

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。
 - (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) 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ます。

※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くください。

This warranty is valid only in Japan.

品名	オムロンデジタル自動血圧計	お買い上げ店名	
形式	HEM-705ITファジィ	住所	
ご芳名		TEL	() () ()
ご住所		お買い上げ年月日	年 月 日
TEL	() () ()		

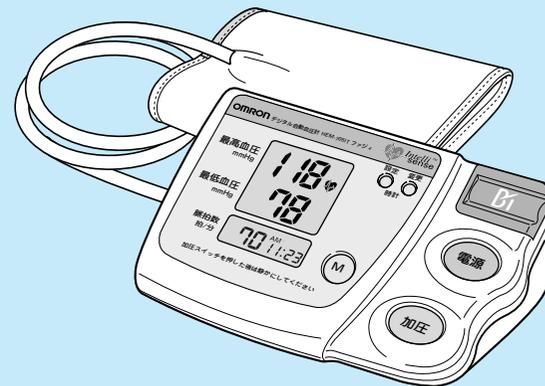
製造販売元

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



取扱説明書



インテリセンス 血圧計

- 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。

OMRON

オムロン **デジタル** 自動血圧計
HEM-705IT ファジィ

血圧を測る前に

- 安全上のご注意 1
- この血圧計の特長 3
- 血圧を測る5つのポイント 4
- 各部の名前 5
- 乾電池の入れ方 7
- 日付・時刻合わせについて 9

血圧の正しい測り方

- 腕帯の巻き方 11
- 正しい姿勢 13
- 血圧を測定する 14
- メモリ機能の使い方 19

血圧とは

- 血圧豆知識 21
- 血圧Q&A 25

こまったときに・保証など

- お手入れと保管 28
- おかしいな?と思ったら 29
- 別売品について 32
- お問い合わせ先 33
- 仕様 34
- 保証規定/品質保証書 裏表紙

A Good Sense of Health

安全上のご注意

お使いになる前によくお読みください

- 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。

警告サイン	内容
	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。

図記号の例

	△記号は注意(警告・危険を含む)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。 左図の場合は、“感電注意”を示します。
	⊘記号は禁止(してはいけないこと)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。 左図の場合は、“一般的な禁止”を示します。
	●記号は強制(必ず守ること)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。 左図の場合は、“一般的な強制”を示します。

⚠️注意

測定結果の自己判断、治療は危険です。必ず医師の指導にしたがってください。

- ・自己判断は、病気の悪化につながる可能性があります。

重度の血行障害または血液疾患のある方は、医師の指導のもとで使用ください。

- ・圧迫により一時的に内出血が発生することがあります。

手動加圧をする場合は、本取扱説明書をご参照の上で使用ください。

- ・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。

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。

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。



⚠️注意

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カ月以上)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。

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。

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。

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。

血圧計の近くで、携帯電話を使用しないでください。

- ・誤動作する恐れがあります。

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。

血圧計の本体や腕帯は、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。

ACアダプタは専用品以外は使用しないでください。

- ・火災、感電の恐れがあります。

専用ACアダプタは必ず交流100V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、感電の恐れがあります。

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。

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。

腕帯エア管をはずすとき

- ・エア管の先のエアプラグを持ってはずしてください。

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。



この血圧計の特長

■28回分のメモリ機能付き

血圧管理をしたいときなどに便利です。

■押しやすい大型スイッチ

大きく、見やすい電源、加圧スイッチです。

■電源は自動的に切れます

電源スイッチを切り忘れても約5分後に自動的に電源が切れます。

■乾電池でも別売の専用ACアダプタでも使えます

併用した場合、電池の消耗が遅く、電池交換時設定した日時も消去されません。

■優れた測定技術で、「正確測定」を実現

オムロンの最も得意とする技術である生体情報センシング (Bio-Information Sensing) と高機能ファジィ技術により正確測定を実現しました。インテリセンス (Intelligent Sensing) 血圧計とはこうした技術を搭載した血圧計のグローバルブランドネームです。

■血圧管理ソフト「健康日記／血圧編」(別売)を使えばパソコン上で血圧データ管理ができます

血圧を測る5つのポイント

1 リラックスして測りましょう

2 排尿、排便は済ませましょう

3 座った姿勢で正しく測りましょう (👉 13ページ)

4 毎日同じ時間帯に測りましょう (👉 26ページ)

