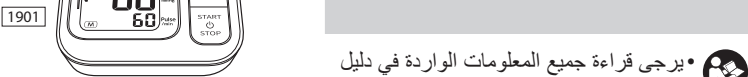


دليل التعليمات الخاص بجهاز مراقبة

ضغط الدم ذو الشاشة الرقمية CHUG330 من CITIZEN

شكرا جزيلاً لك على شرائك منتج CITIZEN. إن هذا الجهاز عبارة عن جهاز غير جراحي لمراقبة ضغط الدم عن طريق قياس الذبذبات ومعد للاستخدام المنزلي. حيث يستطيع قياس ضغط الدم الانقباضي (SYS) وقياس ضغط الدم الانبساطي (DIA) إلى جانب قياس معدل النبض.



-  يرجى قراءة جميع المعلومات الواردة في دليل التعليمات هذا قبل تشغيل الجهاز.
- تأكد من وجود دليل التعليمات هذا في متناول اليد أثناء الاستخدام.



شرح الرموز	
	: الجزء المطبق من النوع BF
	: تحذير
	: راجع دليل التعليمات قبل الاستخدام.
	: ينبغي عدم التخلص من نفايات المنتجات الكهربائية مع النفايات المنزلية. يرجى إعادة التدوير من خلال المرافق حيث وجدت. قم بالتحقق من السلطة المحلية لديك أو بائع التجزئة حول النصائح المتعلقة بإعادة التدوير.
	المصنع الاسم العنوان : CITIZEN SYSTEMS JAPAN CO., LTD. : 6-12، تاناشي-تشو، نيشي-طوكيو-شي، طوكيو 188-8511، اليابان
	المصنع الاسم العنوان : CITIZEN SYSTEMS (JIANGMEN) CO., LTD. : 6، طريق جينشينغ 399، مقاطعة جيانغهاي، جيانغمن، غوانغدونغ، الصين
	الاسم : EMERGO EUROPE العنوان : برينسيسرخاكت 20، 2514 AP لاهاي، هولندا
	: تشير علامة CE إلى أن المُنتَج مُمتثل لتشريعات الاتحاد الأوروبي المطبقة على المُنتَج والتي تُصَن عليها العلامة CE.
تنبيهات احتياطية حول السلامة	
تأكد من قراءة التعليمات التالية قبل استخدام الجهاز.	
	يشير التحذير إلى وجود حالة خطرة محتملة والتي قد تؤدي إلى الوفاة أو الإصابة بجروح خطيرة.
	يشير التنبيه إلى وجود حالة خطرة محتملة والتي قد تؤدي إلى الإصابة بجروح أو تلف بالممتلكات. تشير الأضرار في الممتلكات إلى الأضرار التي تلحق بالمباني والأسر والمقتنيات والمواشي والحيوانات الأليفة.
	قم باستشارة الطبيب لديك قبل استخدام الجهاز إذا كنت تعاني من الحالات التالية مثل أمراض القلب أو الأمراض القلبية الوعائية أو عدم انتظام ضربات القلب الشائع مثل الضربات المبكرة أو الأذينية أو البطينية أو الرجفان الأذيني أو التصلب الشرياني أو سوء التروية أو السكري أو الحمل أو مقدمات الارتعاج أو أمراض الكلى أو ضعف النبض أو أجريت استئصال للثدي أو الأمراض الأخرى المتعلقة بالدورة الدموية أو إذا كنت تستخدم جهاز تنظيم ضربات القلب.
