

取扱説明書

オムロン 手首式血圧計
HEM-6231T2-JC
HEM-6231T2-JE



Intellisense® とは

血圧測定値は手首の太さ、柔らかさなどさまざまな要因の影響を受けます。独自の血圧測定技術 Intellisense® を搭載したオムロンの血圧計は手首の太さ、柔らかさなど、一人ひとりの特徴にあわせた最適な血圧測定をおこないます。これにより、快適で精度の高い測定を実現します。

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。

OMRON

1 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

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ます。

注意 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、家庭や家財および家具やペットに関する拡大損害を示します。

警告

- けがや治療中の腕で測らない。
- 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場合があります。

- 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。

- 乳幼児などの手の届くところに保管しない。
- ▶ 電池など小さい部品を飲み込み、窒息や傷害に至ることがあります。

- ペースメーカーなど挿込み型医療機器の装着部位近くで使わない。
- ▶ 本機器または他機器の誤動作の原因になります。

- 航空機内や病院など無線機器の使用が禁止された区域では必ず本製品の Bluetooth® 通信を OFF にしてください。

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。
- 耐用期間を越えて使わない。
- 医療機関や公共の場所など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。

- 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、カフを手首につけたままにしない。
- カフに折りじわが付いたまま測らない。
- 必要以上の頻度で測らない。
- ▶ 傷害を負う原因になります。

- 本体やカフなどを分解したり、改造したりしない。
- 本体に強いショックを与えたり、落としたりしない。
- カフを手首に装着しない状態で加圧しない。
- ▶ 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。

- 測定中に血圧計の近く (30cm 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や MRI、CT スキャナーなど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。
- ▶ 本機器または他機器の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。
- 対象手首周外で使わない。
- カフの巻き方や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。
- 保存温度範囲の最高または最低の温度環境から 20℃ 環境に移動させて使用する場合、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。

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
- 透析治療中や動脈狭窄うがある場合
- 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
- 妊娠中や子供かん前症 (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。

注意 (電池について)

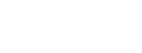
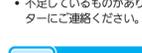
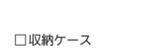
- 電池の液が目に入ったら放置しない。すぐに多量の水で洗い流し、医師の指導を受ける。
- 電池の④の極を間違えて入れない。
- 電池を使い切ったときや長期間使用しないときは、電池を本体内部に入れたままにしない。
- 電源が入ったまま、電池交換を行わない。
- 新しい電池と古い電池を混ぜて使わない。
- メーカーや銘柄の異なる電池を混ぜて使わない。
- 指定外の電池を使わない。
- 使用推奨期限の過ぎた電池を使わない。
- ▶ けがの発生や本体故障の原因になります。

データ通信について

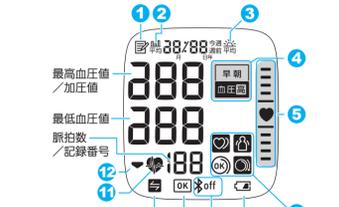
- 本製品は電波法に基づく工事設計認証を受けた 2.4 GHz 帯小電力データ通信システムの無線設備です。本製品を改造したり、本体記載の認証番号を消さないでください。電波法に抵触する恐れがあります。
- 本製品を本製品と同じ周波数を使用した無線 LAN、電子レンジ、無線機器などの周辺でご使用になりますと、本製品との間で電波干渉が発生する可能性があります。電波干渉が発生した場合、使用しない機器を停止するか、本製品の使用場所を変えるなど電波干渉の生じない環境でご使用ください。
- 電波を使用している関係上、第三者が故意または偶然に傍受する事も考えられます。機密を要する重要な事柄や人命に関わることは使用しないでください。
- 本製品は日本国内専用です。日本国外で使用しないでください。海外で使用されると、その国の電波法に抵触する恐れがあります。

2 入っていますか？

次のものがすべてそろっていることを確認してください。



表示部



1 記録マーク
記録を呼び出したときに表示されます。

2 平均値マーク
平均値を呼び出したときに表示されます。

3 朝週平均マーク
各週の朝週平均値を呼び出したときに表示されます。

4 血圧確認マーク
朝週平均が家庭高血圧の基準値以上に表示されます。

5 家庭高血圧の基準値
最高血圧が 135 mmHg 以上* または 最低血圧が 85 mmHg 以上*
* 日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン 2019

