

## 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。
  - (二) 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。 ※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。 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-740A 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.	( )		

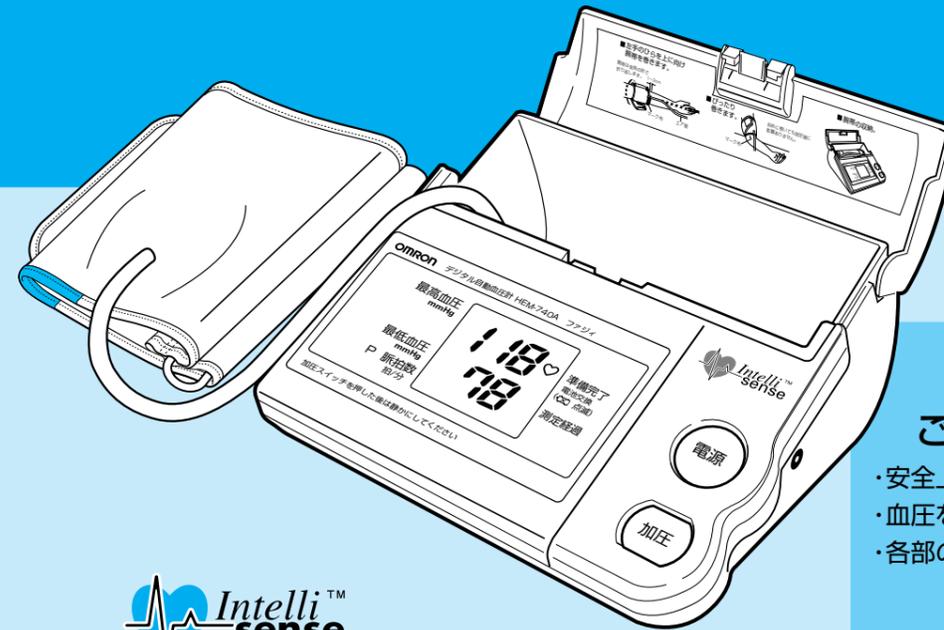
発売元  
オムロンヘルスケア株式会社  
〒615-0084 京都府京都市右京区山ノ内山ノ下町24番地



# OMRON

A Good Sense of Health

## 取扱説明書



## もくじ

### ご使用の前に

- ・安全上のご注意..... 1・2
- ・血圧を正しく測るために..... 3
- ・各部のなまえ..... 4

### 正しい使い方

- ・乾電池の入れ方..... 5
- ・腕帯の巻き方..... 5・6
- ・測り方..... 7・8
- ・測定時に気をつけること..... 9

### 血圧Q&A／豆知識

- ・血圧Q&A..... 9
- ・血圧豆知識..... 10

### お手入れ／保証など

- ・お手入れと保管..... 11
- ・エラー表示が出たときは..... 11
- ・おかしい?と思ったら..... 12
- ・仕様／お問い合わせ先..... 13
- ・血圧チェックシート..... 14
- ・保証規定／品質保証書..... 裏表紙



## インテリセンス 血圧計

### オムロン デジタル 自動血圧計 HEM-740A ファジィ

- 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。

医療用具許可番号 24BY0001

- 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

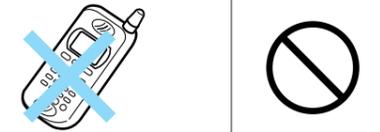
	△記号は注意（警告・危険を含む）を示します。 具体的な注意内容は、△の中や近くに文章や絵で示します。 左図の場合は“発火注意”を示します。
	⊘記号は禁止（してはいけないこと）を示します。 具体的な禁止内容は、⊘の中や近くに文章や絵で示します。 左図の場合は“分解禁止”を示します。
	●記号は強制（必ず守ること）を示します。 具体的な強制内容は、●の中や近くに文章や絵で示します。 左図の場合は“一般的な強制”を示します。

### ⚠️ 注意

測定結果の自己判断、治療は危険ですので医師の指導にしたがってください。 ・自己判断は、病気が悪化することがあります。		
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。		
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。		

### ⚠️ 注意

本機の近くで、携帯電話を使用しないでください。  
・本体が誤動作する恐れがあります。



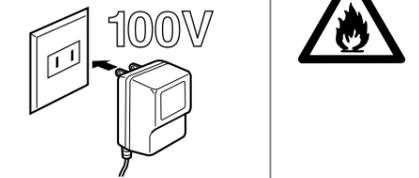
血圧計の本体や腕帯は、分解や改造をしないでください。  
・正しい測定ができなくなります。



