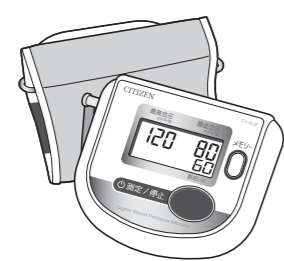


取扱説明書

シチズン上腕式血圧計
CH-453F



- ご使用前に本書を必ずお読みください。
- 本書は保証書を兼ねています。紛失しないよう大切に保管してください。
- ご使用中は必ず本書をお手元に置いてください。

1. 本体付属品

以下の物がそろっているかご確認ください。

- **本体**
- **カフ（腕帯）**
型式：SCN-003
- **単3形乾電池 ×4本**
(モニター用)
- **取扱説明書/保証書**
- **EMC技術資料**
- **医療機器添付文書**

2. 安全上のお願い

ご使用前に、この「安全上のお願い」をよくお読みください。

警告 人が死亡または重傷を負う可能性が想定される場合

注意 人が傷害を負ったり、物的損害*の発生する可能性が想定される場合

*物的損害とは、家屋、家財および家畜、ペットにかかわる拡大損害を示します。

強制 必ず実行していただく「強制」内容です。

禁止 してはいけない「禁止」内容です。

警告

測定結果の自己判断、および治療は危険です。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おそれがあります。

心臓疾患、その他循環器疾患、重度の血行障害のある方、ペースメーカーをご使用の方や乳腺切除した方は、医師の指導に従ってください。
→ 体調不良をおこすおそれがあります。

電池の液が目に入ったり、皮膚に付着したときは、すぐに多量の水で洗い流し、医師の治療を受けてください。
→ けがなどの原因になります。

この血圧計のエアホースソケットやカフのエアホースプラグの形状は、国際規格で規定されているものとは異なるため、他の医療機器や器具と誤接続が発生する可能性があります。血圧計の近くで他の医療機器や器具を使用する場合、誤接続を防ぐ対策を講じてください。
→ 誤接続状態で使用すると、事故やけがのおそれがあります。

