

## オムロン デジタル 自動血圧計 HEM-700C

### 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。



### 特長

- 誰でも手軽に装着できるびつたり腕帯
- スタートスイッチを押すだけの全自動タイプ
- 取扱い方を説明したカセットテープつき
- 便利なメモリ機能つき

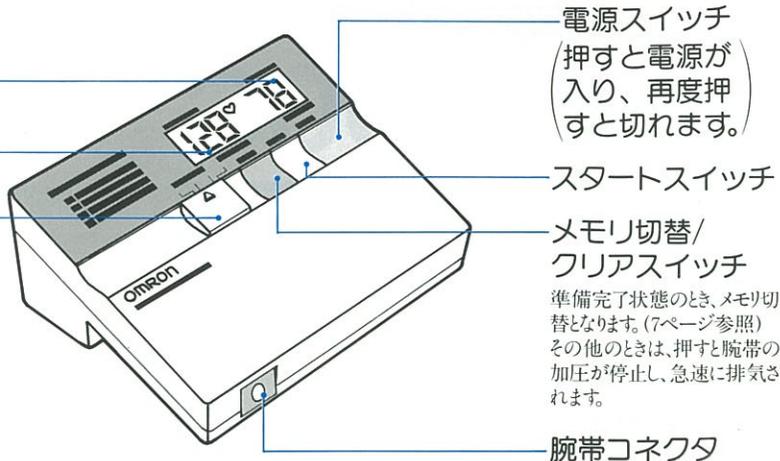
### もくじ

各部の名称	1 ページ	5 血圧値・脈拍数が表示されます。	7 ページ
血圧を正しく測定するために	2 ページ	6 エラー表示がでたとき。	8 ページ
故障を防ぐために	2 ページ	7 お手入れと保管のしかた。	9 ページ
正しい使いかた		血圧 Q & A	10 ページ
1 乾電池を入れます。	3 ページ	血圧について	11~12 ページ
2 プラグを接続、電源を入れます。	4 ページ	修理サービスを依頼する前に	13 ページ
3 腕帯を巻きます。	5 ページ	仕様と修理サービスネットワーク	14 ページ
4 加圧値を設定し、スタートスイッチを押します。	6 ページ	アフターサービスと保証について	15 ページ
		保証規定・品質保証書	15 ページ

# 各部の名称

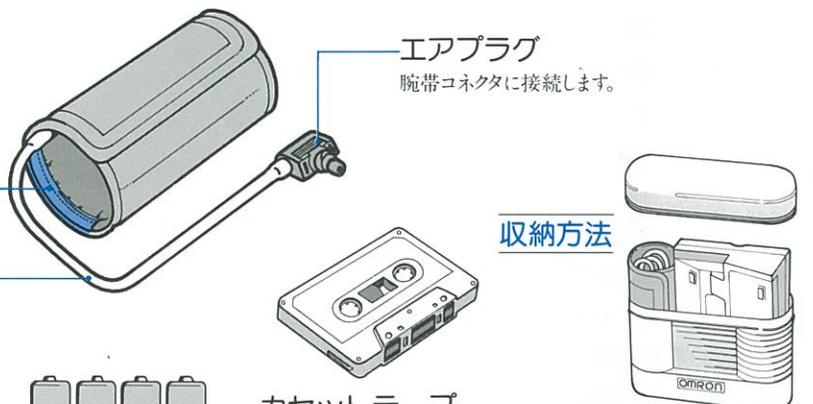
## 本体

最低血圧表示部  
脈拍数表示部  
最高血圧表示部  
加圧値設定  
スイッチ



## 腕帯

マーク布  
(グリーン)  
腕帯エア管



## 付属品

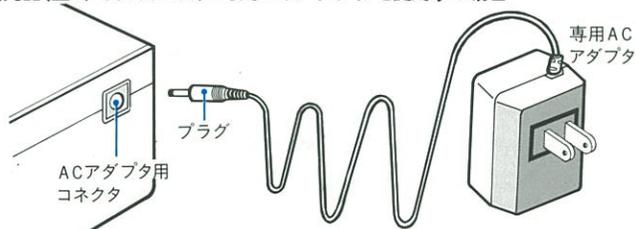


カセットテープ

内容 (A面: 血圧計の使用方法)  
(B面: 血圧の正しい知識)