	لا تعتمد إلى استخدام نتائج عملية القياس للتشخيص الذاتي والعلاج الذاتي. قم باستشارة الطبيب لديك على الدوام. في حال دخول سائل البطارية في عينيك أو لأمس جلدك، قم بغسلها بالماء على الفور وثم تلقى العلاج من الطبيب لديك.
	لا تعتمد إلى استعمال الجهاز على الذراع المصابة أو الذراع التي تخضع للعلاج الطبي. لا تعتمد إلى تثبيت الكفة على الذراع أثناء التثبيت داخل الوريد أو أثناء عملية نقل الدم. لا تعتمد إلى مشاركة الكفة مع شخص مصاب بعدوى من أجل تفادي انتقال العدوى. لا تعتمد إلى استعمال الجهاز بالقرب من الغازات القابلة للاشتعال مثل تلك المستخدمة في عمليات التخدير. فقد تتسبب في اشتعال الغازات وتتسبب في حدوث انفجار. لا تعتمد إلى استخدام الجهاز ضمن البيئات الغنية بالأكسجين مثل حجرة الضغط العالي داخل المستشفيات أو خيمة الأكسجين. فقد تتسبب في اشتعال الأكسجين وتتسبب في اندلاع حريق.
	قد يتسبب خرطوم الهواء الخاص بالكفة أو سلك محول التيار المتردد في حدوث عملية اختناق غير مقصودة للأطفال الرضع.
	لا تعتمد إلى استخدام الجهاز لأي غرض آخر بخلاف قياس ضغط الدم. لا تعتمد إلى محاولة تفكيك أو إصلاح أو تعديل الجهاز أو الكفة. لا تعتمد إلى استخدام الجهاز على الأطفال الرضع أو الأشخاص غير القادرين على التعبير عن نواياهم.
	لا تعتمد إلى قياس ضغط دمك بصورة متلاحقة أو على نحو متكرر. حيث تتسبب في حدوث احتباس في الدم ولن تحصل عندها على قراءة صحيحة. انتظر لبضع دقائق على الأقل قبل إجراء عملية القياس مجدداً. إذا شعرت بشيء غير طبيعي بجسمك أو بدأت تشعر بوعة صحية أثناء عملية القياس، توقف عن الاستخدام وقم باستشارة الطبيب لديك.
	في حال ظهور مؤشر عدم انتظام ضربات القلب بشكل متكرر، قم باستشارة الطبيب لديك بشأن صححتك. اضغط على الزر "START/STOP" لتقليل الضغط بصورة مباشرة أو انزع الكفة إذا لم تبدأ بتفريغ الهواء أثناء عملية القياس.
	لا تعتمد إلى استخدام الجهاز بالقرب من هاتف نقال أو الأجهزة الأخرى التي تعمل على انبعاث حقول كهرومغناطيسية أو في بيئة كهرومغناطيسية عالية. قد يؤدي هذا إلى حدوث عطل.