5 寒すぎたり暑すぎたりしない部屋で測りましょう

血圧はいろいろな要因で変動します

自宅では気持ちが落ち着いているため、測定値は病院よりも低めに出ることがあります。血圧管理のためには、自宅での測定値を知っておくことが大切です。

自宅でも次のようなときは測定値が変わることがあります。

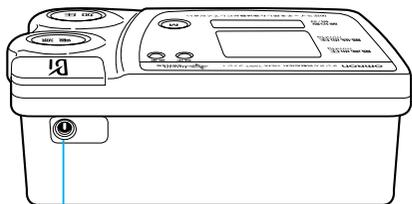
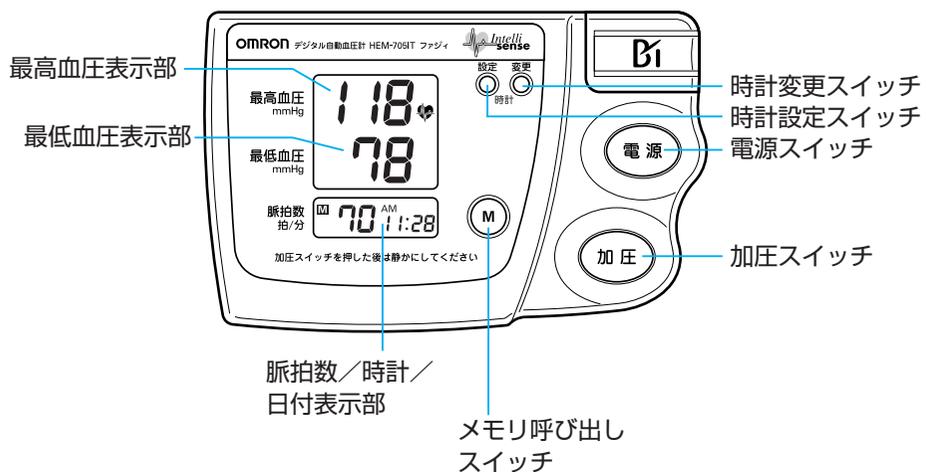
- ・ 食事の後1時間以内
- ・ お酒、コーヒー、紅茶を飲んだ後
- ・ 喫煙の後
- ・ 入浴の後
- ・ 運動の後
- ・ 測定中の会話
- ・ 緊張や不安で、心が落ち着いていないとき
- ・ おなかを圧迫するような姿勢で測ったとき
- ・ 室温が急に变化したとき
- ・ 測定場所や環境がいつもと違うとき
- ・ 長時間にわたって繰り返し測定をしたとき



測定結果については自己診断に頼らず、必ず医師の指導を受けましょう。(何度か測定した場合は必ず全ての値をメモしておきましょう。)

各部の名前

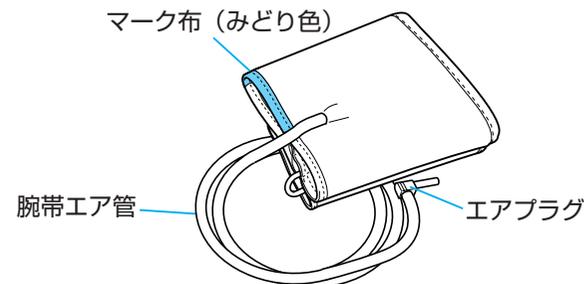
本体



付属品

腕帯

形式：HEM-CUFF-N
対象腕周22~32cm
(上腕中央部)



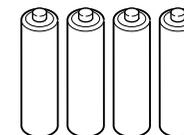
※腕帯寿命は1日朝夕各2回の測定で、1年半程度です。(弊社試験条件による)
血圧を正確に測定するために早目の交換をおすすめします。

空気漏れが生じたら別売品をお買い求めください。
(☞ 33ページ)

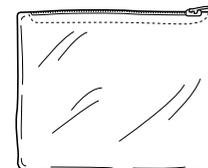
※別売の腕帯にはエアプラグがついていません。
エアプラグは捨てないで新しい腕帯にセットしてお使いください。

お試し用電池

単3形アルカリ乾電池 (4本)



収納ケース



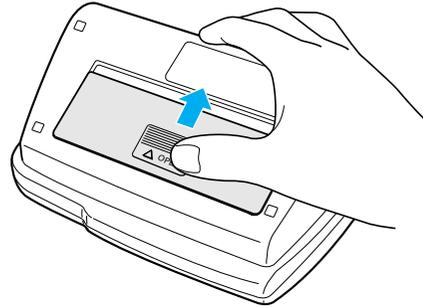
取扱説明書 (本書：品質保証書付き)

乾電池の入れ方

この商品は本体に乾電池を入れてから使用できます。また別売品の専用ACアダプタも使用できます。

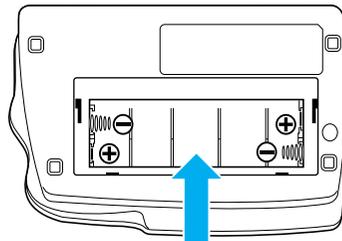
※専用ACアダプタ（別売）の使い方（ 32ページ）

1. 本体を裏返す



2. 電池カバーをはずす

電池カバー中央のギザ加工部を押し下げてから矢印方向にずらします。



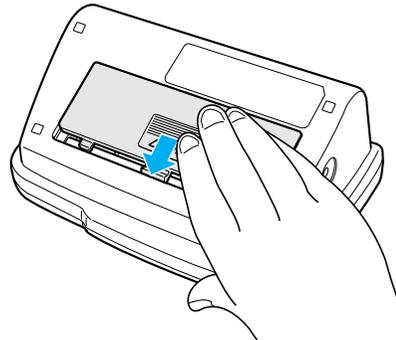
3. 単3形乾電池を図の表示に合わせて入れる

ばねの出ているほうが⊖です。



4. 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。



乾電池の寿命と交換について

乾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。

電源が入ったまま乾電池をはずすと、設定した日付や時刻が消去されます。

- ・電池寿命 約1500回（単3形アルカリ乾電池使用時、室温22℃、1日2回、170mmHg加圧の場合）
※マンガン乾電池でも使えます。
※付属の乾電池はお試し用です。1500回以内に寿命が切れることがあります。
- ・ マークのみが点滅表示したときは、乾電池が消耗しています。
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。
- ・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。乾電池をはずしている時間が長いと、日付や時刻を設定し直す必要があります。