分解・修理・改造をしないでください。
→ 事故やけがのおそれや、本体が故障の原因になります。

注意

お子様や意思表示ができない方へのご使用はおやめください。
→ 事故やけがの原因になります。

長時間連続して測定しないでください。
→ うっ血、はれなどの原因になります。

血圧測定以外に使用しないでください。
→ 事故やけがの原因になります。

血圧測定中に血圧計の近くで、携帯電話などを使用しないでください。
→ 誤作動をおこすおそれがあります。

古い電池と新しい電池、種類のちがう電池を同時に使用しないでください。

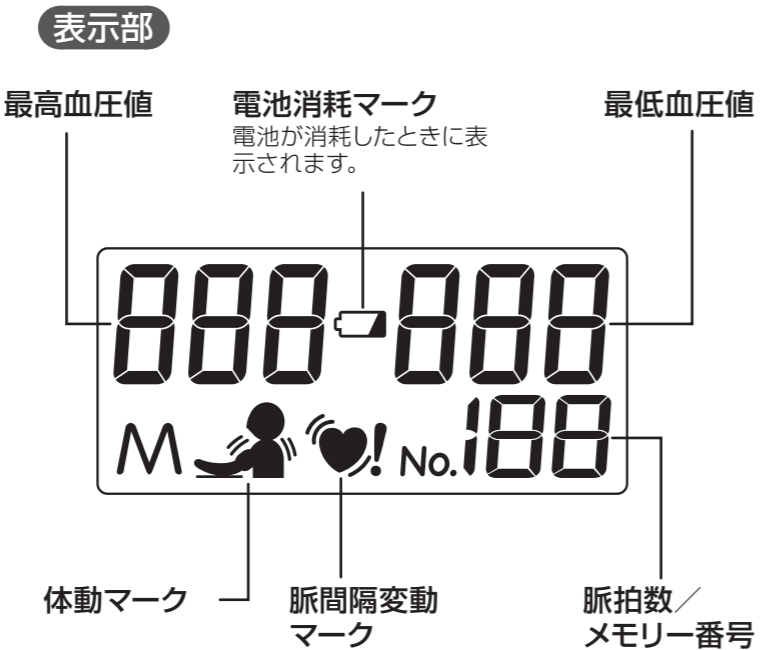
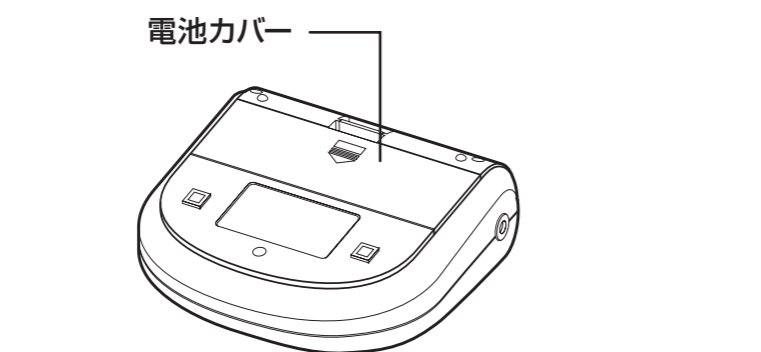
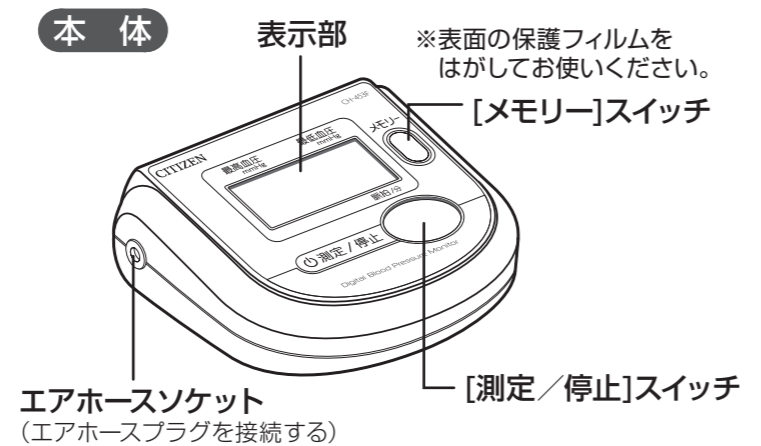
電池の⊕ ⊖の向きを間違えないようにしてください。
→ 漏液、発熱、破裂などをおこし、本体が破損の原因になります。

