

- 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連絡ください。
  - 無償保証期間内でも次の場合には有償修理になります。
    - 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。
    - お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
    - 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) 本書の提示がない場合。
  - (ホ) 本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) 故障の原因が本商品以外に起因する場合。
  - (チ) その他取扱説明書（本書）に記載されていない使用方法による故障および損傷。
- 本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。
  - この保証書は本書に明示した期間、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、オムロン商品をお買い求めいただきありがとうございました。商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、一年間は無償修理または交換いたします。

※商品の保証は、日本国内での使用の場合に限りです。

This warranty is valid only in Japan.

※以下につきましては、必ず販売店にて、記入捺印していただいでください。

販売名 オムロンデジタル自動血圧計HEM-7011ファジィ

ご芳名

ご住所

TEL ( )

お買い上げ店名

住 所

TEL ( )

お買い上げ年月日 年 月 日

製造販売元

オムロンヘルスケア株式会社

〒615-0084 京都府京都市右京区山ノ内山ノ下町24番地



## オムロン健康商品のお問い合わせは

修理のご用命、別売品・消耗品のお求めも、この電話で承ります。修理には、便利な引き取りサービスをご利用ください。



オムロンお客様サービスセンター **ダイヤルは正確に**

電話 **0120-30-6606**

通話料無料

FAX **0120-10-1625**

通話料無料

受付時間

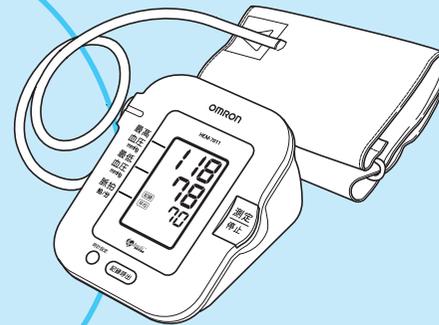
9:00~19:00月~金（祝日を除く）  
都合によりお休みをいただいたり、  
受付時間帯を変更させていただく  
ことがありますのでご了承ください。

ホームページ <http://www.healthcare.omron.co.jp/>

※通話料はお客様ご負担となります。（別売品・消耗品は、インターネットでもお求めいただけます。）

1647289-6C

## 取扱説明書

オムロンデジタル自動血圧計  
HEM-7011ファジィ

## 目次

## ご使用前に

安全上のご注意	1
次のものが入っていますか？	4
各部の名前	5
この血圧計の使い方	7
電池を入れる	9
時計を合わせる	11

## 測定のしかた

血圧を測定する	13
手動加圧のしかた	19
測定記録を呼び出す	21

## 困ったときに・保証など

測定Q&A	23
(測定値が高い/低いときなど)	
エラー表示が出たときは	31
おかしいな？と思ったら	33
お手入れと保管	35
仕様	37
別売品について	38
保証規定/品質保証書	裏表紙

■このたびは、オムロン商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。

■安全に正しくお使いいただくため、ご使用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ご使用ください。

■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。

# 安全上のご注意

お使いになる前に必ずお読みください

ご使用前に

ご使用前に

- ここに示した警告サインと図記号の例は、製品を安全に正しくお使いいただき、お使いになる人や、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。
- 表示と意味は次のようになっています。

### 図記号の例

- !** 記号は、**強制**を示します。  
具体的な強制内容は、●の中や近くに文章や絵で示します。  
左図は“一般的な強制”を示します。
- ⊘** 記号は、**禁止**を示します。  
具体的な禁止内容は、⊘の中や近くに文章や絵で示します。  
左図は“一般的な禁止”を示します。
- ⚡** 記号は、**警告や危険を含む注意**を示します。  
具体的な注意内容は、△の中や近くに文章や絵で示します。  
左図は“感電注意”を示します。

### 警告サインの内容について

- ⚠ 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・家財および家畜・ペットに関わる拡大損害を示します。

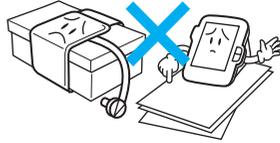
## ⚠ 注意

### (一般的なことについて)

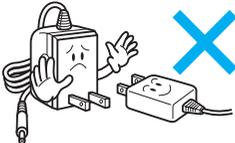
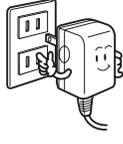
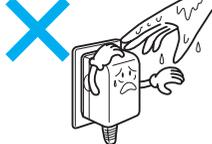
- 測定結果の自己判断、治療は危険です。  
必ず医師の指導に従ってください。  
・自己判断は、病気の悪化につながる可能性があります。  
 **!** 強制
- 重度の血行障害または血液疾患のある方は、  
医師の指導のもとご使用ください。  
・圧迫により一時的に内出血が発生することがあります。  
 **!** 強制
- 手動加圧をする場合は、本取扱説明書をご参照の上  
ご使用ください。  
・必要以上に加圧すると、圧迫により一時的に内出血が  
発生することがあります。  
 **!** 強制

## ⚠ 注意

### (一般的なことについて)

- 乳幼児や自分で意思表示ができない人には使用  
しないでください。  
・事故やトラブルの原因になります。  
 **⊘** 禁止
- 血圧測定以外の目的で使用しないで  
ください。  
・事故やトラブルの原因になります。  
 **⊘** 禁止
- 専用の腕帯以外は使用しないで  
ください。  
・正しい測定ができません。  
 **⊘** 禁止
- 血圧計の近くで、携帯電話を使用しない  
でください。  
・誤動作の原因になります。  
 **⊘** 禁止
- 本体や腕帯は、分解や改造をしないで  
ください。  
・正しい測定ができなくなります。  
 **⊘** 分解禁止

### (ACアダプタの取り扱いについて)

- ACアダプタは、別売の専用品以外は  
使用しないでください。  
・火災、感電の原因になります。  
 **⊘** 火災注意
- 別売の専用ACアダプタは必ずAC100Vで  
使用してください。  
またコンセントは単独で使用してください。  
・火災、感電の原因になります。  
 **⊘** 火災注意
- 別売の専用ACアダプタは濡れた手で、  
コンセントから抜き差ししないでください。  
・感電やけがをすることがあります。  
 **⚡** 感電注意

## 安全上のご注意

## ⚠️ 注意

## (電池の取り扱いについて)

電池は、単3形マンガンおよびアルカリ乾電池(4本)以外は使用しないでください。

- 火災の原因になります。



強制

万一、電池の液が目に入ったときは、すぐに多量のきれいな水で洗い流してください。

- 失明など障害の原因になりますので医師の治療を受けてください。



強制

万一、電池の液が皮膚や衣服に付着した場合は、すぐに多量のきれいな水で洗い流してください。

- けがなどの原因になります。

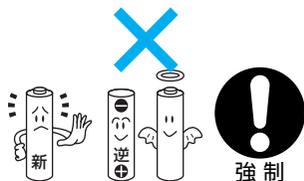


強制

電池の⊕⊖を間違えないようにしてください。使い切った電池はすぐに取り外し、4本同時に新しいものと交換してください。

長期間(3ヵ月以上)使用しないときは、電池を取り出しておいてください。

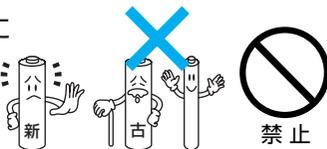
- 漏液、発熱、破裂などを起こし、本体が破損する原因になります。



強制

新しい電池と古い電池、種類のちがう電池を同時に使用しないでください。

- 漏液、発熱、破裂などを起こし、本体が破損する原因になります。



禁止

## お願い

腕帯や腕帯エア管について

- 無理に折り曲げないでください。



腕帯エア管を外すとき

- エア管の先のエアプラグを持って外してください。



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。腕帯を腕に巻かない状態で加圧をしないでください。

## 次のものが入っていますか？

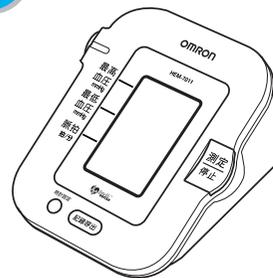
箱の中には次のものが入っています。万一、不足のものがありましたら、オムロンお客様サービスセンター(☎電話 0120-30-6606)までご連絡ください。

