		エラー表示が出たときは	15ページ
各部のなまえ	3ページ	測定時のご注意	16・17ページ
ご使用にあたっての準備	4～6ページ	故障を防ぐために	18・19ページ
1. 乾電池を入れます。	4ページ	血圧Q&A	20～22ページ
2. 手首カフを巻きます。	5・6ページ	おかしいな?と思ったら	23ページ
正しい測定姿勢	7・8ページ	仕様/修理サービスネットワーク	24ページ
測り方	9～12ページ	保証規定/品質保証書	25ページ

1 家庭での血圧測定値は病院での血圧測定値に比べ、低めに出る傾向があります。

血圧はご自分の緊張やリラックスの状態によって、自分が気づかない時でも、30～50mmHgも変動することがあります。

● 1日のなかで、10秒おきに測ってもこんなに変動します。(直接法)



上腕血圧のデータ
横浜市立大学医学部第二内科 板久保 修先生ご提供

血圧は病院で測ると家庭で測るより25～30mmHg高くなる場合があります。これは病院で測ると緊張し、自宅では気持ちが落ち着いているためです。自宅での安定した平常値を知っておくことが大切です。



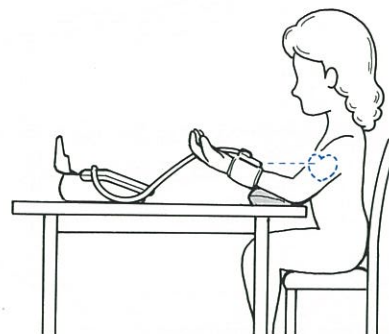
血圧の変動する要因

- 呼吸 ●運動 ●精神の緊張 ●考えごと ●環境や温度の変化など
- 食事 ●排尿、排便 ●会話 ●入浴 ●飲酒 ●喫煙など

血圧はこうに変動しやすいことをご理解ください。

2 正しい測り方をしましょう。

血圧を正確に測るために、正しい測り方を守ることが大切です。



必ず椅子に腰掛けるか正座し、**姿勢を正しくし**、腕はテーブルの上に置きます。**手首カフは心臓の高さと同じ位置になるように**、付属のクッションまたはタオルなどを折り畳んだ上にひじと手首の間を置いて調整します。手首(測定部分)を心臓の高さ(乳頭の位置)に合わせないと、正しい値は得られません。肩や手の力を抜き、自然な姿勢で測定します。

3 自分の血圧傾向を知りましょう。



つねに変動している血圧の傾向を知るためには、家庭で毎日同時刻に血圧測定して記録し、ご自分の血圧傾向を知ることが大切です。そして測定のたびに一喜一憂することなく、記録した血圧データの判断は医師の指導に基づき、健康管理に役立てましょう。