本体に無理な力を加えたり、落としたりしないでください。
→ 故障の原因になります。

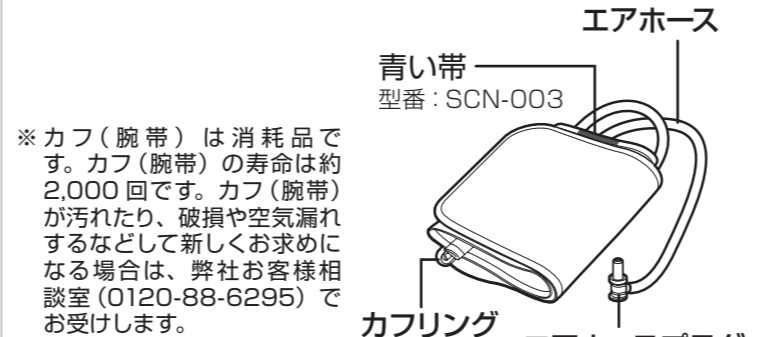
3. 測定時の注意点

- 測定前に5～6回深呼吸をし、リラックスして測定してください。（緊張時や、精神状態が不安定なときは、血圧が安定しません。）
- 睡眠不足や便秘のとき、または運動や食事の後でも血圧は高くなります。
- 飲酒の後や入浴直後には測定をおこなわないでください。
- 尿意や便意があるときは、排尿や排便をすませてから測定してください。
- 20℃前後の室温で測定してください。寒さは血圧を上昇させます。
- コーヒーや紅茶などを飲んだり喫煙した直後は、正しい値が得られません。
- 連続して測定をおこなわないでください。上腕がうっ血して正しい値が得られません。必ず間隔（1分以上）をあけてから測定してください。
- 正しい姿勢で安静にして測定してください。カフを心臓の高さに保ち、腕を動かしたり、話をしないでください。正しい姿勢が難しい場合はいつも同じ姿勢で測定してください。
- エアホースを折り曲げた状態で使用しないでください。
- 血圧は長期のデータを見るのが大切です。お薬（血圧を下げる薬など）を服用した時間も考慮して、一日のうちで最も安定した状態が保てる時間帯を選んで、毎日できるだけ同じ時刻に測定しましょう。
- 測定中に体に異常を感じたり、気分が悪くなったりした場合には、使用を中断して医師の指導を受けてください。

4. 各部のなまえと機能



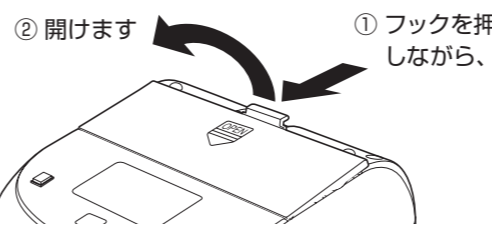
カフ（腕帯）



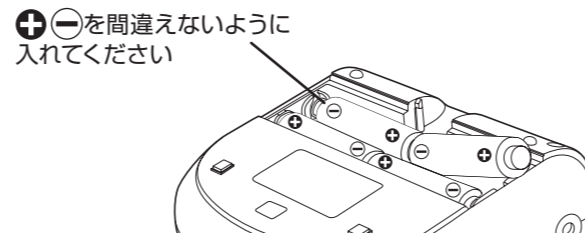
※カフ（腕帯）は消耗品です。カフ（腕帯）の寿命は約2,000回です。カフ（腕帯）が汚れたり、破損や空気漏れするなどして新しくお求めになる場合は、弊社お客様相談室（0120-88-6295）でお受けします。

5. 電池を入れましょう

1 電池カバーを外します



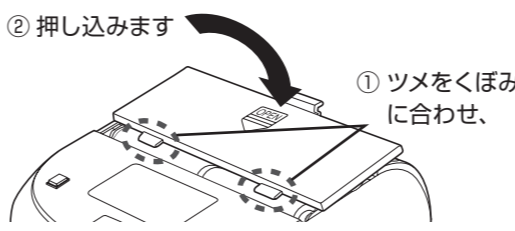
2 電池を入れます



※必ずバネの出ている⊖側から入れてください。

3 電池カバーを閉めます

カバーを押さえながら矢印方向にずらします。「カチッ」と音がするまで押し込んでください。

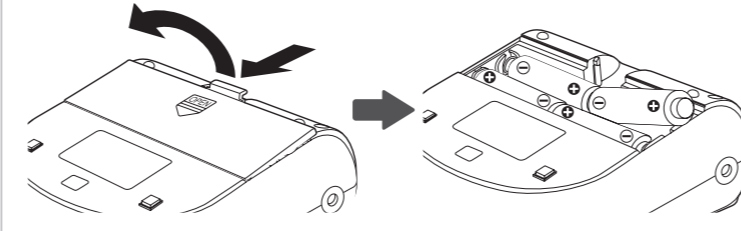


■こんなときは電池を交換しましょう

マークが表示されたとき
[測定/停止] スイッチを押しても何も表示されなくなったとき
→ 4本同時に交換しましょう

■電池を取り出すときは・・・

電池カバーを外し、電池を取り出します。



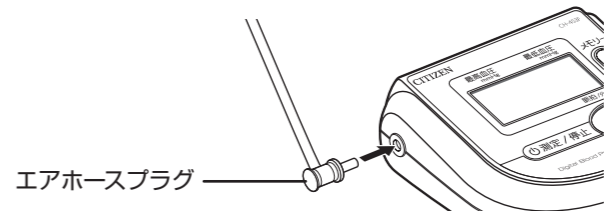
※電池を取り出すと、記憶されているすべての測定結果が消去されます。電池交換の前に、測定結果をメモしておくことをおすすめします。