製品は収納ソフトケースの中に入っています。収納ソフトケースから取り出して確認してください。

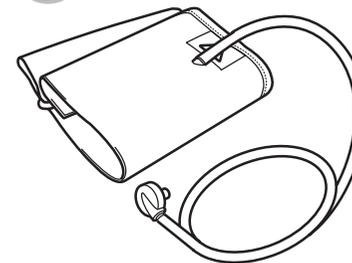
※携帯時や保管時は収納ソフトケースに入れてください。



## 1 本体

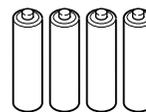


## 2 わんたい腕帯



## 3 お試し用電池

(単3形マンガン乾電池4本)



※付属の電池はお試し用です。300回以内に寿命が切れることがあります。

## 4 収納ソフトケース



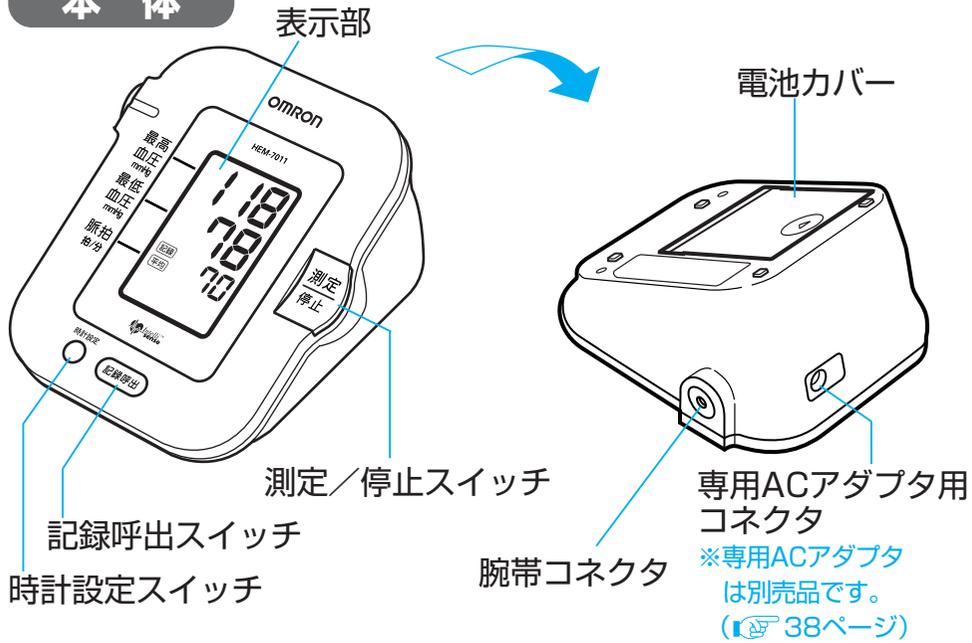
## 5 取扱説明書

(本書：品質保証書付き)

## 6 医療機器添付文書

# 各部の名前

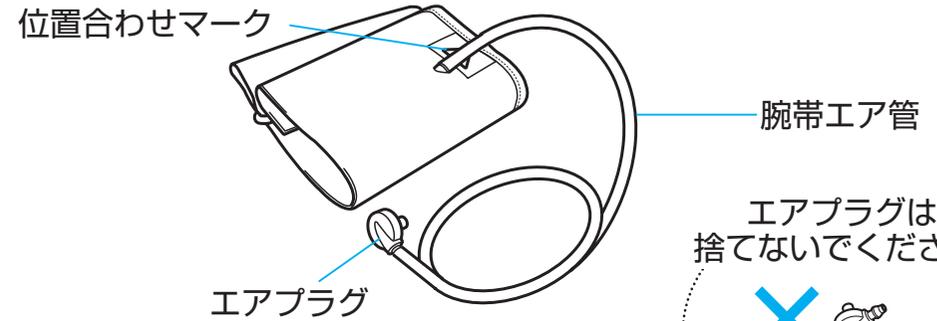
## 本体



## 腕帯

型式HEM-CUFF-S  
対象腕周22~32cm (上腕中央部)

※腕帯寿命は1日4回(朝夕各2回)の測定で、1年半程度です。(弊社試験条件による) 血圧を正確に測定するために早目の交換をおすすめします。空気漏れが生じたら別売品をお買い求めください。(P.38ページ)

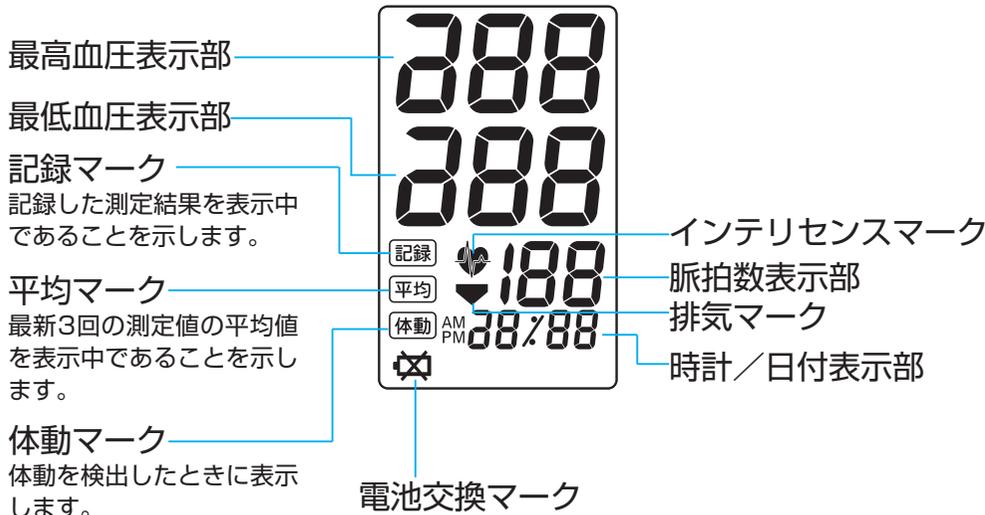


エアプラグは捨てないでください!