※測定をはじめの前にお聞かください。

●別売品(型式: 60100H90): 専用ACアダプタを使用する場合



- ①ACアダプタのプラグを血圧計本体後面のACアダプタ用コネクタに差し込んでください。
  - ②ACアダプタをAC100Vコンセントに差し込んでください。
- 専用のACアダプタ(型式: 60100H90)以外はご使用にならないでください。故障の原因になることがあります。

# 血圧を正しく測定するために

<p>「イスなどに座ってリラックスしましょう」暑さ、寒さを感じないところで、できれば5分間以上安静にしてから測定してください。</p>	<p>「おしゃべりをしたり、手を動かしてはいけません」測定中におしゃべりをしたり、動いたりすると、不正確な測定値が表示されることがあります。</p>
<p>「腕帯を正しい位置に巻いてください」左腕のひじ関節部の内側から2~3cm上に腕帯のマーク布の先端がくるように巻いてください。</p>	<p>「厚手のシャツやセーターの上から腕帯を巻かないでください」厚手の服の上から巻いたり、腕まくりをして測定すると、正しく測定できません。</p>
<p>「乾電池の消耗に注意してください」乾電池の交換マークが点灯したときは、すぐに新しい乾電池と交換してください。</p>	<p>「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」</p>

## 故障を防ぐために

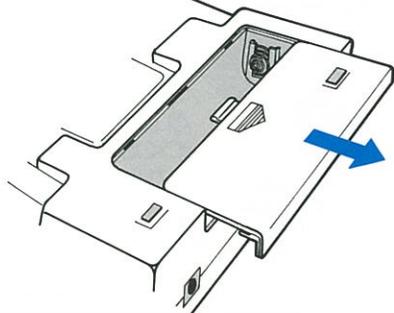
<p>血圧計の本体や腕帯は分解しないでください。</p>	<p>スタートスイッチを押し続けしないでください。</p> <p>最高加圧 280mmHg</p>
<p>本体に強いショックを与えたり、落としたりしないでください。</p>	<p>分解したり、腕帯をむりに小さく折りまげないでください。</p>

〈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。

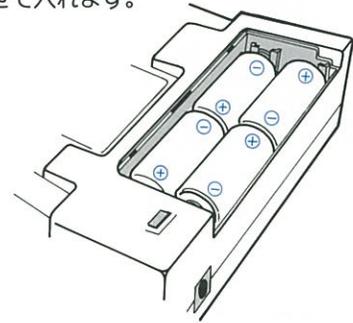
# 正しい使い方

## 1 乾電池を入れます。

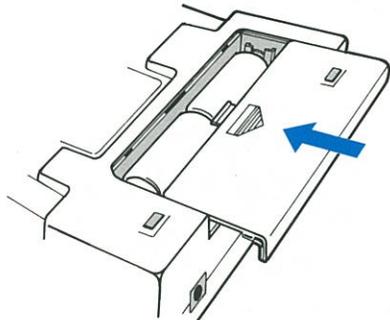
- 1 本体裏の電池カバーを矢印の方向に強く押しながらはずします。



- 2 付属の単二形乾電池を $+$  $-$ の表示に合わせて入れます。



- 3 カバーを閉めます。



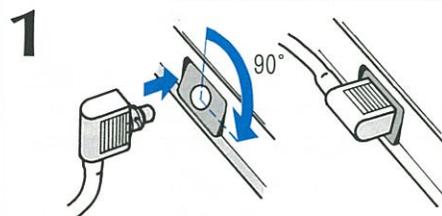
### 乾電池の寿命と交換について

- 乾電池(単二・4本)は、1日1回の使用で約1年もちます。
- 付属の乾電池はモニター用ですので、1年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「」が点灯したら、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。