4 手首の血圧は上腕の血圧と異なることがあります。

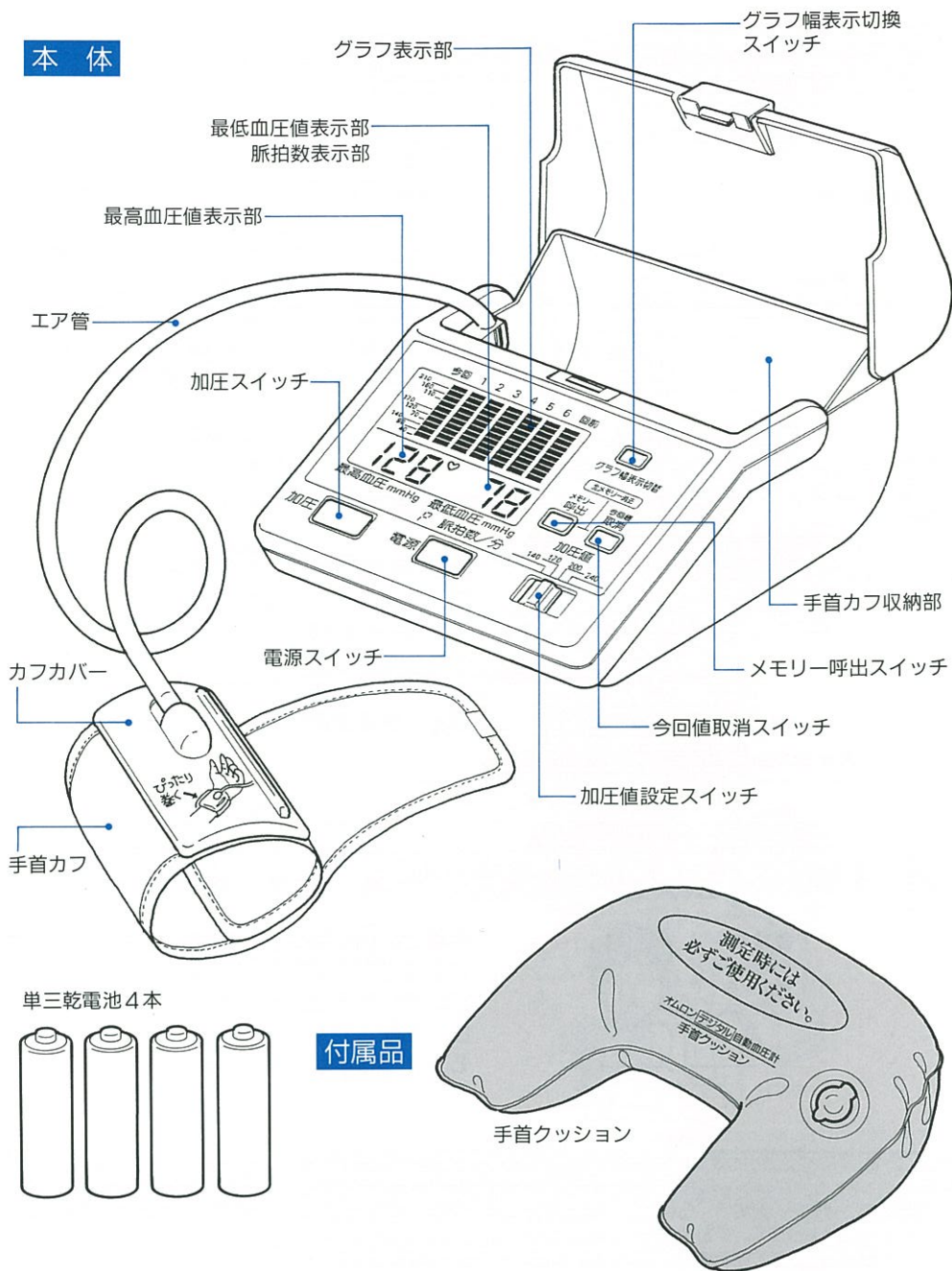


手首での血圧測定は、通常の上腕で血圧測定する場合と測定部位と血管の太さが異なりますので、その値は少し異なります。多くの場合、健康な方ではその差は最高・最低血圧とも±10mmHg程度以内です。

次のような方はご注意ください。

高血圧症、糖尿病、腎臓病、動脈硬化、抹消循環障害などがある方の場合、手首の血圧値と上腕血圧値に大きな差が出る事があります。手首の血圧測定値に疑問点やご心配な点がある方はオムロン健康相談室にご相談ください。(P22参照) また、測定結果は医師の指導に基づき、健康管理にお役立てください。

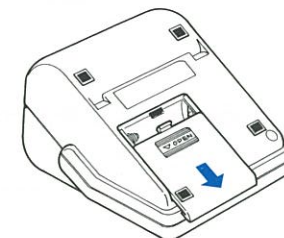
各部のなまえ



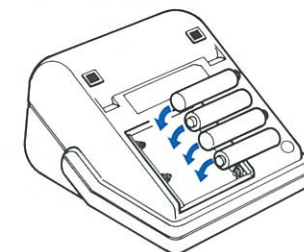
ご使用にあたっての準備

1 乾電池を入れます。

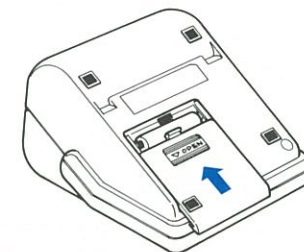
1 本体裏の電池カバーを押しながら矢印の方向にはずします。



2 単三形乾電池 4本を $\oplus$ $\ominus$ の表示に合わせて入れます。



3 電池カバーを元のように閉めます。



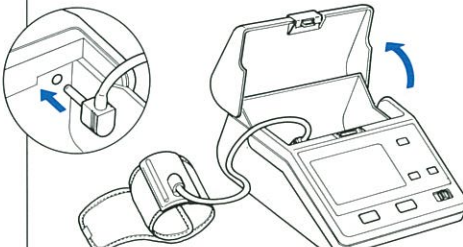
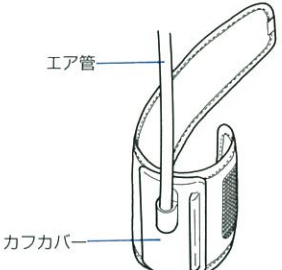
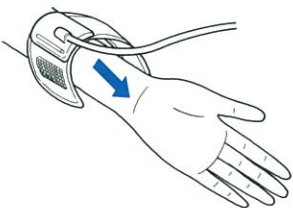
乾電池の寿命と交換について