※別売の腕帯にはエアプラグがついていません。エアプラグは捨てないで新しい腕帯に付け替えてお使いください。

## 表示部



# この血圧計の使い方

HEM-7011は、このような流れで使います。

ご使用前の前に

ご使用前の前に

## 最初にする事

電池を入れる

(P.9ページ)

時計を合わせる

(P.11ページ)



## 測定

正しい姿勢を確認する

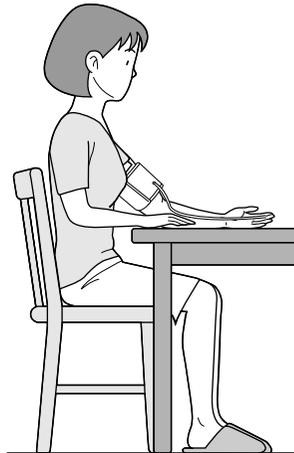
(P.13ページ)

腕帯を巻く

(P.15ページ)

測定する

(P.17ページ)



## 測定後

測定結果を確認する

(P.18ページ)

測定記録を呼び出す

(P.21ページ)



測定結果は自動的に記録(30回分)

# 電池を入れる

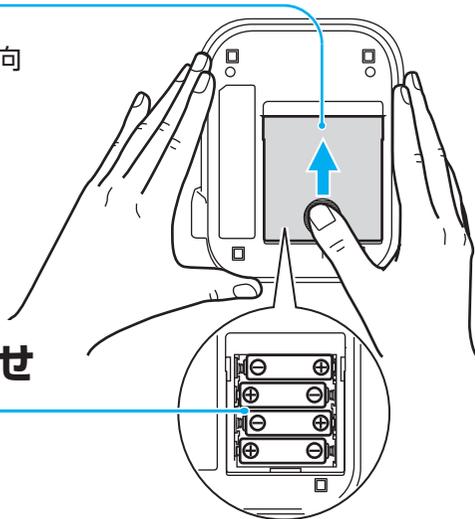
ご使用になる前に、本体に電池を入れてください。

◎別売品として専用ACアダプタもご用意しています。  
( 38ページ)

## 1 本体を裏返す

## 2 電池カバーを外す

ギザ加工部を押さえながら矢印方向にずらします。

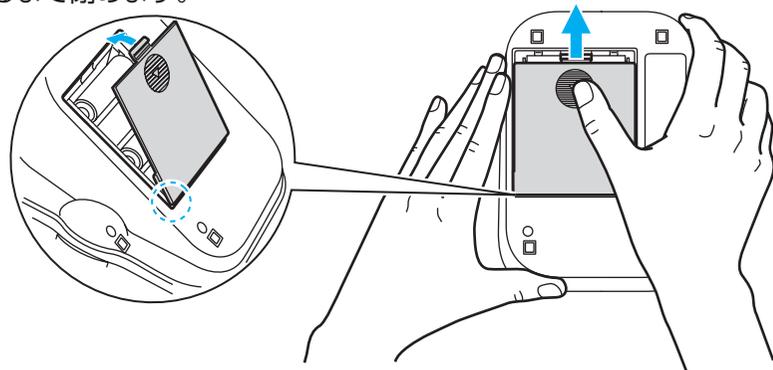


## 3 電池を図の表示に合わせて入れる

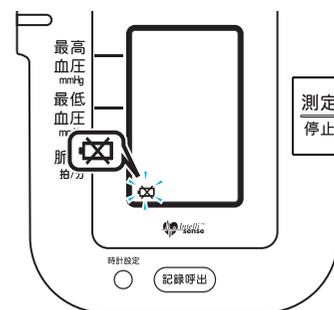
ばねの出ているほうが⊖です。

## 4 端を合わせて電池カバーを置き、電池カバーを閉める

図のようにすべらせながら“カチッ”と音がするまで閉めます。



## ⊗マークがいたら電池を交換



⊗マークが点滅表示したときは、電池が消耗しています。4本同時に新しい電池（同じ種類のもの）と交換してください。

- ※電池の交換は本体の電源が切れている状態でおこなってください。  
電源が入ったまま電池を外すと、前回正常終了したときの日付と時刻に戻ります。ただし、今までに記録された測定値は消去されません。  
(正常終了：測定/停止スイッチを押して電源を切ったとき、または約5分間操作しなかった場合に自動的に電源が切れたとき)
- ※日付と時刻を設定している場合は30秒以内でおこなってください。  
電池を外している時間が長いと、前回正常終了したときの日付と時刻に戻ります。
- ※使用済みの電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。

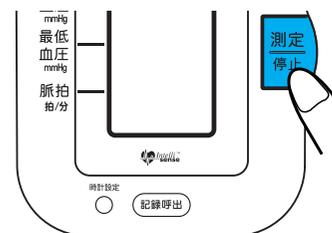
◎単3形マンガン乾電池（4本）で約300回測定できます。  
(室温23℃、1日2回170mmHg、加圧の場合)

