OMRON



BF511 (HBF-511T-E/HBF-511B-E)

Body Composition Monitor

- **Instruction Manual**
- **Mode d’emploi**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Manuale di istruzioni**
- **Manual de instrucciones**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **كتيب الإرشادات**

EN FR DE IT ES NL RU AR

Thank you for purchasing the OMRON Body Composition Monitor.
Before using this unit for the first time, please be sure to read this Instruction Manual carefully and use the unit safely and properly.
Please keep this Instruction Manual at hand all the time for future reference.

IM-HBF-511-E-10-10/2024
5322544-0J

All for Healthcare

Issue date/Date de publication/Ausgabedatum/Data di pubblicazione/
Fecha de publicación/Uitgiftedatum/Дата выпуска/تاريخ الإصدار : 2025-07-08

Contents

Before using the unit

Notes on Safety **2**
Information on Body Composition **3**

Operating instructions

1. Know Your Unit **5**
2. Inserting and Replacing the Batteries **5**
3. Setting and Storing Personal Data **6**
4. Taking a Measurement **8**
5. Measuring Weight Only **12**

Care and maintenance

6. Error Displays **13**
7. Troubleshooting **13**
8. How to Take Care of and Store the Unit **14**
9. Technical Data **15**

Intended Purpose
With this medical device you will be able to precisely measure body weigh and calculate the following body composition parameters non-invasively and immediately interpret the results:

- Body Fat (in %)
- Visceral Fat (up to 30 levels)
- Body Mass Index (BMI)
- Skeletal Muscle (in %)

In addition, the calculation of the Resting Metabolism Rate (in kcal) determines the daily calorie requirement and can act as a reference for weight reduction programme.
The unique OMRON 8-sensor technology using both hands and feet provides one of the most accurate methods of entire body measurements.
This unit is intended to be operated by adults who can understand this instruction manual. Users may include patients themselves.
It is not for professional use in hospitals or other medical facilities, it is intended to be used by multiple patients and multiple uses, but only for home use.

EN

Intended Patients
Children from 6 years onwards and adults. (Children under 6 years old are not included.)
The body fat percentage measured by this unit may significantly differ from the actual body fat percentage in the following situations. These differences may be related to changing ratios of body fluid and/or body composition.
Elderly people (over 81 years old) / People with a fever / Body builders or highly trained athletes / Patients undergoing dialysis / Patients with osteoporosis who have very low bone density / Pregnant women / People with swelling

Notes on Safety

Symbols and definitions are as follows:

⚠**Danger:**	Improper use may cause danger resulting in death or serious injury.
⚠**Warning:**	Improper use may result in possible death or serious injury.
⚠**Precaution:**	Improper use may result in injury or property damage.

⚠Danger:

- Never use this unit in combination with medical electronic devices such as:

(1) Medical electronic implants such as pacemakers.
(2) Electronic life support systems such as an artificial heart/lung.
(3) Portable electronic medical devices such as an electrocardiograph.



This unit could cause these devices to malfunction, posing a considerable health risk to users of these devices.

⚠Warning:

- Never start weight reduction or exercise therapy without the instructions of a doctor or specialist.
- Do not use the unit on slippery surfaces, such as a wet floor.
- Keep the unit out of the reach of young children. Contains small parts that may cause a choking hazard if swallowed by infants.
- The cord of the display may cause accidental strangulation in infants.
- Do not jump onto the unit, or hop up and down on the unit.
- Do not use this unit when your body and/or feet are wet, such as after taking a bath.
- Stand on the main unit bare-footed. Attempting to stand on it with socks on may cause you to slip and result in injury.
- Do not step on the edge or display area of the main unit.
- People with disabilities, or who are physically frail, should always be assisted by another person when using this unit. Use a handrail or so when stepping on the unit.
- If battery fluid should get in your eyes, immediately rinse with plenty of clean water. Consult a doctor immediately.
- When the device malfunctions, it may get hot. Areas with a possible rise in temperature:
  (1) Around the battery compartment area: 105°C (max.)
  (2) The electrodes and operation buttons: 48°C (max.)

  If the device malfunctions and does not operate, stop using it immediately. Do not apply the electrodes or keep touching the operation buttons for 10 minutes or more.

⚠Precaution

- Do not disassemble, repair, or remodel the display unit or the main unit.
- During measurement, make sure that no mobile phone or any other electrical devices that emit electromagnetic fields is within 30cm of this device. This may result in incorrect operation of the device and/or cause an inaccurate reading.
- Take care when storing the display unit. Your fingers may be trapped between the grip and the main unit if you press it too strongly.
- Do not use batteries not specified for this unit. Do not insert the batteries with the polarities in the wrong direction.
- Replace worn batteries with new ones immediately.
- Do not dispose of batteries in fire.
- If battery fluid should get on your skin or clothing, immediately rinse with plenty of clean water.
- Remove the batteries from this unit when you are not going to use it for a long period of time (approximately three months or more).
- Do not use different types of batteries together.
- Do not use new and worn batteries together.
- Remove the display unit from main unit before stepping on the unit. If you try to remove the display unit while stepping on to the unit, you may lose your balance and fall.
- Remove this monitor and other components from the packaging and inspect for damage. If this monitor or any other components is damaged, DO NOT USE and consult with your OMRON retail outlet or distributor.
- Stop using this monitor and consult with your physician if you experience skin irritation or discomfort.
- DO NOT use batteries after their expiration date.
- OMRON recommends waiting for approximately 2 hours for the monitor to warm up or cool down when the monitor is used in an environment within the temperature specified as operating conditions after it is stored either at the maximum or at the minimum storage temperature. For additional information on operating and storage/ transport temperature, refer to 16. Technical Data.

General Advice:

- Do not place this unit on a cushioned floor surface such as on a carpet or a mat. Correct measurement may not be possible.
- Do not place this unit in highly humid environments and protect it from splashing water.
- Do not place this unit near heat sources or below air conditioners and avoid direct sunlight.
- Do not use this unit for purposes other than described in this manual.
- Do not pull the cord of the display unit attached to the main unit with force.
- As this unit is a precision instrument, do not drop, vibrate, or apply strong shock.
- Disposal of used batteries should be carried out in accordance with the national regulations for the disposal of batteries.
- Do not wash the display unit or the main unit with water.
- Do not wipe the unit with benzene, gasoline, paint thinner, alcohol, or other volatile solvents.
- Do not place this unit where it will be exposed to chemicals or corrosive vapors.

Read and follow the “Important information regarding Electromagnetic Compatibility (EMC)” in the Technical Data Section.

Information on Body Composition

Principle of body composition calculation

Body fat has low electric conductivity

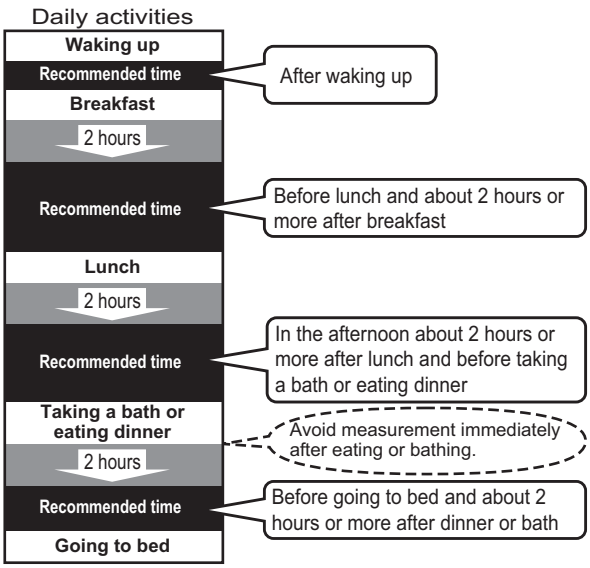
The BF511 measures the body fat percentage by the Bioelectrical Impedance (BI) method. Muscles, blood vessels and bones are body tissues with a high water content that conducts electricity easily. Body fat is tissue that has little electric conductivity. The BF511 sends an extremely weak electrical current of 50 kHz and less than 500 μA through your body to determine the amount of fat tissue. This weak electrical current is not felt while operating the BF511.
In order for the scale to determine body composition, it uses the electrical impedance, along with your height, weight, age and gender information to generate results based on OMRON's data of body composition.

Measures the whole body to avoid the influence of fluctuations

During the course of a day, the amount of water in the body tends to gradually shift to the lower limbs. This is why there is a tendency for the legs and ankles to swell in the evening or at night. The ratio of water in the upper body and lower body is different in the morning and evening, and this means that the electrical impedance of the body also varies. Since the BF511 uses electrodes for both hands and feet to take measurements, it can reduce the influence of these fluctuations on measurement results.

Recommended measurement times

Understanding the normal changes in your body fat percentage can help you in preventing or reducing obesity. Being aware of the times when the body fat percentages shift within your own daily schedule will assist you in obtaining an accurate trending of your body fat. It is recommended to use this unit in the same environment and daily circumstances. (See chart)



Avoid Taking Measurements Under the Following Conditions:

- Immediately after vigorous exercise, after a bath or sauna.
- After drinking alcohol or a large amount of water, after a meal (about 2 hours).

If a measurement is taken under these physical conditions, the calculated body composition may differ significantly from the actual one because the water content in the body is changing.

What is BMI (Body Mass Index)?

BMI uses the following simple formula to indicate the ratio between weight and height of a person.

BMI = weight (kg) / height (m) / height (m)

The OMRON BF511 uses the height information stored in your personal profile number or when entering information in the Guest Mode to calculate your BMI classification.

If the fat level revealed by BMI is higher than the international standard, there is an increased likelihood of common diseases. However, not all types of fat can be revealed by BMI.

EN

What is Body Fat Percentage?

Body fat percentage refers to the amount of body fat mass in regards to the total body weight expressed as a percentage.

