

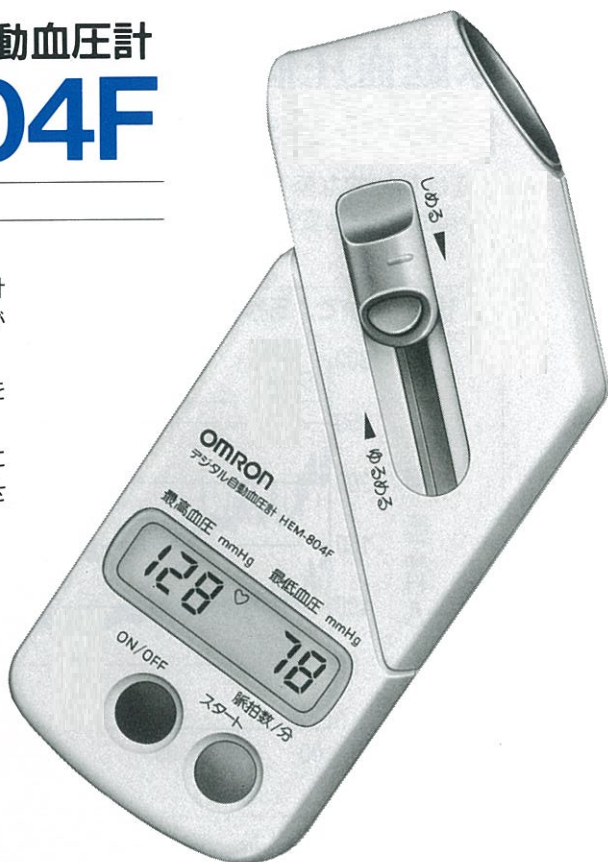


OMRON

オムロン デジタル 自動血圧計 HEM-804F

取扱説明書

- このたびはオムロンデジタル血圧計をお買い上げいただきましてありがとうございました。
- ご使用になる前にこの取扱説明書をよくお読みください。
- 保証書を兼ねていますのでお読みになったあとも大切に保管してください。



目次

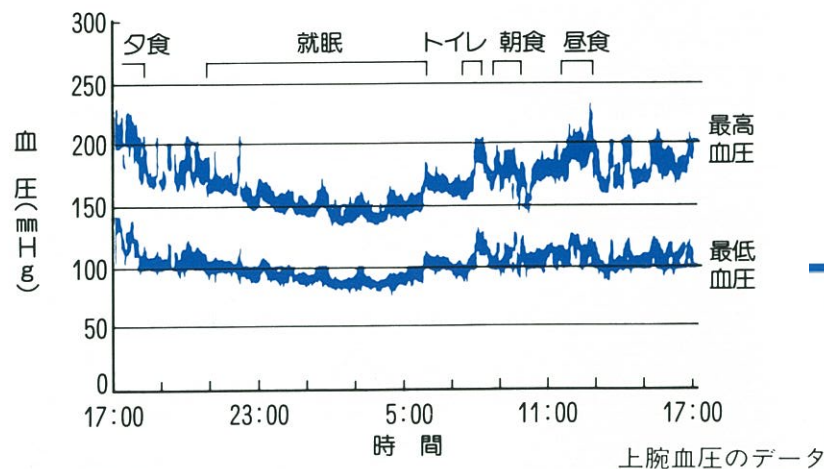
- | | | | |
|---------------------------------|----------|-----------------------------|-----------|
| ●ご使用いただく前に知っていただきたい大切なことから | 1・2 ページ | 8. カフスライドを緩めて指を抜きます。 | 11 ページ |
| ●各部の名称 | 3 ページ | ※こんな時は、測定中に再加圧します。 | 12 ページ |
| ●指の血圧を正しく測定するために | 4・5 ページ | 9. 最高血圧が140~190mm Hgと予想される方 | 12 ページ |
| ●正しい使い方 | 6~15 ページ | 10. 最高血圧が190mm Hg以上と予想される方 | 13 ページ |
| 1. 乾電池を入れます。 | 6 ページ | 11. エラー表示 (E) がでたときは | 14 ページ |
| 2. 指カフに左手人差指を入れて、カフスライドで指をしめます。 | 7 ページ | 12. お手入れと保管の仕方 | 15 ページ |
| 3. 指カフを心臓の高さに保持し、正しい測定姿勢をとります。 | 8 ページ | ●故障を防ぐために | 16 ページ |
| 4. 電源を入れます。 | 9 ページ | ●指の血圧豆知識 | 17・18 ページ |
| 5. スタートスイッチを押してすぐ離します。 | 9 ページ | ●血圧Q&A | 19・20 ページ |
| 6. 測定します。 | 10 ページ | ●修理サービスを依頼する前に | 21 ページ |
| 7. 測定が終わり、血圧値・脈拍数が表示されます。 | 10 ページ | ●仕様/修理サービスネットワーク | 22 ページ |
| | | ●アフターサービスと保証について | 裏表紙 |
| | | ●保証規定/品質保証書 | 裏表紙 |

