

HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG MÁY ĐO HUYẾT ÁP SANITAS SBC21



Cảm ơn quý khách hàng đã tin tưởng và lựa chọn sản phẩm máy đo huyết áp cổ tay Sanitas SBC21.

Sản phẩm được tổ chức **ETM Testmagazin** - một trong những tổ chức thử nghiệm lớn và quan trọng nhất ở Đức kiểm tra dựa trên các tiêu chí rõ ràng, khách quan và cung cấp lời khuyên cũng như các báo cáo đầy đủ đến người tiêu dùng về chất lượng sản phẩm. Trong đó sản phẩm **SBC21** có tỷ lệ bình chọn **89,8%** về chất lượng sản phẩm tốt. (Số liệu 02/2015)

ETM TESTMAGAZIN • URTEIL	
Sanitas SBC 21	
GUT	89,8 %
Im Test: 7 Handgelenk - Blutdruckmessgeräte Testurteile: 2x sehr gut, 5x gut	Heft 02/2015

Vui lòng đọc kỹ hướng dẫn trước khi sử dụng sản phẩm này!

1. Lưu ý khi sử dụng

- Nhằm đảm bảo các giá trị so sánh giữa các lần đo, luôn luôn đo huyết áp của bạn tại cùng một thời điểm trong ngày.
- Luôn nghỉ ngơi, thư giãn 5 phút trước khi đo huyết áp.
- Nếu bạn muốn đo lại huyết áp trên cùng 1 người, chờ khoảng 5 phút trước khi tiến hành đo lại.
- Không đo huyết áp trong vòng 30 phút sau khi ăn uống, hút thuốc lá, vận động, tập thể dục ...
- Lặp lại việc đo huyết áp sau 5 phút nếu bạn không chắc chắn về kết quả của lần đo trước.
- Các giá trị huyết áp bạn đo được chỉ là những thông tin theo dõi, nó không thể thay thế cho việc kiểm tra sức khỏe định kỳ. Hãy thảo luận kết quả huyết áp của bạn với bác sĩ theo dõi để được đánh giá đúng nhất.
- Không sử dụng máy đo huyết áp này cho trẻ sơ sinh, hay bệnh nhân bị tiền sản giật. Bạn nên tham khảo ý kiến bác sĩ nếu sử dụng máy đo huyết áp trong khi đang mang thai.
- Những bệnh về tim mạch có thể dẫn đến các kết quả đo không chính xác, cũng tương tự những người bị huyết áp thấp, tiểu đường, rối loạn tuần hoàn, rối loạn nhịp tim, người bị chứng run tay...
- Kết quả theo dõi huyết áp trên máy không để sử dụng trong các cuộc phẫu thuật.
- Trường hợp người sử dụng mắc chứng hạn chế lưu thông mạch máu trên cánh tay, co thắt mạch máu thì kết quả đo huyết áp cổ tay sẽ bị ảnh hưởng. Trong trường hợp này chúng tôi khuyên bạn nên sử dụng một máy đo huyết áp bắp tay.

- Chỉ sử dụng thiết bị trên những người có số đo cổ tay chỉ định từ 13,5- 19,5cm.
- ưu ý, khi vòng bít đang bơm hơi, chức năng vận động của cánh tay có thể bị suy giảm.
- Trong khi đo huyết áp, không được để ảnh hưởng tới việc lưu thông máu, nếu vòng bít trong khi đo không xả được, lập tức tắt máy, tháo nó ra khỏi cổ tay.
- Không sử dụng trên cổ tay đã từng được phẫu thuật.
- Hãy chắc chắn rằng vòng bít không được cuốn trên cánh tay mà tĩnh mạch hay động mạch đang bị thương.
- Máy đo huyết áp cổ tay được vận hành bằng pin, để tiết kiệm pin máy SBC21 có chế độ tự động tắt màn hình nếu bạn không tắt máy sau khi đo.

2. Hướng dẫn bảo quản và bảo dưỡng

Máy đo huyết áp được chế tạo chính xác từ các linh kiện điện tử, độ chính xác các giá trị đo và tuổi thọ của máy phụ thuộc rất nhiều vào việc bảo quản máy.

- Đặt máy trong hộp ở nơi khô ráo, thoáng mát, tránh bụi bẩn và ánh sáng mặt trời.
- Không làm rơi máy.
- Không sử dụng thiết bị trong vùng có điện từ, từ trường mạnh...
- Chỉ sử dụng với các linh kiện chính hãng đi kèm của nhà sản xuất.
- Không được nhấn các nút trước khi cuốn vòng bít lên cổ tay.
- Gỡ pin khỏi máy nếu không sử dụng máy trong thời gian dài.

