

- 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す。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くください。

販売名 オムロンデジタル自動血圧計HEM-780 ファジィ ご芳名	お買い上げ店名
ご住所	住 所
TEL ()	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** 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。

電話 **0120-30-6606** 通話料無料
FAX **0120-10-1625** 通話料無料

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。）

取扱説明書

オムロンデジタル自動血圧計
HEM-780 ファジィ



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。

■ 本書に記載しているイラストはイメージ図です。

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

腕帯を巻く 13
血圧を測定する 15
メモリ機能 19
収納する 21

困ったときに・保証など

測定Q&A 22
(測定値が高い/低いときなど)
エラー表示が出たときは 29
おかしいな?と思ったら 30
お手入れと保管 32
仕様 33
別売品について 34
保証規定/品質保証書 裏表紙

安全上のご注意

お使いになる前に必ずお読みください

ご使用前の
前に

ご使用前の
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。

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。

図記号の例



●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。
上図は“一般的な強制”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。
上図は“一般的な禁止”を示します。



△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。
上図は“感電注意”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。

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。

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。



必ず守ること

⚠️ 注意

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。

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、別売の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。

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、感電の恐れがあります。

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。



してはいけないこと



分解禁止



発火注意



感電注意

⚠️ 注意

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。

- 失明など障害の恐れがあ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。

- けがなどの恐れがあります。

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、本体を破損させる恐れがあります。

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、本体を破損させる恐れがあります。



必ず守ること



してはいけないこと

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？**

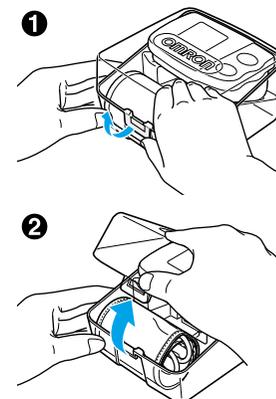
箱の中には次のものが入っています。
万一、不足のものがありましたら、
オムロンお客様サービスセンター
(☎️電話 0120-30-6606) まで
ご連絡ください。

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

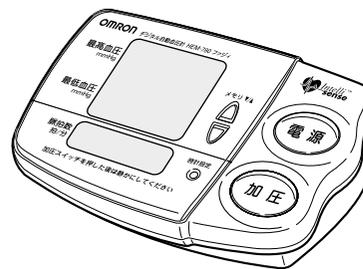
収納ケースの開け方

収納ケースの開閉部分のツメに親指をかけて、
ふたを開けます。

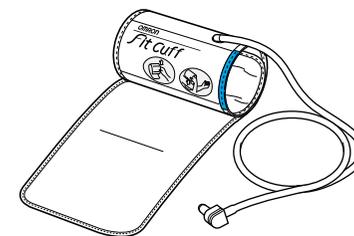
※携帯時や保管時は収納ケースに入れてください。



1. 本体

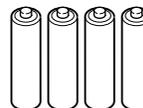


2. わんたい
腕帯



3. お試し用電池

(単3形マンガン乾電池4本)



4. 収納ケース



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。

5. 取扱説明書

(本書：品質保証書付き)

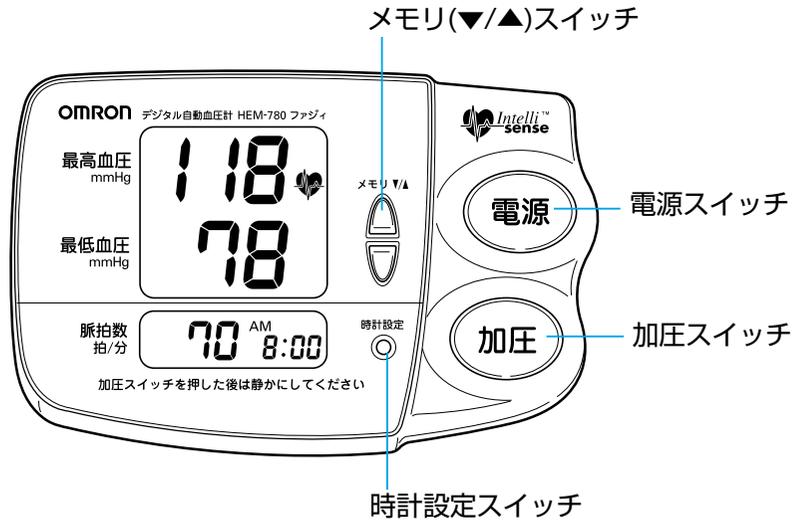
6. 医療機器添付文書

各部の名前

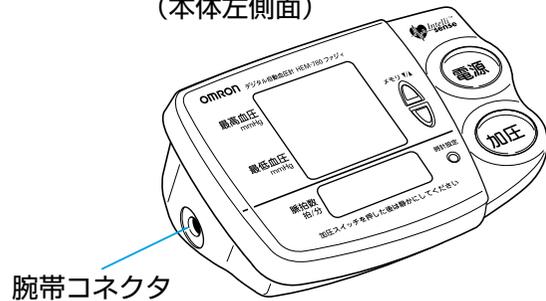
ご使用前の前に

ご使用前の前に

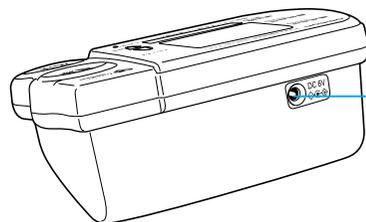
本体



(本体左側面)