ご使用いただく前に知っていただきたい大切なことから

1 家庭血圧値は病院血圧値に比べ、低く出ることがあります。

血圧は精神的な緊張やリラックスの状態によって、自分が気づかない時でも30～50mmHgも変動することがあります。

●1日のなかで、5秒おきに測ってもこんなに変動します。



血圧は病院で測ると家庭で測るより25～30mmHg高くなることがあります。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。



血圧の変動する要因

●呼吸 ●体動 ●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

血圧はこうに変動しやすいことをご理解ください。

2 正しい測り方をしましょう。

正確な血圧値を測るために、正しい測り方を守ることが大切です。



指カフを心臓の高さに保持し、正しい測定姿勢をとります。
心臓の高さに保持しないと正しい値は得られません。
必ず椅子に腰掛けるか正座し、姿勢を正しくします。
図のようにテーブルの上に置き、肩の力を抜きます。

3 自分の血圧傾向を知りましょう。



つねに変動している血圧の傾向を知るためには、家庭で毎日同時刻に血圧測定して記録し、ご自分の血圧傾向を知ることが大切です。
そして、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基づき健康管理に役立てましょう。

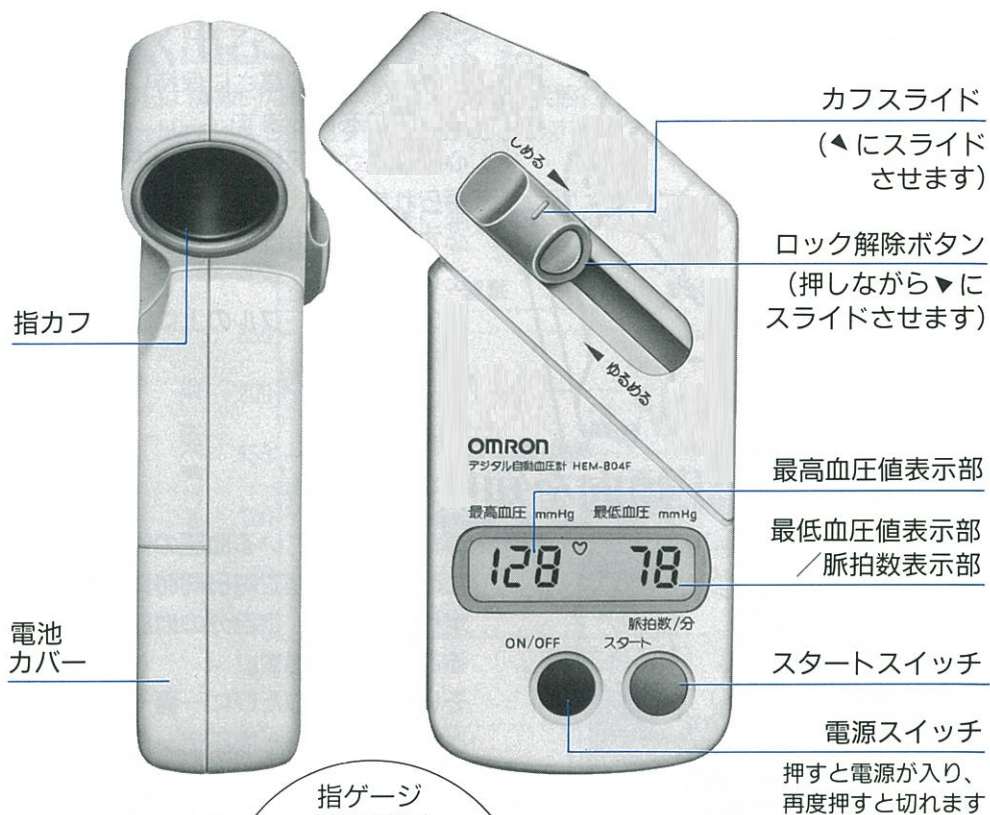
4 指の血圧は上腕の血圧と同じではありません。



指での血圧測定は、通常の上腕で血圧測定する場合と測定部位が異なりますので、その値は少し異なります。多くの場合、健康な方ではその差は最高・最低血圧とも±10mmHg程度です。