乾電池取り扱いについてのお願い

- ・使いきった乾電池はすぐ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、乾電池を取り出しておいてください。乾電池を入れたまま長期間使用せずに放置しておくと、乾電池から液が漏れ出し、本体が破損する原因になります。
- ・指定以外の電池の使用および古い乾電池と新しい乾電池や、違う種類の乾電池を混ぜて使用しないでください。
- ・⊕⊖を間違えないようにしてください。
- ・取り扱いに関しては、乾電池に記載されている注意事項をよくお読みください。
- ・使用済みの乾電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。

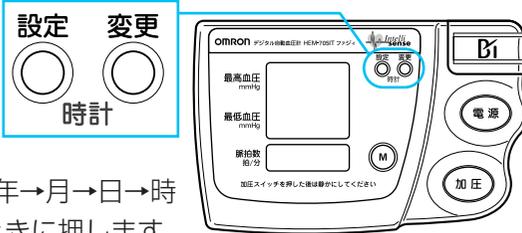
日付・時刻合わせについて

この血圧計は測定値を自動的に記憶します。(メモリ機能 19ページ)
日付と時刻を正しく合わせておくと、測定日時も同時に記憶させることができます。

- ・はじめて使うときや、長時間電池を抜いた後は日付と時刻を合わせてください。
※測定中は日付・時刻合わせはできません。
- ・日時を合わせなくても血圧は測れます。ただし日時は正しく記憶されません。

日付と時刻を合わせる

・スイッチの意味と操作の特徴



時計設定スイッチ

日時を設定するとき、設定(年→月→日→時→分)する項目を移動するときに押します。

時計変更スイッチ

1回押すごとに1つ先に進みます。押し続けると早送りします。最初はゆっくり1回ずつ必要回数押してください。(西暦年なら「1年」、月なら「1ヵ月」先に進みます)
※設定したい値を通り過ぎてしまった場合：早送りすると最初の数字に戻ります。