Body fat percentage (%) = {Body fat mass (kg) / Body weight (kg)} × 100

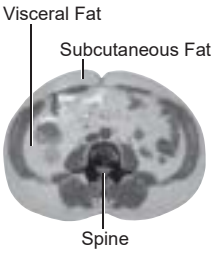
The device uses BI method to estimate your body fat percentage.

Depending on where fat is distributed in the body, it is classified as visceral fat or subcutaneous fat.

What is Visceral Fat Level?

Visceral fat = fat surrounding internal organs

Too much visceral fat is thought to be closely linked to increased levels of fat in the bloodstream, which can lead to common diseases such as hyperlipidemia and diabetes, which impairs the ability of insulin to transfer energy from the bloodstream and using it in cells. In order to prevent or improve conditions of common diseases, it is important to try and reduce visceral fat levels to an acceptable level. People with high visceral fat levels tend to have large stomachs. However, this is not always the case and high visceral fat levels can lead to metabolically obese. Metabolically obese (visceral obesity with normal weight) represents fat levels that are higher than average, even if a person's weight is at or below the standard for their height.

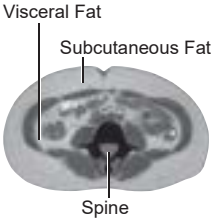


Sample Visceral Fat
(MRI image)

What is Subcutaneous Fat?

Subcutaneous fat = fat below the skin

Subcutaneous fat not only accumulates around the stomach but also around the upper arms, hips and thighs, and can cause a distortion of the body's proportions. Although not directly linked to increased risk of disease, it is thought to increase pressure on the heart and other complications. Subcutaneous fat is not displayed in this unit, but is included in the body fat percentage.



Sample Subcutaneous Fat
(MRI image)

What is Skeletal Muscle?

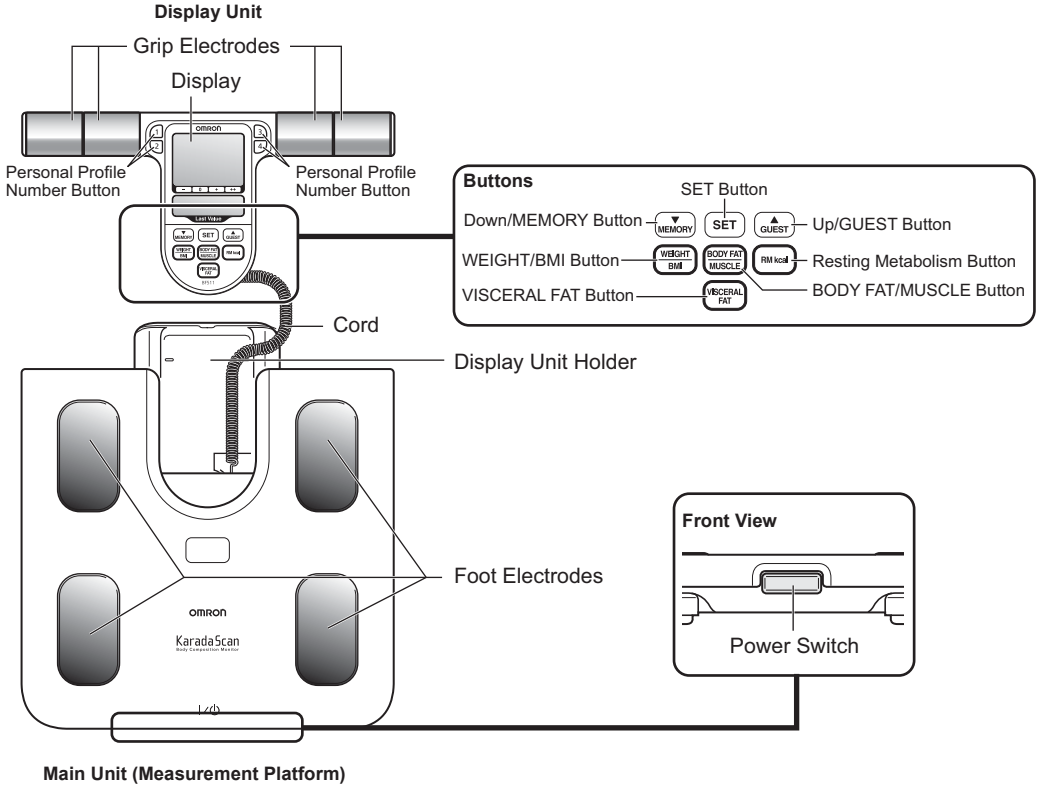
Muscle is divided into two types, muscle in internal organs, such as the heart, and skeletal muscle attached to bones that is used to move the body. Skeletal muscle can be increased through exercise and other activity.

Increasing the ratio of skeletal muscle means that body can burn energy more easily, which means that it is less likely to turn to fat, and makes it easier to lead an energetic lifestyle.

What is Resting Metabolism?

Regardless of your activity level, a minimum level of caloric intake is required to sustain the body's everyday functions. Known as the resting metabolism, this indicates how many calories you need to ingest in order to provide enough energy for your body to function.

1. Know Your Unit

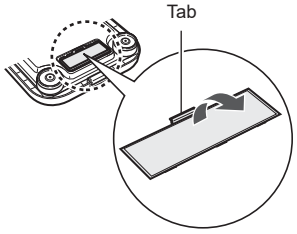


2. Inserting and Replacing the Batteries

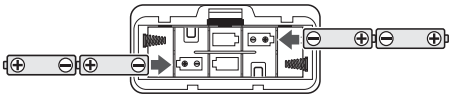
1. Open the battery cover on the back of the main unit.

1) Press the tab of the battery cover to release it.

2) Pull it up as shown.



2. Install the batteries in correct polarity as marked inside the battery compartment.



3. Close the battery cover.

Battery Life and Replacement

When the battery low indicator ( ) appears, replace all four batteries with new ones.
Items stored in memory are retained even if the batteries are removed.

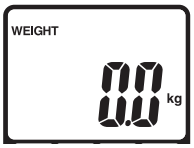
- Replace the batteries after turning off the power.
- Disposal of used batteries should be carried out in accordance with the national regulations for the disposal of batteries.
- Four AA batteries will last approximately 1 year (when measurements are made four times a day).
- Because the supplied batteries are for trial use only, they may have a shorter life.

EN

3. Setting and Storing Personal Data

For the measurement of body composition, it is necessary to set your personal data (age, gender, height).

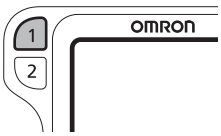
1. Turn on the power.



"CAL" blinks on the display, then the display changes to "0.0 kg".

* Wait until "0.0 kg" is displayed.

2. Press the Personal Profile Number button to select your personal profile number.



1) The selected number blinks on the display.



2) Press the SET button to confirm.

Then the default age setting blinks on the display.



3. [TO SET THE AGE]

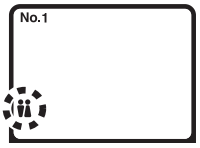
Setting range: 6 to 80 years old

1) Press the ▲ or ▼ button to adjust the age.



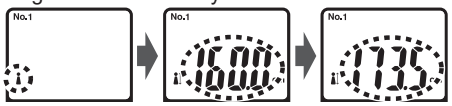
2) Press the SET button to confirm.

Then the gender icons blink on the display.



4. [TO SET THE GENDER AND HEIGHT]

Set the gender (MALE) or (FEMALE) and height in the same way.



After all the settings are displayed for your confirmation, "0.0 kg" appears on the display.

This completes the setting.

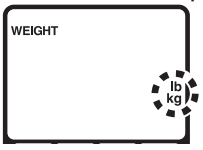
Selecting Measurement Unit

You can change the measurement units used for the height and weight settings.

1. Turn on the power.

"CAL" blinks on the display, then the display changes to "0.0 kg".
Wait until "0.0 kg" appears on the display.

2. Keep the ▼ button pressed until "lb" and "kg" blink on the display.



3. Press the ▲/▼ button to select "kg" or "lb".

This will also automatically change "cm" and "in".

4. Press the SET button to confirm.

All height and weight measurements are displayed using the new measurement units. The change remains in effect until you change it again.

Changing the Personal Data

1. Turn on the power.

"CAL" blinks on the display, then the display changes to "0.0 kg".
Wait until "0.0 kg" appears on the display.

2. Press the Personal Profile Number button to select your personal profile number.

1) Your number flashes one time on the display.

2) Press the SET button to confirm.

Then the selected age setting blinks on the display.



3. With the ▲ or ▼ button, modify the selected item, followed by pressing SET button. The display will change in order of age, gender and height.

Deleting the Personal Data

1. Turn on the power.

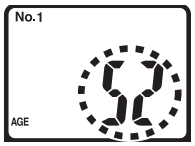
"CAL" blinks on the display, then the display changes to "0.0 kg".
Wait until "0.0 kg" appears on the display.

2. Press the Personal Profile Number button to select your personal profile number.

1) Your number flashes one time on the display.

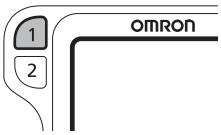
2) Press the SET button to confirm.

Then the selected age setting blinks on the display.

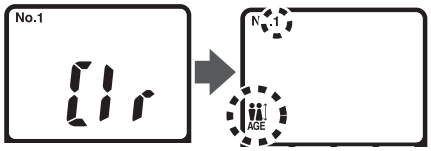


3. Delete the personal data.

Press the Personal Profile Number button for more than two seconds.



"Clr" will appear on the display and the personal data are deleted from memory.



EN

Power Switch

The power will automatically switch off in the following conditions:

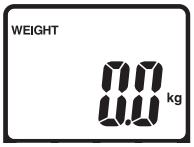
1. If the monitor is not used within one minute of "0.0 kg" appearing on the display.
2. If no information is entered for 5 minutes when entering personal data.
3. If the monitor is not used for 5 minutes after the measurement results are displayed.
4. Five (5) minutes after the result is displayed when measuring weight only.

4. Taking a Measurement

Measurement should be taken on a level and hard surface.