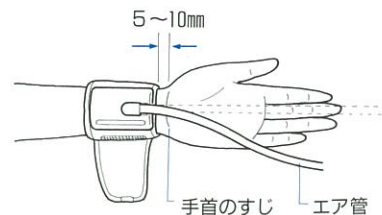
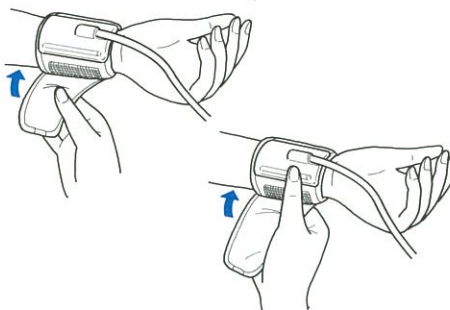
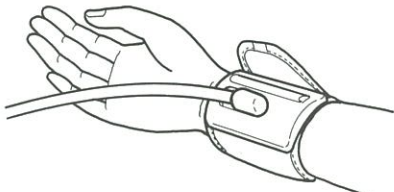
- 高性能マンガン乾電池（単三形・4本）で約380回測定できます。（室温22℃、1日2回170mmHg加圧の場合）
- 付属の乾電池はモニター用ですので、380回以内に電池寿命が切れることがあります。
- 測定中に電池交換マーク「」が点滅したら、4本同時に新しい乾電池（同じ種類のもの）と交換してください。

乾電池使用上の注意

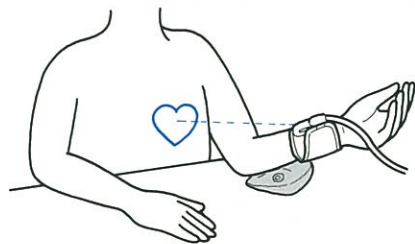
- 乾電池を長時間入れたままにしますと液もれが起こり本体を痛めることがありますので長時間使用しないときは、乾電池を取り出しておいてください。
- 使いきった乾電池はすぐに新しいものと交換しましょう。

2 手首カフを巻きます。

1 手首カフ収納部のフタを開け手首カフを取り出します。	
2 手首カフのエアプラグを本体の手首カフコネクタに差し込みます。	
3 手首カフを右図のように広げます。	
4 左手のひらを上に向けます。カフカバーのエア管が手のひらの方向に伸びるように手首にかぶせます。 ※手首カフは素肌の上に巻いてください。このとき衣服のそで口を巻きこまないようにしてください。	

5 左手のひらを上に向け、手首のすじから5～10mmはなしたところに手首カフの端を合わせます。このときエア管は手のひら側の中央で、中指の延長上にくるようにしてください。	
6 ①図のように、手首カフの下に出た部分を持ち、引っ張りながら、手首カフと手首の間（特にカフカバー付近）にすき間ができないようにピッタリ巻き上げます。 手首が細い人の上手な巻き方 ②図のように、カフカバーを親指で押さえながら巻き上げます。	
7 手首カフは手首の形に沿って巻き上げます。このとき手首カフが斜めになっても測定値に影響ありません。 ※ピッタリ巻かないとよけいにしめつけが強くなり、手首がしびれたり、正しい血圧が測定できないことがあります。	 ここにすき間ができないよう、ピッタリ巻いてください。
8 左手首に手首カフが巻けない場合 左手首での血圧測定が不可能な場合は、右手首で測定できます。図のように装着してください。	

手のひらを上にして軽く開き、手首カフの中心が心臓の高さ（乳頭の位置）になるようにひじをテーブルまたは台の上に乗せ、付属のクッションまたはタオルなどを折り畳んだ上に手首とひじの間を置きます。



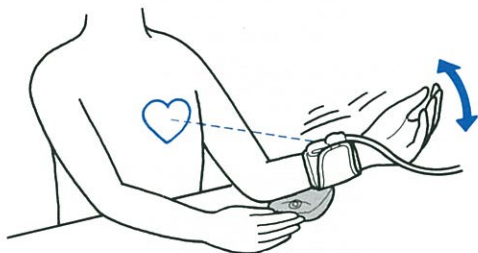
正しい測定姿勢

測定はイスなどにゆったりと座り、測定前に深呼吸を5～6回し、リラックスします。



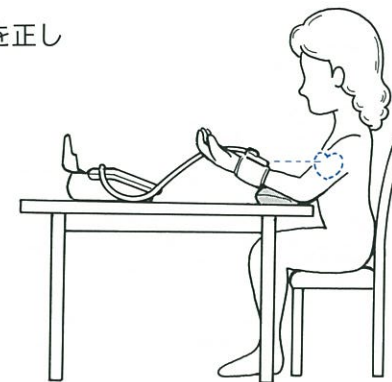
高さ調節の仕方

机とイスの高低に気をつけ、手首カフが心臓の位置（乳頭の位置）と同じ高さになるように前腕の外側や手首の下に、付属のクッションまたは折り畳んだタオルなどをあてて調節してください。