Cách xử lý pin

- Nếu da hay mắt của bạn bị dính chất lỏng trong pin, hãy rửa sạch khu vực tiếp xúc và liên hệ trợ giúp y tế nếu cần.
- Để pin tránh xa tầm tay của trẻ em, tránh việc chúng có thể nuốt và bị sặc.
- Quan sát phân cực (+) (-) để lắp pin cho đúng
- Nếu pin đã bị rò rỉ, đeo găng tay và lau chùi ngăn chứa pin bằng một miếng vải khô.
- Để pin tránh xa những nơi có nhiệt độ cao.
- Không bao giờ ném pin vào lửa, không tháo rời, cắt nhỏ hay nghiền nát pin
- Không sử dụng pin sạc
- Nếu không sử dụng thiết bị trong thời gian dài, lấy pin ra khỏi máy.
- Chỉ sử dụng các loại pin cùng loại hoặc tương đương (Pin Alkaline)
- Luôn thay thế tất cả viên pin cùng một lúc

Hướng dẫn sửa chữa, bảo hành

- Không được tự ý tháo, mở, sửa chữa máy, trường hợp này xảy ra sẽ không được áp dụng bảo hành.
- Việc sửa chữa chỉ được thực hiện bởi dịch vụ khách hàng hoặc nhà cung cấp có thẩm quyền. Trước khi đưa sản phẩm đi bảo hành, vui lòng kiểm tra pin đầu tiên và thay thế nếu cần thiết
- Liên hệ bảo hành: Tại các đại lý, cửa hàng nơi bạn mua máy hoặc liên hệ trực tiếp với nhà đại diện phân phối và bảo hành Sanitas tại Việt Nam

3. Mô tả thiết bị

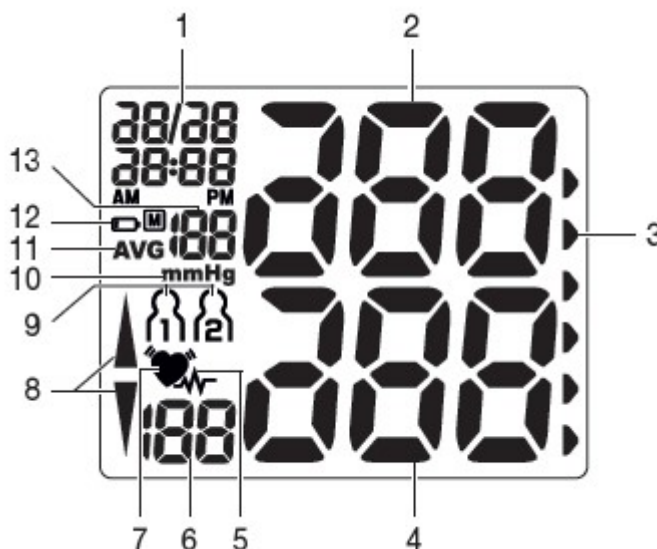
1. Màn hình hiển thị
2. Vạch phân loại huyết áp
3. Vòng bít
4. Nút nguồn & START / STOP
5. Nút chọn người sử dụng
6. Nút bộ nhớ M
7. Nút cài đặt ngày giờ



8. Ngăn lắp pin

Màn hình hiển thị:

1. Thời gian, ngày
2. Huyết áp tâm thu
3. Phân loại huyết áp
4. Huyết áp tâm trương
5. Biểu tượng rối loạn nhịp tim ♥_{ir}
6. Giá trị nhịp tim
7. Biểu tượng nhịp tim ♥
8. Máy bơm hơi và xả (mũi tên)
9. Bộ nhớ người sử dụng Æ/Æ
10. Đơn vị đo mmHg
11. Giá trị trung bình 3 lần đo cuối **AVG**
12. Chỉ báo mức pin
13. Bộ nhớ, giá trị bộ nhớ trung bình ngày, đêm (AM/ PM)



4. Chuẩn bị đo

Mở nắp chứa pin, lắp 2 Pin AAA 1.5V vào khoang chứa pin (Lưu ý, đặt dây màu đen trong khoang pin ở dưới viên pin để thuận tiện cho việc tháo pin sau này)

Cần thay pin nếu biểu tượng pin nhấp nháy.



Thiết lập Ngày và thời gian

Đây là cách duy nhất mà các phép đo có thể được lưu lại và hiển thị lại với đúng ngày và thời gian. Tiến hành như sau để thiết lập ngày và thời gian:

Sau khi lắp pin, năm nhấp nháy, sử dụng nút **+ / M** để chọn năm, xác nhận bằng nút **Θ**, sau đó đến cài đặt tháng, bấm **+ / M** và xác nhận bằng **Θ**, tương tự với ngày và giờ. Để tắt bấm nút **START/STOP Θ**

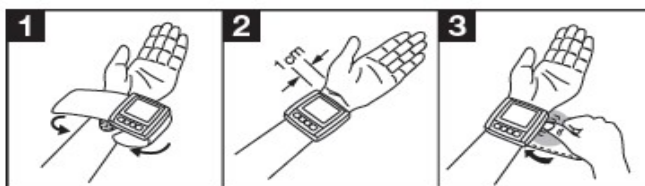
Cách cài đặt khác:

Nhấn nút **Θ** để hiển thị ngày tháng và bộ nhớ sử dụng hiện tại.