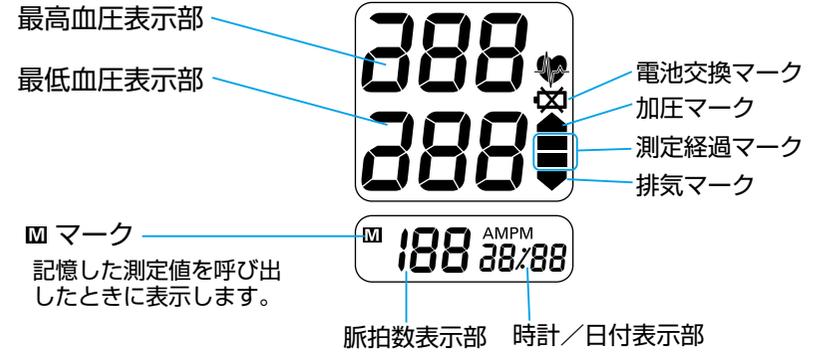
(本体背面)



専用ACアダプタ用コネクタ

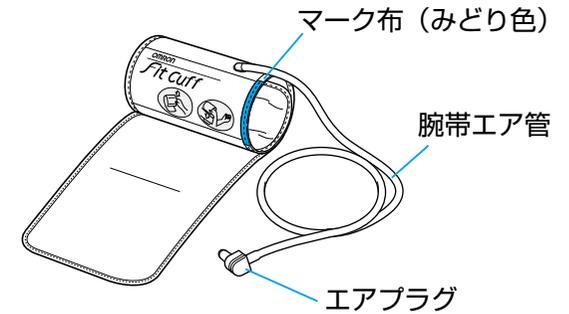
※専用ACアダプタは別売品です。
(P.34ページ)

表示部



腕帯

型式HEM-CUFF-P
対象腕周 17~32cm (上腕中央部)



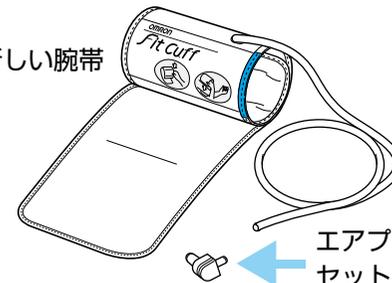
※腕帯寿命は1日朝夕各2回の測定で、1年半程度です。(弊社試験条件による) 血圧を正確に測定するために早目の交換をおすすめします。

空気漏れが生じたら別売品をお買い求めください。(P.34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。

新しい腕帯



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。

この血圧計の使い方

HEM-780 ファジィは、
このような流れで使います。

ご使用前の前に

準備する



電池を入れる

本体に、付属の電池を入れます。

👉 9ページ

時計を合わせる

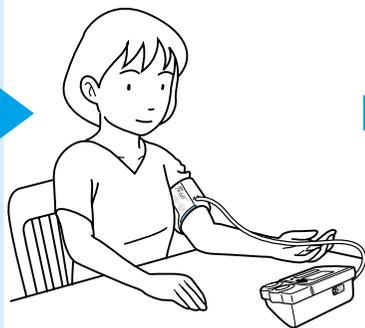
本体の時計を合わせます。

👉 11ページ

毎日同じ時間帯で測定しましょう!

血圧は1日の中でも変動します。同じ時間帯で測定して、血圧の変動傾向をつかんでください。

血圧を測定する



腕帯を巻く

★ポイント★

いつも正しい位置にピッタリ巻いてください。

👉 13ページ

血圧を測定する

★ポイント★

・腕帯の中心を心臓(乳頭)の高さにしてください。
・からだの力を抜いてリラックスしてから測定してください。

👉 15ページ

測定値が自動で記憶されます!

測定結果を見る

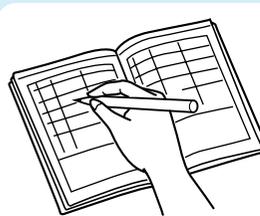


記憶した測定結果を見る (メモリ機能)

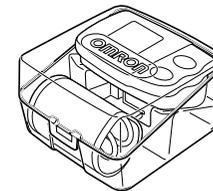
90回分の測定結果を記憶しますので、継続測定に便利です。

👉 19ページ

測定結果を記録して、健康管理に役立てましょう!



