

HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG MÁY ĐO HUYẾT ÁP SANITAS SBM38

Cảm ơn quý khách hàng đã tin tưởng và lựa chọn sản phẩm máy đo huyết áp cổ tay Sanitas SBM38.

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 **SBM38** có tỷ lệ bình chọn **89,3%** về chất lượng sản phẩm tốt. (Số liệu 11/2013)

ETM TESTMAGAZIN • URTEIL	
Sanitas SBM 38	
GUT	89,3 %
Blutdruckmessgerät im Onlinetest www.etm-testmagazin.de	11/2013

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.
- Chỉ sử dụng thiết bị trên những người có số đo cánh tay chỉ định từ 22-42cm.
- Lưu 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 cánh tay.
- Lưu ý để vòng bít không bị uốn cong, hay dây dẫn bị nén lại.
- Không đo huyết áp quá nhiều hoặc cuốn vòng bít trên cánh tay quá lâu, nó sẽ ảnh hưởng tới sự lưu thông máu.
- Hãy chắc chắn rằng vòng bít không được cuốn trên cánh tay mà tĩnh mạch hay động mạch đang bị thương.
- Không sử dụng trên cổ tay đã từng được phẫu thuật.
- Không sử dụng trên vị trí cánh tay bị thương, vì nó có thể dẫn đến tổn thương nghiêm trọng hơn.
- Máy đo huyết áp Sanitas chỉ được vận hành bằng Pin.
- Để đảm bảo tuổi thọ pin, màn hình tự động tắt sau một phút nếu bạn không tắt máy sau khi đo.

- Thiết bị này chỉ sử dụng vào các mục đích trong khuyến cáo hướng dẫn sử dụng, nhà sản xuất và nhà phân phối – đại diện bảo hành sẽ không chịu trách nhiệm nếu có bất cứ sai sót nào trong việc sử dụng sai mục đích.

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 cuộn vòng bít lên cánh 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, xin 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.

Mô tả thiết bị

1. Vòng bít
2. Dây dẫn
3. Giắc nối vòng bít
4. Màn hình hiển thị
5. Nút cài đặt **SET**
6. Nút bộ nhớ **M**
7. Nút **START/STOP** 
8. Vạch phân loại huyết áp



Màn hình hiển thị

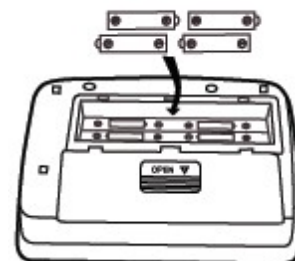
1. Ngày tháng
2. Thời gian
3. Huyết áp tâm thu
4. Huyết áp tâm trương
5. Đơn vị tính mmHg
6. Giá trị nhịp tim
7. Biểu tượng nhịp tim ♥ và rối loạn nhịp tim «♥»
8. Không gian bộ nhớ
9. Bơm hơi và xả ▲▼
10. Chỉ báo mức pin
11. Vạch phân loại huyết áp.



3. Chuẩn bị đo

Lắp pin :

- Mở ngăn chứa pin
- Lắp 4 viên pin AA (Alkaline) vào khoang pin, đảm bảo đúng cực
- Đóng nắp pin lại
- Sau khi lắp pin xong, màn hình máy sẽ hiển thị các thông tin như mô tả ở trên, sau đó hiển thị 24h, bạn bắt đầu tiến hành cài đặt.
- Nếu dấu hiệu báo pin nhấp nháy, lúc này bạn cần phải thay pin mới.



Cài đặt thời gian, ngày giờ

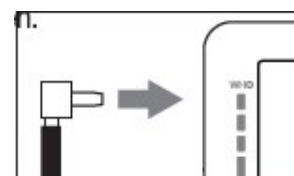
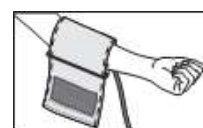
- Đây là bước thiết yếu khi cài đặt máy, nếu không bạn sẽ không thể xem lại kết quả với thời gian và ngày giờ chính xác. Thời gian hiển thị mặc định là 24h
- Nếu bạn bấm và giữ nút bộ nhớ **M** bạn có thể thiết lập các giá trị nhanh hơn
- Để thiết lập thời gian, thực hiện như sau : Bấm giữ nút **SET** khoảng 5 giây, màn hình hiển thị năm nhấp nháy, bấm **M** để lựa chọn và xác nhận bằng **SET**. Tiếp tục với tháng, ngày, giờ tương tự và xác nhận bằng **SET**.

4. Đo huyết áp

(Đảm bảo thiết bị ở nhiệt độ phòng trước khi đo)

Đeo vòng bít :

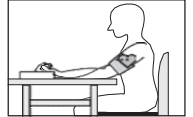
- Đặt vòng bít vào bắp tay trái, sao cho nó ở vị trí bên trong bắp tay, tránh vướng vào tay áo
- Vòng cần được quấn sát bắp tay nhưng không quá chặt.
- Quấn vòng bít quanh bắp tay và chỉnh sao cho đỉnh trên của nó cách nếp gấp khuỷu tay khoảng 2-3cm
- Cắm ống nối vào lỗ cắm của thiết bị
- Lưu ý: Máy chỉ hoạt động với vòng bít thích hợp của nó, vòng bít đi kèm chỉ sử dụng với người có số đo bắp tay từ 22-32cm.