Nhấn giữ nút **Θ** trong vòng 3 giây để màn hình hiển thị năm nhấp nháy. Sau đó cài đặt như bước trên.

5. Đo huyết áp

Quấn vòng bít:



Quấn vòng bít máy huyết áp quanh cổ tay trái, đảm bảo nó không bị cản trở bởi áo, đồng hồ ...

Vị trí của vòng bít bên trong cổ tay: Quấn vòng bít sao cho cạnh trên của màn hình là vị trí khoảng 1 cm dưới ngón tay cái của bạn. Vòng bít phải được lắp quanh cổ tay nhưng không nên siết quá chặt.

Tư thế đo đúng:

Nghỉ ngơi thư giãn khoảng 5 phút trước mỗi lần đo.



Bạn có thể đo huyết áp ở tư thế ngồi hoặc nằm đều được.

Tuy nhiên cần lưu ý đặt tay sao cho vòng bít ở vị trí ngang tim. Không nói chuyện hoặc cử động trong khi đo.

6. Lựa chọn bộ nhớ

Nhấn nút **⊖** để hiện thị ngày giờ và bộ nhớ sử dụng hiện tại. Chọn bộ nhớ sử dụng bằng cách nhấn nút **⏮** và xác nhận bằng nút **⊖**. Bạn có thể lựa chọn 2 bộ nhớ khác nhau, mỗi bộ nhớ lưu được 60 kết quả đo cho 2 người với thời gian và ngày riêng biệt.

Đo huyết áp: Thao tác quấn vòng bít vào cổ tay trái như hướng dẫn ở trên.

Chọn bộ nhớ người sử dụng **⏮** hoặc **⏭**, bấm nút START/STOP **⊖** để bắt đầu đo. Tất cả các yếu tố sẽ được hiển thị nhanh trên màn hình hiển thị, Vòng bít sẽ tự động bơm phồng đến mức cần thiết. Nếu nhận thấy dây hiệu của huyết áp cao, vòng bít sẽ bơm phồng thêm để tăng áp lực khí. Vòng bít xả hơi dần và sau khi nhịp tim được xác định, biểu tượng nhịp tim sẽ xuất hiện, lúc đó huyết áp tâm thu, huyết áp tâm trương kết quả nhịp tim được hiển thị.

Bạn có thể hủy bỏ việc đo huyết áp bất cứ lúc nào bằng cách nhấn vào nút START / STOP. Kết quả phép đo được lưu trữ tự động. Nhấn nút START / STOP để tắt thiết bị. Thiết bị sẽ tự ngắt sau khoảng 2 phút. Sau ít nhất 5 phút, bạn có thể thực hiện các phép đo mới.

Biểu tượng **E** xuất hiện nếu quá trình đo bị sai, hãy tham chiếu các lỗi ở cuối trang HDSD.

Phát hiện chứng rối loạn nhịp tim:

Máy SBC21 có chức năng phát hiện bệnh rối loạn nhịp tim, khi có triệu chứng nhịp tim bất thường, máy sẽ hiển thị biểu tượng **♥** cảnh báo nhấp nháy trên màn hình.

Loạn nhịp tim là triệu chứng nhịp tim bất thường do ảnh hưởng của hệ thống điện sinh học khiếm khuyết. Nguyên nhân của các hội chứng (nhịp đập thiếu, sớm, nhanh, chậm) có thể do bệnh tim, tuổi tác, sử dụng quá độ chất kích thích, căng thẳng hoặc thiếu ngủ... Bệnh loạn nhịp tim phải do bác sỹ kiểm tra đánh giá. Khi thấy biểu tượng loạn nhịp tim **♥** nhấp nháy bạn cần tắt máy, nghỉ ngơi 5 phút sau đó tiến hành đo lại. Nếu biểu tượng **♥** xuất hiện thường xuyên cần thông báo cho bác sỹ để được tư vấn. Việc tự chẩn đoán và điều trị rất nguy hiểm, cần phải tuân theo hướng dẫn của bác sỹ.

Đánh giá kết quả đo theo phân loại của WHO:

Biểu đồ cột theo phân loại huyết áp của Tổ chức y tế thế giới (WHO) do máy hiển thị cho biết các mức độ của huyết áp đã được đo. Nếu các kết quả đo được của huyết áp tâm thu và huyết áp tâm trương ở hai nhóm khác nhau thì biểu đồ sẽ hiển thị theo nhóm cao hơn (ví dụ: huyết áp tâm thu thuộc nhóm "cao" và huyết áp tâm trương thuộc nhóm "bình thường" thì biểu đồ hiển thị cao).