収納する



ケースに収納する

★ポイント★

・腕帯エア管を無理に折り曲げたり、挟み込まないでください。

👉 21ページ

もっと便利に!

電池でも専用ACアダプタでも使えます。専用ACアダプタは別売品です。また専用のACアダプタ以外は使用できません。

👉 34ページ

専用ACアダプタ
型式 HEM-AC-H
(60100H706S)



ご使用前の前に

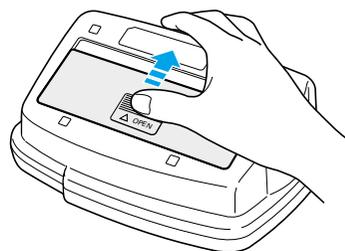
電池を入れる

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。
 (P.34ページ)

1 本体を裏返す

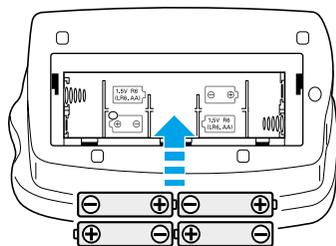
2 電池カバーを外す

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。



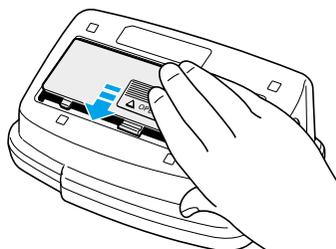
3 電池を図の表示に合わせて入れる

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。



電池の寿命と交換について

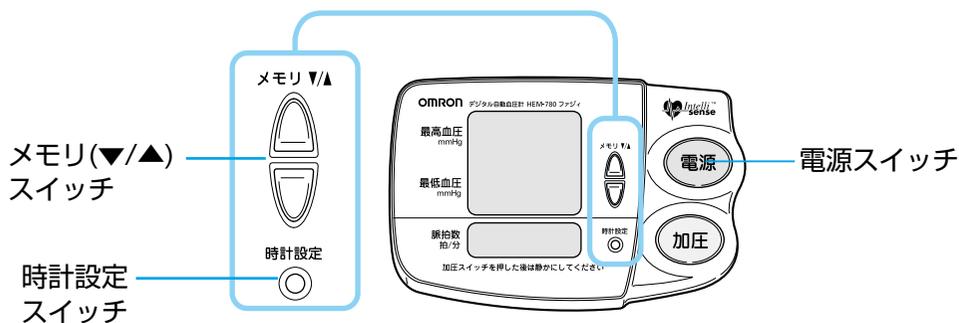
電池の交換は本体の電源が切れている状態でおこなってください。
 電源が入ったまま電池を外すと、設定した日付や時刻が消去されます。
 なお、今までに記憶された測定値は消去されません。
 使用済みの電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。

- ・約300回測定できます。
 (単3形マンガン乾電池(4本)使用、室温22℃、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。
- ・☒マークのみ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。
- ・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、日付や時刻の設定は消去されます。

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。
 ※時計を合わせないと、測定した日時は記憶されません。
 (P.19ページ)
 ※電池を長時間抜くなどして、時計の設定が消去されたときは、もう一度時計を合わせてください。