1. Turn on the power.

"CAL" blinks on the display, then the display changes to "0.0 kg".



* If you step onto the unit before "0.0 kg" appears on the display, an error message "Err" will appear.

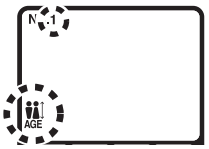
2. When the "0.0 kg" is displayed, take out the display unit.

Note: Do not take out the display unit until "0.0 kg" appears on the display. Otherwise, the weight of the display is added to your body weight which causes an incorrect result.

3. Select the personal profile number.

Press the Personal Profile Number button while holding the display unit. Selected number will appear after blinking once.

If the following display is indicated:



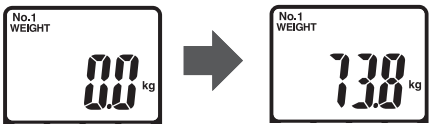
Your personal data is not stored in the personal profile number you have selected. Please see Section 3 to store personal data.

If you do not have personal data stored on the unit (GUEST mode):

1) Press the GUEST button while holding the display unit.
2) The GUEST indication "G" appears on the display.
3) Set the personal data (age, gender, and height). Read steps 3 through 4 in Section 3, Setting and Storing Personal Data.

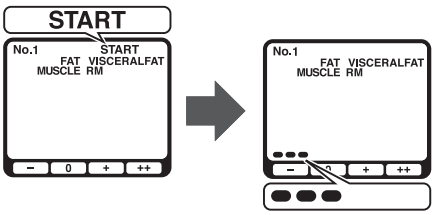
4. Start measurement.

1) Step on the main unit and place your feet on the foot electrodes with your weight evenly distributed.



The display will show your weight and then the weight result will blink twice.
The unit will then start to measure your body fat percentage, visceral fat level, skeletal muscle percentage, BMI and resting metabolism.

2) When "START" appears on the display, extend your arms straight at a 90° angle to your body.

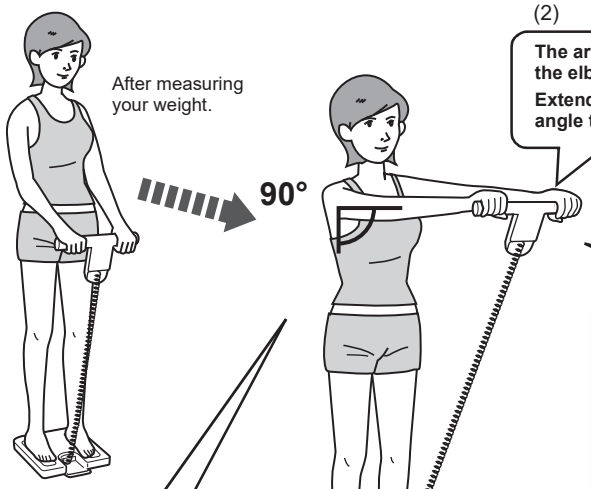


The indicators in the measurement progress bar at the bottom of the display will gradually appear, from left to right.

3) After the measurement is complete, your weight is displayed again. At this point you may step off the unit.



Correct Posture for Measurement



(1)

Stand with your knees and back straight and look straight ahead.

(2)

The arms are horizontally raised, and the elbows are extended straight.

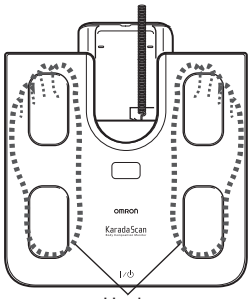
Extend your arms straight at a 90° angle to your body.

(3)



Hold the display unit so that you can see the display.

Step on the main unit bare-footed.



Heels

- Make sure each of your heels is positioned as shown. Stand with your weight evenly distributed on the measurement platform.

Press your palms firmly on the grip electrodes.



Place your middle fingers in the dent at the back of the grip electrodes.

Hold the inner grip electrodes firmly with your thumb and index finger.

Hold the outer grip electrodes with your ring finger and small finger.

Postures to Avoid During Measurement

Movement during measurement

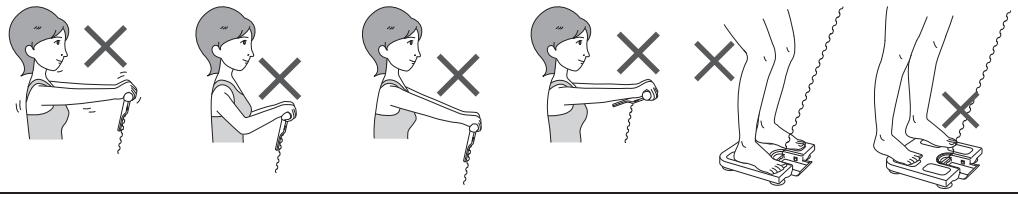
Arms bent

Arms too low or high

Display facing upwards

Knees bent

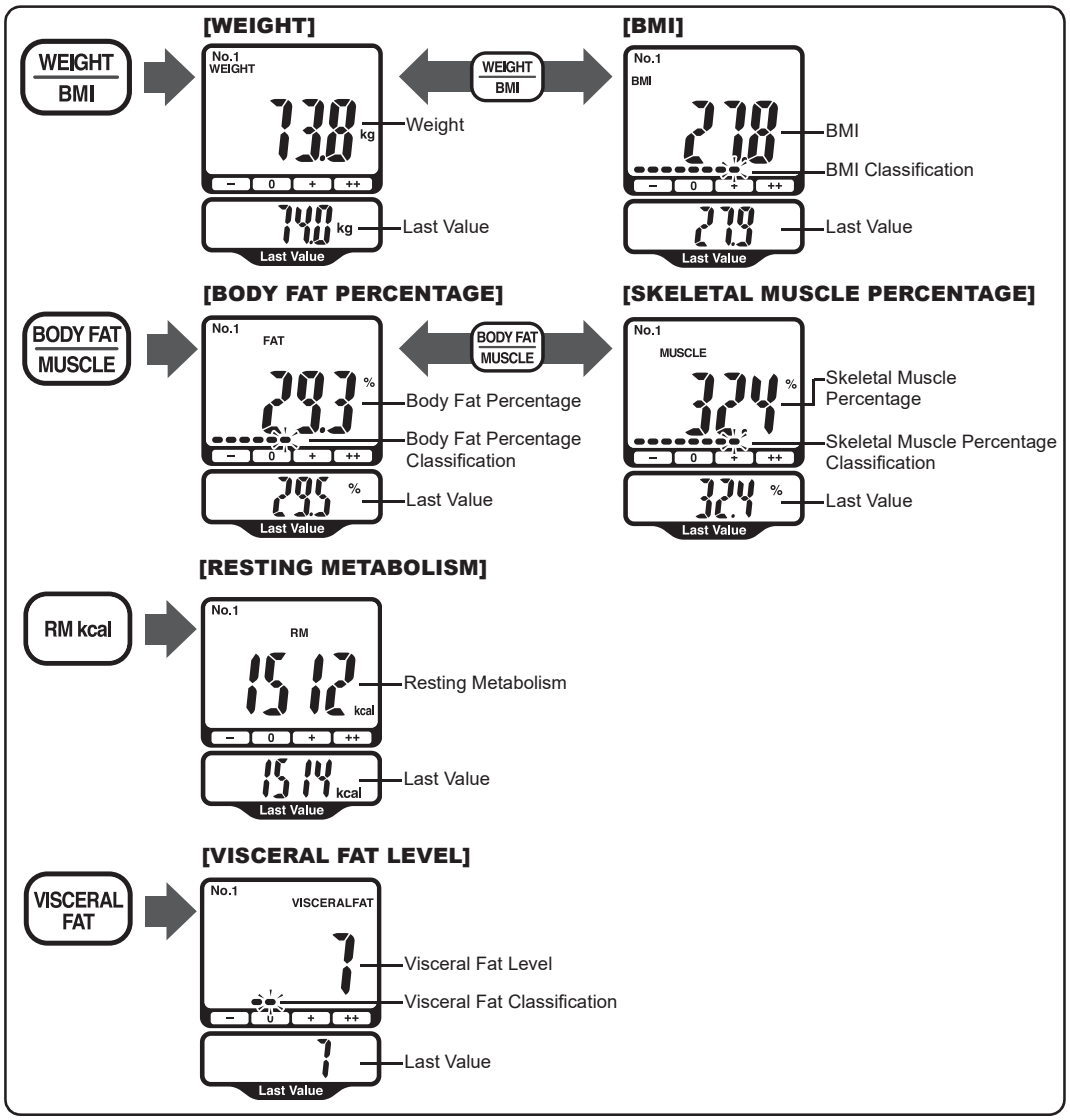
Standing on edge of unit



EN

5. Check the measurement results.

Press the appropriate button to view the desired measurement results. Last values of the previous measurement are shown in the Last Value area of the display.



Note: For children (6 to 17 years old), this unit displays weight, body fat percentage classification, skeletal muscle percentage, BMI and BMI classification and resting metabolism.

Interpreting the Body Fat Percentage Result

The table below is based on research by HD McCarthy et al, in the International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, and by Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, and classified into four levels by Omron Healthcare.