専用ACアダプタ以外は使用しないでください。  
・火災や感電の恐れがあります。

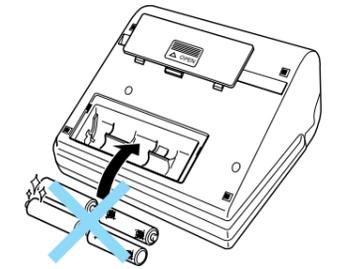


専用ACアダプタは必ず交流100Vで使用してください。また、コンセントは単独で使用してください。  
・火災や感電の恐れがあります。



### お願い

乾電池の液もれが起こり本体を傷めることがあります。以下の点に気をつけてください。  
・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。  
・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。  
・古い乾電池と新しい乾電池は、混ぜて使わないでください。  
・乾電池の⊕⊖を間違えないようにしてください。



腕帯やエア管は無理に折り曲げたりしないでください。



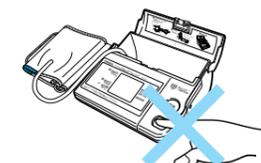
エア管を取りはずすときは、無理に引き抜いたりしないでください。



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。

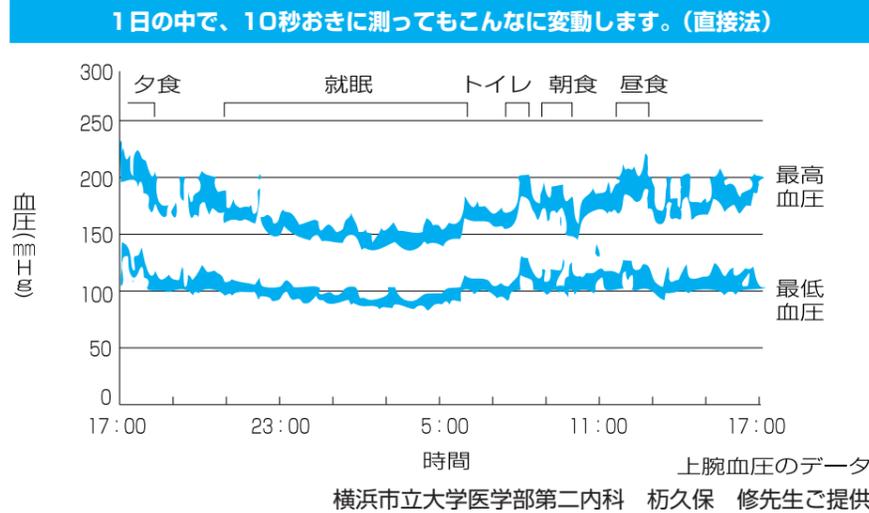


腕帯を腕に巻かない状態で加圧をしないでください。



## 家庭での血圧測定値は病院での血圧測定値に比べ、低めに出る傾向があります。

血圧はご自分の緊張やリラックス状態によって、自分が気づいていないときでも、30～50mmHgも変動することがあります。



- ### 血圧の変動する要因
- 呼吸
  - 運動
  - 精神の緊張
  - 考えごと
  - 環境や温度の変化など
  - 食事
  - 排尿、排便
  - 会話
  - 入浴
  - 飲酒
  - 喫煙など

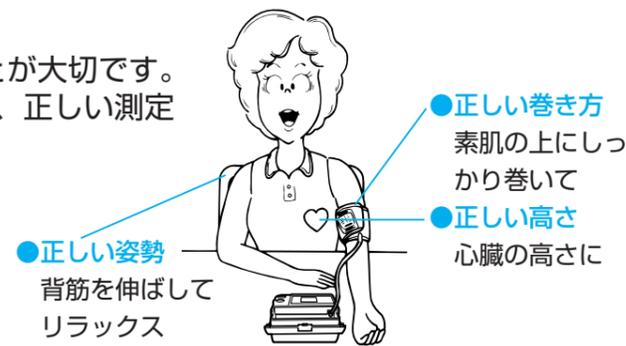
血圧は家庭で測ると病院で測るより20～30mmHg低くなる場合があります。これは病院で測ると緊張し、自宅では気持ちが落ち着いているためです。自宅での安定した平常値を知っておくことが大切です。