使用するスイッチ この手順では、次のスイッチを使います。



日付・時刻を合わせる 西暦年、月、日、時、分の順に合わせていきます。

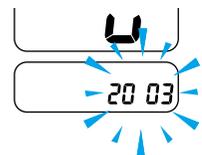
1 電源スイッチを押す

電源を入れます。



2 時計設定スイッチを1秒以上押す

「西暦年」が点滅します。



3 メモリ(▼/▲)スイッチを押して、現在の「西暦年」に合わせる

メモリ(▲)スイッチを1回押すと、1年進みます。
 メモリ(▼)スイッチを1回押すと、1年戻ります。



※設定範囲は「2003」～「2030」年です。2030年まで進むと、2003年に戻ります。

4 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。



5 メモリ(▼/▲)スイッチを押して、現在の「月」に合わせる

メモリ(▲)スイッチを1回押すと、1月進みます。
 メモリ(▼)スイッチを1回押すと、1月戻ります。



表示例では、「11月」に合わせました。

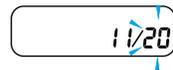
6 時計設定スイッチを押す

「月」が設定され、「日」が点滅します。



7 メモリ(▼/▲)スイッチを押して、現在の「日」に合わせる

メモリ(▲)スイッチを1回押すと、1日進みます。
 メモリ(▼)スイッチを1回押すと、1日戻ります。
 メモリ(▼/▲)スイッチを押し続けると、早送りできます。



表示例では、「20日」に合わせました。

時計を合わせる

8 時計設定スイッチを押す

「日」が設定され、時刻の「時」が点滅します。



9 同じように「時」「分」を設定する

メモリ(▼/▲)スイッチと時計設定スイッチを使って、これまでの手順と同じように操作してください。

10 設定が終わったら、時刻を確認する

「分」を合わせて時計設定スイッチを押すと、時刻表示が始まります。



時刻表示が始まると、「:」が点滅します。

これで日付・時刻の設定は終わりです。

11 電源スイッチを押す

電源を切ります。

■日付・時刻を間違えて設定したときは…

手順1から設定し直してください

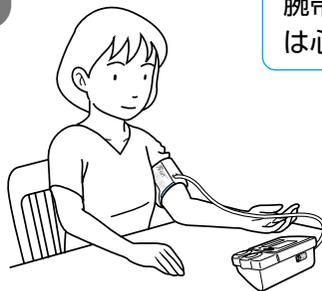
腕帯を巻く

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。

左腕に巻く

からだの力を抜いてリラックスした状態で測定してください。

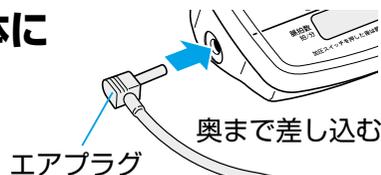


腕帯が正しく巻けていると、腕帯は心臓（乳頭）の高さにきます。

腕帯位置はひじ関節より、1～2cm上

エア管は、中指の延長線上

1 エアプラグを血圧計本体にしっかり差し込む

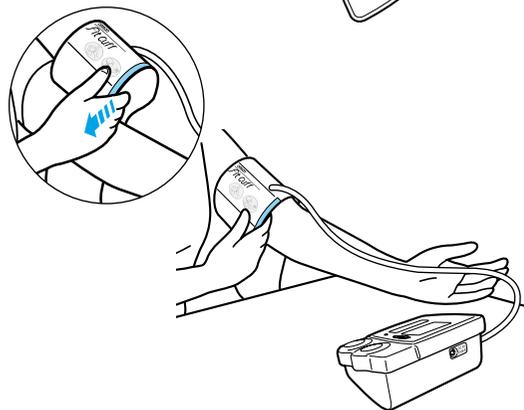


2 腕帯を左腕にかぶせる

1 腕帯の布ファスナーの部分を手で持つ



2 左腕の手のひらを上に向け、上腕の外側から腕帯をかぶせる

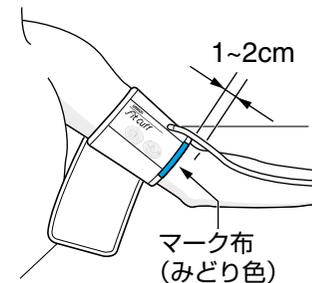


3 腕帯の位置（高さ）を決める

腕帯は、ひじ関節の1～2cm上に合わせます。

腕帯がひじ関節にかからないようにしてください。

腕帯を巻く

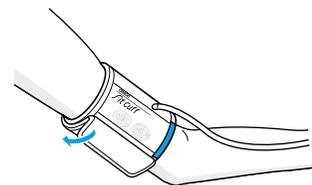


4 布ファスナーで固定する

エア管が中指の延長線上にあることを確認します。

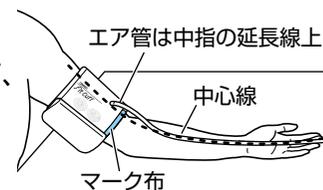
腕とのすき間ができないようにピッタリ巻き上げます。

布ファスナーで固定します。



5 腕帯が正しく巻けているかマーク布で確認する

左手の場合、エア管の位置が正しければ、マーク布はひじ関節の内側にきます。



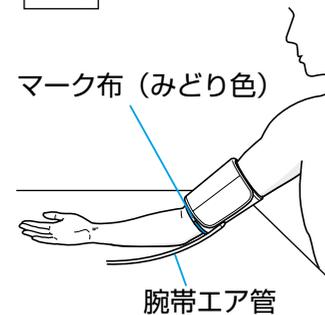
それでは、血圧を測定しましょう！ (☞ 15ページ)

右腕に巻いたときは

以下の点に注意してください。

- 腕帯エア管がひじの下側にくるようにする
※ひじで腕帯エア管をつぶさないようにしてください。
- 腕帯を、ひじ関節部の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。

右腕



血圧を測定する

腕帯を巻いたら、あとはスイッチを押して血圧を測定するだけです。毎日同じ時間帯に測定して、血圧管理に役立ててください。

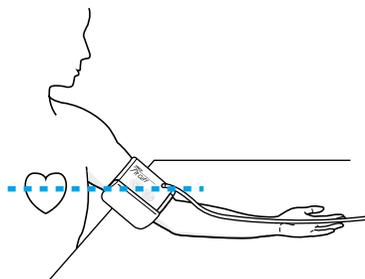
※最高血圧が220mmHgを超える方は18ページをご覧ください。

測定前にチェックしましょう!