1. 電源スイッチを押す

表示部が全点灯した後、時刻表示部の「12:00」が点滅します。



2. 時計設定スイッチを1秒以上押す

時刻表示部の点滅が「20 01」になります。

※「20 01」は西暦2001年を表しています。

3. 時計変更スイッチを1回押すと…1年進む 必要な回数を押して、現在の「西暦年」に合わせる

※設定範囲は2001年～2030年です。

※合わせたい「西暦年」を通り過ぎてしまった場合：時計変更スイッチをそのまま押し続けてください。2030年まで進むと2001年に戻ります。

4. 時計設定スイッチを押す

日付表示に変わり「月」の部分が点滅します。

※はじめてお使いの場合は「1/1」を表示し、左の「1」が点滅します。



5. 時計変更スイッチを1回押すと…1月進む 必要な回数を押して、現在の「月」に合わせる

6. 時計設定スイッチを押す

日付表示の「日」の部分が点滅します。

7. 時計変更スイッチを押し、「日」を合わせる

以下、同じように時計設定スイッチと時計変更スイッチを使って順番に

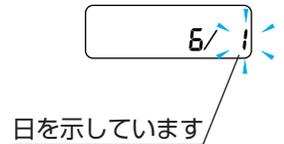
8. 「時」「分」を合わせる

※「時」の設定範囲はAM12(時)～11(時)、PM12(時)～11(時)です。

9. 時計設定スイッチを押す

時刻表示の点滅が止まります。

これで「日付」と「時刻」合わせができました。



腕帯の巻き方

右腕、左腕のどちらでも測定できます。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。

- ・薄手の肌着などの上からであれば測定できます。
- ・セーターなどは腕まくりをせずに脱いでから測定してください。

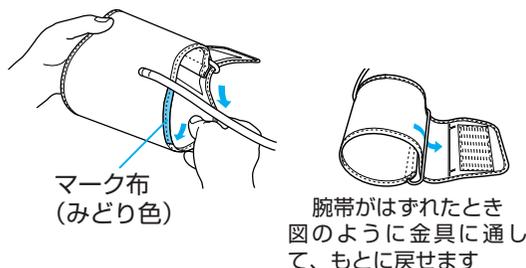
腕帯を正しく巻く（左腕に巻く場合）

1. エアプラグを血圧計本体に
しっかり差し込む



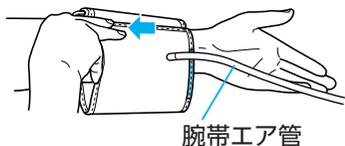
2. 腕帯を筒状に広げる

腕が入るくらいに広げます。

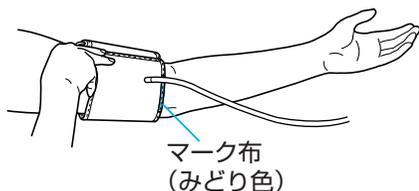


3. 腕帯に左腕を通す

腕帯エア管が手の平の先側に向くように通します。

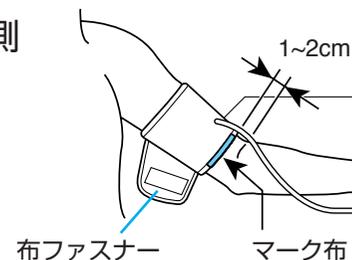


4. 腕帯のマーク布がひじ関節の
内側にくるようにする



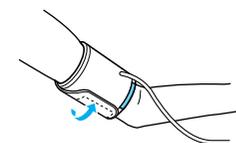
5. 腕帯の下端を、ひじ関節部の内側
から1~2cm上に合わせる

腕帯がひじ関節にかからないようにして
ください。



6. 腕にピッタリと巻き上げ、
布ファスナーで固定する

※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。また腕がしびれたり、
正しく測定できないことがあります。

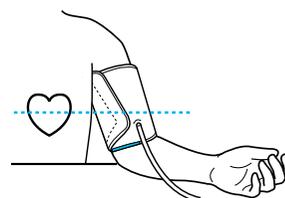


7. 腕帯が正しく巻けているか確認する

※腕との間にすき間はありますか。

※左手の場合マーク布の位置が正しいと、
エア管は中指の延長上にきます。

※腕の形に沿って腕帯が斜めになっても
測定値に影響ありません。



腕帯を右腕に巻く場合

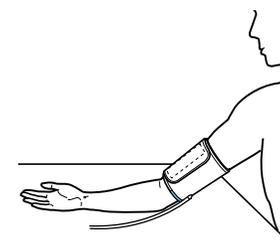
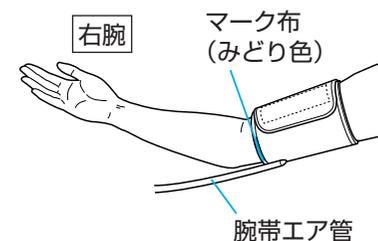
1. 広げた腕帯を腕に通す

2. 腕帯のマーク布がひじ関節の
内側にくるようにする

腕帯エア管はひじの下側にきます。

※ひじで腕帯エア管をつぶさないように
してください。

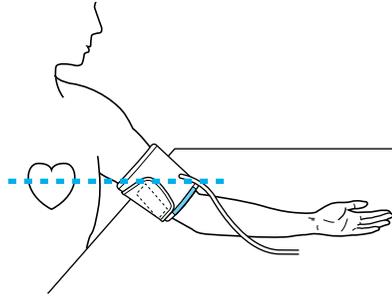
3. 腕にピッタリと巻き上げ、
布ファスナーで固定する



正しい姿勢

正確な血圧を測るための正しい姿勢をおぼえましょう。
姿勢によっては正確に測定できないときがあります。

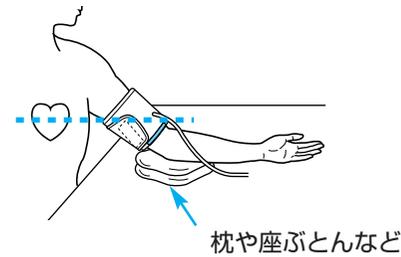
1. 座った姿勢でひじをテーブル
または台の上に乗せる



2. 手のひらを上にして軽く開く

3. 腕帯の中心が心臓（乳頭）の
高さになるようにする

※腕帯が心臓（乳頭）の位置より低く
なるときは、枕や座ぶとんなどをあ
てて調節してください。



4. からだの力を抜いて
リラックスしましょう

※緊張感があるときは、深呼吸をして
みてください。

※寝たままでも測定できますが、測定
値が変わることがあります。

※おなかを圧迫しない、自然な姿勢で
測りましょう。ソファや低いテー
ブルなどでの測定は、おなかを圧迫す
る原因になります。



血圧を測定する

スイッチを押すだけで簡単に自動測定できます。
測定の準備ができていますか？

- ・腕帯は正しく巻けていますか？（☞ 11ページ）
- ・正しい姿勢がとれていますか？（☞ 13ページ）

測定に工夫が必要な場合があります

- ・最高血圧が220mmHgを超える方は自動測定はできません。
手動加圧で測定してください（☞ 17ページ）。
- ・長時間にわたって繰り返し測定しないでください。
腕が次第にうっ血して、正しい測定値が表示されないことがあります。
腕のうっ血が治まってから測ってください（☞ 26ページ）。

1. 電源スイッチを押す

表示部が全点灯します。

※全点灯時の  マークは表示確認です。
電池交換の必要はありません。

図のように変化します。  マークが点灯し、
測定待ちの状態になります。



血圧を測定する

2. 加圧スイッチを押し、すぐ離す（3秒以内）

測定中は体を動かさず、静かにしてください。

加圧を開始しています。
▲マークが点灯し数値が上がっていきます。

加圧中です。
▲マークが点灯したまま、♥マークが点滅し必要な数値まで加圧されます。

※測定を中止したいとき
電源スイッチを押してください。
加圧が止まり腕帯の空気が抜けて、電源が切れます。

加圧が停止し、減圧を開始しています。
▼マークが点灯します。
※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。（自動再加圧は1回のみ）