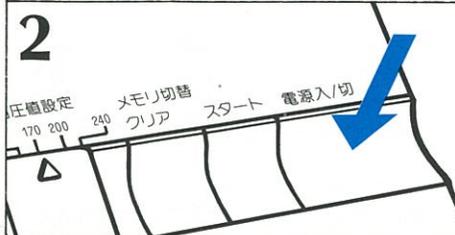
### 乾電池使用上の注意

- 使いきった乾電池は早くとり出してください。
  - 長時間使用しないときは、乾電池をとり出しておいてください。
  - 電池部を下にしてカバーをあけると、乾電池が飛び出すことがあります。
- ※ 本機は乾電池でも、別売の専用ACアダプタでも使用できます。

## 2 プラグを接続、電源を入れます。



腕帯のエアプラグを腕帯コネクタに差し込み、右側に回して固定します。



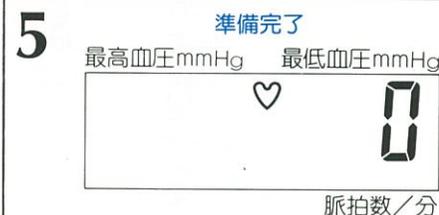
電源スイッチを押します。



表示部がすべて点灯します。これは表示器の点検をしているためで約1秒間点灯します。



全表示が消えたあと、排気中マーク「」が点滅しますので「」マークが消えるまでしばらくお待ちください。



測定準備ができればブザーが「ピッピッピッピッ」と鳴り準備完了マーク「」が表示されます。

# 正しい使い方

## 3 腕帯を巻きます。

<p><b>1</b></p>	<p>手のひらを上に向け、左腕のひじ関節部の内側（腕を曲げた時にできる曲がりすじ）から2~3cm上に腕帯の端を合わせてしっかり巻きます。</p> <p>※ゴム管の位置は中指の延長線に来るようにしてください。</p> <p>※腕帯は、なるべく素肌の上から巻いてください。また、腕まくりをしないようにしてください。</p>
<p><b>2</b></p>	<p>第1図の巻き方でピッタリ巻けない人は、第2図のように斜めに巻くと腕帯と腕の間(特にマーク布付近)にすき間がなくなりピッタリ巻けます。</p>
<p><b>3</b></p>	<p>手のひらを上にして軽く開き、腕帯の中心が心臓の高さになるようにひじをテーブルまたは台の上に乗せます。</p>

<p>測定はイスなどにゆったりと座り、気持ちをリラックスさせて行なってください。深呼吸を5~6回するのもよい方法です。また、測定時はひじを軽く曲げ、台の上からひじを浮かさないようにしてください。</p>	<p>机とイスの高低に気をつけ、差のあるときは枕や座ぶとんなどをあてて調節してください。</p>
---	--