قد تستخدم بعض موديلات هذا الجهاز محول تيار متردد. في الحالات التي يتم فيها استخدام محول التيار المتردد، يرجى قراءة التنبيهات الاحتياطية التالية.

	عند عدم استخدام المنتج، قم بفصل قابس التيار من مأخذ التيار.
	لا تعتمد إلى إدخال أو فصل محول التيار المتردد من مأخذ التيار بينما تكون يدك مبللة.
	لا تعتمد إلى استخدام محول التيار المتردد إذا كان سلك التيار أو القابس تالفين أو كان القابس مرخياً داخل مأخذ التيار.
	امسح أي غبار موجود على قابس التيار.
	لا تعتمد إلى تطبيق قوة مفرطة على سلك التيار أو القيام بلفه أو ربط سلك التيار بشكل حزمة أثناء الاستخدام.
	يرجى استخدام محول التيار المتردد المخصص (الموديل: AC-230CZ).

ملاحظات عامة

- تأكد من أن مقياس الكفة يتلائم مع محيط ذراعك قبل تثبيت الكفة. راجع "المواصفات" من أجل القياس.
- إذا كنت تشعر بحاجة للتبول، قم بذلك قبل قياس ضغط دمك.
- تنفس بعمق لخمس أو ست مرات ثم استرخ قبل قياس ضغط دمك. إذا كنت تشعر بالتوتر عند إجرائك لعملية القياس، فلن تحصل عندها على قراءة صحيحة.
- سيرتفع ضغط دمك إذا كنت تعاني من القلق أو الانزعاج أو إذا كنت تعاني من قلة النوم أو الإمساك أو إذا مارست للتو بعض التمارين أو تناولت إحدى الوجبات.
- لا تعتمد إلى قياس ضغط دمك بعد التدخين أو الاستحمام أو شرب الكحول أو القهوة أو الشاي.
- قم بقياس ضغط دمك بحيث تكون درجة حرارة الغرفة حوالي ٦٨°فهرنهايت/٢٠°مئوية. لا تعتمد إلى قياس ضغط دمك عندما تكون درجة الحرارة في الغرفة أقل ٥٠°فهرنهايت/١٠°مئوية أو أعلى من ٩٠°فهرنهايت/٤٠°مئوية.
- قم بقياس ضغط دمك عندما تكون مسترخياً وهادئاً. قم بإبقاء الكفة على الارتفاع الذي عليه قلبك ولا تعتمد إلى تحريك ذراعك والتحدث.
- بعد تحليل البيانات الخاصة بضغط الدم التي تم تجميعها خلال فترة طويلة أكثر أهمية من مجرد القيام بعملية قياس واحدة. قم باختيار الوقت أثناء اليوم الذي تستطيع به على الأرجح الالتزام بأخذ القياسات خلاله وحاول قياس ضغط دمك في نفس الوقت من كل يوم.

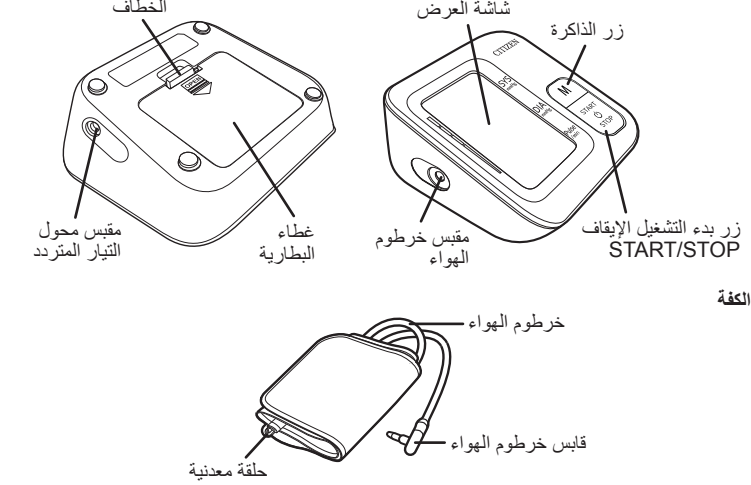
أسماء الأجزاء

الجهاز وملحقاته

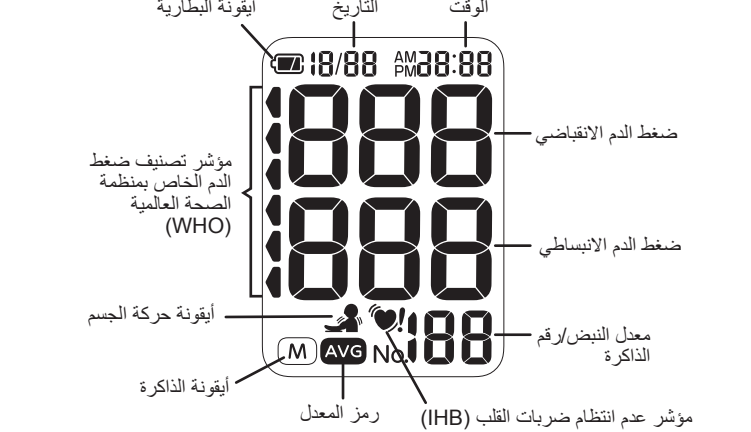
تأكد من أن العبوة تحتوي على جميع البندو التالية.