6 測定姿勢ガイド
血圧計の高さが適切なきに青色が点灯します。

7 体動マーク
測定中に会話をしたり、体を動かしたりしたときに表示されます。

8 不規則脈波マーク
測定中の脈が適切に検出されていないときに表示されます。

9 カフぴったり巻き OK マーク
カフがぴったり巻かれているときに表示されます。

10 カフぴったり巻き NG マーク
カフがぴったり巻かれていないときに表示されます。

11 バッテリーマーク
電池の残量が少なくなったときに点滅します。電池を交換してください。

12 電池交換マーク
電池の残量がなくなると表示されます。すぐに電池を交換してください。

Bluetooth OFF マーク
Bluetooth 通信が OFF のときに表示されます。

Bluetooth ON マーク
Bluetooth 通信が ON のときに表示されます。

通信 OK マーク
通信お知らせマーク
メモリ容量がわずかになったときに、アプリとの通信を促すときに点滅します。また、メモリ容量がなくなると点灯します。

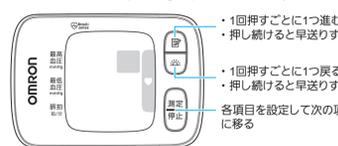
脈波マーク
血圧を測定しているときに点滅します。

排気マーク
カフの空気を排気しているときに点灯します。

再起動マーク
再起動マークが点灯すると、再起動モードに入ります。

5 時計を合わせる

測定前に時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。「OMRON connect」アプリで本製品を登録すると、自動で時計が設定されます。アプリのインストールについては、「[「OMRON connect」アプリのインストール](#)」を参照してください。



1 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

2 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

3 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

4 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

5 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

6 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

7 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

8 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

9 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

10 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

11 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

12 時計を合わせる
時計を合わせる、日時と一緒に測定結果を記録できます。

再起動マーク
再起動マークが点灯すると、再起動モードに入ります。

7 カフを巻く

カフは、巻きやすい方の手首に巻いてください。ただし、左手首と右手首では、測定値が異なる場合があります。いつも同じ手首で測るようにしてください。(下図は左手首に巻く場合の例です。)