◎付属の電池はお試し用です。300回以内に寿命が切れることがあります。

# 時計を合わせる

本体に電池を入れたら、日付と時刻を合わせてください。

※電池を長時間抜くなどして、前回正常終了したときの日付と時刻に戻ったときは、もう一度時計を合わせてください。

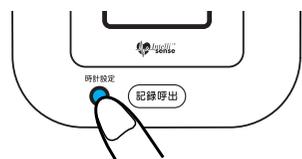


## 1 初めて電池を入れたあと、測定/停止スイッチを押す

電源を入れます。  
初めて電源を入れたときは、表示部が全点灯したあと、「2004」が点滅します。

### 時計を合わせ直すときは…

電源の切れた状態で、測定/停止スイッチではなく、時計設定スイッチを押します。

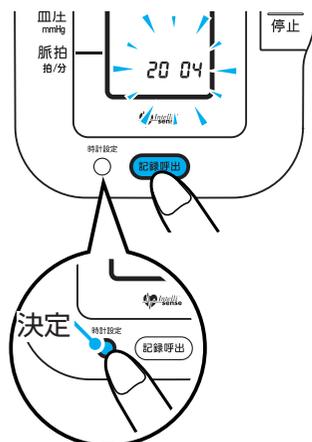


## 2 記録呼出スイッチを押して、「西暦年」を合わせる

◎設定範囲は「2004」～「2030」年です。  
2030年まで進むと、2004年に戻ります。  
◎スイッチを押し続けると早送りできます。

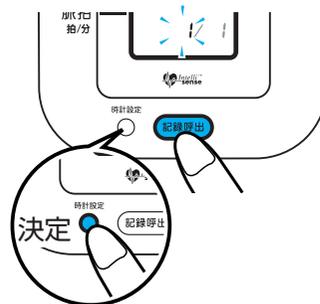
## 3 時計設定スイッチを押す

「西暦年」が設定され、「月」が点滅します。



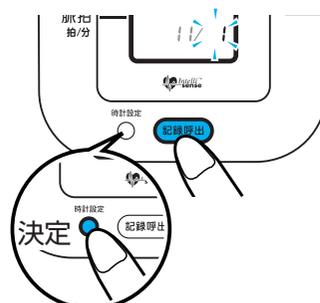
## 4 手順2～3を繰り返して「月」を合わせる

「月」が設定され、「日」が点滅します。



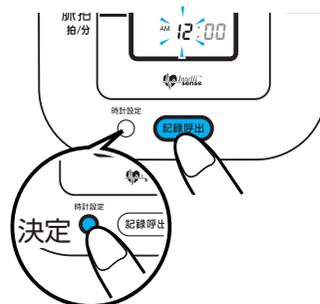
## 5 手順2～3を繰り返して「日」を合わせる

「日」が設定され、「時」が点滅します。



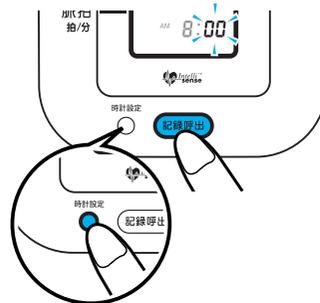
## 6 手順2～3を繰り返して「時」を合わせる

「時」が設定され、「分」が点滅します。



## 7 手順2～3を繰り返して「分」を合わせる

分を設定したあとに、電源が切れます。



### 時計を合わせ直しているときは…



分を設定したあとでも電源が切れずに西暦年が点滅します。  
電源を切るときは、測定/停止スイッチを押します。

# 血圧を測定する

右腕、左腕のどちらでも測定できます。  
 ※トイレは先に済ませましょう。  
 ※寒すぎたり暑すぎたりしない部屋で測りましょう。

## 正しい姿勢

背筋をのばす

セーターなど厚手の服は脱いでから測定してください  
 素肌または薄手の肌着の上に巻いてください。

腕帯の中心は心臓(乳頭)と同じ高さ

テーブルとイスの高さの差は、25~30cmが理想

ご家庭のテーブルとイスの高さの差は一般的に20~35cm(座卓の場合は、座面との高さの差)です。

## 血圧測定のポイント

- 正確な測定には正しく腕帯を巻くことが必要です
- 毎日同じ時間帯で測定する  
 (※起床後1時間以内、就寝前がおすすめ)
- イスにすわり、背筋をのばして、リラックスする

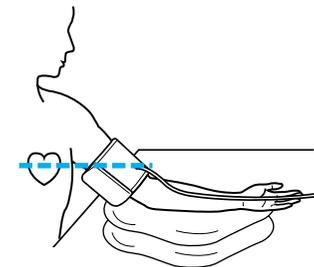
## 悪い姿勢

- 猫背(前かがみ)
- あぐらをかく
- ソファや低いテーブルで前のめりになる



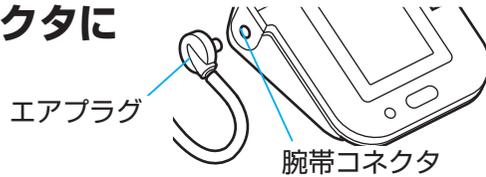
腹圧がかかったり、腕帯の位置が心臓よりも低くなるため、血圧値は高くなることがあります。

※腕帯が心臓の位置より低くなる時は、枕や座ぶとんなどを下に置いてください。



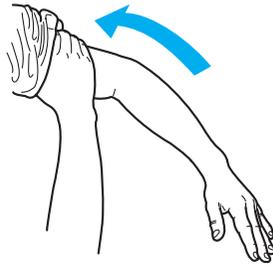
正しく測定するために、腕帯を正しく巻くようにここがけましょう。

1 エアプラグを腕帯コネクタに  
しっかり差し込む



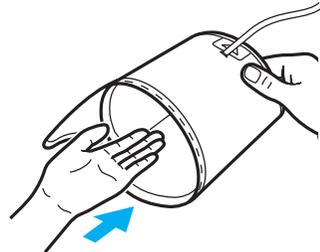
2 服の袖をまくり上げる

腕帯は素肌の上に巻くのが基本です。  
厚い衣服の上から巻くと正しく測定できな  
いことがあります。

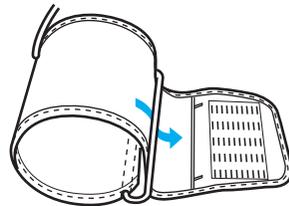


3 腕帯に左腕を通す

腕帯エア管が手のひらの先側に  
向くようにします。



※腕を通すときに腕帯が外れた場合、  
図のように金具に通して元に戻して  
ください。



測定  
のしかた

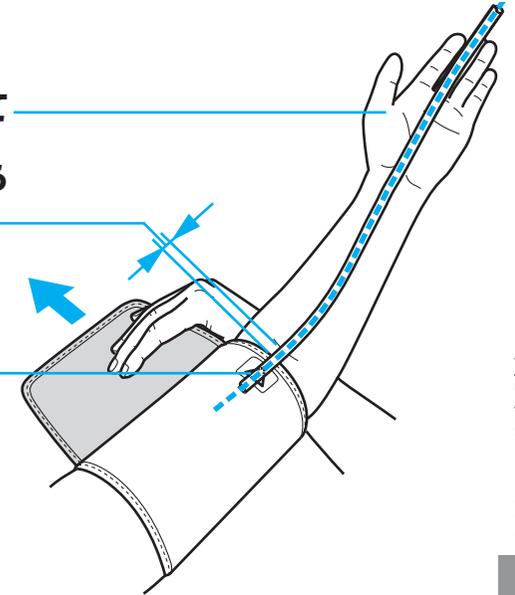
4 腕帯の端を外側に引っ張りながら  
腕帯の位置を決める

1 手のひらを上にむけて

2 ひじの内側のくぼみから  
1~2cm

3 オレンジ色の  
三角マークは  
腕の中心に

◎オレンジの三角マークが  
中指の延長線上にくるよ  
うにしてください。



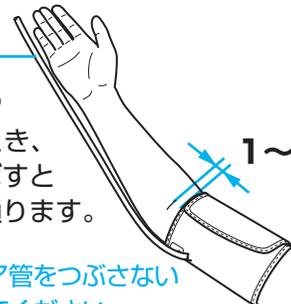
右腕に巻くときは…

腕帯エア管を  
からだ内側の側面にする

◎手のひらを上にしたとき、  
エア管をまっすぐのばすと  
エア管が小指の横を通ります。

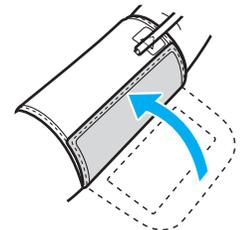
※ひじでエア管をつぶさない  
ようにしてください。

1~2cm



5 布ファスナーで固定する

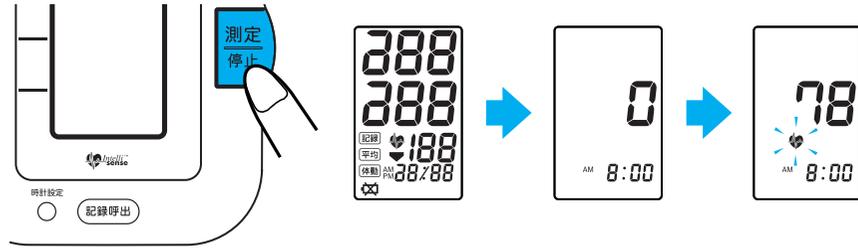
※すき間がないようにピッタリ巻いてください。



測定  
のしかた

### 6 測定/停止スイッチを押す

電源が入り、自動的に測定が始まります。



測定中は**姿勢**を保ち、  
からだを動かさずに**静か**にしてください

◎測定を中止したいときは…  
測定/停止スイッチを押すと、加圧が止まり腕帯の空気が抜けます。

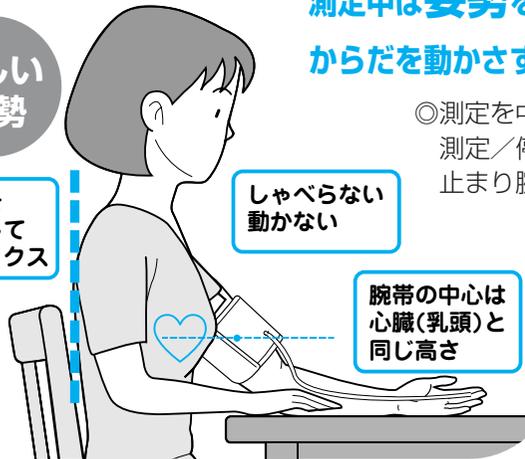
◎加圧不足の場合は、自動的に約30mmHg再加圧されることがあります。(再加圧は1回のみ)