Gender	Age	– (Low)	0 (Normal)	+ (High)	++ (Very High)
Female	6	< 13.8%	13.8 - 24.9%	25.0 - 27.0%	≧ 27.1%
	7	< 14.4%	14.4 - 27.0%	27.1 - 29.6%	≧ 29.7%
	8	< 15.1%	15.1 - 29.1%	29.2 - 31.9%	≧ 32.0%
	9	< 15.8%	15.8 - 30.8%	30.9 - 33.8%	≧ 33.9%
	10	< 16.1%	16.1 - 32.2%	32.3 - 35.2%	≧ 35.3%
	11	< 16.3%	16.3 - 33.1%	33.2 - 36.0%	≧ 36.1%
	12	< 16.4%	16.4 - 33.5%	33.6 - 36.3%	≧ 36.4%
	13	< 16.4%	16.4 - 33.8%	33.9 - 36.5%	≧ 36.6%
	14	< 16.3%	16.3 - 34.0%	34.1 - 36.7%	≧ 36.8%
	15	< 16.1%	16.1 - 34.2%	34.3 - 36.9%	≧ 37.0%
	16	< 15.8%	15.8 - 34.5%	34.6 - 37.1%	≧ 37.2%
	17	< 15.4%	15.4 - 34.7%	34.8 - 37.3%	≧ 37.4%
	18 - 39	< 21.0%	21.0 - 32.9%	33.0 - 38.9%	≧ 39.0%
	40 - 59	< 23.0%	23.0 - 33.9%	34.0 - 39.9%	≧ 40.0%
	60 - 80	< 24.0%	24.0 - 35.9%	36.0 - 41.9%	≧ 42.0%
Male	6	< 11.8%	11.8 - 21.7%	21.8 - 23.7%	≧ 23.8%
	7	< 12.1%	12.1 - 23.2%	23.3 - 25.5%	≧ 25.6%
	8	< 12.4%	12.4 - 24.8%	24.9 - 27.7%	≧ 27.8%
	9	< 12.6%	12.6 - 26.5%	26.6 - 30.0%	≧ 30.1%
	10	< 12.8%	12.8 - 27.9%	28.0 - 31.8%	≧ 31.9%
	11	< 12.6%	12.6 - 28.5%	28.6 - 32.6%	≧ 32.7%
	12	< 12.3%	12.3 - 28.2%	28.3 - 32.4%	≧ 32.5%
	13	< 11.6%	11.6 - 27.5%	27.6 - 31.3%	≧ 31.4%
	14	< 11.1%	11.1 - 26.4%	26.5 - 30.0%	≧ 30.1%
	15	< 10.8%	10.8 - 25.4%	25.5 - 28.7%	≧ 28.8%
	16	< 10.4%	10.4 - 24.7%	24.8 - 27.7%	≧ 27.8%
	17	< 10.1%	10.1 - 24.2%	24.3 - 26.8%	≧ 26.9%
	18 - 39	< 8.0%	8.0 - 19.9%	20.0 - 24.9%	≧ 25.0%
	40 - 59	< 11.0%	11.0 - 21.9%	22.0 - 27.9%	≧ 28.0%
	60 - 80	< 13.0%	13.0 - 24.9%	25.0 - 29.9%	≧ 30.0%

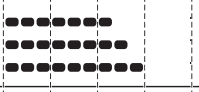
Interpreting the Visceral Fat Level Result

Visceral Fat Level	Level Classification
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (High)
15 - 30	++ (Very High)

According to Omron Healthcare figures

EN

Interpreting the BMI Result

BMI	BMI (Designation by the WHO)	BMI Classification Bar (– 0 + ++)	BMI Rating
BMI < 18.5	- (Underweight)		7.0 - 10.7 10.8 - 14.5 14.6 - 18.4
18.5 ≦ BMI < 25	0 (Normal)		18.5 - 20.5 20.6 - 22.7 22.8 - 24.9
25 ≦ BMI < 30	+ (Overweight)		25.0 - 26.5 26.6 - 28.2 28.3 - 29.9
30 ≦ BMI	++ (Obese)		30.0 - 34.9 35.0 - 39.9 40.0 - 90.0

The above-mentioned indices refer to the values for obesity judgment proposed by WHO, the World Health Organization.

Interpreting the Skeletal Muscle Percentage Result (for adults)

Gender	Age	– (Low)	0 (Normal)	+ (High)	++ (Very High)
Female	18-39	< 24.3%	24.3 - 30.3%	30.4 - 35.3%	≧ 35.4%
	40-59	< 24.1%	24.1 - 30.1%	30.2 - 35.1%	≧ 35.2%
	60-80	< 23.9%	23.9 - 29.9%	30.0 - 34.9%	≧ 35.0%
Male	18-39	< 33.3%	33.3 - 39.3%	39.4 - 44.0%	≧ 44.1%
	40-59	< 33.1%	33.1 - 39.1%	39.2 - 43.8%	≧ 43.9%
	60-80	< 32.9%	32.9 - 38.9%	39.0 - 43.6%	≧ 43.7%

According to Omron Healthcare figures

6. After confirmation of the results, turn off the power.

Note: If you forget to turn off the power, the unit will be turned off automatically after 5 minutes. Return the display unit to the holder on the main unit as illustrated in Section 8.

5. Measuring Weight Only

1. Turn on the power.

"CAL" blinks on the display, then the display changes to "0.0 kg".



Note: If you step onto the unit before "0.0 kg" appears on the display, an error message "Err" will appear.

2. When the "0.0 kg" is displayed, step onto the unit.

Note: Leave the display unit in the display unit holder.

3. Check the measurement result.

Your weight is displayed and blinks twice to indicate that measurement is completed.

Note: At this stage you can also check the measurement result by taking out the display unit.

4. When the measurement is completed, step down from the unit and turn off the power.

6. Error Displays

Error Display	Cause	Correction
	Your palms or soles are not in firm contact with the electrodes.	Press your palms or soles firmly to the electrodes, then measure. (Refer to Section 4.)
	The posture for measurement is wrong or the palms or soles are not in firm contact with the electrodes.	Measure without moving the hands or soles. (Refer to Section 4.)
	The palms or soles are too dry.	Moisten the palms or soles with a wet towel, then repeat measurement.
	Values of body composition are out of measurable range.	• Please ensure that age, gender and height settings stored as personal data are correct. (Refer to Setting Items in Section 9.) • The main unit cannot measure body composition outside its measurement range, even if the Age, Gender and Height settings are correct.
	Abnormal operation.	Insert the batteries again and repeat measurement. If this error still occurs, consult your OMRON service representative.
	You stepped on the unit before the display indicated “0.0 kg”.	Step on the main unit after the display indicates “0.0 kg”.
	You moved the main unit before the display indicated “0.0 kg”.	Do not move the main unit until the display indicates “0.0 kg”.
	You moved your body while measuring body weight.	Do not move while measuring body weight.
	Your weight is 150 kg (330.0 lb) or over.	Body weight of 150 kg (330.0 lb) or over is out of the measuring range of this unit. You cannot use this unit.

7. Troubleshooting

In case of any if the below problems occur during measurement, first check that no other electrical device is within 30cm.

If the problem persists, please refer to the table below.

Problem	Cause	Correction
The displayed value of body composition is abnormally high or low.	Refer to “Information on Body Composition”.	
The power turns off approximately 5 minutes after the body weight is confirmed and before your body fat percentage, visceral fat level, skeletal muscle percentage, BMI and resting metabolism is measured.	You did not select the correct personal profile number or the GUEST mode. (The personal profile number or “G” is not displayed on the display unit.)	Select the correct personal profile number or the GUEST mode. (Refer to Section 4.)
Nothing is displayed when the power is turned on.	Batteries are not inserted.	Insert the batteries.
	The polarities of batteries are not aligned correctly.	Insert the batteries in correct alignment.
	The batteries are worn out.	Replace all four batteries with new ones. (Refer to Section 2.)
	The cord connecting the main unit and the display unit is damaged or worn.	Contact the nearest OMRON service representative.

EN

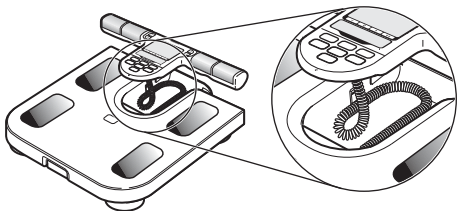
8. How to Take Care of and Store the Unit

How to take care of the unit

- Always keep the unit clean before use.
- Wipe the main unit with a soft dry cloth.
  If necessary, use a cloth moistened with water or detergent and squeeze it well before wiping the unit, then wipe dry with a dry cloth.
- You can use cleaning alcohol to wipe the electrodes, but do not use it on other parts of the unit.
- Do not use benzene or thinner, to wipe the unit.

Care and Storage

- Store the display unit in the main unit as shown.
- When storing the display unit, be careful not to crease the cord.



- Do not store the unit in the following conditions:
  - Humidity, where moisture or water may get into the unit
  - High temperatures, direct sunlight or dusty places
  - Places with the risk of sudden shocks or vibrations
  - In places where chemicals are stored or where corrosive gas is present.

- Do not carry out repairs of any kind yourself. This product is calibrated at the time of manufacture. If at any time you question the accuracy of measurements, please contact your authorized OMRON distributor. In general it is recommended to have the device inspected every 2 years to ensure correct functioning and accuracy.