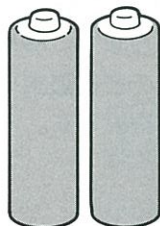
各部の名称

本体

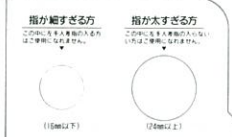


付属品

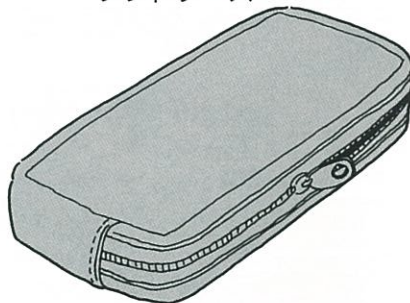
単3高性能
マンガン乾電池
(SUM-3) (2本)



指ゲージ
(個装箱に付属)



ソフトケース



指の血圧を正しく測定するために

次のような方は正しく測定できません。

- 指径が16～24mmの範囲以外の人
個装箱に付属の指ゲージで左手人差指の指径を確認してください。

指が細すぎる方

この中に左手人差指の
入る方のご使用になれ
ません。



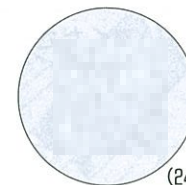
(16mm未満)

測り方

左手人差指の根元まで
指ゲージを入れる。

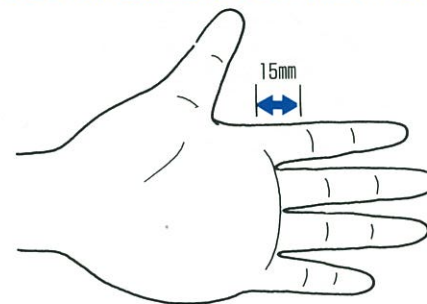
指が太すぎる方

この中に左手人差指の
入らない方のご使用に
なりません。



(24mm以上)

- 左手人差指の基部の長さが15mm以下の方

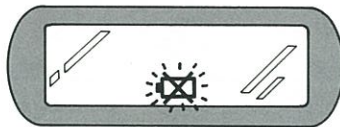


次のような方は特にご注意ください。

高血圧症、糖尿病、腎臓病などがある方の場合、上腕血圧値にくらべかなり指の血圧が低く測定されることがあります。また動脈硬化や末梢循環障害のある場合にも、指の血圧と上腕の血圧値に大きな差が出ることがあります。測定結果は医師の指導に基づき健康管理にお役立てください。