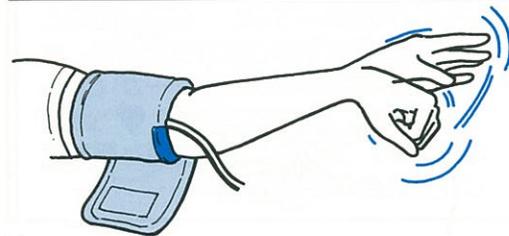
## 4 加圧値を設定し、スタートスイッチを押します。

<p><b>1</b></p>	<p>加圧値設定スイッチを予想される最高血圧値よりだいたい20~30mmHg（高血圧ぎみの人は30~40mmHg）以上、高い位置に設定します。</p> <p>〈例〉最高血圧が140mmHg位の人の場合 ▼ 170mmHgに設定します。</p>
<p><b>2</b></p>	<p>スタートスイッチを押すとポンプが作動し、加圧が行なわれます。設定値まで圧力が上昇すると同時に、ポンプは自動的に停止します。</p> <p>※スタートスイッチを押し続けると加圧設定値に達しても昇圧を続け、スタートスイッチを離れたときポンプは停止します。この方法により任意の圧力まで加圧することができます。</p> <p>※測定を中止する場合は、クリアスイッチを押してください。加圧が停止し、急速に排気されます。</p>
<p><b>3</b></p>	<p>加圧が終わると自動的に排気します。表示数値が下降し脈波が検出されると、ブザー音が「ピーツ」「ピーツ」「ピーツ」「ピーツ」…と鳴るとともに、「♥」マークが点滅を始めます。</p> <p>※排気中に血圧測定を行なっているため、腕帯やエア管をゆらさないようにしてください。</p>
<p><b>4</b></p> <p>最低血圧値が決定したあと、最高・最低血圧値を同時表示します。</p>	<p>さらに排気が進み「ピーツ」「ピーツ」…のブザー音が消えると、最高血圧値と最低血圧値が同時に表示されます。また、測定終了を知らせるブザーが「ピー」と長く鳴り、排気中マーク「♥」が点滅します。このあと、血圧値と脈拍数が交互に表示されます。</p>

# 正しい使い方

## 5 血圧値・脈拍数が表示されます。

<p><b>1</b></p> <p>血圧表示 (約3.5秒間)</p> <p>交互表示</p> <p>脈拍数表示 (約2秒間)</p>	<p>腕帯内の空気が完全になくなると、ブザーが「ピッピッピッピッ」と鳴り、「♥」マークが表示されます。連続して測定する場合は、「♥」マークを確認した後、再度スタートスイッチを押してください。</p>
<p><b>2</b></p> <p>メモリ切替スイッチを押す</p> <p>前回の測定値</p> <p>メモリ切替スイッチを押す</p> <p>前回と今回の平均値</p> <p>メモリ切替スイッチを押す</p> <p>今回の測定値</p>	<p>2回以上測定した場合は、メモリ切替スイッチを押すごとに前回、前回と今回の平均値、今回の測定値が順に表示されます。(血圧値と脈拍数は自動的に交互表示されます)</p> <p>※電源を切ると、メモリ(記憶)は消えます。3回以上測定した場合は、前回以前の値は自動的に消えます。</p>
<p><b>3</b></p> <p>スタート 電源入/切</p>	<p>これで血圧測定が終了しました。腕帯をはずしても測定結果は保持されます。また測定を終了する場合は、再度電源スイッチを押してください。</p> <p>※万一切り忘れても約5分間で自動的に電源が切れます。</p>



〈注意〉何度も繰り返して測定すると腕が次第にうっ血してきます。うっ血を防ぐためには、腕帯をゆるめて1分間以上待つか、手をとじたり開いたりしてください。

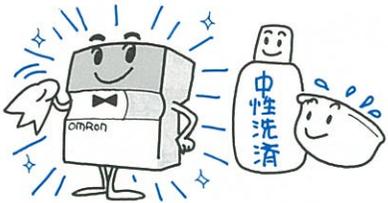
## 6 エラー表示がでたとき。

エラー表示マーク	原因	対処の仕方
	<p>① 雑音が入った。 ② 腕帯エア管を振動させた。 ③ 最高血圧に対して十分(20~30mmHg)高く加圧しなかったときで、圧力が200mmHgを超えている。 ④ 測定終了時に加圧不足が判明したとき。 ⑤ 脈拍が測定範囲を超えている。</p>	<p>「♥」マークを確認したのち、再び測定してください。 ③の場合は加圧設定値を240mmHgに設定し直してください。または、スタートスイッチを押し続けることにより前回より高い値まで、加圧してください。 ④の場合は、加圧設定値を1ランク上に設定してください。</p>
	<p>⑥ スタートスイッチを押し続けるなど、300mmHg以上加圧した。</p>	
	<p>加圧が最高血圧の測定に不十分だった。</p>	<p>自動的に約30mmHg設定値より高くなるまで加圧されます。このとき圧力が200mmHgを超えているときは、うっ血を防ぐため「E」を表示して急速排気します。(⑤に相当します)</p>
	<p>乾電池が消耗している。</p>	<p>新しい乾電池と交換してください。(3ページ参照)</p>