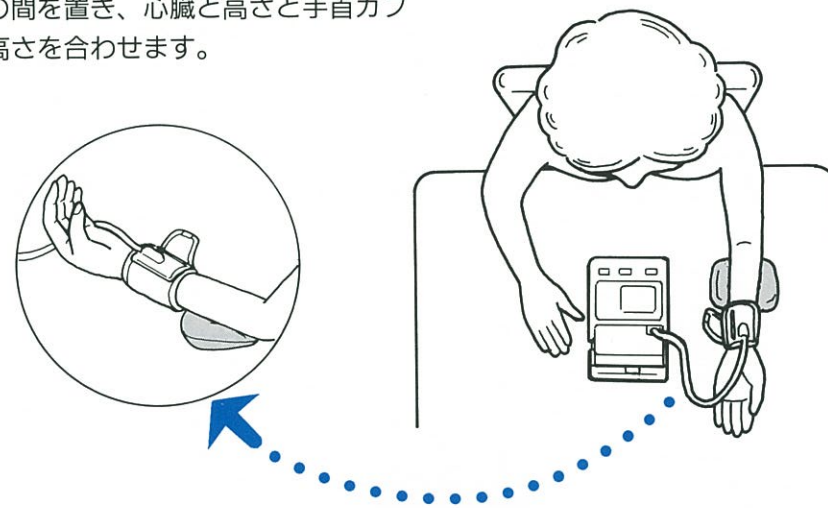


手首カフを心臓の高さ（乳頭の位置）に合わせ、正しい測定姿勢をとります。

- 椅子に腰掛けるか正座し、姿勢を正しくします。



- 図のようにテーブルの上に置き、肩の力を抜きます。付属のクッションもしくはタオルを折り畳んだ上に手首とひじの間を置き、心臓と高さで手首カフの高さを合わせます。



1 手首に手首カフを巻いて電源を入れます(5~6ページ参照)。

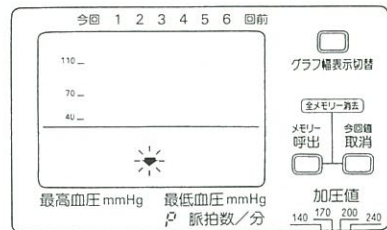
電源スイッチを押します。



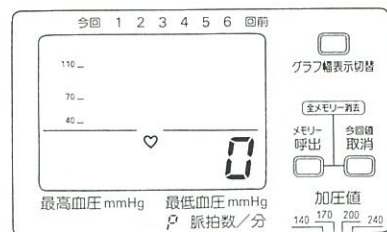
初期表示



排気中表示



「♡」マークが表示されれば準備完了です。



2 加圧値を設定します。

予想される最高血圧値より40mmHg程度高めに設定します。



3 加圧スイッチを押します。

加圧スイッチを押します。設定した加圧値まで自動的に加圧します。加圧を始めたなら腕を動かさないで静かに測定してください。

最高血圧値が200mmHgを超えると予想される場合

最高血圧値が200mmHgを超える場合には加圧値設定による自動加圧では十分に加圧できません。このときは予想される自分の最高血圧値より40mmHg程度高い値まで加圧スイッチを押しつづけます。

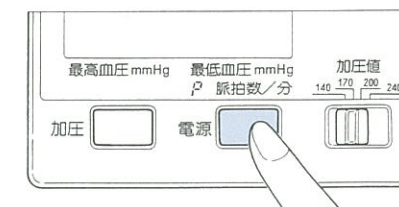
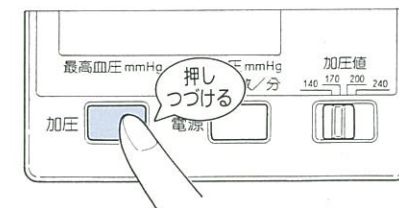
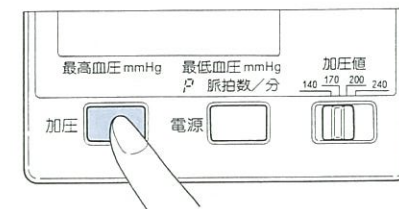
※必要以上に高い圧力を加えないでください。

〈自動再加圧するとき〉

測定初期に加圧不足と判断された場合は、自動的に前回加圧値より約50mmHg高い値まで再加圧されることがあります。うっ血を防ぐため次の回より加圧値を最高血圧値より約40mmHg程度高目に設定して測定してください。