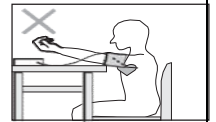
Tư thế đo đúng :

Thư giãn 5 phút trước khi đo, nếu không kết quả sẽ bị sai lệch.

Ngồi hoặc nằm ở tư thế thoải mái, đảm bảo rằng vòng bít ngang tim



- Khi trong khi đo, đảm bảo cánh tay bạn đang thoải mái, lưng nên tựa vào ghế, không được bắt chéo chân, đặt 2 chân xếp đều trên mặt đất.
- Không được nói chuyện, cười hay cử động khi đo.



Thực hiện đo huyết áp:

- Bấm nút nguồn để bắt đầu đo, màn hình bắt đầu hiển thị nhanh toàn bộ thông số. Vòng bít tự bơm hơi, áp suất không khí làm vòng bít căng lên. Trong khi vòng bít được bơm lên, thiết bị đã được tính toán đo để đánh giá áp lực bơm cần thiết.
- Nếu áp lực này là không đủ (với những người bị cao huyết áp) thiết bị tự động bơm áp lực thêm lần nữa. Khi bắt được mạch, biểu tượng ♥ xuất hiện, sau đó huyết áp tâm thu, tâm trương và nhịp tim được hiển thị trên màn hình.
- Thông báo lỗi E sẽ hiển thị nếu không thực hiện được phép đo, theo dõi ghi chú ở cuối bản hướng dẫn để biết các lỗi có thể xảy ra với máy của bạn.
- Kết quả đo được tự động lưu trong bộ nhớ của máy.
- Để tắt máy bấm nút nguồn. Nếu bạn quên tắt thiết bị, máy sẽ tự động tắt sau 1 phút.
- Chờ ít nhất 5 phút để tiến hành lần đo tiếp theo.

Đánh giá kết quả đo :

Máy SBM38 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.

Phân loại huyết áp

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. Tuy nhiên những tiêu chuẩn huyết áp này như là một hướng dẫn chung, cũng như việc mỗi cá nhân có mức huyết áp khác nhau ở nhóm lứa tuổi khác nhau. Điều quan trọng là bạn nên tham khảo ý kiến của bác sỹ, họ sẽ cho bạn biết giá trị huyết áp nào của bạn là bình thường, giá trị nào là mức nguy hiểm.

Ở cột phân loại này 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).

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

5. 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 nhiều hơn 90 kết quả thì kết quả của lần đo cũ nhất sẽ bị mất.

Nhấn nút bộ nhớ **M** để hiển thị giá trị trung bình của 3 lần đo cuối cùng. Tiếp tục nhấn nút **M** để hiển thị kết quả đo lần gần nhất. Nhấn nút **SET** để xem kết quả của lần đo cũ nhất với ngày tháng hiển thị tương ứng.

Bạn có thể xóa bộ nhớ bằng cách bấm giữ nút **M** trong 5 giây.

Bấm nút nguồn để tắt máy

Nếu bạn quên tắt máy, nó sẽ tự động tắt sau 1 phút.

6. 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.***

7. Các lỗi thường gặp và cách xử lý

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

- E1: Không thể đo được giá trị xung
- E2, E4: Bạn di chuyển hoặc nói trong khi đo
- E3: Áp suất hơi trong vòng bít cao hơn 300 mmHg
- 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.

8. Thông số kỹ thuật

Model	SBM38	Chu vi vòng bít	22-32cm
Phương thức	Đo huyết áp bắp tay	Điều kiện hoạt động	Nhiệt độ : +5 đến + 40 độ C
Dải đo	Huyết áp: 30-280 mmHg	Điều kiện bảo quản	Độ ẩm : 30% - 80%
	Huyết áp tâm thu: 30-280 mmHg	Tuổi thọ pin	Nhiệt độ : -20 đến + 55 độ C
	Huyết áp tâm trương: 40-199 mmHg		Độ ẩm : 10% - 93%
	Nhịp tim: 40-199 nhịp/phút	Loại pin	Khoảng 200 lần tùy theo mức huyết áp
Độ chính xác	Huyết áp tối đa: ± 3 mmHg	Bộ nhớ	4 viên pin AA, loại Alkaline
	Huyết áp tối thiểu: ± 3 mmHg		90 kết quả
	Nhịp tim: $\pm 5\%$ kết quả đo	Kích thước	(L) 140mm x (W) 110 mm x(H) 48 mm
Sai số cho phép	Tâm thu 8 mmHg /	Trọng lượng	450 gram
	Tâm trương 8 mmHg		