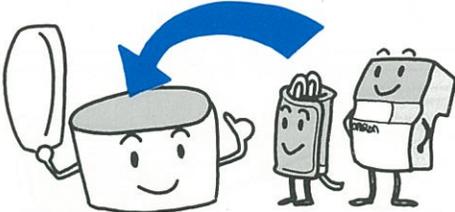
# 正しい使い方

## 7 お手入れと保管のしかた。

### お手入れ

	<p>水または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。</p>
	<p>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。</p>
	<p>腕帯は洗濯したり、ぬらさないでください。</p>

### 保 管

<p>付属の収納ケースに本体および腕帯を正しく保管してください。</p>  <p>※腕帯を無理に折り曲げないでください。</p>	<p>直射日光、高温、多湿、ホコリの多いところに保管しないでください。</p> 
---	--

# 血圧Q&A

- Q. 病院でお医者さんに測ってもらう血圧値と家で測る血圧値がちがうのはなぜですか？
- A. 測定時の精神状態によって大きく変化するのが血圧値です。病院で医師や看護婦さんに測ってもらうと、不安と緊張感から患者の血圧値はどうしても高くなりがち。(最高血圧は25~30mmHg、人によっては50mmHgも違う場合があります。)一方リラックスできる家庭では、自分本来の血圧値に近い安定した値が得られます。



- Q. 測るたびに血圧値が違います、なぜですか？
- A. 血圧はたいへん微妙なものです。なにしろ心臓の動きに合わせて、1拍ごとに変動しているのですから。私たちは自覚できないために自分の血圧は一定のはずと考えがちですが、連続して測っても、午前と午後でも季節や気温によっても血圧値は異なります。こうした外的要素の他にも、ストレスや感情の起伏といった精神的要因でも大きく変化します。

一時的に高い低いとあって、一喜一憂することなく、毎日同時刻に血圧を測定して、日々の変化を記録し、かかりつけの医師にご相談されることをおすすめします。

- 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や心配事、降圧剤等の服用と関係などを記録しておきましょう。



# 血圧について

## 健康と血圧

人は中・高齢に達すると、高血圧(症)が目立って増えます。また加齢にともない血管の老化がはじまります。さらに肥満や運動不足などが原因で、からだに好ましくないコレステロール(LDL)が血管にこびりつくように付着していき、血管の弾力性が失われていきます。高血圧症があるとこのような動脈硬化の症状が加速され、脳卒中や心筋硬塞などの危険な病気を引き起こしやすくなります。そこで私たちは、自分の血圧が健康な状態にあるのかどうかを知る必要があります。しかし血圧は、日常生活の中で日々刻々と変化しています。したがって、血圧の測定も、私たちの日常の健康管理に欠かせない要素となっているのです。

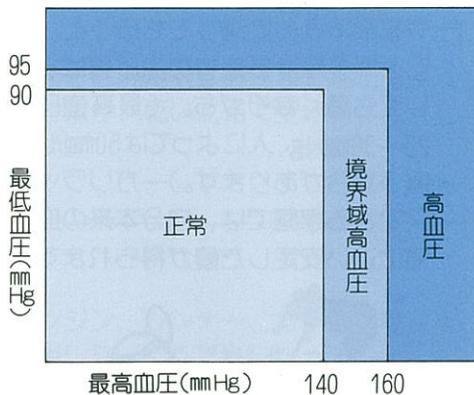
## 血圧とは

血液は心臓というポンプの働きによって、動脈へと送り出されます。そのときの血液の流れの強さは、心臓の拍動によって、1拍するたびに波を打っています。動脈の内圧も、これに応じて波を打っていますが、これが血圧です。