〈測定を中止したいとき〉

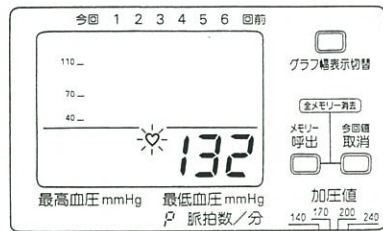
電源スイッチを押してください。加圧が停止し、急速に排気され、電源が切れます。



4 測定します。

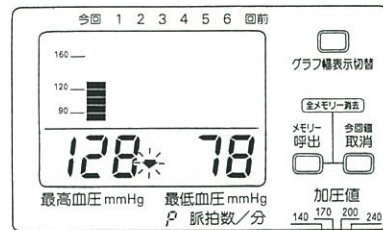
自動的に測定が開始され、脈が検出されると、「♥」マークが点滅し始めます。

※排気中に血圧測定を行っているので、手首カフやエア管をゆらしたり、手首に力を入れたりしないようにしてください。



5 測定がおわります。

測定し終わると排気中「↓」マークが点滅し、手首カフの圧力が抜かれます。

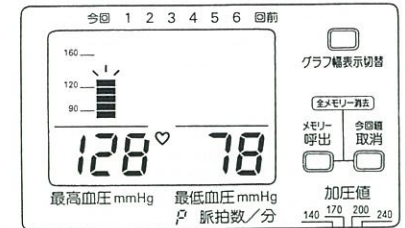


6 測定値とグラフが表示されます。

測定終了時点で、最高血圧と最低血圧が同時に表示されます。しばらくして(約3秒後)、脈拍数が表示されます。以降、血圧値と脈拍数が交互に表示されます。今回の測定値のグラフも同時に表示されます。

※グラフ表示の使い方についてはP13～14をご覧ください。

※この時点で「♥」マークが点灯していれば、次の測定が行えます。



7 電源を切ります。

これで血圧測定が終了しました。手首カフをはずしても測定結果は保持されます。

測定を終了する場合は電源スイッチを押して電源を切ってください。

※万一押し忘れても約5分後に自動的に電源は切れます。



グラフ表示の使い方

①今回測定値を含め7回分の測定結果を表示します。

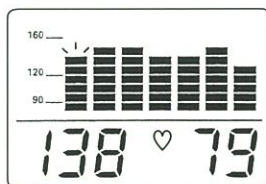
②測定終了とともに、最高・最低血圧値が表示され、グラフが点滅します。

③血圧を測定するたびに測定値が自動的にメモリー(登録)され、グラフは右に移動していきます。(6回分測定値が登録できます。)

メモリーを呼び出す時

⑥メモリー登録された測定値を表示したいとき押します。

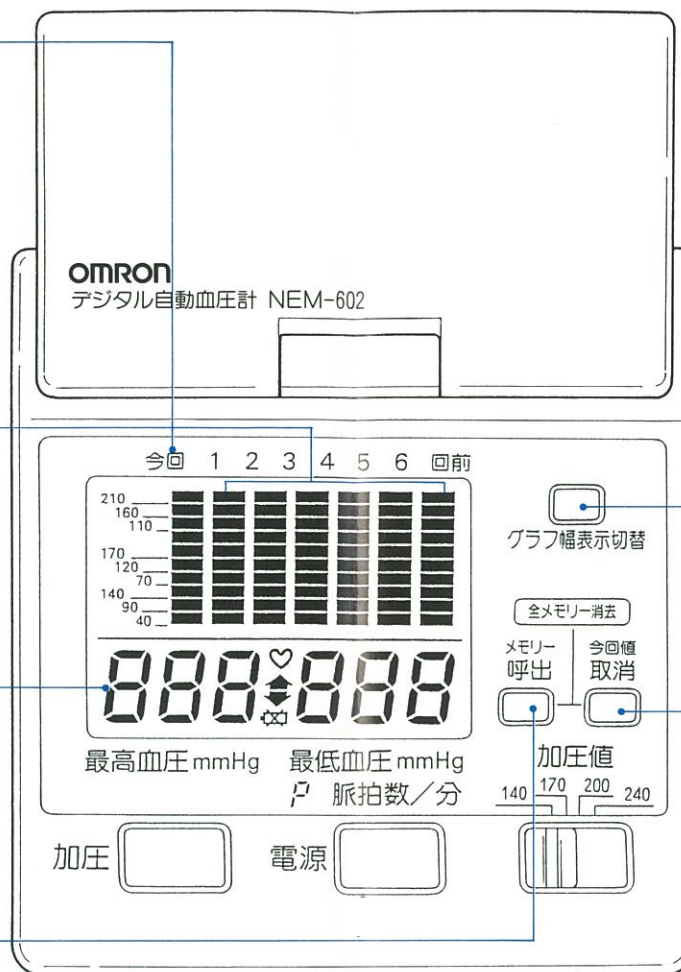
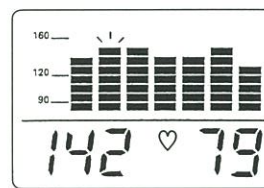
測定が終了すると、今回値のグラフが点滅し、測定値が表示されます。



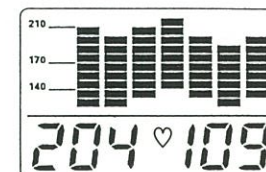
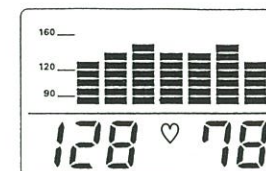
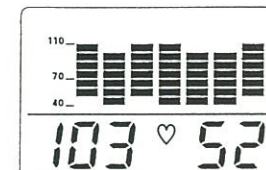
メモリー呼出スイッチを1回押すと