血圧はこのように変動しやすいことをご理解ください。

## 正しい測り方をしましょう。

血圧を正確に測るために、正しい測り方を守ることが大切です。5ページから8ページの説明をよくお読みいただき、正しい測定方法で測定してください。

- (1) からだの力を抜いてリラックスしてください。
- (2) 腕帯を左腕の正しい位置にピッタリ巻いてください。(右腕でも測定できます)
- (3) 腕帯を巻いた位置を心臓の高さと同じ位置にし全身の力を抜いてください。

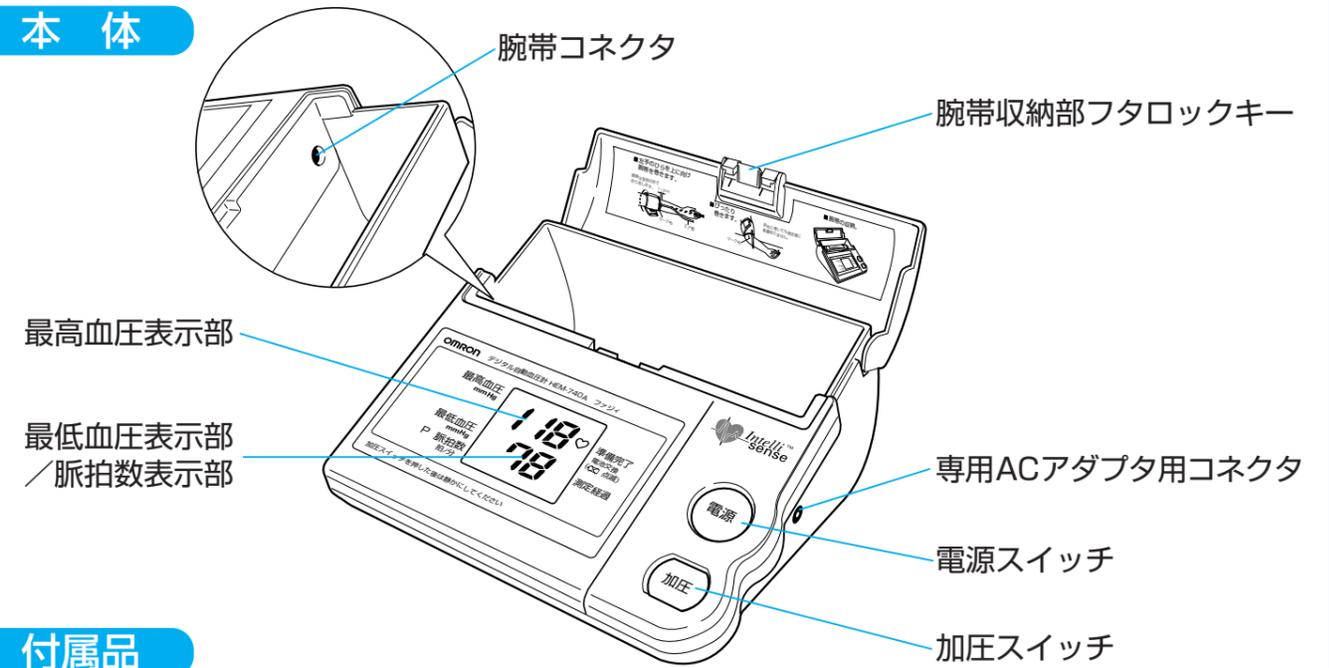


## 自分の血圧傾向を知りましょう。

ご自分の血圧傾向を知るためには、血圧が変動しやすいことを理解し、毎日一定時刻に測定してください。測定のたびに一喜一憂することなく、記録した血圧データの判断は医師の指導に任せ、健康管理に役立てましょう。