1 カフを広げて手首に通す
手のひらを上に向け、表示部を上にしてかぶせます。

2 カフの位置を調整する
手首の骨にかからないように、手首と手のひらの間目から 1~1.5 cm 離します。

3 カフの先を持って真横に引っ張る

4 ぴったり巻き上げる
面ファスナーの全面がぴったりつくように、指で軽く押さえてください。すき間ができないように巻いてください。

5 ぴったり巻き上げる
面ファスナーの全面がぴったりつくように、指で軽く押さえてください。すき間ができないように巻いてください。

6 ぴったり巻き上げる
面ファスナーの全面がぴったりつくように、指で軽く押さえてください。すき間ができないように巻いてください。

7 ぴったり巻き上げる
面ファスナーの全面がぴったりつくように、指で軽く押さえてください。すき間ができないように巻いてください。

8 ぴったり巻き上げる
面ファスナーの全面がぴったりつくように、指で軽く押さえてください。すき間ができないように巻いてください。

9 ぴったり巻き上げる
面ファスナーの全面がぴったりつくように、指で軽く押さえてください。すき間ができないように巻いてください。

10 ぴったり巻き上げる
面ファスナーの全面がぴったりつくように、指で軽く押さえてください。すき間ができないように巻いてください。

11 ぴったり巻き上げる
面ファスナーの全面がぴったりつくように、指で軽く押さえてください。すき間ができないように巻いてください。

12 ぴったり巻き上げる
面ファスナーの全面がぴったりつくように、指で軽く押さえてください。すき間ができないように巻いてください。

再起動マーク
再起動マークが点灯すると、再起動モードに入ります。

9 血圧を測る

本製品は、サイレント測定機能を搭載しています。

サイレント測定とは
測定中の音を抑えたことにより、オフィスなど周囲の状況を気にすることなく測定することができます。

途中で測定を中止したいとき
【測定/停止】ボタンを押してください。電源が切れて、カフの空気が抜けます。

電源が入る
バッテリーマーク以外のすべてのマークや文字が表示されます。

1 【測定/停止】ボタンを押す
測定姿勢ガイドとは、血圧計が適切な高さ (心臓と同じ高さ) になるようにマークでお知らせする機能です。

測定姿勢ガイドの表示例
測定姿勢ガイドに従って、血圧計の高さが心臓の高さと同じになると、自動的に測定が始まります。血圧計の高さが適切でない場合でも、5 秒後に測定が始まります。

測定開始
カフが適切に巻かれています。カフが適切に巻かれていません。【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。

加圧中
「脈波マーク」測定中に点滅します。

測定終了
測定結果 (最高血圧・最低血圧・脈拍数) が表示されます。

2 測定結果を確認する
以下のマークが表示されたときは、「[「各部の名前](#)」を参照してください。

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

再起動マーク
再起動マークが点灯すると、再起動モードに入ります。

血圧計の高さが適切でないとき、測定姿勢ガイドは以下のように表示されます。

血圧計の高さ
測定中の音を抑えたことにより、オフィスなど周囲の状況を気にすることなく測定することができます。

測定開始
カフが適切に巻かれています。カフが適切に巻かれていません。【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。

加圧中
「脈波マーク」測定中に点滅します。

測定終了
測定結果 (最高血圧・最低血圧・脈拍数) が表示されます。

2 測定結果を確認する
以下のマークが表示されたときは、「[「各部の名前](#)」を参照してください。

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

再起動マーク
再起動マークが点灯すると、再起動モードに入ります。

12 直近の平均を見る

本製品は、直近の測定から 10 分以内に入った測定記録 (最大 3 回) の平均値を表示できます。



1 電源が入っていない状態で、【記録呼出 (記録呼出) ボタンを 2 秒以上押し続ける

下の図のように直近の平均値が表示されます。

14 測定姿勢ガイドを設定する

本製品は、「測定姿勢ガイド」を「オフ」に設定できます。お買い上げ時は「測定姿勢ガイド」が「オン」になっています。



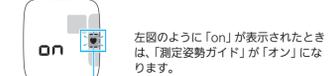
1 電源の切れた状態で、[朝週平均 (☼)] ボタンを10秒押し続ける

ボタンを押し続けている途中で「西暦年」が点滅しますが、次の画面になるまでそのまま押し続けてください。



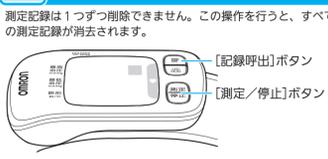
2 [測定 / 停止] ボタンを押して、電源を切る

「測定姿勢ガイド」の設定を「オン」に戻すときは、電源を切り手順①から操作し直してください。



15 記録を消去する

測定記録は1つつ削除できません。この操作を行うと、すべての測定記録が消去されます。

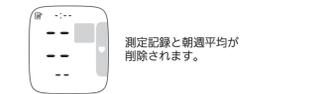


1 記録呼出 (☑) ボタンを押す

測定記録が表示されます。

2 記録呼出 (☑) ボタンを押しながら、[測定 / 停止] ボタンを2秒以上押し続ける

下図のように表示されたら、消去完了です。ボタンから指を離してください。



お知らせ

消去完了から3秒後、自動的に電源が切れます。

16 電池を交換する



1 電池を入れる (☑ 電池を入れる)

2 時計を合わせる (☑ 時計を合わせる)

右図のように、「西暦年」と「通信お知らせマーク」が同時に点滅した場合は、「OMRON connect」アプリを操作してスマートフォンと通信してください。

お知らせ

- 充電電池では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、のマークが点滅表示されます。新しい電池を準備してください。

17 Bluetooth 通信を「オフ」にする

「OMRON connect」アプリをお使いの方で、航空機や病院、海外など、無線通信が禁止されている区域に本製品を持っていく場合は、下記の手順に従って、Bluetooth 通信を「オフ」にしてください。



