



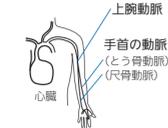
## 10 測定 Q&A

### Q：上腕式血圧計との差はありますか？

- 血圧は、上腕での測定が標準とされていますが、手首式血圧計は、手経に継続して測れる特長を持っています。

- 寒い時期などに上着を脱いだり、袖をまくりあげて測定をしなくてよいため、寒さによる血圧への影響を抑え、測定できます。
- コンパクトで持ち運びしやすいため、職場や旅行でも血圧測定ができ、自宅以外でも血圧管理に役立ちます。

- 手首の動脈は上腕と直接つながっており、距離も近いため、その血圧は上腕に近く、上腕血圧の変化もよく反映します。

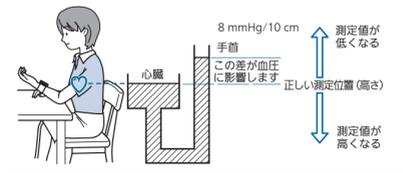


血圧の傾向を知り、より充実した血圧管理にお役立てください。

A1 次のような場合には、上腕式血圧計と手首式血圧計との間で測定結果に差が出る場合があります。

- 手首の高さが心臓の高さと異なるとき

手首と心臓の高さが異なると、血液の重さにより手首の血圧自体が変わります。手首が心臓より高くなる血圧は低くなり、低くなると高くなります（高さ10 cmあたり約8 mmHg）。必ず正しい測定姿勢をお守りください。



### 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相談ください。
- 無償保証期間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、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) その他取扱説明書に記載されていない使用方法による故障および損傷。
- 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。
- 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。
- 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す。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、一年間は無償修理または交換いたします。 <small>※ 製品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。 ※ 以下につきましては、必ず販売店にて、記入願ひしていただく必要があります。 This warranty is valid only in Japan.</small>	
商品型名 HEM-6220-B/HEM-6220-PK/ HEM-6220-SL	お買い上げ店名
ご氏名	住 所
ご住所	TEL ( )
TEL ( )	お買い上げ年月日 年 月 日
製造販売元 <b>オムロンヘルスケア株式会社</b> 〒617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ井 53 番地	

- 入浴や運動したとき

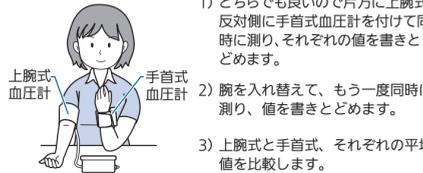
一般的に、入浴や運動の後は末梢の血管が拡張するため血圧は下がりますが、上腕よりも手首の血圧の方が、大きく下がる傾向があり、血圧差が大きくなる場合があります。

- 動脈硬化が進行しているとき

糖尿病、高脂血症、重度の高血圧などにより、動脈硬化が進行している場合は、上腕と手首に血圧差が出る場合があります。

### お知らせ

- 手首と上腕の血圧差は、次のようにすると確認できます。



- どちらでも良いので片方の上腕式、反対側に手首式血圧計を付けて同時に測り、それぞれの値を書きとどめます。
- 腕を入れ替えて、もう一度同時に測り、値を書きとどめます。
- 上腕式と手首式、それぞれの平均値を比較します。

### Q：測るたびに測定値が違うのですが…

- A1 血圧は、時々刻々に変化しています。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、1～2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。



- A2 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てください。



- 正しい姿勢や服装、カフ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。

測定中に動いたりカフを触ると、脈の検出が乱れて誤差が生じます。



衣服の袖の上からカフを巻くと正しい測定結果が表示されません。

カフを緩く巻くと正しい測定結果が表示されません。

測定中に手首を反らせない。



測定中に手首を曲げない。

測定中に揺らさない。

## 11 血圧の知識 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、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、研究結果も報告されています。

また、自分の血圧を測り、知ること、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、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。



### 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

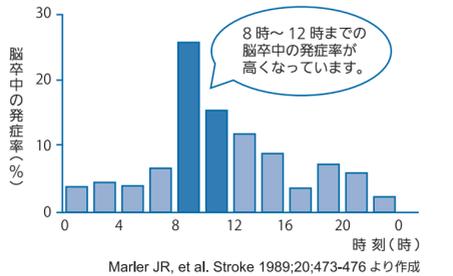
家庭血圧（普段の血圧）が高いのに、診察室血圧が正常なケースです。すぐに治療を検討する必要がありますが、普段の高血圧が医師に分からないため、治療が遅れて重症化につながりやすい、危険なタイプとされます。家庭血圧の測定は、この危険な状態の発見を助け、早期の診療につなげます。

### 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。

### 早期高血圧

- 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期高血圧と考えられています。



### 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。  
(<http://www.healthcare.omron.co.jp/resource/guide/hightbp/>)

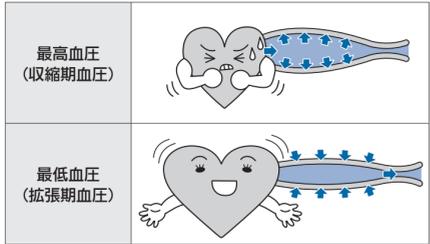
## 12 血圧の知識 血圧とは

- 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（心拍といえます）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。この収縮期の間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えます。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えます。