乾電池の消耗に注意してください。

乾電池の交換マークが点滅したときは、すぐに2本とも同じ種類の新しい乾電池に交換してください。



測定中はおしゃべりをしたり、手を動かしたりしないでください。



運動・入浴の後は20分以上たってから安静状態で測定してください。



指先が冷えているときは、温めてから測定してください。



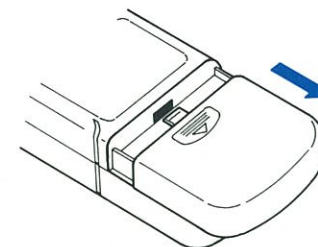
温度が極端に低いところや高いところでは使用しないでください。



1 乾電池を入れます。

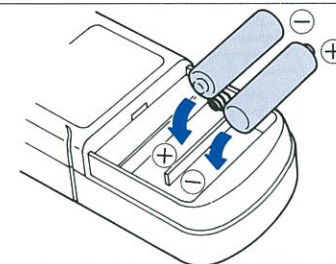
①

本体裏の電池カバーを押しながら矢印の方向にはずします。



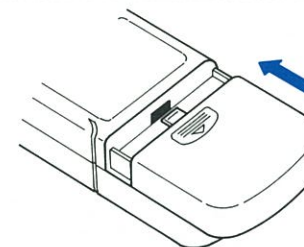
②

マンガン単3形乾電池を $\oplus$ $\ominus$ の表示に合わせて入れます。



③

電池カバーを元のように閉めます。



乾電池の寿命と交換について

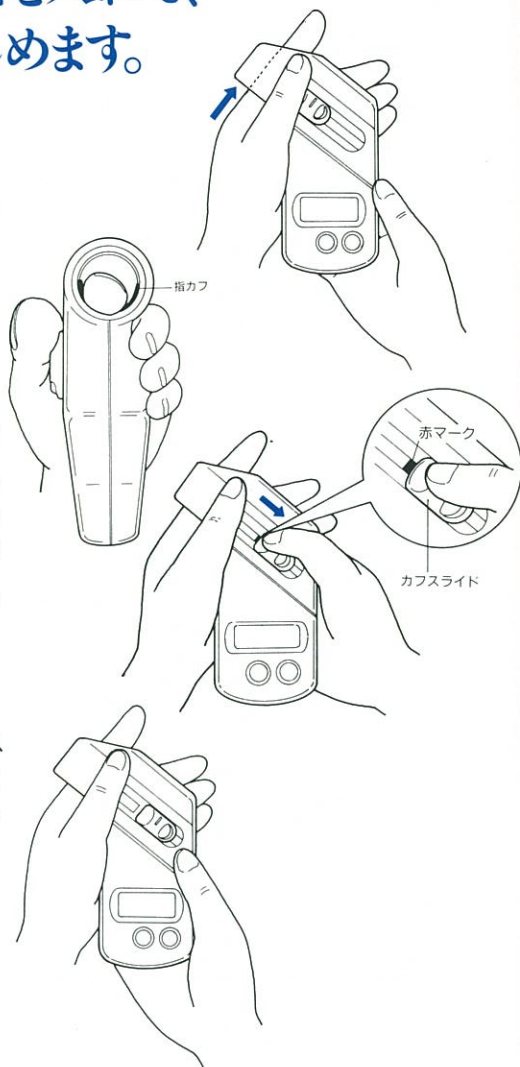
- 高性能マンガン乾電池(単3・2本)で約300回測定できます。(室温22℃、180mmHg加圧の場合)
- 付属の乾電池はモニター用ですので、300回以内に電池寿命が切れることがあります。
- 測定中に電池交換マーク「 $\times$ 」が点滅したら、2本同時に新しい乾電池(同じ種類のもの)と交換してください。

乾電池使用上の注意

- 乾電池を長時間入れたままにしますと液もれが起こり本体を痛めますので長時間使用しないときは、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ましょう。

2 指カフに左手人差指を入れて、カフスライドで指をしめます。

- まず右手で本体をささえます。
左手人差指をまっすぐにのばし、指カフの中心へ指のつけねまでしっかりと入れてください。左手のひらに軽くのせる形にします。
※そのとき左手中指は本体側面のみぞにそわせます。
- 右手親指でカフスライドを▶の方向にゆっくりとスライドさせ、赤マークが見えたところで止めてください。「カチッ」という音がするまでひっぱると、指カフがしまりすぎとなり、正しい測定値が得られないことがあります。
- 右手で本体の下部をささえるように持ち、左手は力をぬき、ゆったりとしてください。とくに測定する左手人差指には力が入らないようにします。



3 指カフを心臓の高さに合わせ、正しい測定姿勢をとります。

- ①椅子を前にひき、腰を伸ばして姿勢よくすわります。又は正座します。
- ②深呼吸を4～5回し、肩と指の力を抜いて、全身をリラックスさせます。特に正座する場合は腹圧に注意します。