グラフ表示内の1回前のグラフが点滅し、測定値が表示されます。同様にスイッチを1回押すごとに点滅が移動し、6回前までの測定値を表示することができます。



④3段階のグラフ幅表示が選択できます。(測定終了後には最適なグラフ幅をコンピューターが自動的に選択します。)



メモリーしない時

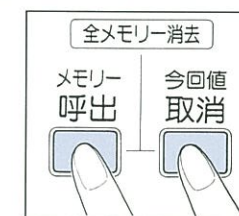
⑤今回測定した測定値をメモリー(登録)しない時は「今回値取消」スイッチを押します。



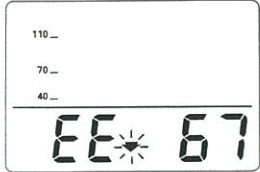
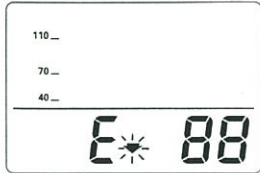
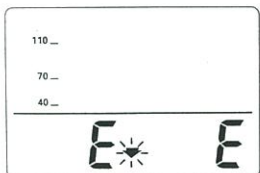
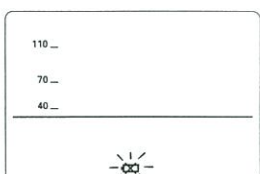
メモリー呼出中は「今回値取消」スイッチを押しても、今回値を取消することはできません。

メモリーを消したい時

⑦メモリー登録された測定値をすべて消したいときは「メモリー呼出」スイッチと「今回値取消」スイッチを同時に押してください。(1秒間以上)全メモリーが消去されます。



エラー表示が出たときは

エラー表示マーク	原因	対処の仕方
	加圧が足りなかった	「♡」マークを確認したのち、加圧値設定スイッチを一段階高く設定して加圧してください。
	測定中に雑音が入った。 測定中に手首や体を動かしたり、話をしたりした。	「♡」マークを確認したのち、静かにして、もう一度測定してください。
	加圧中や測定中に手首を大きく動かした。	エア管の折れを直したのち、静かにしてもう一度測定してください。
	エア管が折れていた。	
	乾電池が消耗している。	4本同時に新しい乾電池（単三形）に交換してください。（4ページ参照） 乾電池交換時に約30秒以上かかると、メモリーされた測定結果が消えてしまうことがあります。

測定時のご注意

●緊張したり不安定な精神状態のときは、血圧が安定しませんので、リラックスした状態で測りましょう。



●睡眠不足や便秘のとき、心配ごとや、イライラがあるとき、また軽い運動や食事によっても血圧は高くなります。



●食後1時間後のゆったりした気分になれるときが測定の好機です。



●コーヒー・紅茶を飲んだり喫煙した直後は、血圧が高めに出ます。



●血圧を測る前に5～6回深呼吸をすると、血圧値が安定します。



●腹圧をかけないようにします。背中を丸めたり（例えば、応接間などの低いテーブルでの測定）、椅子で足を組んだ姿勢、畳であぐらをかいた姿勢での測定は、腹圧がかかり、血圧は高く出る傾向にあります。本来の血圧とは言えません。



●運動・入浴の後は20分以上たってから安静状態で測定してください。



●温度が極端に低いところや高いところでは使用しないでください。（測定値に影響する場合があります。）



測定時のご注意

- 夕食後に測定する場合は、入浴、飲酒をしないときに測りましょう。



- 尿意があると血圧が高まるので、排尿をすませ数分後に測りましょう。



- 寒さは血圧を上昇させるので、室温は20℃前後に保って測りましょう。



- 寝たまま測定する場合：座った姿勢が基本ですが、横になって測る場合には、人によって血圧値が変わることがありますのでご注意ください。



- 長時間にわたって繰り返し測定を行わないでください。



- 測定中はおしゃべりをしたり、手を動かしたりしないでください。



故障を防ぐために

お手入れ

本体の汚れは水または中性洗剤をしみこませた布でよくふき取り、乾いた布で空ぶきしてください。



ベンジン、シンナー、ガソリンなどを使用しないでください。



保管

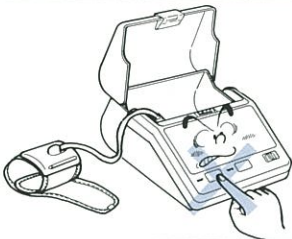
手首カフを本体に収納し、保管してください。なお、エア管が折れないようにご注意ください。



直射日光、高温、多湿、ホコリ、腐食性ガスなどの多いところや水のかかる所に保管しないでください。



取扱い

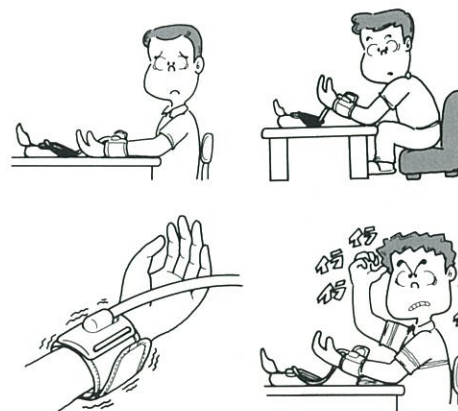
エア管の取りはずしに際しては、エア管を持って引き抜くなど無理な力かけないでください。	
手首カフを無理に広げたり折り曲げたりしないでください。	
手首カフを手首に巻かずに加圧スイッチを押さないでください。	
血圧計の本体や手首カフは分解や改造をしないでください。	
本体に強いショックを与えたり、落としたりしないでください。	

注意) 上記の注意事項、その他の正しい使用方法をお守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。

Q.病院で測るよりも低いのはなぜですか?