9. Technical Data

Product Category	**Body Composition Analyzers**	
Product Description	Body Composition Monitor	
Model (Code)	**BF511 (HBF-511B-E)** **BF511 (HBF-511T-E)**	
Display	**Body Weight:**	0 to 150 kg with an increment of 0.1 kg (0.0 to 330.0 lb with an increment of 0.2 lb)
	Body Fat percentage:	5.0 to 60.0% with an increment of 0.1%
	Skeletal Muscle percentage:	5.0 to 50.0% with an increment of 0.1%
	BMI:	7.0 to 90.0 with an increment of 0.1
	Resting Metabolism:	385 to 3999 kcal with an increment of 1 kcal
	Visceral Fat Level:	30 levels with an increment of 1 level
	BMI classification: – (Underweight) / 0 (Normal) / + (Overweight) / ++ (Obese) 4 levels with 3 sublevels each	
	Body fat percentage and Skeletal muscle percentage classification: – (Low) / 0 (Normal) / + (High) / ++ (Very High) 4 levels with 3 sublevels each	
	Visceral fat level classification: 0 (Normal) / + (High) / ++ (Very High) 3 levels with 3 sublevels each	
Setting Items	**Height:** 100.0 to 199.5 cm (3' 4" to 6' 6 3/4") **Age:** 6 to 80 years old **Gender:** Male/Female * Measurement Units: kg (cm) / lb (feet•inch) * The age range for the Body Fat percentage, Body Fat percentage classification, Skeletal Muscle percentage, BMI and BMI classification and Resting Metabolism rate is 6 to 80 years old. * The age range for Visceral Fat level, Visceral Fat level classification and Skeletal Muscle percentage classification is 18 to 80 years old.	
Weight Accuracy	0.0 kg to 40.0 kg: ± 0.4 kg (0.0 lb to 88.2 lb: ± 0.88 lb) 40.0 kg to 150.0 kg: ± 1% (88.2 lb to 330.0 lb: ± 1%)	
Accuracy (S.E.E.)	**Body Fat percentage:**	3.5%
	Skeletal Muscle percentage:	3.5%
	Visceral Fat Level:	3 levels
Operation Mode	Continuous operation	
Durable Period	5 years (3 times per day)	
Power Supply	4 AA batteries (R6) (You may also use AA alkaline batteries (LR6).)	
Battery Life	Approximately 1 year (when manganese batteries are used with four measurements a day)	
Operating Temperature / Humidity / Air Pressure	+10 to 40°C / 30 to 85% RH (non-condensing) / 700 to 1060 hPa	
Storage and Transport Temperature / Humidity / Air Pressure	-20 to 60°C / 10 to 95% RH (non-condensing) / 700 to 1060 hPa	
Protection Against Electric Shock	Internally powered ME equipment	
Applied Part	Type BF (Grip Electrodes, Foot Electrodes)	
IP Classification	IP21	

*IP classification is degrees of protection provided by IEC 60529.
This unit is protected against solid foreign objects of diameter 12.5mm such as a finger and greater. This unit is protected against the ingress of vertically falling water drops.

Weight	Approximately 2.2 kg (4.85 lb) (including batteries)	
External Dimensions	**Display unit:**	Approx. 300 (W) × 35 (H) × 147 mm (D) (Approx. 11 3/4" (W) x 1 3/8" (H) x 5 3/4" (D))
	Main unit:	Approx. 303 (W) × 55 (H) × 327 mm (D) (Approx. 11 7/8" (W) x 2 1/8" (H) x 12 7/8" (D))
Package Contents	Body Composition Monitor, 4 AA manganese batteries (R6), instruction manual, Guarantee Card	

Note: Subject to technical modification without prior notice.
Please report to the manufacturer and the competent authority of the Member State in which you are established about any serious incident that has occurred in relation to this device.
Operation mode is classification in accordance with IEC 60601-1.

CE 0197 UK CA 0086

EN

Description of symbols that, depending on a model, can be found on the product itself, product sales package or IM			
	Applied part - Type BF Degree of protection against electric shock (leakage current)		Temperature limitation
IP XX	Ingress protection degree provided by IEC 60529		Humidity limitation
CE	CE Marking		Atmospheric pressure limitation
SN	Serial number	⎓	Direct current
	Need for the user to follow this instruction manual thoroughly for your safety. (Background: Blue)		This product should not be used by persons with medical implants, e.g. heart pacemakers, artificial heart, lung or other electronic life support systems. (circular band and slash: red)
MD	Medical Device		Date of Manufacture
UK CA	UKCA Marking	UDI	Unique device identifier
	Recycle mark X: Material number Y: Material abbreviation Refer to 97/129/EC for more information.		Recycling instruction for packaging elements



Correct Disposal of this Product (Waste Electrical & Electronic Equipment)

This marking shown on the product or its literature, indicates that it should not be disposed with other household wastes at the end of its working life. To prevent possible harm to the environment or human health from uncontrolled waste disposal, please separate this from other types of wastes and recycle it responsibly to promote the sustainable reuse of material resources.

Household users should contact either the retailer where they purchased this product, or their local government office, for details of where and how they can take this item for environmentally safe recycling.

Business users should contact their supplier and check the terms and conditions of the purchase contract. This product should not be mixed with other commercial wastes for disposal.

This product does not contain any hazardous substances.
Disposal of used batteries should be carried out in accordance with the national regulations for the disposal of batteries

Important information regarding Electromagnetic Compatibility (EMC)

This device manufactured by OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. conforms to EN60601-1-2:2015+A1:2021 Electromagnetic Compatibility (EMC) standard.
Further documentation in accordance with this EMC standard is available at OMRON HEALTHCARE EUROPE at the address mentioned in this instruction manual or at www.omron-healthcare.com

Manufacturer 		**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
EU-representative 		**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, THE NETHERLANDS www.omron-healthcare.com
Importer in EU		
Production facility		**Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd.** No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, China
Subsidiaries	Importer in the United Kingdom and UK responsible person	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Made in China

Table des matières

Avant d'utiliser l'unité

Remarques sur la sécurité 20
Informations sur la composition corporelle 21

Mode d'emploi

1. Familiarisation avec l'unité 23
2. Insertion et remplacement des piles 23
3. Saisie et enregistrement des données personnelles 24
4. Réalisation d'une mesure 26
5. Mesure du poids seulement 30

Entretien et maintenance

6. Affichage des erreurs 31
7. Dépannage 31
8. Entretien et rangement de l'unité 32
9. Données techniques 33

Usage prévu
Cet appareil médical vous permettra de mesurer avec précision le poids corporel et de calculer les paramètres de composition corporelle suivants de manière non invasive et d'interpréter immédiatement les résultats :

- Graisse corporelle (en %)
- Graisse viscérale (jusqu'à 30 niveaux)
- Indice de masse corporelle (IMC)
- Muscle squelettique (en %)

Le calcul de la fréquence du métabolisme au repos (en kcal) détermine en outre les besoins quotidiens en calories et peut servir de référence pour un programme de réduction du poids.
La technologie à 8 capteurs unique d'OMRON, qui utilise à la fois les mains et les pieds, constitue l'une des méthodes les plus fiables de mesure dans tout le corps.
Elle est conçue pour être utilisée par des personnes adultes capables de comprendre le présent mode d'emploi. Les utilisateurs peuvent inclure les patients.
Cet appareil n'est pas destiné à une utilisation professionnelle dans les hôpitaux ni dans toute autre installation médicale, mais est destiné à être utilisé par de multiples patients et à des usages multiples, mais uniquement pour une utilisation domestique.

Patients prévus
Enfants à partir de 6 ans et adultes. (Les enfants de moins de 6 ans ne sont pas inclus.)
Le pourcentage de graisse corporelle mesuré par cette unité peut différer considérablement du pourcentage de graisse corporelle réel dans les cas suivants. Ces différences peuvent être liées à des changements des rapports entre le liquide corporel et/ou la composition corporelle.
Personnes âgées (de plus de 81 ans)/Personnes fiévreuses/Culturistes ou sportifs de haut niveau/
Patients sous dialyse / Patients souffrant d'ostéoporose dont la densité osseuse est très basse/
Femmes enceintes/Personnes présentant un gonflement

Remarques sur la sécurité

Les symboles et leurs définitions sont présentés ci-dessous :

⚠**Danger :**	Une utilisation incorrecte peut mettre l'utilisateur en danger et provoquer la mort ou des blessures graves.
⚠**Avertissement :**	Une utilisation incorrecte peut provoquer la mort ou des blessures graves.
⚠**Précaution :**	Une utilisation incorrecte peut provoquer des blessures ou endommager les équipements matériels.

⚠Danger :

- N'utilisez jamais cette unité si vous portez des appareils électroniques médicaux tels que :

(1) Des implants électroniques médicaux (stimulateurs cardiaques, par exemple).
(2) Des équipements de survie électroniques (coeur/poumon artificiels, par exemple).
(3) Des appareils médicaux électroniques portables (électrocardiographe, par exemple).



Cette unité peut perturber le fonctionnement de ces appareils et ainsi poser un risque considérable pour la santé de leurs utilisateurs.

⚠Avertissement :

- Ne commencez jamais un traitement axé sur la réduction du poids ou l'effort physique sans consulter un médecin généraliste ou un médecin spécialiste.
- N'utilisez pas l'unité sur des surfaces glissantes (un sol mouillé, par exemple).
- Conservez l'unité hors de portée des jeunes enfants. Contient de petites pièces qui peuvent présenter un risque d'étouffement en cas d'ingestion par de jeunes enfants.
- Le cordon de l'écran constitue un risque d'étranglement pour les jeunes enfants.
- Ne sautez pas sur l'unité et ne sautillez pas dessus.
- N'utilisez pas cette unité lorsque votre corps et/ou vos pieds sont mouillés, après avoir pris un bain, par exemple.
- Montez pieds nus sur l'unité principale. Le port de chaussettes risque de vous faire glisser et vous pourriez vous blesser.
- Ne montez pas sur le bord ou sur la zone d'affichage de l'unité principale.
- Les personnes handicapées ou physiquement fragiles doivent toujours demander l'assistance d'une autre personne lorsqu'elles utilisent cette unité. Utilisez une barre d'appui ou un autre soutien pour monter sur cette unité.
- Si vous recevez dans les yeux du liquide provenant des piles, rincez immédiatement et abondamment avec de l'eau pure. Consultez immédiatement un médecin.
- En cas de mauvais fonctionnement, l'unité peut devenir chaude. Zones dans lesquelles une hausse de température est possible :
  (1) autour du compartiment des piles : 105 °C (max.)
  (2) les électrodes et les touches de fonctionnement : 48 °C (max.)
  Si l'appareil est défectueux et ne fonctionne pas, cessez immédiatement de l'utiliser. N'appliquez pas les électrodes et ne touchez pas les touches de fonctionnement pendant 10 minutes minimum.