- 付属の乾電池はモニター用ですので、所定の電池使用回数を満たさない場合があります。
- アルカリ電池とマンガン電池を混ぜて使用しないでください。
- アルカリ電池、マンガン電池以外は使用しないでください。
- 充電式の乾電池は使用しないでください。
- ご使用済みの乾電池は、お住まいの自治体のルールにもとづいて正しく処分してください。

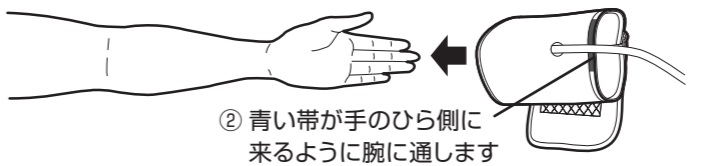
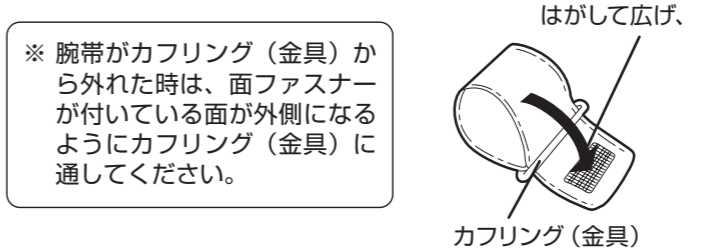
6. カフ（腕帯）を巻きましょう

- カフ（腕帯）は素肌、もしくは薄い下着の上から巻いてください。
- 厚い上着を着ている場合は、脱いでからカフ（腕帯）を巻いてください。また、衣服などをまくり上げると上腕部が圧迫されて正しく測定できない場合があります。
- 腕周りが22cm未満の方、32cmを越えた方が測定した場合、正しく血圧を測定できない場合があります。

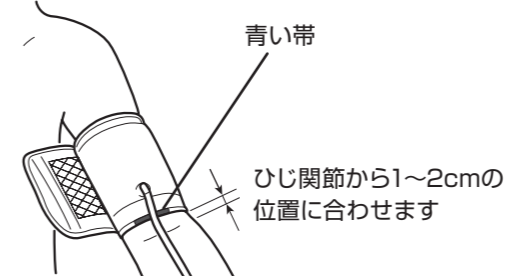
1 エアホースプラグを本体に差し込みます



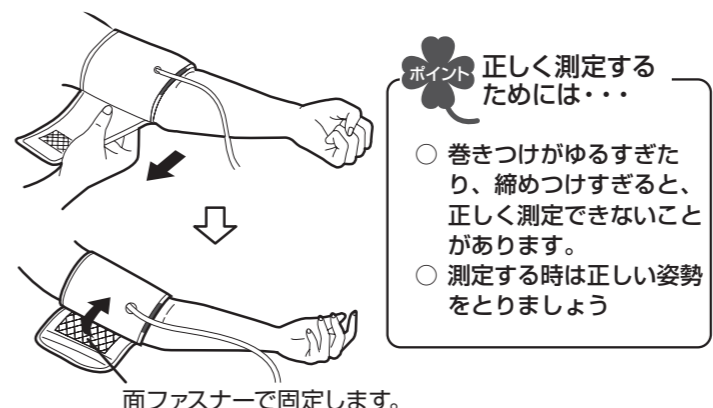
2 カフ（腕帯）を左腕に通します



3 カフ（腕帯）の青い帯を腕の中心に合わせます



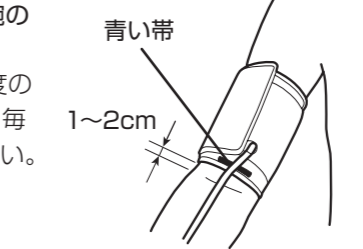
4 カフ（腕帯）を腕にぴったり巻きつけ、面ファスナーで固定します



右腕でも測定できます

右腕で測定するときも青い帯を腕の中心に合わせてください。※血圧は左右で10 mm Hg程度の差がでる場合がありますので、毎回同じ側の腕で測定してください。

- ポイント** 正しく測定するためには・・・
- 巻きつけがゆるすぎたり、締めつけすぎると、正しく測定できないことがあります。
 - 測定する時は正しい姿勢をとりましょう