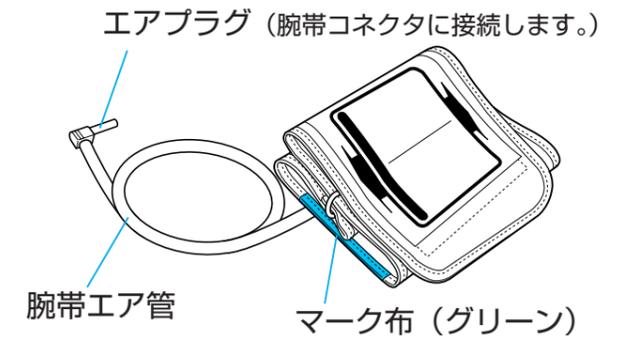
## 本体



## 付属品

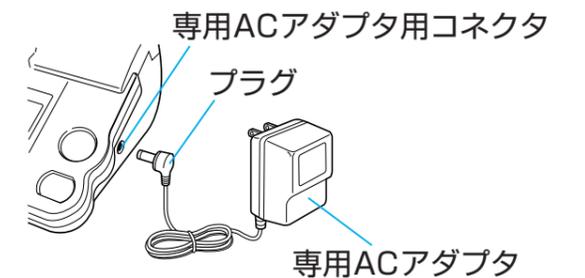
### 大人用標準腕帯

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。※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。



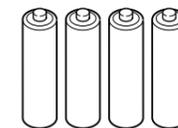
### 専用ACアダプタ

- ①専用ACアダプタのプラグを血圧計本体右側面の専用ACアダプタ用コネクタに差し込んでください。
  - ②専用ACアダプタをAC100Vコンセントに差し込んでください。
- 専用ACアダプタ (形式: HEM-AC-H (60100H706S)) 以外はご使用にならないでください。



### お試し用電池

単3形 (4本)



## 別売品

(大人用標準腕帯も別売パーツとして、お買い求めいただけます。)

### 細腕用腕帯

形式: HEM-CUFF-J  
※対象腕周17～22cm (上腕中央部)



## インテリセンス (Intelligent Sensing) 血圧計とは

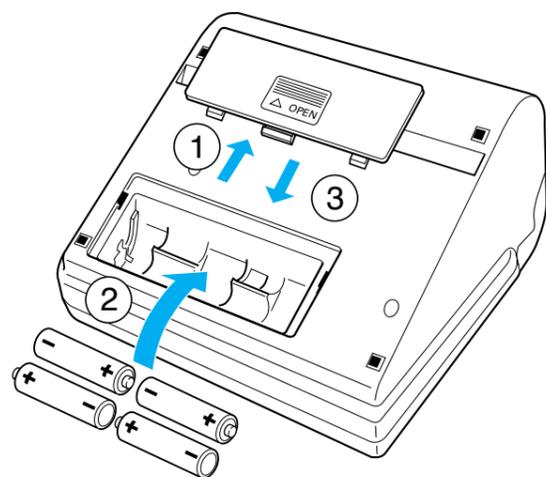
オムロンの最も得意とする技術である生体情報センシング (Bio-Information Sensing) と高機能ファジィ技術により正確測定を実現しました。インテリセンス (Intelligent Sensing) 血圧計とはこうした技術を搭載した血圧計のグローバルブランドネームです。

ご使用前に

ご使用前に

乾電池の入れ方

- ① 電池カバーを矢印の方向にはずします。
- ② 単3形乾電池を⊕⊖の表示に合わせて入れます。
- ③ 電池カバーをスライドさせながら閉めます。



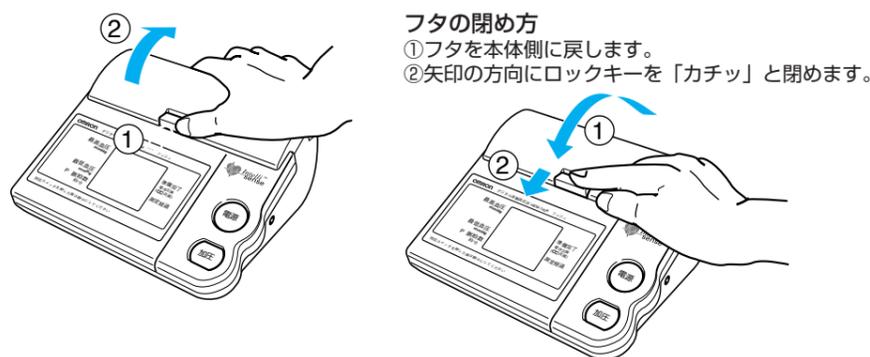
乾電池の寿命と交換について

- 高性能マンガン乾電池黒色（単3形・4本）で約300回測定できます。（室温22℃、1日2回170mmHg加圧の場合）
- 付属の乾電池はお試し用ですので、300回以内に電池寿命が切れることがあります。
- 電池交換マーク「」が点滅したら、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。放置しておくと、電池が漏液して機器が故障する恐れがあります。