⚠Précaution :

- Ne démontez pas, ne réparez pas et ne modifiez pas l'unité d'affichage ou l'unité principale.
- Pendant les mesures, veillez à ce qu'aucun téléphone mobile ou autre appareil électrique émettant des champs électromagnétiques ne soit situé à moins de 30 cm. Cela risquerait de perturber le fonctionnement de l'appareil et/ou de fausser les données.
- Soyez prudent lorsque vous rangez l'unité d'affichage. Vous risquez de vous pincer les doigts entre la poignée et l'unité principale si vous appuyez trop fort.
- N'utilisez pas des piles non recommandées pour cette unité. N'introduisez pas les piles en inversant les polarités.
- Remplacez immédiatement les piles usagées par des piles neuves.
- Ne jetez pas les piles au feu.
- Si vous recevez sur la peau ou les vêtements du liquide provenant des piles, rincez immédiatement et abondamment avec de l'eau pure.
- Retirez les piles de l'unité lorsque celle-ci ne doit pas être utilisée pendant une longue période (environ trois mois ou plus).
- N'utilisez pas différents types de pile simultanément.
- N'utilisez pas des piles neuves et usagées en même temps.
- Retirez l'unité d'affichage de l'unité principale avant de monter sur l'unité. Si vous essayez de retirer l'unité d'affichage pendant que vous montez sur l'unité, vous risquez de perdre l'équilibre et de tomber.
- Retirer le moniteur et les autres composants de l'emballage et vérifier qu'ils ne sont pas endommagés. Si le moniteur ou tout autre composant est endommagé, NE PAS L'UTILISER et contacter votre point de vente ou distributeur OMRON.
- Cesser d'utiliser le moniteur et contacter votre médecin si vous ressentez une irritation ou un inconfort cutanés.
- NE PAS utiliser les piles après leur date d'expiration.
- OMRON recommande d'attendre environ 2 heures pour que le moniteur se réchauffe ou refroidisse lorsqu'il est utilisé dans un environnement à la température spécifiée comme conditions de fonctionnement après avoir été conservé à la température maximale ou minimale de stockage. Pour plus d'informations sur le fonctionnement et la température de stockage/transport, se reporter à la section 16. Données techniques.

Conseil général :

- Ne placez pas cette unité sur un sol recouvert d'un tapis ou de moquette. Cela risquerait de fausser les mesures.
- Ne placez pas cette unité dans des locaux à forte humidité et protégez-la des éclaboussures.
- Ne placez pas cette unité à proximité de sources de chaleur ou sous des conditionnements d'air. Évitez la lumière directe du soleil.
- N'utilisez pas cette unité à d'autres fins que celles décrites dans ce manuel.
- Ne tirez pas avec force sur le cordon de l'unité d'affichage raccordée à l'unité principale.
- Cette unité est un instrument de précision. Ne la laissez pas tomber, ne la soumettez pas à des vibrations ni à des chocs importants.
- La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.
- Ne lavez pas à l'eau l'unité d'affichage ni l'unité centrale.
- N'essuyez pas l'unité avec un produit à base de benzène, d'essence, de diluant, d'alcool ou tout autre solvant volatil.
- Ne placez pas l'unité dans un environnement exposé à des produits chimiques ou à des vapeurs corrosives.

Lisez attentivement et suivez les Informations importantes sur la compatibilité électromagnétique (CEM) de la section Données techniques.

Informations sur la composition corporelle

Principe du calcul de la composition corporelle

La graisse corporelle a une faible conductivité électrique

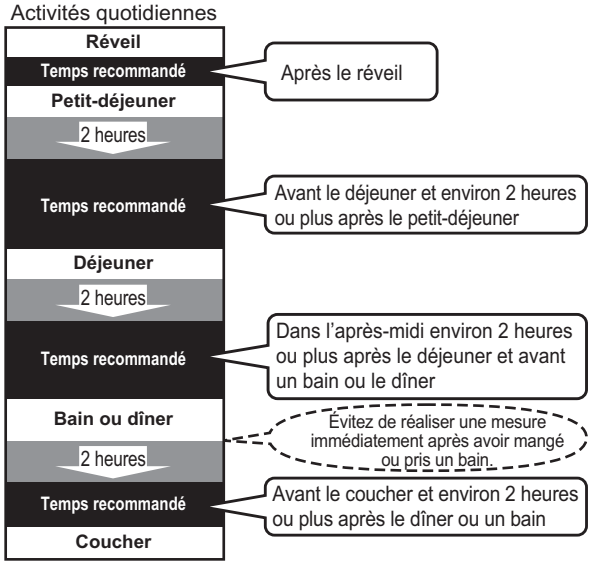
L'unité BF511 détermine le pourcentage de graisse corporelle par la méthode de mesure de l'impédance bioélectrique (IB). Les muscles, les vaisseaux sanguins et les os sont des tissus corporels contenant une grande quantité d'eau et qui sont bons conducteurs d'électricité. La graisse corporelle est un tissu dont la conductivité électrique est faible. L'unité BF511 envoie un courant électrique extrêmement faible de 50 kHz et inférieur à 500 μA dans votre corps afin de déterminer la quantité de tissu adipeux. Vous ne ressentirez pas ce faible courant électrique lorsque vous utiliserez l'unité BF511.
Pour déterminer la composition corporelle, la balance utilise l'impédance électrique ainsi que vos informations de taille, poids, âge et sexe pour générer des résultats basés sur les données OMRON relatives à la composition corporelle.

Mesure la totalité du corps pour éviter l'influence des fluctuations

Au cours de la journée, la quantité d'eau dans le corps tend à se déplacer graduellement vers les membres inférieurs. C'est pourquoi les jambes et les chevilles ont tendance à enfler le soir ou la nuit. La proportion d'eau dans les parties supérieure et inférieure du corps est différente le matin et le soir, ce qui signifie que l'impédance électrique du corps varie également. Les mesures s'effectuant à l'aide d'électrodes placées au niveau des mains et des pieds, l'unité BF511 réduit l'influence de ces fluctuations sur les résultats des mesures.

Périodes recommandées pour les mesures

Comprendre les changements normaux de votre pourcentage de graisse corporelle vous aidera à prévenir ou à réduire l'obésité. Connaître les périodes où le pourcentage de graisse corporelle évolue dans votre activité quotidienne vous permettra de suivre avec précision l'évolution de votre graisse corporelle. Il est recommandé d'utiliser cette unité dans le même environnement et les mêmes conditions quotidiennes. (Voir le tableau)



Évitez de réaliser des mesures dans les conditions suivantes :

- Immédiatement après un effort intense, un bain ou une séance de sauna.
- Après l'absorption d'alcool ou d'une grande quantité d'eau, ou après un repas (environ 2 heures).

Si une mesure est réalisée dans ces conditions physiques, la composition corporelle calculée peut différer considérablement de la composition corporelle réelle en raison de la modification de la quantité d'eau contenue dans le corps.

Qu'est-ce que l'IMC (indice de masse corporelle) ?

L'IMC utilise la formule simple suivante pour indiquer le rapport entre le poids et la taille d'une personne.

IMC = poids (kg) / taille (m) / taille (m)

L'unité OMRON BF511 utilise les informations relatives à la taille qui sont stockées dans votre numéro de profil personnel ou lors de la saisie d'informations en mode Invité afin de calculer votre classification IMC.

Si le niveau de graisse révélé par l'IMC est supérieur à celui recommandé par la norme internationale, la probabilité que vous contractiez des maladies communes est plus élevée. L'IMC ne révèle toutefois pas tous les types de graisse.

Qu’est-ce que le pourcentage de graisse corporelle ?

Le pourcentage de graisse corporelle est la quantité de masse graisseuse corporelle rapportée au poids corporel total, exprimée sous forme de pourcentage.

Pourcentage de graisse corporelle (%) =
{masse graisseuse corporelle (kg) / poids corporel (kg)} × 100

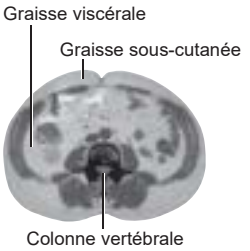
L’appareil utilise la méthode IB pour estimer votre pourcentage de graisse corporelle.

Selon les endroits où elle se loge dans le corps, la graisse est classée comme graisse viscérale ou graisse sous-cutanée.

Qu’est-ce que le niveau de graisse viscérale ?

Graisse viscérale = graisse entourant les organes internes

On estime qu’une trop grande quantité de graisse viscérale est étroitement liée à l’augmentation des niveaux de graisse dans le flux sanguin, qui peut être cause de maladies communes telles que l’hyperlipidémie et le diabète, qui affectent la capacité de l’insuline à transférer l’énergie depuis le flux sanguin et à l’utiliser dans les cellules. Pour prévenir ces risques ou améliorer la condition des personnes atteintes de ces maladies, il est important de réduire à un niveau acceptable les niveaux de graisse viscérale. Les personnes présentant des niveaux élevés de graisse viscérale ont souvent un ventre proéminent. Ceci n’est toutefois pas toujours le cas et des niveaux élevés de graisse viscérale peuvent donner naissance à une obésité métabolique. L’obésité métabolique (obésité viscérale avec un poids normal) correspond à des niveaux de graisse plus élevés que la moyenne, même si le poids d’une personne est inférieur ou égal au poids normal pour sa taille.

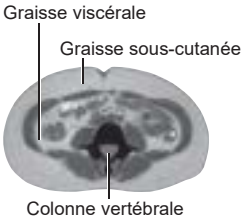


Exemple de graisse viscérale (image d’IRM)

Qu’est-ce que la graisse sous-cutanée ?

Graisse sous-cutanée = graisse située sous la peau

La graisse sous-cutanée ne s’accumule pas seulement autour du ventre, mais aussi au niveau des bras, des hanches et des cuisses, altérant les proportions du corps. Bien qu’elle ne soit pas directement liée à une augmentation du risque de maladie, on considère qu’elle augmente la pression sur le coeur et est source d’autres complications. La graisse sous-cutanée n’est pas affichée par cette unité, mais est incluse dans le pourcentage de graisse corporelle.



Exemple de graisse sous-cutanée (image d’IRM)

Qu’est-ce que le muscle squelettique ?