Q.病院で測るよりも高いのはなぜですか?



A. 血圧は、運動や周囲環境（温度や精神状態）によって、ご自分で気づかないときでも、30～50mmHgも変動することがあります。特に病院で測ると家庭で測るよりも、平均で15～20mmHg程度高くなると言われています。これは病院で測ると緊張し、家庭では気持ちが落ち着いているためです。ご自分の血圧はどのようなときに、どのくらい上がったか下ったかという傾向を知っておかれることは、健康管理のうえでとても大切なことなのです。

A. 病院で測る血圧より高くなる原因として、次のようなことが考えられます。この点に注意して測定してください。

①測定の際、手首クッションやタオルで手首カフの高さを調節していない。

心臓の高さ（乳頭の位置）よりも、手首カフの位置が低くなると、血圧が高く測定されてしまいます。

②応接間など低いテーブルに肘をついて測定している。

応接間のような低いテーブルの上での測定は、手首カフが心臓の高さ（乳頭の位置）よりも低く、また、お腹に圧力がかかるため、血圧は高く測定されます。

③手首カフの巻き方がゆるい。

手首カフはピッタリと巻いてください。（5～6ページ参照）

④イライラしたり、精神がリラックスしていない。

測定前に、深呼吸を5～6回するなどして、リラックスしましょう。

⑤生体上、上腕の血圧よりも手首の血圧のほうが高い。

手首での血圧値と上腕での血圧値は、ほとんどの人は大きな差はありませんが、常に、高目であったり、低目であったりする方もいらっしゃいます。その傾向を認識されたうえで、お使いいただくようお願いいたします。

Q.測るたびに測定値が違うの
ですか？



A.血圧は時々刻々変化しています。連続して測定すると1日の中でも、変化します。また、測定姿勢、手首カフの巻き方によっても変化します。正しく手首カフを巻き、正しい測定姿勢をとって、いつも同じ条件で測定してください。

Q.再加圧したり、Eマークが出るのはなぜですか。



A.次のような原因が考えられます。

①加圧値設定が不足している。

想定される血圧値よりも40mmHg程度以上の加圧が必要です。

②測定中に体が動いている。

測定中は、おしゃべりをしたり、体を動かしたりすると脈波が正しく検出できないため、このような現象が起こることがあります。測定中は静かにしましょう。

Q.上腕での測定値との差を知るためには？



A.右腕に上腕式血圧計、左手首で手首式血圧計(イラスト参照)で同時に測定します。数回測るうちに、ご自分の傾向をお知りになることができます。また右腕と左腕との血圧値に大きな差がある場合は、左右交互に数回測定して左右の血圧傾向を知る必要があります。

Q.家庭での血圧管理とは、
ナンですか。



A.変動しているあなたの血圧が、一日のうちで、高いときはどのくらいか、低いときはどのくらいか。また、どんなときに高くなるのか、どんなときに低くなるのか。こうした傾向をつかむことが、医師の診断に大変役立つことになるのです。日頃から血圧の記録をとり、同時に気候の変化や生活の中での変化、心配事、薬の服用などを記録しておきましょう。

Q.手首式血圧計について、より
くわしく聞きたいのですが？

A.オムロンでは、昭和59年より「オムロン健康相談室」を開設。オムロン健康機器の正しい使い方や、オムロン健康機器に関連するアドバイスを中心に専任のヘルスアドバイザーがキメ細かに対応させていただきます。

お客様の疑問に、 オムロン健康相談室がお答えします。

全国どこからでも下記のフリーダイヤルへ!!
受付時間10:00~12:00/13:00~16:00(月~金)