- وحدة جهاز مراقبة ضغط الدم
- دليل التعليمات والبيانات الفنية EMC
- ٤ بطاريات مقياس AAA لغرض الشرح التوضيحي فقط
- الكفة (الموديل: SCN-012)

الوحدة الرئيسية



شاشة العرض



قَم بإدخال البطاريات ومحول التيار المتردد

- استخدام البطاريات –**

١ **قَم بنزع غطاء البطارية.**

قَم بوضع إصبعك على الخطاف، واسحب الغطاء باتجاهك لفتحه.

٢ **قَم بإدخال البطاريات.**

تأكد من إدخال البطاريات للقطبية السالبة ⊖ مع النوايضع البازرة أولاً بحيث لا تخطط بين الأطراف الموجبة ⊕ والسالبة ⊖.

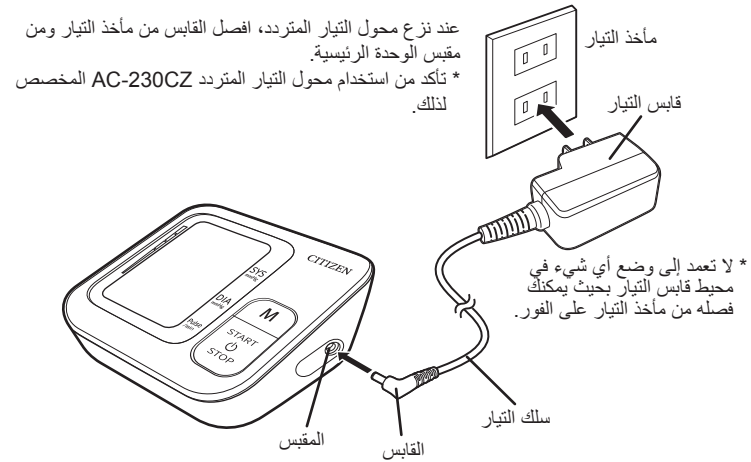
٣ **قَم بإغلاق غطاء البطارية.**

قَم بوضع العروات داخل التجاويف وأغلق غطاء البطارية إلى أن تسمع صوت طقة.

- * عندما يتم عرض أيقونة البطارية  أو ، أو عند عدم ظهور شيء على شاشة العرض، استبدل جميع البطاريات الأربعة بأخرى جديدة دفعة واحدة. في حال استخدام بطاريات قابلة لإعادة الشحن، يرجى شحنها.
- * لا تعتمد إلى استخدام أي نوع آخر من البطاريات سوى البطاريات القلوية وبطاريات المنغنيز والنيكل-هيدروجين ولا تخلطهما معاً.
- * في حال استبدال البطارية، يتم الاحتفاظ بالذاكرة حتى وإن تم استبدال البطاريات.
- * ادخل البطاريات ثم قم بضبط الساعة.
- * يمكن القيام بعملية قياس ضغط الدم حتى بدون تهيئة الساعة. من خلال تهيئة الساعة، يمكنك تسجيل نتائج القياس اليومية وإرفاقها بالوقت.

- استخدام محول التيار المتردد –**

ادخل قابس محول التيار المتردد في مقبس محول التيار المتردد الموجود على الجهاز.



* لا تعتمد إلى وضع أي شيء في محيط قابس التيار بحيث يمكنك فصله من مأخذ التيار على الفور.

ملاحظات حول استخدام محول التيار المتردد

حتى عند استخدام محول التيار المتردد، فإنه يوصى بإدخال البطاريات. إذا قمت بفصل محول التيار المتردد من مأخذ التيار أو من الوحدة الرئيسية دون إدخال البطاريات، سيتم إعادة ضبط التاريخ والوقت. (الذاكرة محفوظة).