- 図のようにテーブルの上に置き、肩の力を抜きます。



4 電源を入れます。

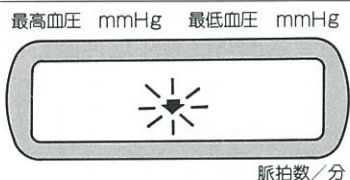
電源スイッチ(ON/OFF)を押します。

●次の順に表示されます。

初期表示



排気中表示



「ピッピッピッピッ」と鳴ると、準備完了です。



5 スタートスイッチを押してすぐ離します。

約 180mm Hg まで圧力が上昇するとポンプは自動的に停止します。

最高血圧が、140mm Hg 以上と予想される方は、P12・P13をご参照ください。



目標加圧値到達

6 測定します。

加圧がおわると自動的に排気し、測定に移ります。圧力が徐々に下がり脈拍が検出されると、ブザー音が「ピーツ」「ピーツ」「ピーツ」と鳴り、「♡」が点滅を始めます。

※このとき、指に力を入れたり動かしたりしないようにしてください。

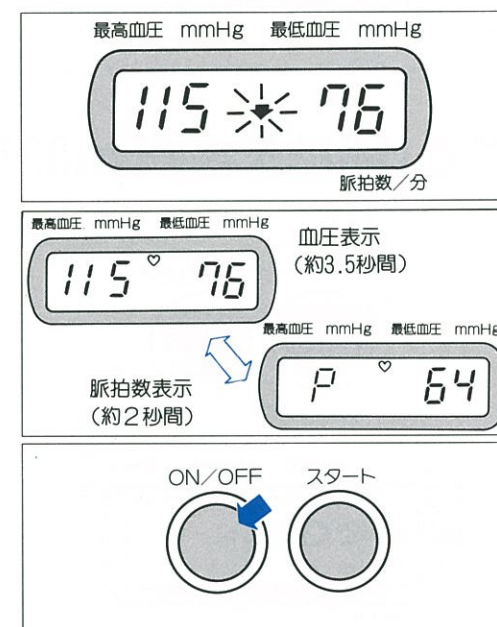


7 測定がおわり、血圧値・脈拍数が表示されます。

測定終了を知らせるブザーが「ピー」と長く鳴り、排気中「↓」マークが点滅し急速に排気されます。最高血圧値と最低血圧値が同時に表示されます。

指カフ内の空気が完全になると、ブザーが「ピッピッピッピッ」と鳴り、「♡」マークが表示されます。このあと、血圧値と脈拍数が交互に表示されます。これで血圧測定が終了しました。連続測定する時は電源を切らずに、スタートボタンを再度押してください。(P12 (9)参照) また測定を終了する場合は、再度電源スイッチを押して電源を切ってください。

※万一、切り忘れても約2分間で自動的に電源が切れます。



8 カフスライドを緩めて指を抜きます。

測定が終了したら、カフスライドを緩めます。

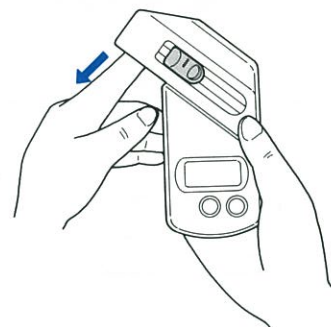
1. カフスライド後端のロック解除ボタンを押します。



2. ロック解除ボタンを押しながらカフスライドを▼の方向に動かします。



3. 指カフが緩んだら、指を抜きます。



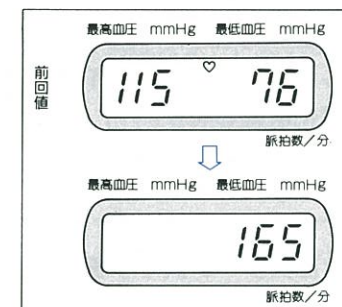
- ④ カフスライドが締まったまま指を抜かないでください。



※こんな時は、測定中に再加圧します。
加圧が不十分で、最高血圧の判定が不可能な場合には、測定中に自動的に再加圧し、再度、測定をします。再加圧は1回の測定につき、2回までします。



※電源を切らずに連続測定をすると、直前の測定結果の最高血圧値より約50mmHg高い圧力まで自動的に加圧されます。
(長時間連続測定はしないでください。指がうっ血して正しい値が得られません。)



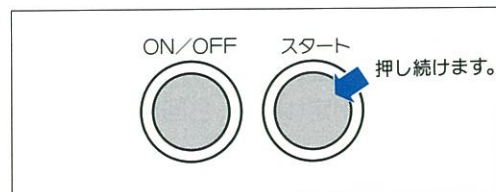
9 最高血圧が140～190mmHgと予想される方。

1. スタートスイッチを押し続けます。
2. 約230mmHgで加圧が停止します。そこで指を離します。
3. 以降の操作はP10～11の6～8項と同様におこなってください。

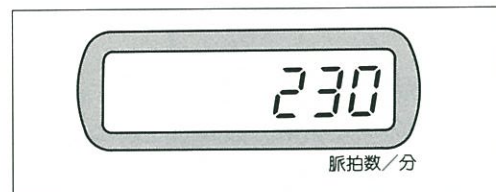


10 最高血圧が190mm Hg以上と予想される方。

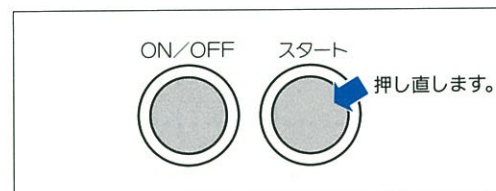
1. スタートスイッチを押し続けます。



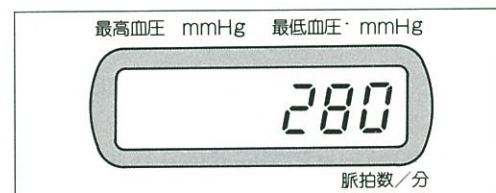
2. いったん約 230mmHg で加圧が停止します。スタートスイッチから一度指を離します。