0120-30-6606
フリーダイヤル ダイヤルは正確に



※商品の故障および修理の依頼につきましては
オムロンフィールドエンジニアリング株にお問い合わせください。

ご使用中に異常が生じた場合は、まず次の点をお調べください。

こんなとき	点検するところ	直しかた
電源スイッチを押しても何も表示しない。	乾電池が消耗していませんか。	新しい乾電池と取り替えます。 (4ページ参照)
	乾電池の⊕⊖の向きがまちがっていませんか。	乾電池を正しく入れ直します。 (4ページ参照)
測定ができない。 または血圧値が異常に低く（高く）表示される。	手首カフを心臓の高さに保っていますか。	正しい姿勢で測定します。 (7～8ページ参照)
	手首カフがきちんと巻けていますか。	正しく手首カフを巻きます。 (5～6ページ参照)
	手のひらに力がいっていませんか。	リラックスして測定します。 (7～8ページ参照)
	測定中におしゃべりをしたり、手を動かしたりしていませんか。	静かにして測定します。 (7～8ページ参照)
再加圧で測定に時間がかかる。	測定中に手を動かしていませんか。	測定中は手を動かしたりしないで静かに測定します。 (7～8ページ参照)
	予想される最高血圧値より40mmHg以上高めに加圧値を設定していますか。	加圧設定値を設定しなおします。 (9～10ページ参照)
上腕で測った値と異なる。	20ページのQ&A参照の上、なおご不明の点はオムロン健康相談室へご相談ください。	
測るたびに血圧値が違う。 または血圧値が異常に低く（高く）表示される。	血圧値は、測定時の精神状態や測定時刻によっても常に変化しています。深呼吸等をして落ち着いてから測り直してください。 (1ページ参照)	

※上記の方法でも、測定が正常にできない場合は内部機構にさわらずお買い上げの販売店へご相談ください。
※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、オムロン健康相談室へご相談ください。

仕 様

名 称	オムロンデジタル自動血圧計	電 源	単三形乾電池 4本 (SUM-3)
形 式	HEM-602	電 池 寿 命	高性能マンガン乾電池使用で約380回 (室温22℃1日2回170mmHg加圧の場合)
表 示 方 式	デジタル表示方式	使用温湿度	+10～+40℃・30～85%RH
測 定 方 式	オシロメトリック法	保存温湿度	-20～+60℃・10～95%RH
測 定 範 囲	圧力/0～280mmHg 脈拍数/40～200拍/分	測定可能な 左手首周長	135～195mm
精 度	圧力/±4mmHg以内 脈拍数/読み取り数値の±5%以内	本 体 質 量	約450g (電池を含む)
加 圧	ポンプによる自動加圧方式	外 形 寸 法	幅120×高さ82.5×奥行177mm
減 圧	自動減圧方式	付 属 品	手首クッション 単三形乾電池 4本 取扱説明書 (品質保証書つき)
排 気	自動急速排気	医療用具承認番号	6 B 第 1 7 9 号
圧 力 検 出	静電容量式圧力センサー		

※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。

- 商品の故障および修理の依頼につきましては、
オムロンフィールドエンジニアリング株式会社にお問い合わせください。

オムロンフィールドエンジニアリング株式会社のネットワーク		'93-09
オムロンフィールドエンジニアリング 北海道株式会社 〒060 札幌市中央区北3条西1-1 サンメモリア6階		TEL 011 (281) 5125
オムロンフィールドエンジニアリング株式会社		
仙台支店	〒980 仙台市青葉区二日町18-26 二日町OAビル3階	TEL 022 (261) 7054
大宮支店	〒336 埼玉県浦和市仲町1-14-8 三井生命浦和ビル2階	TEL 048 (833) 7911
東京第1支店	〒150 東京都渋谷区恵比寿1-19-15 ウノサワ東急ビル2階	TEL 03 (3448) 8104
東京第2支店	〒103 東京都中央区日本橋本町1-4-12 日本橋セントラルビルディング3階	TEL 03 (3270) 6281
横浜テクノセンタ	〒221 横浜市神奈川区鶴屋町2-21-8 第一安田ビル2階	TEL 045 (312) 1923
静岡テクノセンタ	〒420 静岡市紺屋町11-19 静鉄紺屋町ビル5階	TEL 054 (254) 3718
名古屋支店	〒460 名古屋市中区丸の内3丁目22番21号 安田火災名古屋ビル7階	TEL 052 (962) 3281
金沢テクノセンタ	〒920 金沢市駅西本町1-14-29 サン金沢ビル1階	TEL 0762 (61) 5467
京都支店	〒604 京都市中京区蛸薬師通高倉西入ル泉正寺町344 日昇ビル1階	TEL 075 (255) 4171
大阪第1支店	〒530 大阪府北区堂島浜2丁目1番9号 古河大阪ビル西館1階	TEL 06 (348) 1814
神戸テクノセンタ	〒651 神戸市中央区小野柄通3-2-22 富士火災神戸ビル9階	TEL 078 (242) 8268
広島支店	〒730 広島市中区鞆町13-14 新広島ビル5階	TEL 082 (227) 1573
オムロンフィールドエンジニアリング		
九州株式会社	〒812 福岡市博多区博多駅東2-5-28 博多偕成ビル3階	TEL 092 (451) 6748
鹿児島支店	〒890 鹿児島市鴨池新町5-6 鹿児島県プロバングス会館4階	TEL 0992 (52) 7674

※所在地・電話番号を予告なく変更することがありますので、ご了承ください。