1 電源の切れた状態で、[通信 (✉)] ボタンを10秒以上押し続ける

- 下図のように画面に「Off」が表示されます。

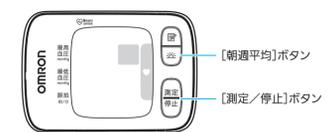


お知らせ

- Bluetooth 通信を「オン」の状態に戻すときは、[通信 (✉)] ボタンを2秒以上押し続けてください。表示部に「on」が表示されたら、Bluetooth 通信が「オン」になります。
- 設定完了から3秒後、自動的に電源が切れます。

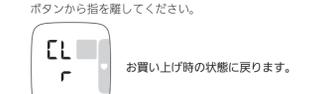
18 お買い上げ時の状態に戻す

お買い上げ時の状態に戻したい場合は、次のように操作してください。操作すると本体に記録されているすべての設定と測定記録が消去されるのでご注意ください。



1 電源の切れた状態で、[朝週平均 (☼)] ボタンを押しながら、[測定 / 停止] ボタンを5秒以上押し続ける

下図のように画面に「CLR」が表示されたら、消去完了です。ボタンから指を離してください。



お知らせ

消去完了から3秒後、自動的に電源が切れます。

19 保管とお手入れ

保管時のお願い

- 使用後は収納ケースに入れて保管してください。
- 長期使用しないときは、電池を取り外してください。
- ご使用になるところと保管場所に温度差がある場合は、ご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。
 - 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

- いつも清潔にしてお使いください。
- 本体やカフの汚れは、乾いたやわ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やわ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、乾いたやわらかい布で拭き取ってください。
- 本体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。
- カフをぬらさないでください。

廃棄時のお願い

- 本体、電池を廃棄するときは、お住まいの市区町村の指導に従ってください。

20 おかしい?と思ったら

こんなとき	原因・対処のしかた
	カフを正しく巻いていない。 <ul style="list-style-type: none">▶ カフを正しく巻き、もう一度測定してください。(☑ カフを巻く) カフが空気で漏れている。 <ul style="list-style-type: none">▶ オムロンお客様サービスセンターに修理依頼を依頼してください。(☑ サポート情報) 測定姿勢ガイドが「オン」の状態、正しい姿勢で測定していませんか。 <ul style="list-style-type: none">▶ 正しい姿勢で測定してください。(☑ 正しい姿勢を確認する)
	300 mmHg 以上加圧している。 <ul style="list-style-type: none">▶ 測定中にカフを離らなくてください。(☑ 正しい姿勢を確認する)
	測定中に腕や体を動かしたり、会話したりしている。 <ul style="list-style-type: none">▶ 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。(☑ 正しい姿勢を確認する)
	脈が適切に検出されていない。 <ul style="list-style-type: none">▶ 腕や体を動かさず、正しい姿勢で測ってください。(☑ 正しい姿勢を確認する)▶ カフを巻き直してください。巻き直して再度測定しても表示される場合は、カフが劣り過ぎる、または経路変更の可能性がります。「☑ カフを巻く」を参照し、正しくカフを巻いてください。▶ 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。
	測定中に手首を上下に動かした。 <ul style="list-style-type: none">▶ 手首を動かさないようにして、もう一度測定してください。(☑ 正しい姿勢を確認する)
	本体が故障している。 <ul style="list-style-type: none">▶ [測定 / 停止] ボタンを押し直して、再度「Er」が表示されたときは、オムロンお客様サービスセンターに修理依頼を依頼してください。(☑ サポート情報)
	通信が正しくできていない。 <ul style="list-style-type: none">▶ スマートフォンの表示を確認し、「OMRON connect」アプリの表示に従うか「OMRON connect」アプリのヘルプを参照してください。
	[通信 (✉)] ボタンを押し続けた。 <ul style="list-style-type: none">▶ スマートフォンに機器登録をするときに表示されます。機器登録をする際は、「OMRON connect」アプリの表示に従ってください。
	[通信 (✉)] ボタンを押した。 <ul style="list-style-type: none">▶ スマートフォンに測定記録を転送するときに点滅します。転送する際は、「OMRON connect」アプリの表示に従ってください。
	70 回分以上の測定記録が転送されていない。 <ul style="list-style-type: none">▶ 「OMRON connect」アプリに測定記録を転送すると、が消えます。 本体が通信待ち状態になっている。 <ul style="list-style-type: none">▶ 「OMRON connect」アプリと通信すると、が消えます。
	90 回分の測定記録が転送されていない。 <ul style="list-style-type: none">▶ 「OMRON connect」アプリに測定記録を転送すると、が消えます。
測定姿勢ガイドのランプが点滅せず、マークが表示されない	「測定姿勢ガイド」が「オフ」になっている。 <ul style="list-style-type: none">▶ 「測定姿勢ガイド」を「オン」にしてください。(☑ 測定姿勢ガイドを設定する)
	電池残量が少なくなっている。 <ul style="list-style-type: none">▶ 同じ種類の新しい単4形アルカリ乾電池2個を準備してください。
	電池残量がなくなっている。 <ul style="list-style-type: none">▶ 2個同時に同じ種類の新しい単4形アルカリ乾電池と交換してください。(☑ 電池を入れる)
	電池が完全に消耗している。 <ul style="list-style-type: none">▶ 新しい電池と交換してください。(☑ 電池を入れる)
どのボタンを押しても何も表示されない	電池のの向きが間違っている。 <ul style="list-style-type: none">▶ 電池を正しく入れてください。(☑ 電池を入れる)
機器登録ができない	「OMRON connect」アプリのヘルプを参照してください。
転送できない	▶ [測定 / 停止] ボタンを押して、電源を切ったあと、もう一度押ししてください。それでも解決しない場合は、電池を外して30秒以上してから電池を入れ直してください。
その他の現象	