正しい姿勢

背筋をのばしてリラックス

しゃべらない動かない

腕帯の中心は心臓(乳頭)と同じ高さ



下記のような姿勢や腕帯の巻きかたでは、正しく測定できないことがあります。

腕帯をゆるく巻かず

測定中に話した・動いた

前のめりの姿勢

※腕帯が心臓の位置より低くなる時は、枕や座ぶとんなどを下に置いてください。

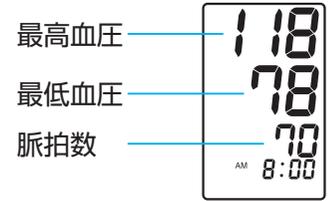


### 7 測定結果が表示されたら測定終了

### 8 測定結果を確認する

測定結果は自動的に血圧計が記録します。  
(測定記録を呼び出す 21ページ)

※測定結果の自己判断、治療は危険です。必ず医師の指導に従ってください。



■ **体動**マークが表示されたときは…

測定中から体が動くと、測定結果に **体動** マークが表示されます。  
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。



■ エラー表示「E」や「EE」が表示されたときは…

測定が正常におこなわれていません。( 31ページ)

※続けて測定するときは間隔を空ける

連続して測定すると、腕がうっ血状態になり正しい測定ができない場合があります。腕のうっ血がとれたあとにもう一度測定してください。( 24ページ)

### 9 腕帯を取り外す

腕帯の布ファスナーをはがし、取り外します。

### 10 測定を終わる

測定/停止スイッチを押すと、電源が切れます。

◎電源を切り忘れても、約5分後に電源が切れます。

### 高血圧の程度を知るめやす

近年、世界の主な学会では家庭における高血圧のめやすは以下の通りとされています。

最高血圧 (収縮期血圧) **135** mmHg以上

最低血圧 (拡張期血圧) **85** mmHg以上

出典：日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン2004年度版 (2004年12月)

血圧の状態を知るめやすとして利用してください。

※心配な場合は必ず医師の指導を受けてください。

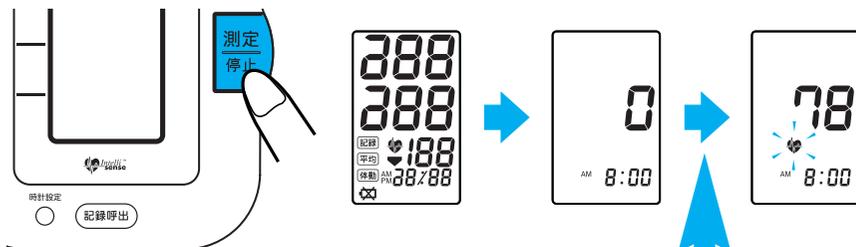
# 手動加圧のしかた

最高血圧値が220 mmHgを超えると予想される方は手動加圧で測定してください。

※手動加圧をする前に「血圧を測定する」(P.13~16 ページ)をよく読んでください。

## 1 腕帯を巻いて 測定/停止スイッチを押す

加圧が始まります。



このタイミング

## 2 加圧が始まったら、 もう一度測定/停止スイッチ を押し、そのまま押し続ける



※予想される最高値より約30~40 mmHg高い値まで押し続けてください。  
(右上図では250 mmHg)

※手動加圧では、299 mmHgまで加圧することができますが、必要以上に加圧をしないでください。腕に一時的な内出血が発生することがあります。

※300 mmHg以上加圧するとエラーになります。

## 3 目的の値まで上がったとき、 測定/停止スイッチを離す

減圧が始まり、測定を開始します。

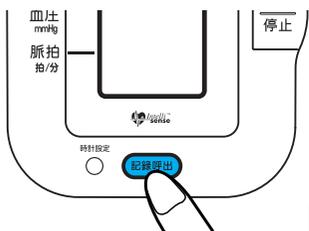
## 4 以降の操作は17~18ページの手順7~10を 参考にする

# 測定記録を呼び出す

この血圧計は、測定した血圧と脈拍を日時とともに自動的に記録し、呼び出すことができます。最新3回の測定値の平均値と、最大30回分の測定結果を見ることができます。

◎記録された測定値が30回を超えると、古い測定結果は消去され、新しい測定結果が記録されます。

測定のしかた



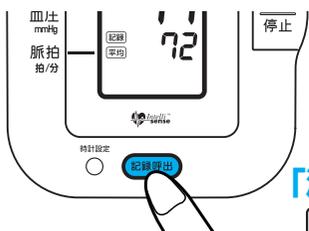
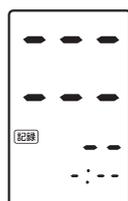
## 1 記録呼出スイッチを押す

平均値が表示されます。

「平均値」



※右図の表示が出たときは、記録されている測定結果がありません。



## 2 平均値表示中に記録呼出スイッチを押す

記録されている最も新しい測定結果が表示されます。

「測定結果」



時刻と日付が交互に表示されます。

# 測定記録を呼び出す

## 3 記録呼出スイッチで他の測定結果を見る

- ◎(平均値)→(最も新しい測定結果)→...→(最も古い測定結果)の順に表示され、(最も古い測定結果)まで進むと(平均値)に戻ります。
- ◎スイッチを押し続けると早送りできます。
- ◎測定時に「体動」マークが表示されたときは、測定結果にそのマークが表示されます。

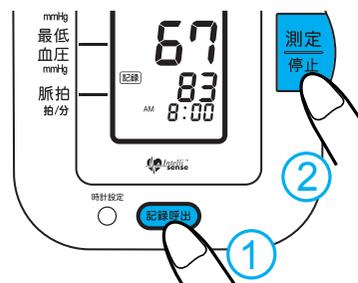
## 4 測定結果の表示を終わる

- 測定/停止スイッチを押すと、電源が切れます。
- ◎電源を切り忘れても、約5分後に電源が切れます。

測定のしかた

# 記録した測定結果をすべて消す

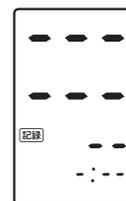
記録された測定結果をすべて消します。1つずつ消すことはできません。



## 1 測定記録呼び出し中に記録呼出スイッチを押したまま、測定/停止スイッチを押し続ける

※測定/停止スイッチを先に押さないでください。先に押すと測定がはじまります。

左のような画面になり、「記録」が点滅すれば消去完了です。



## 2 操作を終わる

- 測定/停止スイッチを押すと、電源が切れます。
- ◎電源を切り忘れても、約5分後に電源が切れます。

## 測定Q &amp; A

(測定値が高い/低いときなど)