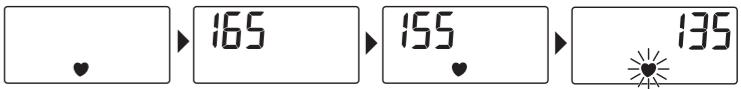


7. 測定しましょう

1 [測定/停止]スイッチを押します



全点灯表示時のマークは、電池交換のお知らせではありません。



- 最適な圧力まで自動的に加圧されます。
- 脈拍を感知すると測定マーク ♥ が点滅します。

※測定を止めるときは、[測定/停止]スイッチを押してください。[測定/停止]スイッチを押しても空気が抜けない場合は、本体からエアホースプラグを抜き、腕からカフ（腕帯）を外してください。

【マニュアル加圧】

- [測定/停止]スイッチを押し続け、停止したい（最高血圧より約40mmHg高い）加圧値でスイッチを離すと、その圧力で加圧を停止させることができます。加圧上限値は280mmHgです。

2 測定結果が表示されます



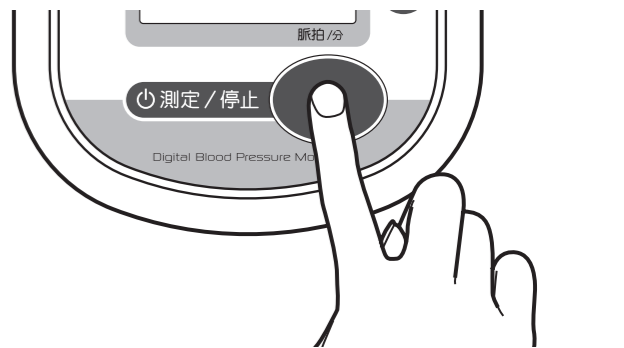
詳しくは9.マークについて参照

脈間隔変動マーク

詳しくは9.マークについて参照

測定結果は自動的に記録されます。

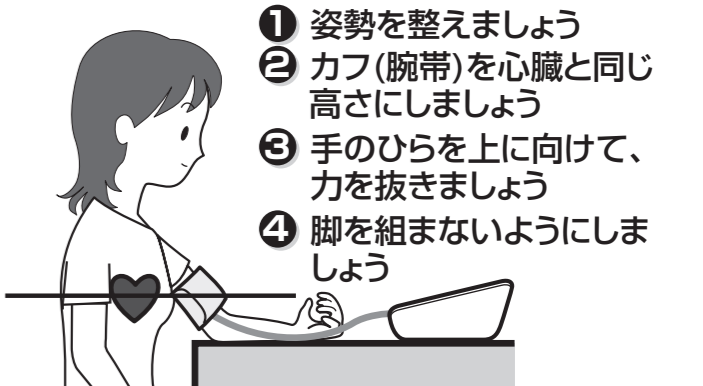
3 測定後、[測定/停止]スイッチを押して電源を切ります。



※測定後に電源を切り忘れても、約3分後に、自動的に電源が切れます。

ポイント 正しい姿勢を確認しましょう

血圧は測定するときの姿勢や時刻によって変化します。毎日同じ時刻に、背筋を伸ばし正しい姿勢で、深呼吸をしてリラックスして測りましょう。



- 1 姿勢を整えましょう
- 2 カフ（腕帯）を心臓と同じ高さにしましょう
- 3 手のひらを上に向けて、力を抜きましょう
- 4 脚を組まないようにしましょう

※寝て測る場合は、あお向けになり、手のひらを上にし腕を伸ばし、リラックスします。