- ・おトイレは先に済ませましょう
- ・おなかを圧迫しないよう、自然な姿勢で座りましょう
- ・寒すぎたり暑すぎたりしない部屋で測りましょう

1 腕帯の中心を心臓(乳頭)の高さにする

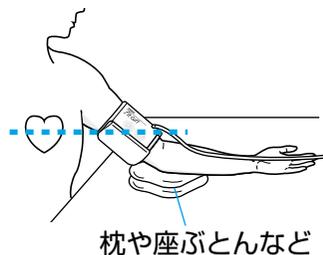
座った姿勢でひじをテーブルまたは台の上に乗せます。手のひらは、上に向けて軽く開いてください。



※ソファや低いテーブルなどでの測定は、おなかを圧迫し、測定値に誤差が生じることがあります。

■腕帯が心臓(乳頭)の位置より低くなる時は…

枕や座ぶとんなどをあてて調節してください。



枕や座ぶとんなど

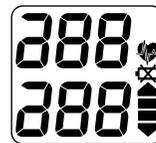
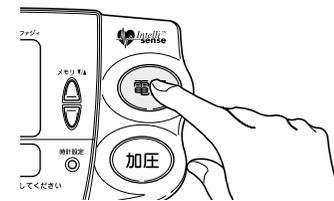
2 からだの力を抜いて、リラックスしましょう

緊張感があるときは、深呼吸してみてください。

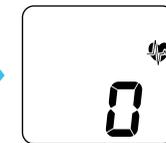
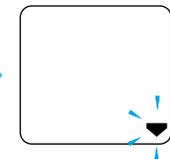
血圧を測定する

3 電源スイッチを押す

電源が入り、下のように表示されます。



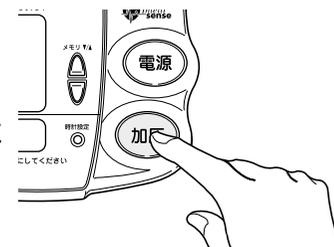
全点灯



測定待ち状態

4 加圧スイッチを押し、すぐに離す(3秒以内)

測定中はからだを動かさず、静かにしてください。



必要な数値まで加圧



減圧



測定中

※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)

■測定を中止したいときは…

電源スイッチを押すと、加圧が止まり腕帯の空気が抜けます。

腕帯の空気が抜けたら、測定は終了です。

引き続き、測定値を確認しましょう。

5 測定値を確認する

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)



■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。
29ページをご覧ください。

■続けて測定したいときは…

そのままの状態で加圧スイッチを押すと、
続けて測定することができます。

※続けて測定すると測定値が異なる場合があります。
( 23ページ)

6 電源スイッチを押す

電源を切ります。

※電源を切り忘れても、約5分後に自動的に電源が切れます。

最高血圧が220 mmHgを超える方の測り方

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。
自動測定がうまくいかない方(何度もEEの出る方)も手動で測定してください。
15～16ページの手順1から3に従って、測定待ちの状態にしておいてください。

1 予想される最高血圧値より約30～40 mmHg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  16ページ)



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 電源スイッチを押す

電源を切ります。

※電源を切り忘れても、約5分後に自動的に電源が切れます。

メモリ機能

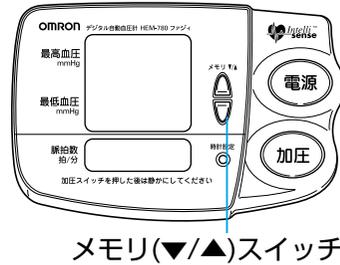
この血圧計は、測定した血圧と脈拍を日時とともに自動的に記憶します。90回分の測定値を記憶できます。

※時計を設定していない場合、測定日時は記憶されません。

記憶した測定値を呼び出す(メモリ呼び出し)

メモリ(▼/▲)スイッチを使って、これまで測定した90回分の測定値を確認できます。

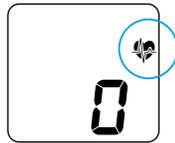
※測定するごとに、古い測定値を消去しながら、新しい測定値を記憶していきます。
91回以前の測定値を呼び出すことはできません。



メモリ(▼/▲)スイッチ

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(▲)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。

※メモリ(▼)スイッチを押すと一番古い測定値が表示されます。

※押し続けると早送りできます。



3 メモリを確認する

メモリ(▲)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(▼)スイッチを押すごとに古い測定値から順に表示されます。