## Q 病院での値に比べて低いのですが…

## A 病院で測ったときに、緊張していませんか？

自宅では、気持ちが落ち着いているため、病院で測るよりも20~30mmHg低くなる場合があります。

自宅での安定した測定値を知っておくことが大切です。

## A 測定時に、腕帯の位置が心臓より高かったのでは…

ひじをのせるテーブルや台が高かったりして、腕帯の位置が心臓より高くなってしまうと、血圧は低くなる場合があります。

## Q 病院での値に比べて高いのですが…

## A 降圧剤を飲んでいませんか？

時間の経過によって、薬の効果が切れると高くなる場合があります。医師にご相談ください。

## A 腕帯の位置は正しいですか？

腕帯の位置がずれていると、動脈からの信号をとらえにくくなり、血圧は高めに測定されてしまいます。

オレンジ色の位置合わせマークの位置を確認しましょう。(☞ 16ページ)

## A 腕帯をゆるく巻いていませんか？

巻き方がゆるいと、圧迫力が動脈まで伝わらず、血圧が高めに測定されてしまいます。腕帯と腕の間にすき間がないように巻いてください。

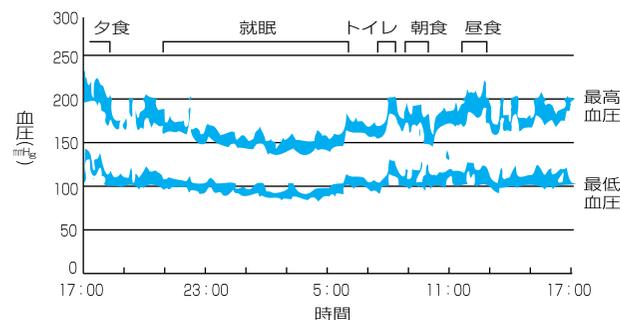
## A 猫背やあぐらをかくなどして、測定していませんか？

猫背、あぐらをかき、ソファや低いテーブルでかがんで測るなどの姿勢は、腹圧がかかったり、腕帯の位置が心臓よりも低くなるため血圧値は高くなる場合があります。

## Q 測るたびに測定値が違うのですが…

## A 同じ時間帯で測定していますか？

1日の中でもこんなに変動しています。(10秒おきに測定)



上腕血圧のデータ (横浜市立大学医学部 朽久保 修先生ご提供)

正しい血圧管理のために、毎日同じ時間帯で測定しましょう。

## A 血圧はいろいろな要因で変動します

自宅で測定したときでも、次のようなときは測定値が変わることがあります。

- ・食事の後1時間以内
- ・お酒、コーヒー、紅茶を飲んだ後
- ・喫煙の後
- ・入浴の後
- ・運動の後
- ・排尿、排便の後
- ・測定中の会話
- ・緊張や不安で心が落ち着いていない
- ・室温が急に变化した
- ・測定場所や環境がいつもと違う

## A 続けて測定して、うっ血していませんか？

腕が圧迫されると、手先に血液が溜まる、うっ血状態になることがあります。うっ血をとるには、腕帯を巻いたまま手を高く上げ、手のひらを握ったり開いたり運動を15回くらい繰り返してください。

**Q** 腕帯の締め付けで、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、動脈の血液の流れを一時的に止まるまで締める必要があります。痛みやしびれを感じるがありますが、腕帯を外してしばらくすると治まります。

**Q** 測定する時刻はいつがよいですか？

**A** 朝なら起床後1時間以内\*、夜なら就寝前

\* 朝に測定する場合は起床後1時間以内で、排尿後、朝食前（降圧剤を飲んでいる場合は服用前）に測定しましょう。

夜に測定する場合は就寝前をおすすめします。

そのほかの時間では、からだも心も安定しているときが適しています。

また、同じ時間帯で測定することをおすすめします。

**Q** 家庭での血圧管理のコツは？

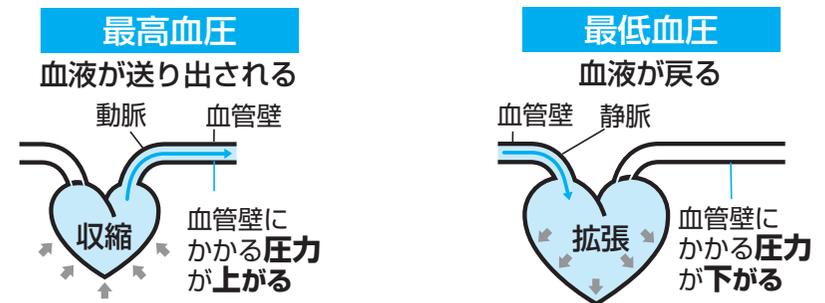
**A** 血圧値だけでなく、薬の服用や生活の状態も記録しましょう

毎日血圧を記録すると、ご自分の血圧の変動傾向を知ることができ、健康管理に役立ちます。また、医師の診断を受けるときにも大変役に立ちます。正確に判断するには、血圧値だけでなく測定条件（降圧剤等の服用・生活の状態など）を併せて記録しておくことをおすすめします。

## 血圧豆知識

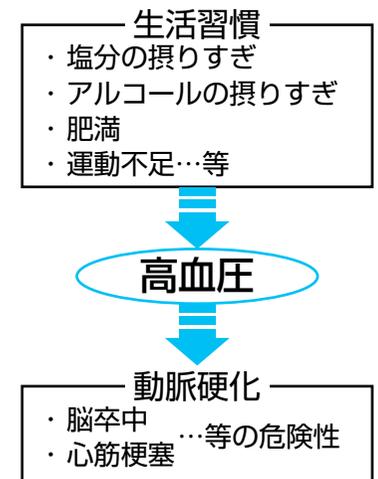
### 血圧とは

血液は、心臓というポンプの拍動（収縮したり拡張したりすること）によって動脈へ送り出されています。血液を動脈に送り出すときの圧力を「最高血圧」といい、全身を巡った血液が戻ってきて心臓が拡張したときの圧力を「最低血圧」といいます。



### 健康と血圧

血圧は日常生活や年齢の影響を受け変化しています。高血圧は動脈硬化が進み、脳卒中や心筋梗塞などの危険な病気を引き起こしやすくなっている兆候です。血圧の状態を知ること、健康と生活習慣を見直すきっかけにしてください。