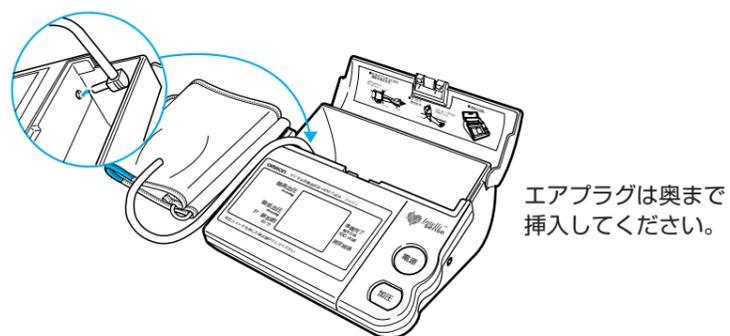
腕帯の巻き方

- 1 腕帯収納部のフタを開け、腕帯を取り出します。

- ① フタのロックキーを矢印の方向に押します。「カチッ」と音がしてロックが解除されます。
- ② フタを開けます。



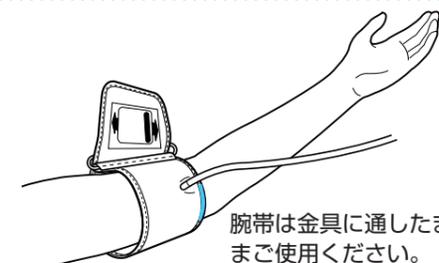
- 2 腕帯のエアプラグを本体の腕帯コネクタに差し込みます。



- 3 腕帯を右図のように筒状に広げます。

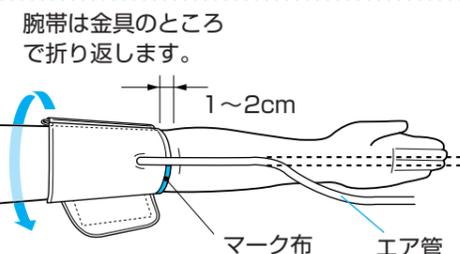


- 4 腕帯を左腕に通します。エア管が手のひら側になるように通してください。



※エア管の位置は、中指の延長上になるようにしてください。

- 5 腕帯の位置を決めます。



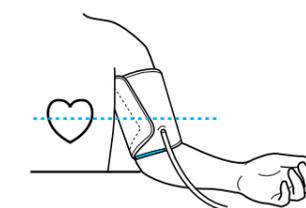
1. 左手のひらを上に向けます。
  2. 左腕のひじ関節部の内側から1~2cm上に腕帯の端を合わせます。
- ※腕帯がひじ関節にかからないよう注意してください。

- 6 腕帯を巻きます。



- ※腕帯と腕の間にすき間ができないように、ピッタリ巻き上げてください。
- ※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、正しい血圧が測定できないことがあります。
- ※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。

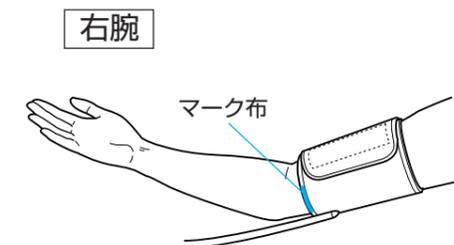
- 7 手のひらを上にして軽く開き、腕帯の中心が心臓（乳頭）の高さになるようにひじをテーブルまたは台の上に乗せます。



右腕でも測定できます。

図のように装着してください。

- ① エア管はひじの下側
- ② マーク布は右腕のひじ関節の内側になるようにしてください。

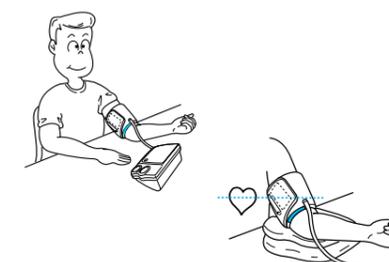


正しい測定姿勢

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。測定の前に深呼吸を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、テーブルまたは台の上からひじを浮かさないようにしてください。