メモリをすべて呼び出すと測定待ち状態になります。



測定時刻と日付を交互に表示します

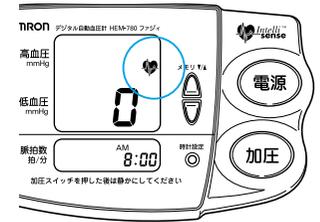
4 電源スイッチを押して電源を切る

記憶した測定値を消去する(メモリ消去)

記憶されたメモリは、すべ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)

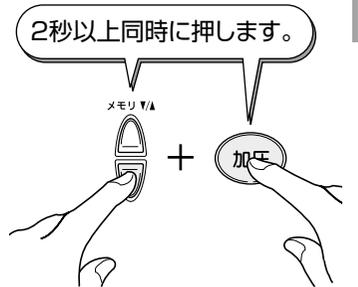
1 画面に マークがあることを確認する

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(▼/▲)スイッチの(▼)を押したまま加圧スイッチを2秒以上押し続ける

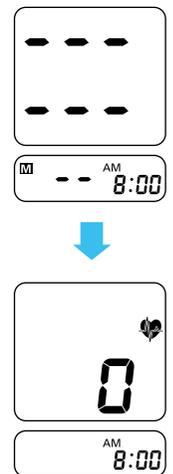
※加圧スイッチを先に押すと加圧してしまいます。



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。
メモリがすべて消去されました。

3 電源スイッチを押して電源を切る

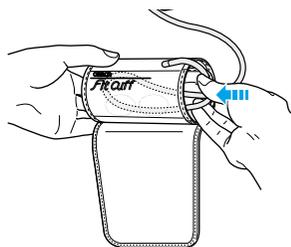


収納する

腕帯を腕から外し、収納ケースにしまいます。
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。

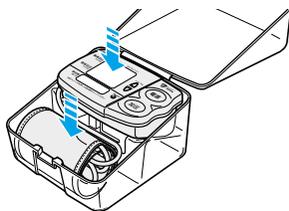
1 腕帯エア管を腕帯に軽く折り曲げて入れる

※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。



2 血圧計と腕帯を接続したまま収納部に入れる

収納ケースの血圧計収納部、腕帯収納部にしまってください。



3 収納ケースを閉める

※収納時、腕帯エア管を挟み込まないようにしてください。

※直射日光、高温、多湿などの場所には保管しないでください。

(☞ 32ページ)

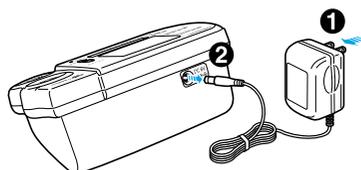


専用ACアダプタを使用しているときは

専用ACアダプタを下記の手順で本体より先に収納します。

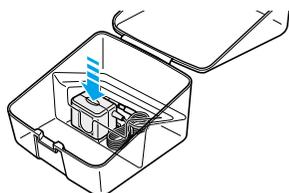
1 ACアダプタを取り外す

ACアダプタプラグをコンセントから抜き、次に本体側のコネクタから取り外します。



2 ACアダプタを収納ケースにしまう

収納ケースのACアダプタ収納部にしまってください。



測定Q&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…

病院で測ったときに、緊張していませんでしたか？

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。

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…

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。

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。

マーク布（みどり色）の位置を確認しましょう。(☞ 14ページ)

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。

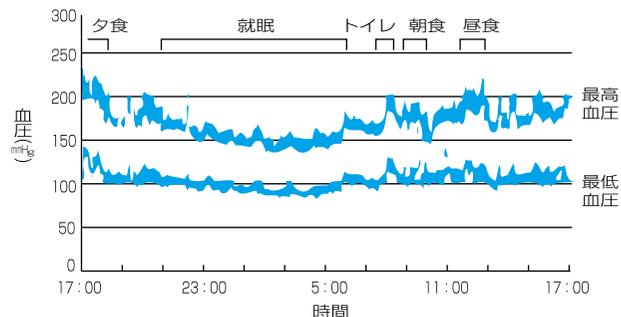
猫背やあぐらをかくなどして、測定していませんか？

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…

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。

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

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…

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ことがありますが、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？

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？

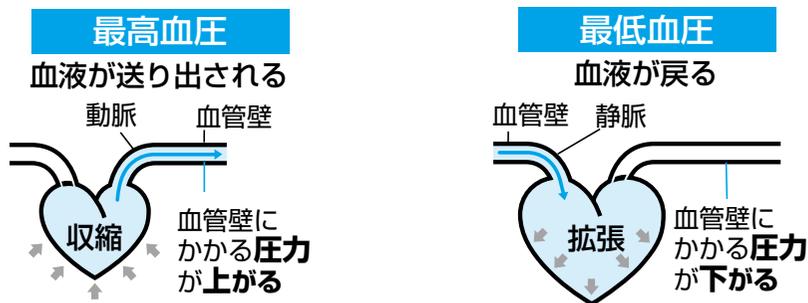
血圧値だけでなく、薬の服用や生活の状態も記録しましょう

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、医師の診断をう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。