最高血圧とは、心臓が収縮して血液を送りだすときの動脈の内圧をいいます。最低血圧とは、心臓が拡張したときの動脈の内圧をいいます。

## 正常血圧の範囲

世界保健機構(WHO)では、下図のように高血圧、境界域高血圧の分類を制定しています。



\* 低血圧に定義はありませんが、一般に最高血圧が100mmHg未満の人が低血圧と見なされています。



# 血圧について

## 日本人の平均血圧値(参考値)

高齢になればなる程、高血圧になる傾向がみられます。

単位 mmHg

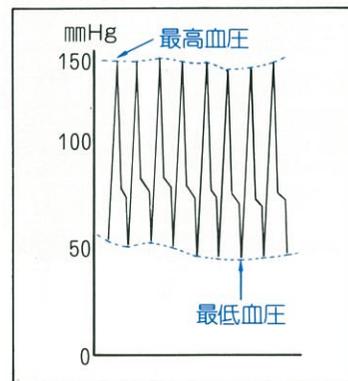
	年代	最高血圧の平均値	最低血圧の平均値	境界域の人の割合(%)	高血圧の人の割合(%)	低血圧の人の割合(%)
男	15~19	120.87	67.79	7.6	1.6	3.4
	20~24	125.17	73.13	14.7	3.6	1.5
	25~29	126.01	74.68	13.6	3.0	0.5
	30~39	127.97	78.09	17.2	8.4	1.2
	40~49	133.77	82.82	25.4	17.1	0.6
	50~59	140.88	84.94	28.6	26.2	0.7
	60~69	148.80	85.21	34.4	36.5	0.7
女	70歳以上	152.53	83.51	38.6	41.5	0.9
	全体	134.98	80.18	22.9	18.0	1.0
	15~19	112.73	66.12	3.2	0.5	10.3
	20~24	115.82	68.64	2.5	1.1	5.6
	25~29	116.54	69.76	3.8	1.4	4.2
	30~39	119.58	73.02	8.2	3.0	4.9
	40~49	129.59	78.65	17.7	12.4	2.0
性	50~59	140.03	82.88	25.9	25.1	0.5
	60~69	147.58	83.55	37.0	33.0	0.4
	70歳以上	153.35	81.55	34.5	41.6	0.5
	全体	130.11	76.75	17.6	14.8	3.1

(厚生省 57年国民栄養調査による)

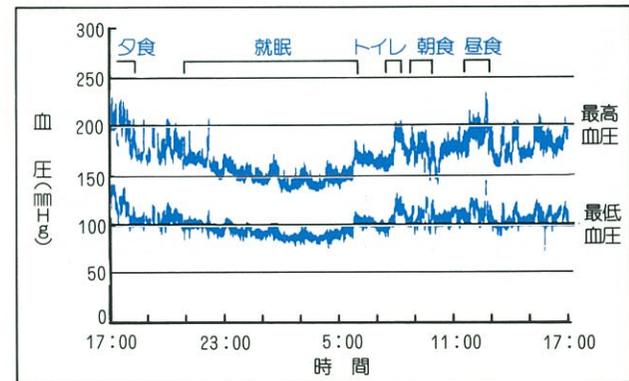
## 血圧は、つねに変わっています。

血圧の調整は、自律神経の働きによって行なわれますので、血圧は自分が気づかない時でも、大きく変動しています。1拍ごとに、1日の中でも、また気温や感情の高まりなど、さまざまな条件によっても変動します。