7. Lưu và xem lại kết quả đo

Kết quả của mỗi phép đo thành công được lưu trữ cùng với ngày và thời gian. Nếu có hơn 60 phép đo, kết quả của phép đo cũ nhất sẽ bị mất.

Sử dụng nút **⊖** và sau đó bấm nút **⏮** để chọn bộ nhớ người dùng mong muốn. Nhấn nút **+/M** để xem giá trị trung bình của 3 lần đo gần nhất, tiếp tục bấm nút **+/M** sẽ hiển thị các kết quả đo gần nhất với ngày và giờ tương ứng.

Các nhóm kết quả đo huyết áp	Huyết áp tâm thu	Huyết áp tâm trương	Biện Pháp
	(mm/Hg)	(mm/Hg)	
Độ 3: Cao huyết áp nghiêm trọng	≥ 180	≥ 110	Cần bác sỹ tư vấn, dùng thuốc
Độ 2: Cao huyết áp trung bình	160 - 179	100 - 109	Cần bác sỹ tư vấn, dùng thuốc
Độ 1: Cao huyết áp nhẹ	140 - 159	90 - 99	Thường xuyên đến bác sỹ kiểm tra
Cao - Bình thường	130 - 139	85 - 89	Thường xuyên đến bác sỹ kiểm tra
Bình thường	120 - 129	80 - 84	Tự kiểm tra
Tối ưu	< 120	< 80	Tự kiểm tra

8. Xóa kết quả đo

Để xóa kết quả đo cá nhân, bạn kết quả đo cần xóa. Sau đó bấm giữ nút **+ / M** đến khi màn hình hiển thị chữ **CL**. Để xóa bộ nhớ của người dùng, chọn **F** để xác nhận, sau đó bấm giữ nút **+ / M** đến khi màn hình hiển thị chữ **CL**

9. Các lỗi thường gặp

Trong trường hợp có sai sót, thông báo **E** sẽ hiện lên màn hình

- E1: Không thể đo được giá trị xung
- E2: Bạn di chuyển hoặc nói trong khi đo
- E3: Vòng bít được quấn quá chặt hoặc quá lỏng
- E4: Lỗi hệ thống hoặc lỗi thiết bị
- E5: Áp suất hơi trong vòng bít cao hơn 300 mmHg
- E6: Pin yếu

Trong trường hợp như vậy, lặp lại phép đo. Đảm bảo rằng các vòng bít được gắn một cách chính xác và bạn không di chuyển hoặc nói chuyện trong quá trình đo. Thay pin khi cần thiết

10. Vệ sinh và bảo quản máy

- Chỉ được lau chùi máy đo huyết áp cẩn thận bằng khăn ẩm
- Không được dùng các loại xà phòng hoặc dung môi để lau
- Trong bất kỳ trường hợp nào, không được phép làm ướt máy (nước sẽ lọt vào trong và làm hỏng máy.)
- Không được đặt các vật nặng lên trên máy
- ***Tháo pin ra khỏi máy nếu không sử dụng trong thời gian dài. Nếu bạn để pin trong máy quá lâu sẽ dẫn đến hiện tượng chảy pin và ảnh hưởng tới linh kiện điện tử trong máy. Nhà sản xuất và nhà phân phối- đại diện bảo hành sẽ không chịu trách nhiệm bảo hành trong trường hợp này.***

11. Thông số kỹ thuật

Model	SBC21	Chu vi vòng bít	13,5-29,5cm
Phương thức	Đo huyết áp cổ tay	Điều kiện hoạt động	Nhiệt độ : +10 to + 40 độ C
Dải đo	Huyết áp: 0-300 mmHg	Điều kiện bảo quản	Độ ẩm : 15% - 85%
	Huyết áp tâm thu: 50-250 mmHg		Nhiệt độ : -20 to + 60 độ C
	Huyết áp tâm trương: 30-200 mmHg		Độ ẩm : 10% - 95%
	Nhịp tim: 40-180 nhịp/phút		
Độ chính xác	Huyết áp tối đa: ± 3 mmHg	Tuổi thọ pin	Khoảng 300 lần tùy theo mức huyết áp
	Huyết áp tối thiểu: ± 3 mmHg	Loại pin	2 viên pin AAA, loại Alkaline
	Nhịp tim: ± 5% kết quả đo	Bộ nhớ	2 X 60 kết quả
Sai số cho phép	Tâm thu 8 mmHg /	Kích thước	(L) 70mm x (W) 72 mm x(H) 27,5 mm
	Tâm trương 8 mmHg	Trọng lượng	105 gram