測定中です。
♥マークが点滅し、▼マークが▼に変わります。

測定結果が表示されます。
・測定結果は自動的に血圧計が記憶します。
（メモリ機能 19ページ）



最高血圧

最低血圧

脈拍数

3. 測定値を確認する

▼が点滅し、腕帯内の空気が抜けます。

排気されると、▼が消えて♥マークが点灯し次の測定待ちの状態になります。

※♥マークが出て電源を切るまで測定値はそのまま表示されています。

※続けて測定したいときは、そのまま加圧スイッチを押してください。



4. 測定を終了する

電源スイッチを押して電源を切ります。

※押し忘れても約5分後に自動的に電源が切れます。



血圧を測定する

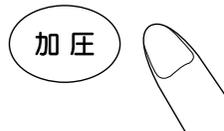
最高血圧が220mmHgを超える方の測り方

最高血圧値が220mmHg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。自動測定がうまくいかない方（何度もEEが出る方）も手動で測定してください

1. 電源を入れて、測定待ちの状態にし、予想される最高血圧値より約30~40mmHg高い値まで加圧スイッチを押したままにする

※手動加圧では、299mmHg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。

※300mmHg以上加圧するとエラーになります。



2. 目的の値まで上がったとき加圧スイッチを離す

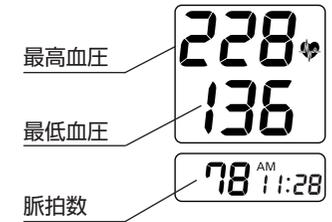
減圧を開始します。

(表示部の変化は 15ページ)

♥マークが点滅し、▼マークが▼に変わります。

測定結果が表示されます。

・測定値は自動的に血圧計が記憶します。
(メモリ機能 19ページ)



3. 測定値を確認する

4. 測定を終了する

電源スイッチを押して電源を切ります。

※押し忘れても約5分後に自動的に電源が切れます。



メモリ機能の使い方

メモリ機能とは・・・

測定した血圧と脈拍は自動的に血圧計が記憶しています。
28回分の測定値を記憶し、日時とともに呼び出すことができます。

例えば・・・

- ・ 1日2回測定する場合2週間分の測定値を記憶できます。
- ・ 1日に何回も測定する場合28回までなら、記憶できます。

メモリ（記憶された測定値）は、連続して呼び出して血圧の傾向を把握したり、まとめて記録したりするときに便利です。

※測定中はメモリ機能は使えません。

※測定した値がないときはメモリは呼び出せません。

メモリを呼び出すとき

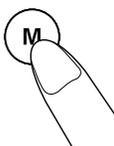
1. 画面に♥マークがあることを確認する

※電源が入っていないときは電源スイッチを押します。



2. メモリ呼び出しスイッチを押す

記憶されている一番新しい測定値が表示されます。

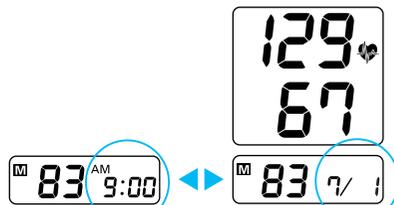


3. メモリを確認する

※メモリ呼び出しスイッチを押すごとに新しい測定値から順に表示されます。

※メモリを全て呼び出すと測定待ち状態になります。

※29番目以降は古い測定値から順に自動的に消去されます。



測定時刻と日付を交互に表示します

4. 電源スイッチを押して電源を切る

メモリを消去したいとき

記憶されたメモリは、全て消去することができます。
(特定のメモリを1つずつ消去することはできません)

1. 画面に♥マークがあることを確認する

※電源が入っていないときは電源スイッチを押します。

2. メモリ呼び出しスイッチを押したまま加圧スイッチを2秒以上押し続ける

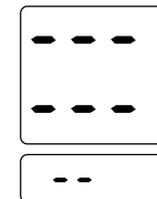
※加圧スイッチを先に押すと加圧してしまいます。

血圧値に「-- --」
脈拍値に「--」が表示されます。

測定待ち状態になります。

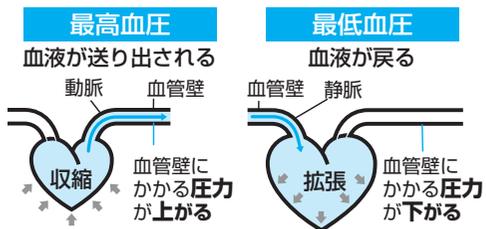
メモリが全て消去されました。

3. 電源スイッチを押して電源を切る



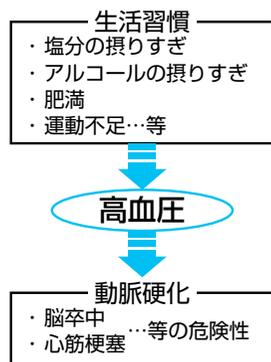
血圧とは

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。血液を動脈におくりだすときの圧力を「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