3. すぐにスタートスイッチを押し直します。



4. 約 280mmHg で加圧が停止します。そこで、指を離します。



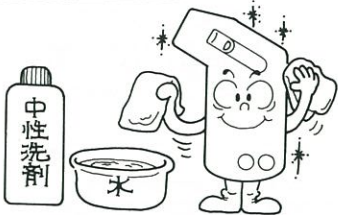
5. 以降の操作はP10～11と同様に行ってください。

11 エラー表示(E)がでたときは。

エラー表示マーク	原因	対処の仕方
最高血圧 mmHg 最低血圧 mmHg E 脈拍数/分	測定中に指を動かした。	「♡」マークを確認したのち、静かに測定しなおしてください。
	指先が冷えている。	指先をあたためて静かに測定しなおしてください。
	加圧が最高血圧の測定に不十分だった。	再度スタートスイッチを押してください。 自動的に前回値より約50mmHg設定値より高くなるまで加圧されます。
最高血圧 mmHg 最低血圧 mmHg 脈拍数/分	指カフが正しくしまっていない。	カフスライドでカフを正しくしめて測定しなおしてください。(P7参照)
	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。(P6参照)

12 お手入れと保管の仕方。

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、乾いた布で空ぶきしてください。 指カフやその周辺はやわらかい材質でできています。破れたり、痛まないよう慎重に扱ってください。	
ベンジン、シンナー、ガソリンなどを使用しないでください。	

保管

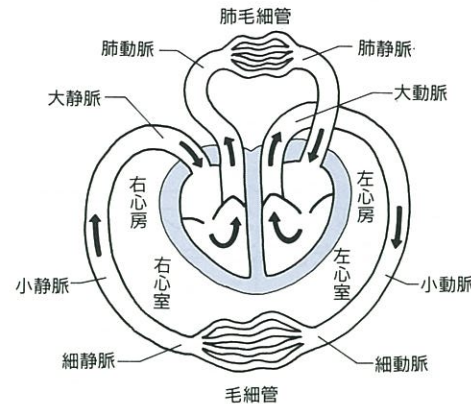
付属の収納ケースに本体を保管してください。	
直射日光、高温、多湿、ホコリ、腐食性ガスの多いところや水のかかる所に保管しないでください。	

指カフが破れる恐れがありますので先のとがったものをあてないでください。	
指を入れずにスタートスイッチを押さないでください。	
カフスライドに無理な力を加えないでください。	
血圧計の本体や指カフは分解しないでください。	
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。	

〈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。

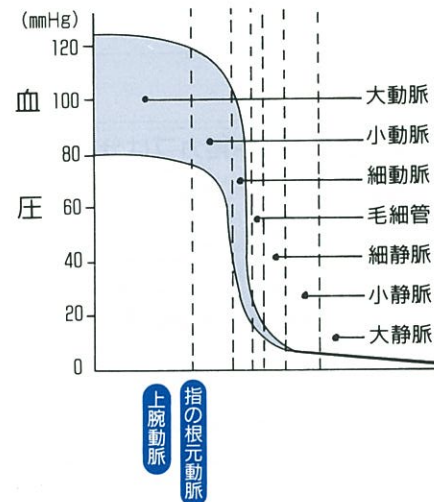
血圧とは

心臓は絶えず収縮と拡張を繰り返し、まるでポンプのように血圧を全身に送り出しています。血圧とは、心臓の収縮により作り出される圧力であり、血液の流れによって血管が内部から押される圧力を言います。心臓の収縮期にはその圧力が最も高く、これを「最高血圧」、拡張期には最も低く、これを「最低血圧」と呼んでいます。



血液の循環と血圧

通常、心臓が血液を体内へ送り出す圧力は120mmHg程度ですが、体内を流れた後、心臓にもどったところではほとんど0に近くなります。この圧力差により血液は体内を循環するのです。この過程で、血液の流れにそって血圧値は徐々に低下してゆきます。しかしこの変化が大きいのは、細動脈のところでその手前である上腕動脈血圧は心臓から出たところである大動脈の血圧と余り差がありません。