ضبط الوقت والتاريخ

يمكن لهذا الجهاز تخزين نتائج عملية القياس جنباً إلى جنب مع وقت وتاريخ عملية القياس. يمكن عرض الساعة في جميع الأوقات، والذي يعد أمراً مفيداً في تذكر إجراء عملية القياس في نفس الوقت يومياً وذلك للإشراف على صحتك اليومية.

- * إذا قمت بإجراء قياسات دون تهيئة الساعة، فلن يتم تسجيل التاريخ والوقت في نتائج القياس، وسيتم تسجيل نتائج قياس ضغط الدم فقط وفق ترتيب عملية القياس.

١ **السنة**

بعد إدخال البطاريات، اضغط على زر "الذاكرة" مع الاستمرار لما يزيد عن ٣ ثوان، ومن ثم تبدأ القيمة الخاصة بالسنة في الوميض. اضغط على زر "الذاكرة" بشكل متكرر لزيادة القيمة الخاصة بالسنة. عندما يتم تجاوز الحد الأعلى الذي يمكن ضبطه، تعود شاشة العرض إلى قيمة الحد الأقل التي يمكن ضبطها. اضغط على الزر "START/STOP" لتأكيد تهيئة السنة ومن ثم تبدأ القيمة الخاصة بالشهر بالوميض.

٢ **الشهر**

اضغط على زر "الذاكرة" بشكل متكرر لزيادة القيمة الخاصة بالشهر. اضغط على الزر "START/STOP" لتأكيد تهيئة الشهر ومن ثم تبدأ القيمة الخاصة بالتاريخ بالوميض.

٣ **التاريخ**

اضغط على زر "الذاكرة" بشكل متكرر لزيادة القيمة الخاصة بالتاريخ. اضغط على الزر "START/STOP" لتأكيد تهيئة التاريخ ومن ثم تبدأ القيمة الخاصة بالساعة بالوميض.

٤ **الساعة**

اضغط على زر "الذاكرة" بشكل متكرر لزيادة القيمة الخاصة بالساعة. اضغط على الزر "START/STOP" لتأكيد تهيئة الساعة ومن ثم تبدأ القيمة الخاصة بالدقائق بالوميض.

٥ **الدقائق**

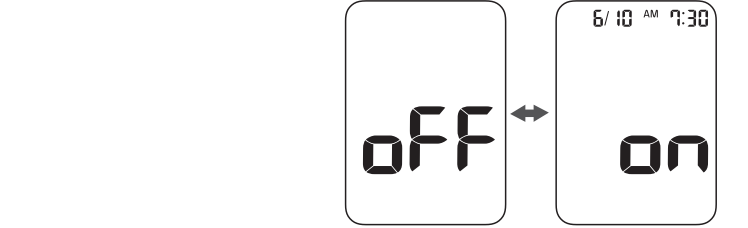
اضغط على زر "الذاكرة" بشكل متكرر لزيادة القيمة الخاصة بالدقائق. اضغط على الزر "START/STOP" لتأكيد تهيئة الدقائق. ومن ثم، تبدأ صيغة الوقت ١٢ ساعة أو ٢٤ ساعة بالوميض.

٦ **١٢ ساعة أو ٢٤ ساعة**

اضغط على زر "الذاكرة" بشكل متكرر لاختيار صيغة الوقت ١٢ ساعة أو ٢٤ ساعة. اضغط على الزر "START/STOP" لتأكيد تهيئة صيغة الوقت. يبدأ الوضع ON أو OFF بالوميض.

٧ **مع شاشة عرض الوقت أو بدونها.**

اضغط على زر "الذاكرة" بشكل متكرر لاختيار الوضع مع شاشة عرض الوقت أو بدونها. اضغط على الزر "START/STOP" لتأكيد تهيئة شاشة عرض الوقت.



* **تعديل الوقت**

عند تعديل الوقت، قم بإنهاء جميع تهيئات الوقت أولاً ومن ثم اضغط على زر "الذاكرة" مع الاستمرار لما يزيد عن ٣ ثوان. ومن ثم، تبدأ القيمة الخاصة بالسنة بالوميض. اتبع عمليات التهيئة الواردة أعلاه.