### 1拍ごとに変わります



### 1日のなかで変わります。



横浜市立大学医学部第二内科 枋久保 修 先生ご提供

# 修理サービスを依頼する前に

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
電源スイッチを入れても何も表示しない。	乾電池が消耗していませんか。	新しい乾電池ととり換えます。(3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。(3ページ参照)
	ACアダプタ使用のとき、正しくセットされていますか。	アダプタを正しくセットしてください。(1ページ参照)
圧力が上がらない。	エアプラグが正しく本体に接続されていますか。	正しく接続します。(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。	腕帯を正しく巻いていますか。	正しい位置に巻き直します。(5ページ参照)
	加圧を十分に行っていますか。	1ランク高めに設定して再度測定してください。(6ページ参照)
	測定中におしゃべりをしたり、腕帯をつけた腕を動かしたりしていませんか。	静かにして測定します。(2ページ参照)
	まくり上げた上着(下着)で上腕部を圧迫している。	圧迫している上着(下着)を脱いでから測定してください。(2ページ参照)
ブザーが鳴りつづける。	電源を入れ直して、最初からやり直してください。	
血圧計が正常に動作し、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。	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ます。 日々の変化を記録したうえで、医師の判断や指導をお受けください。	

※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にお買上げの販売店へご相談ください。

※極くまれにその方の体質上誤差を正じて測定できない方がおられます。

このような場合にも、お買上げの販売店へご相談ください。

## 仕様

名称	オムロンデジタル自動血圧計	電源	単二乾電池4本または専用ACアダプタ
形式	HEM-700C	電池寿命	1日1回2分間測定で約1年 (オートパワーオフ機能つき)
表示方式	デジタル表示方式	使用温湿度	+10~+40°C・30~85%RH
測定方式	オシロメトリック法	保存温湿度	-10~+60°C・30~95%RH
測定範囲	圧力/0~280mmHg 脈拍数/40~200拍/分	本体重量	約630g(電池含む)
精度	圧力/±4mmHg以内 脈拍/読み取り数値の±5%以内	外形寸法	幅160×高さ62.5×奥行き145mm
加圧	ポンプによる自動加圧方式	腕帯	幅144×長さ450mm エア管長さ600mm
減圧	自動減圧方式	付属品	カセットテープ・腕帯 収納ケース・単二乾電池4本 取扱説明書(品質保証書つき)
排気	自動急速排気		
圧力検出	静電容量式圧力センサ		

※お断わりなく仕様を変更することがありますので、ご了承ください。

## 立石技術サービス(株)のネットワーク

北海道立石技術サービス	〒060 札幌市中央区北3条西1-1 サンメモリア6階	TEL011(281)5121
仙台技術センタ	〒980 仙台市二日町18-26 二日町OAビル2階	TEL022(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	TEL0488(33)7911
東京支店	〒150 東京都渋谷区恵比寿1-19-15 ウノサワ東急ビル2階	TEL03(448)8124
東京第二技術センタ	〒103 東京都中央区日本橋本町1-4-12 日本橋センタビルディング3階	TEL03(270)6281
横浜技術センタ	〒221 横浜市神奈川区鶴屋町2-21-8 第一安田ビル2階	TEL045(312)1923
静岡技術センタ	〒420 静岡市紺屋町11-19 静鉄紺屋町ビル5階	TEL0542(54)3718
名古屋支店	〒453 名古屋市中村区則武1-10-6 側島ノリタケビル2階	TEL052(452)1231
金沢技術センタ	〒920 金沢市広岡1丁目3番34号	TEL0762(61)5467
京都技術センタ	〒604 京都市中京区蛸薬師通高倉西入ル泉正寺町334 日昇ビル1階	TEL075(255)4171
大阪支店	〒530 大阪市北区堂島浜2丁目1番9号 古河大阪ビル西館	TEL06(348)1814
神戸技術センタ	〒650 神戸市中央区中山手通3-4-8 大東ビル5階	TEL078(332)5531
広島技術センタ	〒730 広島市中区鞆町13-14 新広島ビル5階	TEL082(227)1573
九州立石技術サービス	〒812 福岡市博多区博多駅東2-5-28 博多借成ビル3階	TEL092(451)6748
鹿児島技術センタ	〒890 鹿児島市郡元1-13-5 三栄ビル1階	TEL0992(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。

サービスチケット②

サービスチケット①