血压豆知識

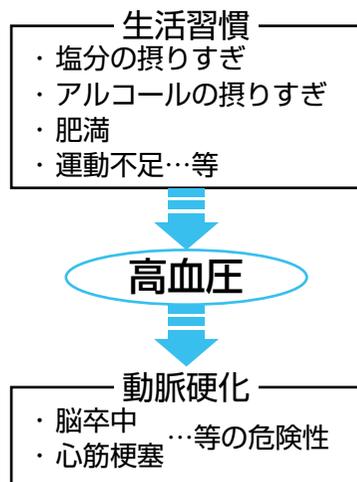
血压とは

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。



健康と血压

血压は日常生活や年齢の影響を受け変化しています。高血压は動脈硬化が進み、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でしょう。血压の状態を知ること、健康と生活習慣を見直すきっかけにしてください。



高血压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压のめやすは以下の通りとされています。

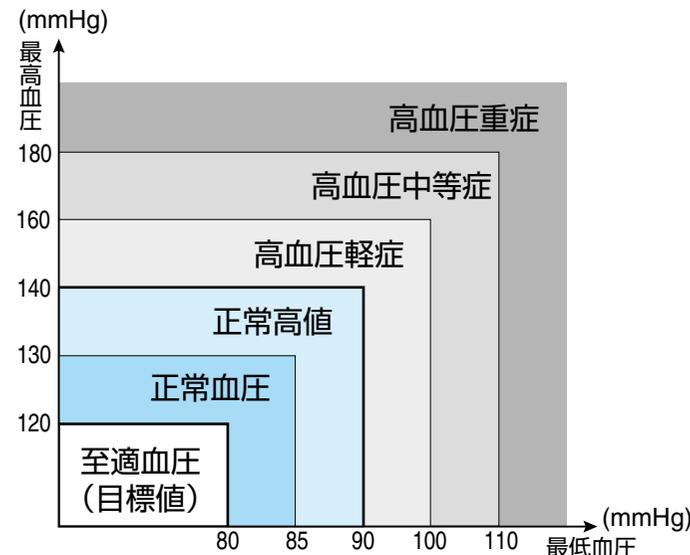


血压の状態を知るめやすとして利用してください。
※心配な場合は必ず医師の指導を受けてください。

世界保健機関の血压分類

病院での血压測定をもとにして世界保健機関（WHO）、国際高血压学会（ISH）では、下図の血压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。