## 高血圧の程度を知るめやす

近年、世界の主な学会では家庭における高血圧のめやすは以下の通りとされています。



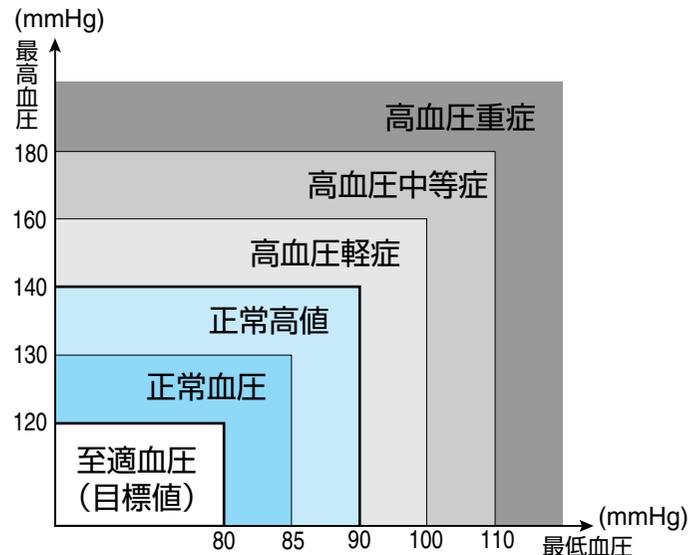
出典：日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン2004年度版（2004年12月）

血圧の状態を知るめやすとして利用してください。  
 ※心配な場合は必ず医師の指導を受けてください。

## 世界保健機関の血圧分類

病院での血圧測定をもとにして世界保健機関（WHO）、国際高血圧学会（ISH）では、下図の血圧の分類を制定しています。これは年齢に関係なく病院でイスに座り、上腕で測定した値に基づいています。

※低血圧に定義はありません。一般に最高血圧が100mmHg未満の人が低血圧とみなされています。



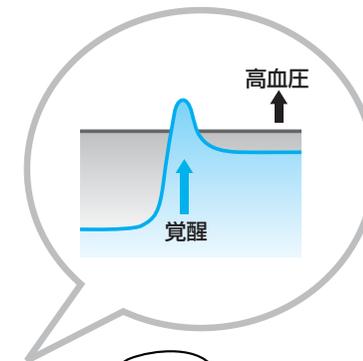
※WHO/ISH\* 血圧分類による(1999年改訂)  
 \*International Society of Hypertension

## 早朝高血圧について

### ■早朝高血圧とは

血圧は一日のうちでも、かなり変動します。変動のしかたは個人差がありますが、正常の血圧の人では、起床後、徐々に上昇して昼ごろにピークになり、やや下がって夕方ごろにもう一度ピークとなり、また徐々に低下して深夜に最も低くなります。

しかし、この血圧の変動パターンが変化して、朝方の血圧が急上昇するケースがあり「早朝高血圧」と呼ばれ注目されています。降圧剤を服用している方の場合、朝食後に薬を飲んで血圧が下がり、昼間に病医院で血圧を測ったときには正常の値である可能性もありますので注意が必要です。

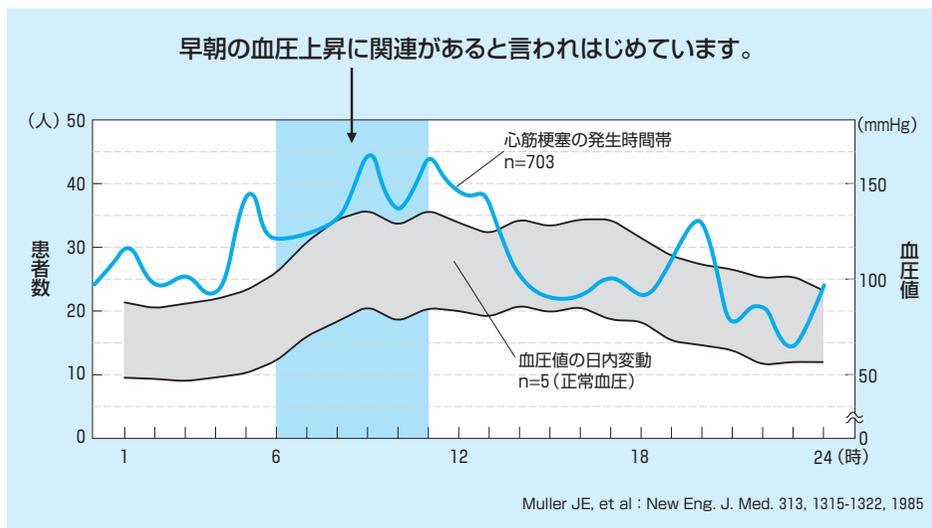


## ■心筋梗塞や脳卒中との関係

早朝から正午にかけて自律神経が活性化されるため、血圧は高く、血液は固まりやすくなっています。心筋梗塞や脳卒中などの危険な病気が早朝から正午にかけて多く生じている原因の1つと考えられています。

医療施設で測る血圧ばかりでなく、家庭血圧を重視するのは早朝の高い血圧が家庭血圧でしか捉えられないというの大きな理由の1つです。

早朝に増える心筋梗塞と血圧の上昇時間



## ■朝の血圧測定

早朝高血圧を知るために、起床後1時間以内、排尿後、朝食前、降圧剤を飲んでいる場合は服用前に血圧を測定してください。

※血圧は常に変動しています。朝だけでなく、日中、就寝前などと時間を決めて一定の期間測りましょう。測定した血圧値は記録しておいて医師の指導を受けてください。

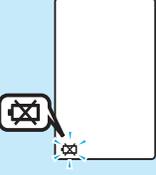
(何度か測定した場合は必ずすべての値をメモしておきましょう。)



# 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
 最高血圧表示部に「E」が横に2つ並んで出たとき	測定中に腕やからだを動かして適切に加圧されなかった	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。もう一度「EE」が表示されるときは手動加圧で測定してください。 (☞ 19ページ)
 最高血圧表示部に「E」が1つだけ出たとき	測定中に腕やからだを動かしたり、話をした	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。 (☞ 13ページ)
	エアプラグが外れかけている	エアプラグを奥まで挿入します。 (☞ 15ページ)
	腕帯を正しく巻いていない	腕帯を正しく巻いてください。 (☞ 16ページ)
	まくりあげた上着(下着)で腕を圧迫している	上着(下着)を脱いで腕帯を巻き直してください。 (☞ 15ページ)
	腕帯が空気漏れしている	別売の新しい腕帯をお買い求めください。 (☞ 38ページ)
 「E」が縦に2つ並んで出たとき	手動加圧時に、測定/停止スイッチを押し続けるなど、300mmHg以上加圧した	手動加圧時は、目的の数値まで上がったらずいぶん離してください。 (☞ 19ページ)

エラー表示	原因	対処のしかた
	電池が消耗している	4本同時に新しい電池と交換してください。 (☞ 9ページ)
 「Er」が出たとき	機能の異常による故障です	オムロンお客様サービスセンターまで修理依頼をお願いします。 (☞ 裏表紙)