تهيئة الكفة

١ **قَم بإدخال قابس خرطوم الهواء في الوحدة الرئيسية.**

- * لا تعتمد إلى ثني خرطوم الهواء أثناء عملية القياس، الأمر الذي قد يؤدي إلى حدوث خطأ في عملية الانتفاخ أو حدوث إصابة مؤذية نتيجة ضغط الكفة المستمر.

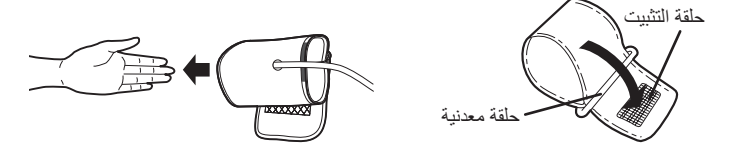
٢ **قَم بتثبيت الكفة.**

افتح الكفة وقم بوضع طرف الكفة داخل الحلقة المعدنية بحيث يكون الجانب مع الخطاف وحلقة التثبيت في الخارج. * تأكد من أن مقياس الكفة يتلائم مع محيط ذراعك قبل تثبيت الكفة.

* قم بتثبيت الكفة على ذراع مكشوفة أو على أكمام خفيفة.

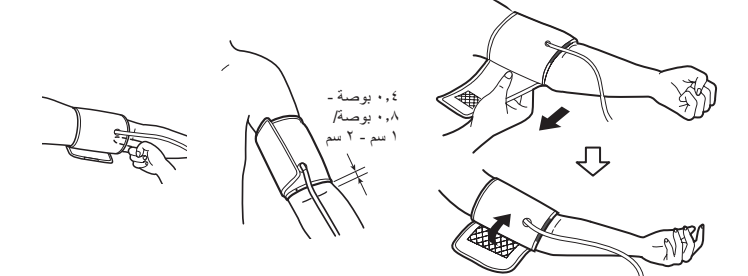
إذا قمت بغطي كُـمك للأعلى، ستضيق المنطقة أعلى ذراعك الأمر الذي يؤثر على النتيجة الخاصة بك.

- * على الأرجح أن تختلف قيمة ضغط دمك بين الذراع اليمنى والذراع اليسرى. قم بقياس ضغط دمك من نفس الذراع كل يوم.



(١) قم بتثبيت الكفة حول ذراعك بحيث يكون خرطوم الهواء على جهة راحة اليد وفي منتصف ذراعك. قم بضبط الموضع الذي تكون فيه حاشية الكفة ٠,٤ بوصة - ٠,٨ بوصة/١ سم - ٢ سم أعلى مرفقك.

(٢) اسحب طرف الكفة للخارج بحيث تلف حول ذراعك ثم قم بتثبيتها بإحكام باستخدام الخطاف وحلقة التثبيت. الشد الملانم لتثبيت الكفة هي عندما يكون بمقدورك تمرير إصبعك بسهولة بين الكفة وذراعك.



٣ **قَم بضبط جلستك.**

- اجلس بشكل مريح بحيث تكون أقدامك منبسطة على الأرض ولا تعتمد إلى وضع ساقك فوق الأخرى.
- قم بوضع ذراعك على منضدة أو سطح مشابه بحيث يكون ساعدك منبسطاً.
- قم بوضع ذراعك بحيث تكون الكفة بنفس الارتفاع الذي عليه قلبك.
- قم بوضع يدك بحيث تواجه راحة يدك للأعلى وتكون أصابعك مرتخية.
- لا تعتمد إلى تحريك جسدك أو التحدث أثناء عملية القياس.
- عند قياس ضغط دمك بينما تكون مستلقياً، قم بالاستلقاء ووجهك للأعلى، وذراعك مستوية ومرتخية.