お知らせ

- 以上の方法でも解決しないときは、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。(☑ サポート情報)
- 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。

21 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、手脈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いでください。(☑ カフを巻く)
- 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。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。

測定を上手に行うために 次のことに気を付けましょう。

- 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。

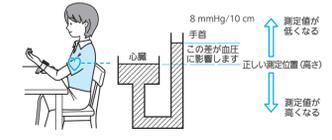


血圧の傾向を知り、より充実した血圧管理にお役立てください。

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ことがあります。

- 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と血圧は低くなり、低くなるほど高くなります (高さ10cm あたり約8mmHg)。必ず正しい測定姿勢をお守りください。



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ことがあります。

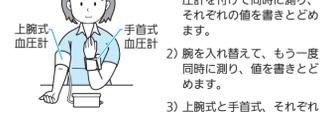
動脈硬化が進行しているとき

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、次のようになると確認できます。

- どちらでも良いので片に上腕式、反対側到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めます。
- 腕を入れ替えて、もう一度同時に測り、値を書きとめます。
- 上腕式と手首式、それぞれの平均値を比較します。



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。

衣服の袖の上からカフを巻くとカフの圧力が血管に伝わらず、高く測定されます。

カフを緩く巻くと正しい測定結果が表示されません。

測定中に手首を曲げない、測定中に握らない。

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。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。

測定を上手に行うために 次のことに気を付けましょう。

- 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。(☑ 測定する前)

- 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。快適な室温でも測定してください。

Q：カフの締め付けで、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、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、医師にご相談ください。

Q：が表示されました。不整脈でしょうか？

A1 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には、医師にご相談ください。不規則脈波マークは、測定中に脈が適切に検出されないときに表示されます。