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



※WHO/ISH* 血压分類による(1999年改訂)
*International Society of Hypertension

困ったときに・保証など

困ったときに・保証など

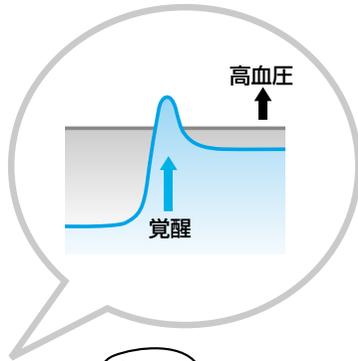
早朝高血圧について

■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。

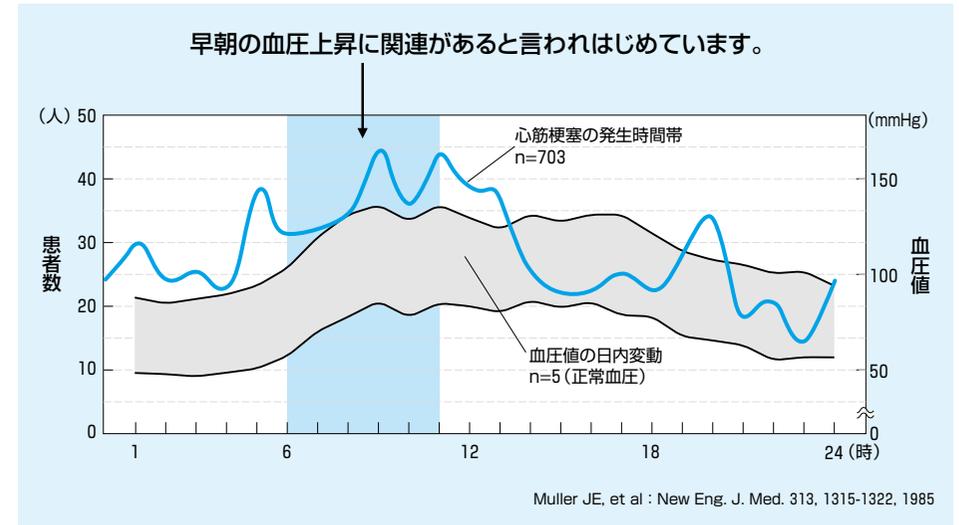


■心筋梗塞や脳卒中との関係

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されています。

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

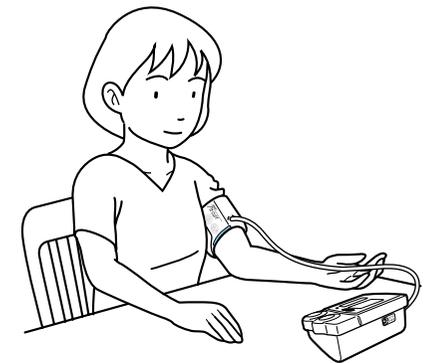


■朝の血圧測定

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

測定が正常に行われないときは、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	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起こります	♥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 (☞ 18ページ)
 最高血圧表示部に「E」が1つだけ出たとき	エアプラグが外れかけている	エアプラグを奥まで挿入します (☞ 13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 (☞ 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 (☞ 13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 (☞ 34ページ)
 「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	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	メモリ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)

困ったときに・保証など

おかしいな?と思ったら

こんなとき	原因	対処のしかた
電源スイッチを押し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 (☞ 34ページ)
圧力が上がらない	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 (☞ 34ページ)
	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 (☞ 13ページ)
加圧スイッチから手を離すと加圧が止まる	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 (☞ 34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
	加圧スイッチを3秒以上押している	自動加圧で測定する場合は3秒以内に加圧スイッチから手を離してください (☞ 16ページ)
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)

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 (☞ 13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 (☞ 22・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)
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 (☞ 13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 (☞ 22・23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 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)

※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。製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。(☞ 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

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。

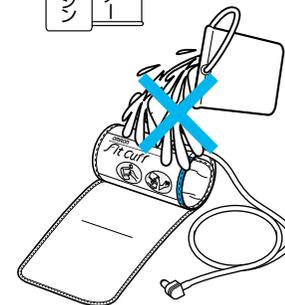
- ・水のかかるところ。
- ・高温・多湿、直射日光、ホコリ、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ。
- ・傾斜、振動、衝撃のあるところ。
- ・化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ。

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

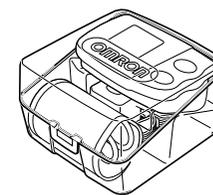
※上記の注意事項、その他の正しい使用方法をお守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。

保管について

お手入れが終わったら、血圧計本体を付属の収納ケースに入れて保管してください。(☞ 21ページ)



困ったときに・保証など



仕様

医療機器認証番号	21500BZZ00584000
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-780 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/0~299 mmHg 脈拍数/40~180 拍毎分
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	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) (別売品です)
電池寿命	約300回 (単3形マンガン乾電池使用時、室温22℃、 1日2回170 mmHg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℃・30~85%RH
保管環境温湿度	-20~+60℃・10~95%RH
本体質量	約400 g (電池含まず)
外形寸法	幅165×高さ73×奥行き110 mm
腕帯	幅120×長さ480 mm (質量約130 g) エア管長さ600 mm
電撃保護	内部電源機器B形装着部
付属品	腕帯 (型式HEM-CUFF-P、対象腕周17~32 cm)、 お試用電池 (単3形マンガン乾電池4本)、収納ケース、 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。

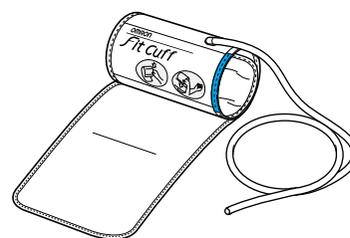
EMC 適合 本製品はEMC規格IEC 60601-1-2:2001に適合しています。
本製品はJIS規格JIS T 1115:2005に適合しています。

別売品について

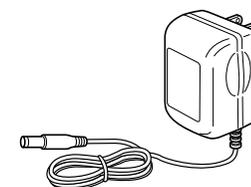
別売品のお求めは、オムロンお客様サービスセンター
(☎電話 0120-30-6606) までご連絡ください。

次の別売品をご用意しています。

- 腕帯
型式HEM-CUFF-P
対象腕周17~32cm (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。



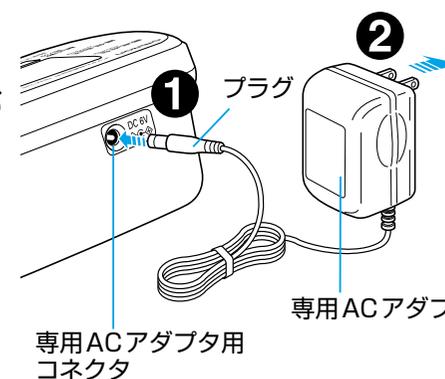
別売品の専用ACアダプタの接続のしかた

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、設定した日付と時刻が消去されます。
- 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