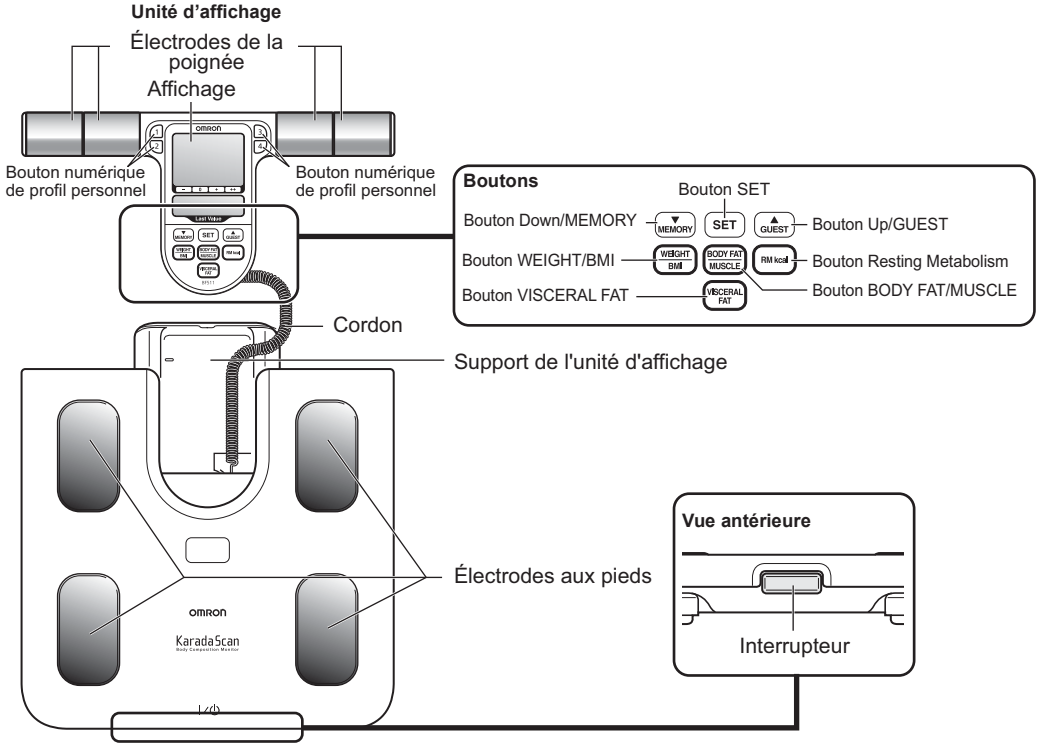
Les muscles sont divisés en deux types : les muscles des organes internes, comme le coeur, et les muscles squelettiques fixés aux os servant à mouvoir le corps. Il est possible d’augmenter le muscle squelettique par l’exercice et d’autres activités.

L’augmentation du taux de muscle squelettique signifie que le corps peut brûler de l’énergie plus facilement, diminuant ainsi la probabilité qu’elle se transforme en graisse et facilitant par-là même un mode de vie énergique.

Qu’est-ce que le métabolisme au repos ?

Quel que soit votre niveau d’activité, un niveau minimum d’apport calorique est requis pour subvenir aux fonctions quotidiennes de l’organisme. Connu sous le nom de métabolisme au repos, ce niveau indique le nombre de calories que vous devez ingérer afin d’apporter l’énergie suffisante à votre organisme pour fonctionner.

1. Familiarisation avec l'unité

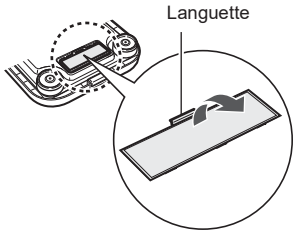


2. Insertion et remplacement des piles

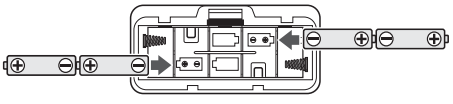
1. Ouvrez le couvercle du logement des piles situé au dos de l'unité principale.

1) Appuyez sur la languette figurant sur le couvercle du logement des piles pour la libérer.

2) Tirez-la comme indiqué sur l'illustration.



2. Installez les piles avec la polarité appropriée en suivant les indications inscrites à l'intérieur du logement des piles.



3. Fermez le couvercle du logement des piles.

Durée de vie et remplacement des piles

Lorsque l'indicateur de pile faible ( ) s'allume, remplacez les quatre piles usagées par des piles neuves.

Le contenu de la mémoire est conservé même lorsque les piles sont enlevées.

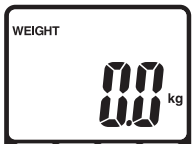
- Éteignez d'abord l'unité avant de remplacer les piles.
- La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.
- Quatre piles AA durent environ 1 an (pour quatre mesures par jour).
- Comme les piles fournies sont utilisées uniquement à titre d'essai, leur durée de vie peut être plus courte.

FR

3. Saisie et enregistrement des données personnelles

Pour la mesure de la composition corporelle, vous devez entrer des données personnelles (âge, sexe et taille).

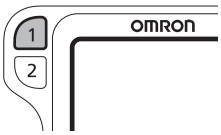
1. Mettez l'unité sous tension.



« CAL » clignote sur l'affichage qui indique ensuite « 0.0 kg ».

* Attendez que « 0,0 kg » apparaisse.

2. Appuyez sur le bouton numérique correspondant à votre numéro de profil personnel.



1) Le numéro sélectionné clignote sur l'affichage.



2) Appuyez sur le bouton SET pour confirmer.

Le réglage de l'âge par défaut clignote ensuite sur l'affichage.



3. [RÉGLAGE DE L'ÂGE]

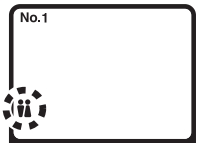
Fourchette de réglage : 6 à 80 ans

1) Appuyez sur le bouton ▲ ou ▼ pour régler l'âge.



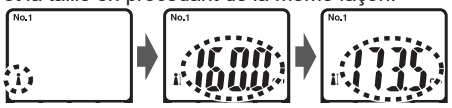
2) Appuyez sur le bouton SET pour confirmer.

Les icônes du sexe clignotent ensuite sur l'affichage.



4. [RÉGLAGE DU SEXE ET DE LA TAILLE]

Réglez le sexe ♂ (MASCULIN) ou ♀ (FÉMININ) et la taille en procédant de la même façon.



Lorsque tous les réglages sont affichés afin que vous les confirmiez, « 0,0 kg » apparaît sur l'affichage.

La procédure de réglage est alors terminée.

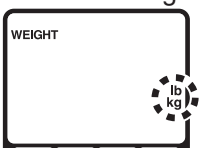
Sélection de l'unité de mesure

Vous pouvez changer les unités de mesure de taille et de poids.

1. Mettez l'unité sous tension.

« CAL » clignote sur l'affichage qui indique ensuite « 0.0 kg ».
Attendez que « 0,0 kg » apparaisse sur l'affichage.

2. Appuyez sur le bouton ▼ jusqu'à ce que les indications « lb » et « kg » clignotent sur l'affichage.



3. Appuyez sur le bouton ▲/▼ pour sélectionner « kg » ou « lb ».

Ceci modifie également automatiquement les « cm » et les « in ».

4. Appuyez sur le bouton SET pour confirmer.

La taille et le poids s'afficheront ensuite dans les nouvelles unités de mesure choisies. La modification restera effective jusqu'à ce que vous la modifiez à nouveau.

Modification des données personnelles

1. Mettez l'unité sous tension.

« CAL » clignote sur l'affichage qui indique ensuite « 0.0 kg ».
Attendez que « 0,0 kg » apparaisse sur l'affichage.

2. Appuyez sur le bouton numérique correspondant à votre numéro de profil personnel.

1) Votre numéro clignote une fois sur l'affichage.

2) Appuyez sur le bouton SET pour confirmer.

Le réglage de l'âge sélectionné clignote ensuite sur l'affichage.



3. Utilisez le bouton ▲ ou ▼ pour modifier l'élément sélectionné, puis appuyez sur le bouton SET. L'affichage indique tour à tour l'âge, le sexe et la taille, dans cet ordre.

Suppression des données personnelles

1. Mettez l'unité sous tension.

« CAL » clignote sur l'affichage qui indique ensuite « 0.0 kg ».
Attendez que « 0,0 kg » apparaisse sur l'affichage.

2. Appuyez sur le bouton numérique correspondant à votre numéro de profil personnel.

1) Votre numéro clignote une fois sur l'affichage.

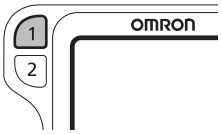
2) Appuyez sur le bouton SET pour confirmer.

Le réglage de l'âge sélectionné clignote ensuite sur l'affichage.

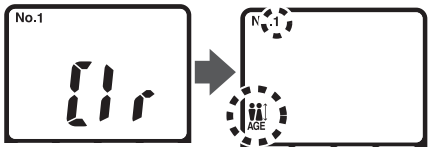


3. Supprimez les données personnelles.

Appuyez sur le bouton correspondant au numéro de profil personnel pendant plus de deux secondes.



« Clr » apparaît sur l'affichage les données personnelles sont supprimées de la mémoire.



Interrupteur

L'unité s'éteint automatiquement dans les conditions suivantes :

1. lorsque le moniteur n'est pas utilisé dans la minute qui suit l'affichage de « 0,0 kg » ;
2. après 5 minutes d'inactivité lors de l'entrée des données personnelles ;
3. 5 minutes après l'affichage des résultats de la mesure si aucune activité n'est effectuée sur le moniteur ;
4. 5 minutes après l'affichage du résultat d'une pesée simple.

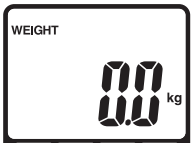
FR

4. Réalisation d'une mesure

Les mesures doivent s'effectuer sur une surface horizontale et dure.

1. Mettez l'unité sous tension.

« CAL » clignote sur l'affichage qui indique ensuite « 0,0 kg ».