22 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。

「OMRON connect」アプリについて

■ 対応スマートフォンのご確認 <https://www.omronconnect.com/devices/>

■ 「OMRON connect」アプリのインストール <https://www.omronconnect.com/setup/>

お問い合わせの前に

お問い合わせの前に「」、「」をご確認ください。

■ 製品のよくあるご質問

あるいは検索サイトで「オムロンヘルスケア サポート」と検索する

■ カフの巻き方について (動画) <https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

「オムロンヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

■ 製品のよくあるご質問

お問い合わせの前に「」、「」をご確認ください。

■ 製品のよくあるご質問

あるいは検索サイトで「オムロンヘルスケア サポート」と検索する

■ カフの巻き方について (動画) <https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

「オムロンヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

■ 製品のよくあるご質問

お問い合わせの前に「」、「」をご確認ください。

■ 製品のよくあるご質問

あるいは検索サイトで「オムロンヘルスケア サポート」と検索する

■ カフの巻き方について (動画) <https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

「オムロンヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

■ 製品のよくあるご質問

お問い合わせの前に「」、「」をご確認ください。

■ 製品のよくあるご質問

あるいは検索サイトで「オムロンヘルスケア サポート」と検索する

■ カフの巻き方について (動画) <https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

「オムロンヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

■ 製品のよくあるご質問

お問い合わせの前に「」、「」をご確認ください。

■ 製品のよくあるご質問

あるいは検索サイトで「オムロンヘルスケア サポート」と検索する

■ カフの巻き方について (動画) <https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

「オムロンヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

■ 製品のよくあるご質問

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整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…

A1 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、医師にご相談ください。

Q：が表示されました。不整脈でしょうか？

A1 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には、医師にご相談ください。不規則脈波マークは、測定中に脈が適切に検出されないときに表示されます。

23 仕様

医療機器認証番号	Z30AGBX00003000
類別	機械器具 18 形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	オムロン手首式血圧計 HEM-6230 シリーズ
販売商品コード	HEM-6231T2JC / HEM-6231T2JE
表示方式	デジタル表示方式
通信方式	Bluetooth® Low Energy
無線通信仕様	使用周波数: 2.4 GHz (2400 ~ 2483.5 MHz) 変調方式: GFSK 有効放射電力: < 20 dBm
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 ± 5% 以内
加圧	ポンプによる自動加圧方式
減圧	自動急速排気方式
電源	単4形アルカリ乾電池2個 (DC 3V 3.0W)
電池寿命	約300回 (単4形アルカリ乾電池2個使用時、室温23℃、150mmHg加圧、手首周16.5cm)
耐用期間	10,000回もしくは5年のいずれか早く到達した方 + 10 ~ + 40℃ / 15 ~ 90%RH (結露なきこと)
使用環境条件	湿度: 20 ~ + 60℃ / 10 ~ 90%RH (結露なきこと)
保管 / 輸送環境条件	約90g (電池含まず)
質量	約91.0 (幅) × 63.4 (高さ) × 13.4 (奥行) mm (カフ含まず)
寸法	13.5 × 21.5 cm
対象手首周	内径 135 ~ 215 mm
電撃保護	内部電源機器
メモリ	最大 90 件
装着部の分類	BF 形装着部
装着部の最高温度	48℃未満
IP 保護等級	IP22
動作モード	連続動作 (連続) 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 (品質保証書使用時)、医療機器添付文書、OMRON connect セットアップガイド
付属品	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)
製造販売元	

お知らせ

お断りなく仕様を変更することがあります。

「OMRON connect」アプリおよびそれに関連するサービスは、予告なく変更または終了することがあります。

本製品は、JIS 規格 JIS T 1115 : 2018+A1:2023 に適合しています。

本製品は、ISO (国際標準化機構) 81060-2:2013 の要求に基づき、臨床評価されています。

動作モードは、JIS T 0601-1 による分類です。

■ カフの巻き方について (動画) <https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

「オムロンヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

■ 製品のよくあるご質問

お問い合わせの前に「」、「」をご確認ください。

■ 製品のよくあるご質問

あるいは検索サイトで「オムロンヘルスケア サポート」と検索する

■ カフの巻き方について (動画) <https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

「オムロンヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

■ 製品のよくあるご質問

お問い合わせの前に「」、「」をご確認ください。

■ 製品のよくあるご質問

あるいは検索サイトで「オムロンヘルスケア サポート」と検索する

■ カフの巻き方について (動画) <https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

「オムロンヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

■ 製品のよくあるご質問

お問い合わせの前に「」、「」をご確認ください。

■ 製品のよくあるご質問

あるいは検索サイトで「オムロンヘルスケア サポート」と検索する

■ カフの巻き方について (動画) <https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/>

「オムロンヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

24 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、この血管中の圧のことです。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) と呼ばれ、そのリズムで約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。

Q：カフの締め付けで、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、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、医師にご相談ください。