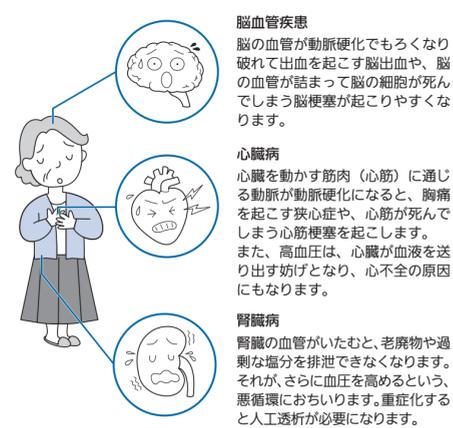
## 13 血圧の知識 血圧と健康について

- 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



## 14 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
	手首カフの巻き方がゆるい	手首カフを正しく巻き、もう一度測定してください。（ <a href="#">E1</a> <a href="#">E2</a> 血圧を測定する）
	測定中に腕やからだを動かして過大加圧 (300 mmHg 以上) した	手首カフを押さえなくてください。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。（ <a href="#">E3</a> <a href="#">E7</a> 血圧を測定する）
	測定中に腕やからだを動かした	指や手首を動かさないください。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。（ <a href="#">E3</a> <a href="#">E7</a> 血圧を測定する）
	手首カフの巻き方がぎつ	手首カフを正しく巻き、もう一度測定してください。（ <a href="#">E4</a> <a href="#">E6</a> 血圧計の手首カフを巻く）
	測定中に腕やからだを動かした	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。（ <a href="#">E5</a> <a href="#">E7</a> 血圧を測定する）
	機能の異常による故障	オムロンお客様サービスセンター（ <a href="#">E6</a> ）0120-30-6606)まで修理の依頼をしてください。
	電池が消耗している	2個同時に新しい電池と交換してください。（ <a href="#">E7</a> <a href="#">E8</a> 電池を入れる）

## 15 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）表示される	手首カフを心臓の高さに保っていない	手首を正しい高さに保ってください。（ <a href="#">E1</a> <a href="#">E7</a> 血圧を測定する）
	手首カフが正しく巻けていない	手首カフを正しく巻いてください。（ <a href="#">E1</a> <a href="#">E6</a> 血圧計の手首カフを巻く）
	肩が腕などに力が入っている	リラックスして測定してください。（ <a href="#">E1</a> <a href="#">E7</a> 血圧を測定する）
圧力が上がらない	手首カフが空気漏れしている	オムロンお客様サービスセンター（ <a href="#">E2</a> ）0120-30-6606)まで修理の依頼をしてください。
	手首カフが短期間で空気漏れをおこしてしまう	手首と手首カフのすき間がないようにピッタリ巻いてください。 ※ 巻き方がゆるすぎるとう手首カフに余分な圧力がかかり、手首カフの寿命が短くなります。
血圧計が正常にはたらく、正しく測定しても、病院で測定した血圧値より高い（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。（ <a href="#">E1</a> <a href="#">E7</a> 測定Q&A）
加圧中に電源が切れる時計がリセットされる	長期間使用しなかったか温度変化により電池が消耗している	新しい電池と交換してください。（ <a href="#">E4</a> <a href="#">E8</a> 電池を入れる）
どのスイッチを押しても何も表示されない	電池が完全に消耗している	新しい電池と交換してください。（ <a href="#">E4</a> <a href="#">E8</a> 電池を入れる）
その他の現象	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。（ <a href="#">E4</a> <a href="#">E8</a> 電池を入れる）
	測定 / 停止スイッチを押し直して、最初からやり直していただく。 ・電池を交換してください。 ・それでもなおならない場合は、オムロンお客様サービスセンター（ <a href="#">E6</a> ）0120-30-6606)までお問い合わせください。	

※ 上記の方法でも、正常に測定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ご依頼につきましては、オムロンお客様サービスセンター（[E6](#)）0120-30-6606)までお問い合わせください。  
※ 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お客様サービスセンター（[E6](#)）0120-30-6606)までご相談ください。  
※ 本製品の故障、修理のときは、測定記録などをすべて消去されますのでご了承ください。

## 16 仕様

医療機器認証番号	224AABZX00069000
類別	機械器具 18 血圧検査又は脈波検査用器具
一般名称	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 自動血圧計 HEM-6220シリーズ
商品型名	HEM-6220-B/HEM-6220-PK/HEM-6220-SL
表示方式	デジタル表示方式
測定方式	オシメトリック法
カフ圧力表示範囲	0～299 mmHg
血圧測定範囲	40～280 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	ポンプによる自動加圧方式
排気	自動急速排気方式
電源	単4形アルカリ乾電池2個
電池寿命	約300回(単4形アルカリ乾電池2個使用時、当社試験条件による)
装置寿命	5年もしくは30000回のいずれか早く到達した方
使用環境温湿度	+10～+40℃・30～85%RH
保管環境温湿度	-20～+60℃・10～95%RH
対象手首周	13.5～21.5 cm
本体質量	約85 g (電池含まず)
外形寸法	約87(幅)×64(高さ)×14(奥行)mm(手首カフ含まず)
電撃保護	内部電源機器
装着部の分類	B形装着部
付属品	お試し用電池(単4形アルカリ乾電池2個)、収納ケース、取扱説明書(品質保証書付き)、医療機器添付文書、測定姿勢確認カード、EMC技術資料
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井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 JIS T 1115 : 2005 に適合しています。

### 製品に表示されているシンボルの意味

	B形装着部
	取扱説明書をお読みください