指の血圧と上腕の血圧について

血圧を測る場合は一般的に上腕動脈の血圧値を測定するわけですが、指の動脈血管は上腕の動脈につながっているため、安静時にはその血圧値は上腕血圧に近く上腕血圧の変化をよく反映します。しかし、血液循環に障害がある場合などでは上腕と指の血圧値とに大きな差が見られることもあります。健康な人でも多少差のある場合があります。差が大きい場合、深呼吸をして、落ち着いた状態で何回か測ってみてください。専門医と相談しながら上腕血圧値とあわせて健康管理にお役立てください。



※ 指の血圧計と、上腕血圧計の両方をお持ちの時は、右図の様な方法で、指と上腕の血圧の同時測定をして、指の血圧値と上腕の血圧値の差を確認することができます。

＜同時測定の方法＞

1. 右腕に上腕血圧計の腕帯を巻きます。(この時①ゴム管はひじの下側②マーク布は右腕のひじ関節の内側に来るようにします。)
2. 左手人差し指にHEM-804Fをいれます。
3. 誰か他の人に上腕血圧計とHEM-804Fのスタートスイッチを同時に押してもらい測定結果を確認してください。



Q. 左手人差指以外の指でも測れますか？



A. 必ず、左手人差指で、測定してください。指カフは、左手人差指に合うサイズでつくられています。

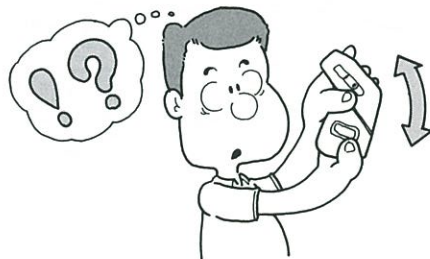
※ 指先が冷えている場合は、少し温めてから測定してください。

Q. どんな姿勢で測定すればよいのですか？



A. 左手人差指のつけ根に指カフをセットし、必ず椅子に腰掛けるか正座し、姿勢を正しくします。指カフが心臓と同じ高さになるように保ち、右手で血圧計の本体を支えて測定してください。深呼吸を5～6回するなど、リラックスした状態で測定してください。

Q. 指の高さで測定値は変わるものなのですか？



A. はい、変化します。指の位置が心臓の高さと異なる場合、血液自体の重さにより血圧値が変わります。その値は、心臓より10cm高くなるごとに約8mmHgずつ低くなります。逆に10cm低くすると測定値は約8mmHgずつ高くなります。ただし、血圧値は測定姿勢により影響されるので必ずしもこの値どおりに変化するわけではありません。

Q. 寝た姿勢で測定してもよい



A. かまいません。ただし、図のように指の高さが心臓の高さと同じになるようにしてください。指のつけ根に指カフをしっかり固定して測ってください。

Q. オムロン指式血圧計を使って運動中の脈拍を測定することができますか？



A. 運動中の測定は困難です。運動中には大きく体が動くので、指を安定的に指カフに挿入しておくことがむずかしいためです。もし脈拍を測定したい場合は、いったん体の動きを止めてから測定を行えば正しく測定できます。ただし運動直後の場合、血液の循環が大きく動揺しているので指の血圧値は上腕血圧に比べ大きな差がでることがあります。血圧測定を目的として行なう場合は、運動直後20分以上安静にしてから測定してください。

Q. 指式血圧計について、より詳しく聞きたいのですが？



A. オムロンでは、昭和59年より「オムロン健康相談室」を開設。オムロン健康機器の正しい使い方や、オムロン健康機器に関連するアドバイスを中心に専任のヘルスアドバイザーがキメ細かに応答させていただきます。

お客さまの疑問に、オムロン健康相談室がお答えします。
全国どこからでも下記のフリーダイヤルへ!!
 **全国どこからでも**
0120-30-6606
フリーダイヤル