高さ調節のしかた

テーブルとイスの高低に気をつけ、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。



測定のしかた

1 腕に腕帯を巻いて (5・6ページ参照) 電源を入れます。

①電源スイッチを押してください。

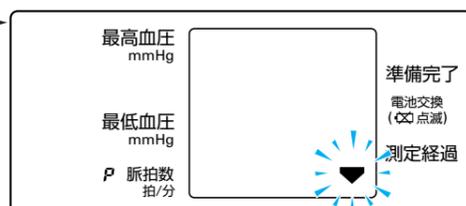


②初期表示

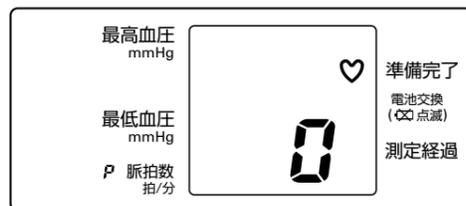


このときの「☒」マークの点灯は表示確認です。電池交換の必要はありません。

③排気中表示



④「♥」マークが表示されれば準備完了です。



2 加圧スイッチを押してすぐ離します。(約3秒以内)

血圧測定に適した圧力まで自動的に加圧します。この血圧計は加圧中にも脈を検知しますので腕を動かさずに静かに測定してください。



■最高血圧値220mmHgを超えると予想される場合。

■細腕用腕帯 (別売品) を使用される場合。

自動加圧設定では適切な加圧ができない場合があります。予想されるご自分の最高血圧値より約30~40mmHg高い値まで加圧スイッチを押し続けます。

※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。

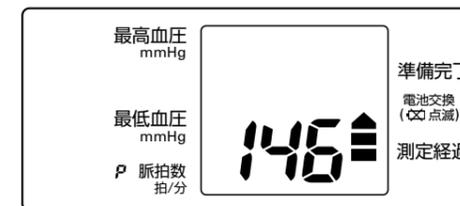
※300mmHg以上加圧するとエラーになります。

〈自動再加圧するとき〉 測定初期に加圧不足と判断された場合は自動的に前回加圧値より約30mmHg高い値まで再加圧されることがあります。※自動再加圧は1回のみ。

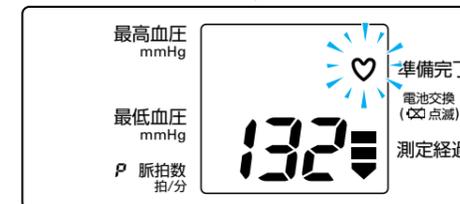
〈測定を中止したいとき〉 電源スイッチを押してください。加圧が停止し、急速に排気され、電源が切れます。

3 測定を開始します。

自動的に測定が開始され、脈が検出されると、「♥」マークが点滅を始めます。



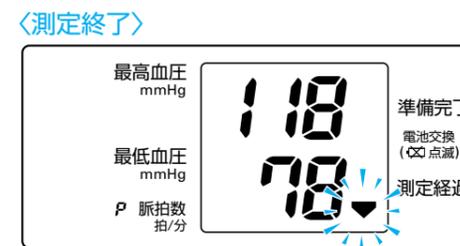
〈表示数値下降〉 ↓ 〈測定中〉



※測定中は腕やエア管をゆらさないようにしてください。

4 測定が終わります。

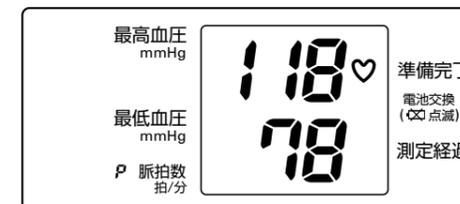
測定が終わると「♥」マークが点滅し、腕帯の圧力が抜かれます。



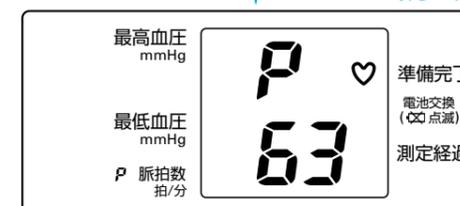
〈測定終了〉

5 測定値が表示されます。

測定終了時点で、最高血圧と最低血圧が同時に表示されます。このあと血圧値と脈拍数が交互に表示されます。



血圧表示 (約3.5秒) ↑ ↓ 交互表示 ↓ 脈拍表示 (約2秒)



繰り返して測定すると、腕がしだいにうっ血して、正しい測定ができないことがあります。続けて測定する場合はうっ血をとってから測定してください。腕帯を巻いたまま手を高く上げ、握ったり、開いたりを15回くらい繰り返すと、うっ血がとれて正しい測定値が得られます。

6 電源を切ります。(腕帯を収納します。)