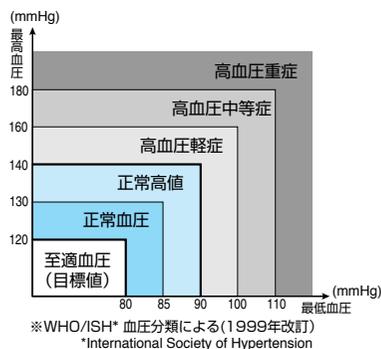
血圧は日常生活や年齢の影響を受け変化しています。高血圧は動脈硬化が進み、脳卒中や心筋梗塞などの危険な病気を引き起こしやすくなっているちょう候です。血圧の状態を知ることで、健康と生活習慣を見直すきっかけにしてください。



高血圧の程度を知るめやす

病院での血圧測定をもとにして世界保健機構（WHO）、国際高血圧学会（ISH）では、右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。



また近年、世界の主な学会では家庭血圧における高血圧のめやすは以下の通りと提唱されています。

上の血圧
(収縮期血圧) **135** mmHg以上

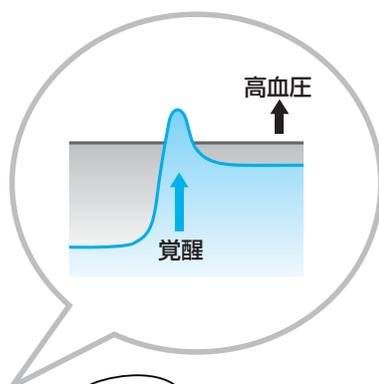
下の血圧
(拡張期血圧) **85** mmHg以上

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

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。

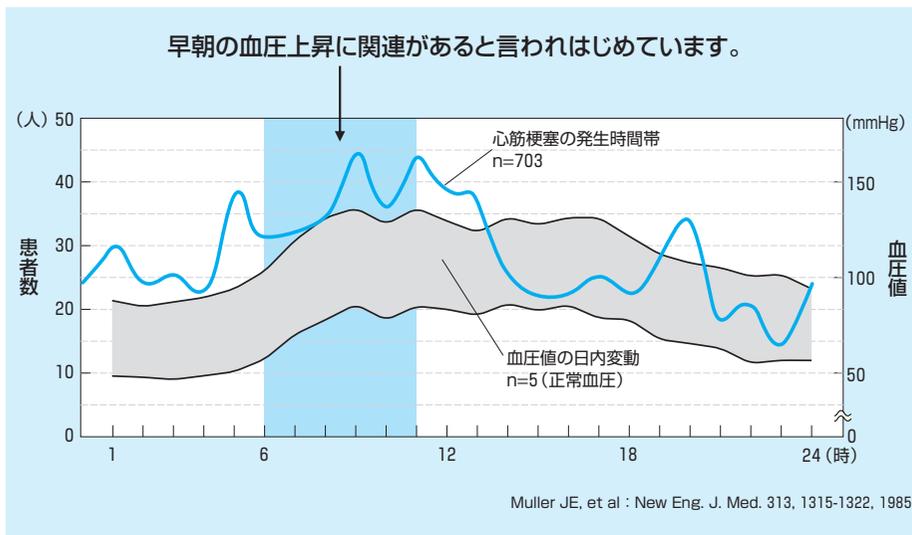


■心筋梗塞や脳卒中との関係

心筋梗塞や脳卒中などの危険な病気は早朝から正午にかけて起こることが多く、これと起床前後の血圧上昇（早朝高血圧）で血管が収縮して血液が流れにくくなったり、血液が固まりやすくなったりすることが関係しているのではないかとわれはじめています。

そのため医師は、病医院で測る血圧ばかりでなく、家庭で測る早朝の血圧値を重視するようになってきました。

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アドバイスを受けてください。

(何度か測定した場合は必ず全ての値をメモしておきましょう。)



■朝の血圧が高いときは

家庭血圧における高血圧のめやすは以下の通りとされています。

上の血圧
(収縮期血圧)

135 mmHg以上

下の血圧
(拡張期血圧)

85 mmHg以上

病院での値に比べて低いのですが…？

- ・血圧は家庭で測ると病院で測るより20～30mmHg低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。
自宅での安定した測定値を知っておくことが大切です。
- ・また測定時に腕帯の位置が心臓より高いと、血圧は低くなる場合があります。正しい姿勢で測定してください。(👉 13ページ)

病院での値に比べて高いのですが…？

1. 降圧剤を飲んでいる方は、その影響を受けます

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

2. 腕帯を正しい位置に巻いていません

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。

→マーク布(みどり色)の位置を確認しましょう(👉 11ページ)

3. 腕帯をゆるく巻いています

巻き方がゆるいと、圧迫力が動脈まで伝わらず、血圧は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(👉 11ページ)