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
電源スイッチを押し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。 (6 ページ参照)
	乾電池の＋の向きがまちがっていませんか。	乾電池を正しく入れ直します。 (6 ページ参照)
測定ができない。 または血圧値が異常に低く(高く)表示される。	指カフを心臓の高さに保っていますか。	正しい姿勢で測定します。 (8 ページ参照)
	指が根元まできちんと入っていますか。	正しく指を入れます。 (7 ページ参照)
	手のひらをべったりとつけて握りしめていませんか。	本体を正しく持ちます。 (7 ページ参照)
	測定中におしゃべりをしたり、手を動かしたりしていませんか。	静かにして測定します。 (5 ページ参照)
	指カフを正しく締めていますか。	指カフを正しく締めて測定します。 (7 ページ参照)
再加圧で測定に時間がかかる。	加圧中に手を動かしていませんか。	加圧中でも手を動かしたりしないで静かに測定します。(5 ページ参照)
	最高血圧が140mmHg 以上ではありませんか。	スタートスイッチを押しつづけて加圧値を上げます。(12～13 ページ参照)
上腕で測った値と異なる。	指の血圧は上腕血圧をよく反映しますが、つねに完全に一致するものではありません。	(18 ページおよび小冊子参照)
測るたびに血圧値が違う。 または血圧値が異常に低く(高く)表示される。	血圧値は、測定時の精神状態や測定時刻によっても常に変化しています。深呼吸等をして落ち着いてから測り直してください。	(1 ページ参照)

※ 上記の方法でも、測定が正常にできない場合は内部機構にさわらずにお買上げ販売店へご相談ください。
 ※ 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、お買上げの販売店へご相談ください。

仕 様

● 名 称	オムロンデジタル自動血圧計	● 圧力検出	静電容量式圧力センサー
● 形 式	HEM-804F	● 電 源	単3乾電池2本 (SUM-3)
● 表示方式	デジタル表示方式	● 電池寿命	高性能マンガン乾電池使用で約300回 (室温22℃1日2回180mmHg加圧の場合)
● 測定方式	オシロメトリック法		
● 測定範囲	圧力/0～280mmHg 脈拍数/40～200拍/分	● 使用温湿度	+10～+40℃・30～85%RH
		● 保存温湿度	－10～+60℃・10～95%RH
● 精 度	圧力/±4mmHg以内 脈拍/読み取り数値の±5%以内	● 本体重量	約220g (電池を含む)
		● 外形寸法	幅88×高さ159×奥行き35mm
● 加 圧	ポンプによる自動加圧方式	● 付 属 品	指ゲージ(個装箱に付属) 収納ケース・高性能マンガン電池 取扱説明書(品質保証書つき)
● 減 圧	自動減圧方式		
● 排 気	自動急速排気		
		医療用具承認番号 2B682号	

※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。

オムロンフィールドエンジニアリング株式会社のネットワーク

91-01

オムロンフィールドエンジニアリング 北海道株式会社	〒060 札幌市中央区北3条西1-1 サンメモリア6階	TEL 011(281)5121
仙台支店	〒980 仙台市青葉区二日町18-26 二日町OAビル2階	TEL 022(261)7054
大宮支店	〒336 埼玉県浦和市仲町1-14-8 三井生命浦和ビル2階	TEL 0488(33)7911
東京事業所	〒150 東京都渋谷区恵比寿1-19-15 ウノサワ東急ビル2階	TEL 03(3448)8104
東京第二テクノセンタ	〒103 東京都中央区日本橋本町1-4-12 日本橋センタビルディング3階	TEL 03(3270)6281
横浜テクノセンタ	〒221 横浜市神奈川区鶴屋町2-21-8 第一安田ビル2階	TEL 045(312)1923
静岡テクノセンタ	〒420 静岡市紺屋町11-19 静鉄紺屋町ビル5階	TEL 054(254)3718
名古屋支店	〒460 名古屋市中区丸の内3丁目22番21号 安田火災名古屋ビル7階	TEL 052(962)3281
金沢テクノセンタ	〒920 金沢市広岡1丁目3番34号	TEL 0762(61)5467
京都支店	〒604 京都市中京区蛸薬師通高倉西入ル泉正寺町344 日昇ビル1階	TEL 075(255)4171
大阪事業所	〒530 大阪市北区堂島浜2丁目1番9号 古河大阪ビル西館	TEL 06(348)1814
神戸テクノセンタ	〒650 神戸市中央区中山手通3-4-8 大東ビル5階	TEL 078(332)5531
広島支店	〒730 広島市中区熾町13-14 新広島ビル5階	TEL 082(227)1573
オムロンフィールドエンジニアリング 九州株式会社	〒812 福岡市博多区博多駅東2-5-28 博多偕成ビル3階	TEL 092(451)6748
鹿児島支店	〒890 鹿児島市鴨池新町5-6 鹿児島県プロバングス会館4階	TEL 0992(52)7674

※所在地・電話番号を予告なく変更することがありますので、ご了承ください。

サービスチケット②

サービスチケット①