これで血圧測定が終了しました。電源スイッチを押して電源を切ってください。



※万一押し忘れても約5分間で自動的に電源が切れます。



※エアプラグをつけたまま収納できません。また収納時、エア管に無理な力を加えないでください。

測定経過の表示について

表示窓右下に表示される「▲」は測定がどのくらい経過しているかを示します。加圧スイッチを押した直後は上3つ「▲」が点灯、測定に入ると下3つ「▲」が点灯し、ほぼ1/3ずつ経過することに、1つずつ消灯します。すべて消えたとき、測定が終了し「▼」の点滅にかわり、排気します。血圧測定中の進行程度を知る目安としてご利用ください。※加圧時、加圧スイッチを押し続けて、加圧した場合「▲」の表示が上1つ「▲」に切り換ります。

正しい使い方

正しい使い方

血圧はいろいろな要因で変動しています。

次のような場合、正確な測定は出来ません

- ・お酒、コーヒーや紅茶を飲んだ後 ・喫煙後 ・入浴後
- ・食後1時間以内 ・腹圧のかかる姿勢

測定時のアドバイス

- ・排尿、排便をすませてから
- ・室内温度20度前後の静かな場所で
- ・安静時や、深呼吸して気持ちがリラックスしているときに
- ・毎日、同じ時刻に測定します

ご注意ください

- ・寝たままでも測定できますが、人によって血圧値が変わることがあります
- ・長時間にわたって繰り返し測定しないでください

血圧Q&A

**Q.1** 病院で測ったときと家で測ったときで血圧値が違うのはなぜですか？



**A.1** 血圧値は精神状態によって大きく変化します。病院で医師や看護婦さんに測ってもらうと、不安や緊張から高くなりがちです。家でリラックスして測ったほうが、普段の自分の血圧値に近い値が得られます。  
(3ページをご覧ください)

**Q.2** 測るたびに血圧値が違うのはなぜですか？



**A.2** 血圧は心臓の動きにあわせて、1拍ごとに変動しています。また外気温・室温、周囲の環境や精神状態によっても大きく変化します。測定結果に一喜一憂することなく、毎日同じ時刻に測定し、日々の変化を記録観察してください。

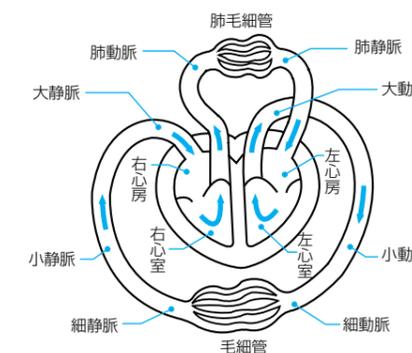
**Q.3** 家庭での血圧管理の大切さとは？



**A.3** 血圧値と測定条件（測定時刻・降圧剤等の服用・生活の状態など）を毎日記録することは、ご自分の血圧の変化傾向を知ることができ、健康管理に役立ちます。また、日頃からの血圧値の記録が、医師の診断をうけるときにも大変役に立ちます。

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。この送り出された血液の圧力を「血圧」といいます。血圧は心臓の拍動ごとに波打っていて、心臓が収縮して高くなったときの圧力を「最高血圧」、心臓が拡張して低くなったときの圧力を「最低血圧」といいます。



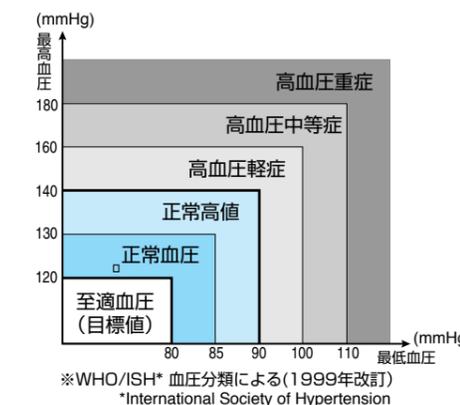
健康と血圧

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すすみます。さらに肥満や運動不足などが原因で、コレステロール（LDL）が血管にこびりつき、血管の弾力性が失われていきます。高血圧症があると動脈硬化が促進され、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。血圧は、日常生活の中で日々刻々と変化していますので血圧の測定は、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。

世界保健機構の血圧分類

世界保健機構（WHO）、国際高血圧学会（ISH）では、図のように血圧の分類を制定しています（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が、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。