※測定中からだを動かしたりすると、上記エラー表示のときに **体動** マークが表示されることがあります。

困ったときに・保証など

困ったときに・保証など

# おかしいな?と思ったら

困ったときに・保証など

こんなとき	原因	対処のしかた
血圧値が異常に低く(高く)測定される	腕帯が正しく巻かれていない	腕帯を正しく巻いてください。 (☞ 16ページ)
	測定中に会話をしたり腕を動かしたりした	静かに測定してください。 測定Q&Aを参照してください。 (☞ 17、23ページ)
	まくりあげた上着(下着)で腕を圧迫している	上着(下着)を脱いで腕帯を巻き直してください。 (☞ 13ページ)
圧力が上がらない	エアプラグが正しく血圧計に接続されていない	正しく接続してください。 (☞ 15ページ)
	腕帯が空気漏れしている	別売の新しい腕帯をお買い求めください。 (☞ 38ページ) ※新しい腕帯にはエアプラグがついていません。エアプラグは捨てないでお使いください。
測定/停止スイッチから手を離すと加圧が止まる	測定/停止スイッチを3秒以上押している	自動加圧で測定する場合は3秒以内に測定/停止スイッチから手を離してください。 (☞ 17ページ)
腕帯が短期間で空気漏れをおこしてしまう	腕帯の巻き方がゆるい	腕と腕帯のすき間がないようにピッタリ巻いてください。 (☞ 16ページ) ※ピッタリ巻かないと腕帯に余分な圧力がかかり、腕帯の寿命が短くなります。
血圧計が正常に動き、正しく測定しても… ・病院で測定してもらった値より低い(高い) ・測るたびに血圧値が違う		測定Q&Aを参照してください。 (☞ 23ページ)

こんなとき	原因	対処のしかた
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。 (☞ 9ページ)
どのスイッチを押しても何も表示しない	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。 (☞ 9ページ)
	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。 (☞ 9ページ)
	電池を入れずに、別売の専用ACアダプタが血圧計から外れている	別売の専用ACアダプタを正しく接続してください。 (☞ 38ページ)
その他の現象		測定/停止スイッチを押し直して、最初からやり直してください。 電池を交換してみてください。 それでも直らない場合は、オムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください。 (☞ 裏表紙)

※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までご相談ください。(☞ 裏表紙)

困ったときに・保証など

# お手入れと保管

ここに記載している注意事項、その他の正しい使用方法を必ずお守りください。お守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。

## お手入れについて

- ・ 血圧計はいつも清潔にしてお使いください。
- ・ 本体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、水または中性洗剤をしみこませた布をかたく絞って拭き取り、やわらかい布でから拭きしてください。

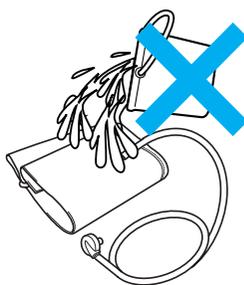
※本体内部に水などが入らないようにしてください。

### ■お手入れ時のお願い

- ・ 汚れを落とすとき、ベンジン、シンナーなどを使用しないでください。



- ・ 腕帯は洗濯できません。また、ぬらさないでください。



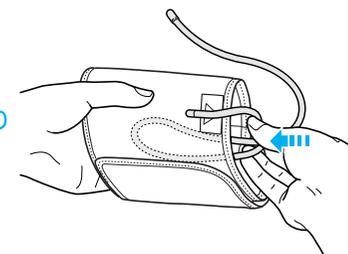
## 保管について

腕帯を腕から外し、収納ソフトケースにしまします。  
※専用ACアダプタを使用しているときは、本体より先に収納してください。

### 1 エアプラグを腕帯コネクタから外す

### 2 腕帯エア管を腕帯に軽く折り曲げて入れる

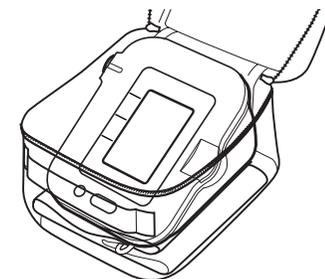
※腕帯エア管を無理に強く折り曲げたりしないでください。



### 3 腕帯と本体を収納ソフトケースにしまう

右図のように入れます。

※専用ACアダプタをいっしょに収納するときは、表示部を傷つけないようにしてください。



### ■保管時のお願い

次のようなところに保管しないでください。

- ・ 水のかかる場所。
- ・ 高温・多湿、直射日光、ホコリ、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ。
- ・ 傾斜、振動、衝撃のある場所。
- ・ 化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生する場所。

長期間（3ヵ月以上）ご使用にならない場合は、電池を取り出して保管してください。

# 仕様

医療機器認証番号	219AGBZX00029000
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

販売名	オムロンデジタル自動血圧計 HEM-7011ファジィ
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
測定範囲	圧力/0~299mmHg 脈拍数/40~180拍毎分
測定精度	圧力/±3mmHg以内 脈拍数/読み取り数値の±5%以内
加圧	自動加圧方式(ファジィコントロール)
減圧	アクティブ電子制御方式
排気	自動急速排気方式
圧力検出	静電容量式圧力センサー
電源	単3形マンガン乾電池(4本) 専用ACアダプタ(AC100V)(別売品)
電池寿命	約300回(単3形マンガン乾電池使用時、室温23℃、 1日2回170mmHg加圧の場合) ※アルカリ乾電池でも使えます。
使用環境温湿度	+10~+40℃・30~90%RH
保管環境温湿度	-20~+60℃・10~95%RH
本体質量	約355g(電池含まず)
外形寸法	幅131×高さ84×奥行き155mm
腕帯	幅146×長さ446mm(質量約130g) エア管長さ600mm
電撃保護	内部電源機器B形装着部
付属品	腕帯(型式HEM-CUFF-S、対象腕周22~32cm)、 お試用電池(単3形マンガン乾電池4本)、収納ソフトケース、 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 住所:〒615-0084 京都府京都市右京区山ノ内山ノ下町24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。

**EMC 適合** 本製品はEMC規格IEC 60601-1-2:2001に適合しています。

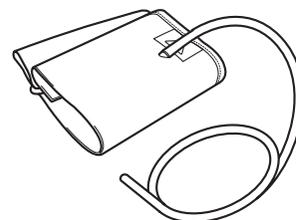
本製品はJIS規格JIS T 1115:2005に適合しています。

# 別売品について

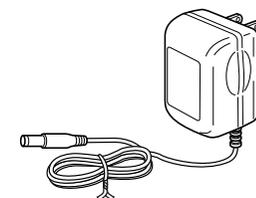
別売品のお求めは、  
オムロンお客様サービスセンター  
(☎電話 0120-30-6606)までご連絡ください。

次の別売品をご用意しています。

- 腕帯  
型式HEM-CUFF-S  
対象腕周22~32cm(上腕中央部)  
この腕帯は本製品に付属しているものと同じです。
- 専用ACアダプタ  
型式HEM-AC-H  
(60100H706S)



※別売の腕帯にはエアプラグがついていません。  
エアプラグは捨てないで新しい腕帯にセットしてお使いください。



## 別売品の専用ACアダプタの接続のしかた

専用ACアダプタを利用すると、ご家庭のコンセントから電源を取ることができます。

- 専用ACアダプタを使う場合でも、本体に電池を入れてください。  
専用ACアダプタだけで使用している場合、専用ACアダプタをコンセントから抜くと、前回正常終了したときの日付と時刻に戻ります。  
ただし、今までに記録された測定値は消去されません。

- 専用ACアダプタと電池を併用すると、電池の消耗が遅くなります。

※専用のACアダプタ以外はお使用にならないでください。

- 1 専用ACアダプタのプラグを、  
血圧計の背面にある専用AC  
アダプタ用コネクタに差し込む

- 2 専用ACアダプタを  
コンセントに差し込む