4. 正しい姿勢で測っていません

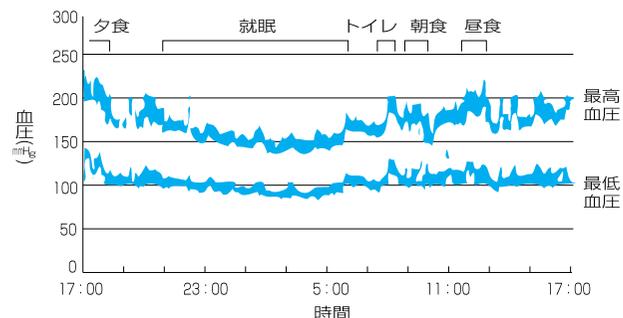
猫背・あぐらをかき・ソファや低いテーブルでかがんで測るなどの測定姿勢は、腹圧がかかったり、腕の位置が心臓よりも低くなるため血圧値は高くなります。

→正しい姿勢で測定してください(👉 13ページ)

測るたびに測定値が違いますが…？

1. 心臓が収縮するごとに血圧も変動します。たとえば脈拍が1分間に70回の方は、1日の中で10万800回も血圧が動いていることになります。

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)

- 1回の測定では正確な血圧を知ることは難しいため2～3回測定してみてください。1回目は血圧を測る準備などで緊張し、高いのが普通です。続けて2回目を測ると、緊張がほぐれて大抵の方は5～10mmHg程度低くなります(この傾向は血圧の高い人ほど強くあらわれます)

※続けて測定するときの注意：

測定時、腕が圧迫されたため手先に血液が溜まるうっ血状態になることがあります。そのまま続けて測ると正確な測定ができません。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回繰り返してください。

2. 腕帯の位置や巻き方、腕帯のサイズが違う場合は測定値が違ってきます。特にひじの骨に腕帯がかかると正しく測れません。

→常に正しい位置に腕とすき間なくピッタリと巻いてください

(👉 11ページ)

→付属の腕帯は、腕周りが22～32cm(上腕中央部)に対応しています。サイズが合わない場合は、別売品をお求めください(👉 33ページ)

測定時に腕帯の締め付けで、痛みやしびれを感じるのですが…？

一時的なものです。身体にとって支障となるものではありませんので安心して測定してください。

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、腕帯をはずしてしばらくすると治まります。

測定する時刻はいつがよいですか？

朝に測定する場合は起床後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、身体も心も安定しているときが適しています。また、毎日同じ時間帯に測定することをおすすめします。

家庭での血圧管理の大切さとは？

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、医師の診断をうけるときにも大変役に立ちます。正確に判断をするには、血圧値だけでなく測定条件（測定時刻・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。

お手入れ方法

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。



お手入れと保管の注意

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。

次のようなところに保管しないでください。

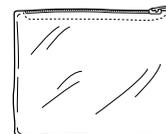
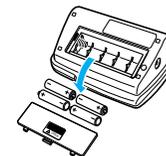
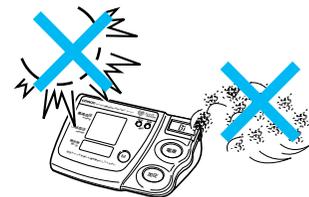
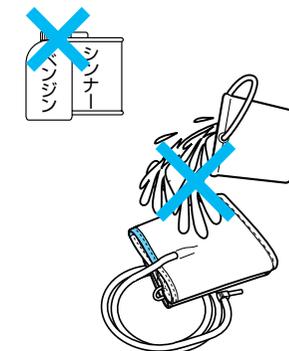
- ・水のかかるところ。
- ・高温・多湿、直射日光、ホコリ、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ。
- ・傾斜、振動、衝撃のあるところ。
- ・化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ。

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

※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。

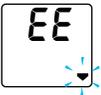
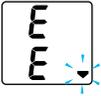
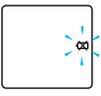
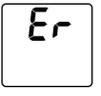
収納方法

お手入れが終わったら、付属の収納ケースに入れて保管してください。



おかしいな?と思ったら

測定が正常に行われなときは、次のようなエラー表示が出ます。
「E」の表示は、排気されると測定待ちの状態にもどります。

こんなとき	考えられる原因	直し方
 最高血圧表示部に「E」が横に2つ並んで出たとき	加圧が足りない 腕やからだを動かして適切に加圧されないときなどにおこる	♥マークを確認し、静かにして加圧スイッチを押し、もう一度測定してください 再度、「EE」マークが表示されるとき (☞ 17ページ)
 最高血圧表示部に「E」が1つだけ出たとき	エアプラグがはずれかけている	エアプラグを奥まで挿入します (☞ 11ページ)
	測定中に腕やからだを動かしたり、話をした	♥マーク確認後、腕やからだを動かさないようにして加圧スイッチを押し、もう一度測定してください
	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 (☞ 11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 (☞ 11ページ)
腕帯が空気漏れをしている	別売の新しい腕帯をお買い求めください	
 「E」が縦に2つ出たとき	加圧スイッチを押し続けるなど、300mmHg以上加圧した	♥マーク確認後、腕やからだを動かさないようにして加圧スイッチを押し、もう一度測定してください
 電池交換マークが点滅	乾電池が消耗している	4本同時に新しい乾電池と交換してください (☞ 7ページ)
 「Er」が出たとき	メモリ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までお問い合わせください (☞ 33ページ)