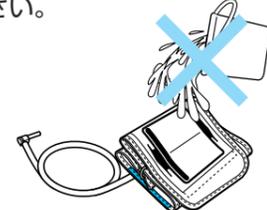


日本人の平均血圧値（参考値） 高齢になればなるほど、高血圧になる傾向がみられます。

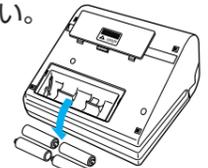
	年代	最高血圧の平均値 (mmHg)	最低血圧の平均値 (mmHg)	正常血圧の割合(%)	
				139mmHg以下	140mmHg以上
男	15~19	119.5	68.2	92.8	7.2
	20~29	125.4	75.5	83.9	16.1
	30~39	127.5	80.1	92.9	7.1
	40~49	133.3	84.8	75.6	24.4
	50~59	139.7	86.4	43.0	57.0
	60~69	146.2	85.6	33.1	66.9
	70歳以上	146.4	81.2	32.6	67.4
全体		135.6	81.7	56.1	43.9
女	15~19	111.5	66.4	98.5	1.5
	20~29	112.4	69.2	98.7	1.3
	30~39	116.8	72.5	93.0	7.0
	40~49	127.4	78.8	76.3	23.7
	50~59	137.2	83.2	52.1	47.9
	60~69	142.2	83.4	41.2	58.8
	70歳以上	146.7	80.4	30.7	69.3
全体		130.0	77.9	66.3	33.7

(厚生省 平成7年国民栄養調査による)

## お手入れ

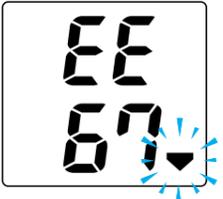
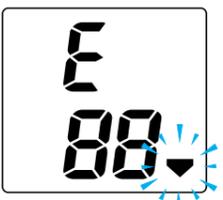
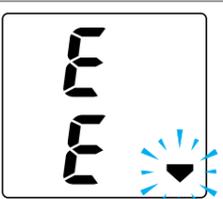
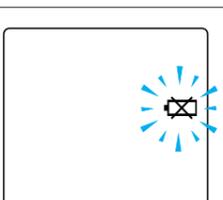
水または中性洗剤をしみこませた布でよくふき取り、乾いた布でからぶきしてください。 	ベンジン、シンナーなどを使用しないでください。 	腕帯は洗濯したり、ぬらさないでください。 
---	--	---

## 保管

直射日光、高温、多湿、ほこり、腐食性ガスの多いところに保管しないでください。 	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。 	〈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。
---	---	--

## エラー表示が出たときは

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。正しい使い方で測定しなおしてください。

エラー表示マーク	原因	対処のしかた
	加圧が足りなかった。	「♥」マークを確認します。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、もう一度測定をしてください。再度、「EE」マークが表示されたときは加圧スイッチを押し続け、予測される最高血圧よりも約30~40mmHg高い値まで加圧してください。
	測定中に腕やからだを動かしたり、話をした。	「♥」マークを確認します。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、もう一度測定をしてください。
	加圧スイッチを押し続けるなど、300mmHg以上加圧した。	「♥」マークを確認します。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、もう一度測定をしてください。
	乾電池が消耗している。	4本同時に新しい乾電池に交換してください。 (5ページ参照)

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。	新しい乾電池と取り替えます。 (5ページ参照)
	乾電池の⊕⊖の向きが間違っていないですか。	乾電池を正しく入れます。 (5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。 (5ページ参照)
	腕帯が空気漏れをしていませんか。	別売の新しい腕帯をお買い求めください。 (13ページ参照)
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ませんか。	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ます。 (7ページ参照)
「EE」が表示され測定ができない。	エアプラグがはずれかけていませんか。	エアプラグを奥まで挿入します。 (5ページ参照)
	加圧中に腕を動かしていませんか。	加圧スイッチを押した後は静かに測定します。 (7ページ参照)
「E」が表示され測定ができない。または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ますか。	腕帯を正しく巻きます。 (5・6ページ参照)
	測定中に会話をしたり腕を動かしたりしていませんか。	静かにして測定します。 (11ページ参照)
その他の現象	まくりあげた上着（下着）で腕を圧迫していませんか。	圧迫している上着（下着）を脱いで測定します。 (6ページ参照)
	電源スイッチを入れ直して、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。	
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。	(9ページ参照)

※ 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。(13ページ参照)  
※ 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。(13ページ参照)