こんなとき	考えられる原因	直し方
電源スイッチを押しても何も表示しない	乾電池が完全に消耗している	→新しい乾電池と交換してください (☞ 7ページ)
	乾電池の+-の向きが間違っている	→乾電池を正しく入れてください (☞ 7ページ)
	乾電池を入れずに、別売の専用ACアダプタが血圧計から外れている	→乾電池を正しく入れてください (☞ 7ページ)
	別売の専用ACアダプタがコンセントから外れている	→別売の専用ACアダプタを血圧計とコンセントに正しく接続してください (☞ 32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 (☞ 11ページ)
	腕帯が空気漏れをしている	→別売の新しい腕帯をお買い求めください ※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
加圧スイッチから手を離すと加圧が止まる	加圧スイッチを3秒以上押し続けている	→自動加圧で測定する場合は3秒以内に加圧スイッチから手を離してください (☞ 15ページ)
加圧中に電源が切れる	長期間使用しなかったか、温度変化により乾電池が消耗している	→新しい乾電池と交換してください (☞ 7ページ)
時計がリセットされる		

おかしいな?と思ったら

こんなとき	考えられる原因	直しかた
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 (☞ 11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 (☞ 13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 (☞ 11ページ)
腕帯が短時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 (☞ 11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		→血圧Q&Aを参照ください (☞ 25ページ)
その他の現象		→電源スイッチを押し直して、最初からやり直してください →乾電池を交換してください 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 (☞ 33ページ)

※上記の方法でも、正常に測定ができない場合は故障が考えられます。商品の故障および修理の依頼につきましては、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。(☞ 33ページ)

※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。(☞ 33ページ)

別売品について

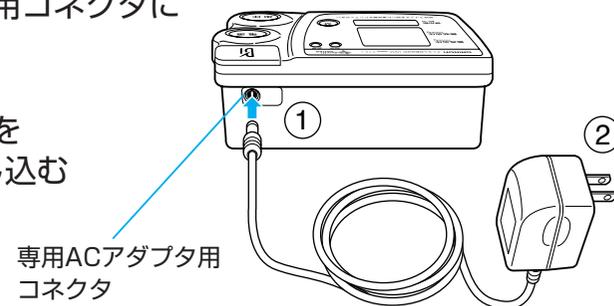
専用ACアダプタの接続のしかた

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。

- ・併用すると乾電池の消耗が遅くなります。
- ・専用ACアダプタだけで使用している場合、コンセントから抜くと設定した日付と時刻が消去されます。日付、時刻を記憶させておくには乾電池と併用してください。

※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後側の専用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

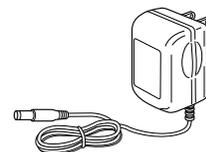


専用ACアダプタ用コネクタ

専用ACアダプタ
(形式HEM-AC-H(60100H706S))

別売品

専用ACアダプタ
(形式HEM-AC-H(60100H706S))



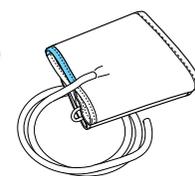
血圧管理ソフト「健康日記/血圧編」

専用プリンタ (形式HHX-PRINT)

プリンタ用紙 (形式HEM-PAPER-759P)

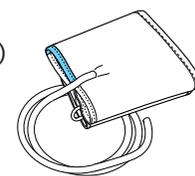
細腕用腕帯
(形式HEM-CUFF-J)

※対象腕周
17~22cm
(上腕中央部)



標準用腕帯
(形式HEM-CUFF-N)

※対象腕周
22~32cm
(上腕中央部)



お問い合わせ先

おかしいな?と思ったら

「おかしいな?と思ったら」29~31ページをもう一度ご確認ください。
それでもお分かりいただけなかった場合は、下記のお客様サービスセンターに
お問い合わせください。



商品
別売品

修理・商品に関するお問い合わせ
別売品・消耗部品のお求めは

オムロンお客様サービスセンター

むろんオムロン

電話 **0120-30-6606**

通話料無料

FAX **0120-10-1625**

通信料無料

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。

修理には、便利な引き取りサービスをご利用ください。



別売品・消耗部品は、インターネットでもお求めいただけます。
オムロンインターネットパーツセンター

<http://shop.healthcare.omron.co.jp>

24時間受け付けています。(通信料、送料はお客様ご負担となります)

オムロン健康商品ホームページ

<http://www.healthcare.omron.co.jp/>

※通信料はお客様ご負担となります。

仕様

医療機器承認番号	21300BZZ00420000
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-705IT 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/±4mmHg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形乾電池4本/専用ACアダプタ (AC100V)
電 池 寿 命	約1500回 (単3形アルカリ乾電池使用時、室温22℃、1日2回、 170mmHg加圧の場合) ※マンガン乾電池でも使えます。
使用温湿度	+10~+40℃・30~85%RH
保存温湿度	-20~+60℃・10~95%RH
本 体 質 量	約380g (電池含まず)
外 形 寸 法	幅177×高さ71×奥行き115mm
腕 帯	幅140×長さ480mm (質量約130g) エア管長さ600mm
電 撃 保 護	内部電源機器B形
付 属 品	標準用腕帯 (形式: HEM-CUFF-N、対象腕周: 22~32cm)、 お試し用電池 (単3形乾電池4本)、取扱説明書 (品質保証書付き)、 収納ケース

※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。