* Si vous montez sur l'unité avant que « 0,0 kg » n'apparaisse sur l'affichage, un message d'erreur « Err » s'affiche.

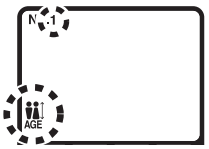
2. Lorsque « 0,0 kg » s'affiche, retirez l'unité d'affichage.

Remarque : Ne retirez pas l'unité d'affichage tant que « 0,0 kg » n'apparaît pas sur l'affichage. Sinon, le poids de l'affichage s'ajouterait à votre propre poids, faussant le résultat.

3. Sélectionnez le numéro de profil personnel.

Appuyez sur le bouton correspondant au numéro de profil personnel sans lâcher l'unité d'affichage. Le numéro sélectionné clignote une fois avant d'apparaître.

Si l'affichage suivant apparaît :



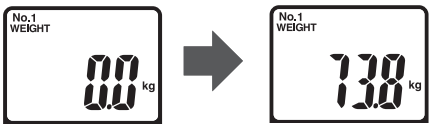
Vos données personnelles ne sont pas enregistrées sous le numéro de profil personnel que vous avez sélectionné. Reportez-vous à la section 3 pour l'enregistrement des données personnelles.

Si vos données personnelles ne sont pas encore enregistrées dans l'unité (mode INVITÉ) :

1) Appuyez sur le bouton GUEST sans lâcher l'unité d'affichage.
2) L'indication INVITÉ (« G » pour GUEST) apparaît sur l'affichage.
3) Entrez vos données personnelles (âge, sexe et taille). Lisez attentivement les étapes 3 à 4 de la section 3, Saisie et enregistrement des données personnelles.

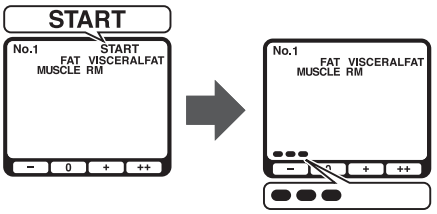
4. Commencez la mesure.

1) Montez sur l'unité principale et placez les pieds sur les électrodes aux pieds, en répartissant votre poids de manière homogène.



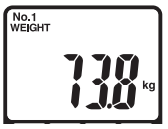
L'affichage indique votre poids puis le résultat clignote deux fois.
L'unité commence ensuite à mesurer votre pourcentage de graisse corporelle, votre niveau de graisse viscérale, votre pourcentage de muscle squelettique, votre IMC et votre métabolisme au repos.

2) Lorsque l'indication « START » apparaît sur l'affichage, levez les bras à 90° par rapport à votre corps, sans les fléchir.



Les indicateurs de la barre de progression de la mesure au bas de l'affichage apparaissent progressivement, de gauche à droite.

3) À la fin de la mesure, votre poids est de nouveau affiché. Vous pouvez maintenant descendre de l'unité.



Position correcte pour la mesure



Après avoir mesuré votre poids.

90°

(2)

Les bras sont tendus à l'horizontale, les coudes non fléchis.

Étendez vos bras à un angle de 90° par rapport au corps, sans les fléchir.

(3)

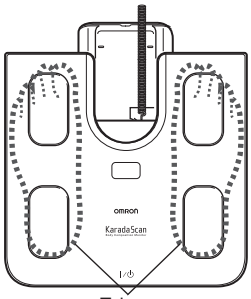


Tenez l'unité d'affichage de manière à pouvoir lire l'affichage.

(1)

Genoux tendus et dos droit, regardez droit devant vous.

Montez sur l'unité principale pieds nus.



Talons

- Vérifiez que vos talons sont bien positionnés comme indiqué. Debout sur le plateau de mesure, répartissez votre poids de manière homogène.

Appuyez fermement la paume des mains sur les électrodes de la poignée.



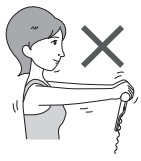
Placez les majeurs dans le creux situé au dos des électrodes de la poignée.

Saisissez fermement les électrodes internes de la poignée avec le pouce et l'index.

Refermez l'annulaire et le petit doigt autour des électrodes extérieures de la poignée.

Positions à éviter au cours d'une mesure

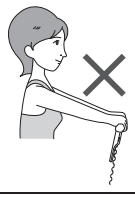
Mouvement lors d'une mesure



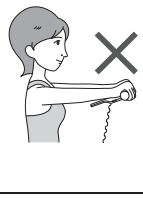
Bras fléchis



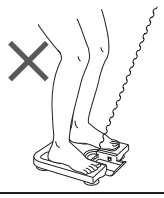
Bras trop bas ou trop haut



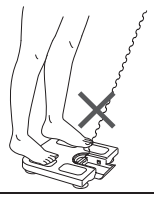
Affichage orienté vers le haut



Genoux pliés



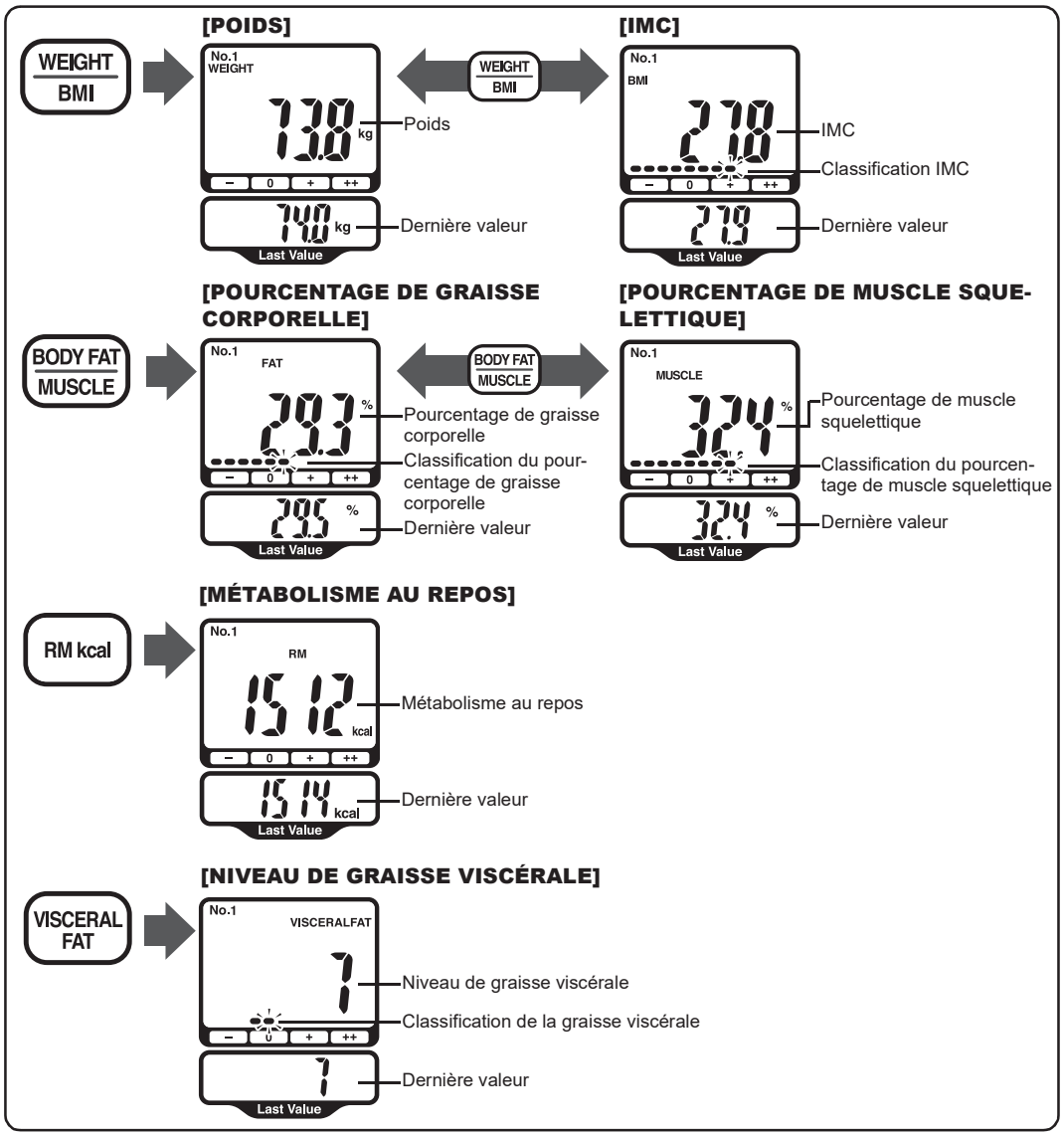
Debout sur le bord de l'unité



FR

5. Contrôlez les résultats de la mesure.

Appuyez sur le bouton approprié pour voir les résultats des mesures. Les dernières valeurs de la mesure précédente sont affichées dans la zone Last Value de l'affichage.



Remarque : Pour les enfants (âgés de 6 à 17 ans), cette unité affiche le poids, la classification du pourcentage de graisse corporelle, le pourcentage de muscle squelettique, l'IMC et la classification IMC, et le métabolisme au repos.

Interprétation du résultat du pourcentage de graisse corporelle

Le tableau ci-dessous s'appuie sur les recherches de HD McCarthy et al, publiées dans l'International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, et de Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, la graisse corporelle étant classée en quatre niveaux par Omron Healthcare.

Sexe	Âge	– (Faible)	0 (Normal)	+ (Élevé)	++ (Très élevé)
Femme	6	< 13,8%	13,8 - 24,9%	25,0 - 27,0%	≧ 27,1%
	7	< 14,4%	14,4 - 27,0%	27,1 - 29,6%	≧ 29,7%
	8	< 15,1%	15,1 - 29,1%	29,2 - 31,9%	≧ 32,0%
	9	< 15,8%	15,8 - 30,8%	30,9 - 33,8%	≧ 33,9%
	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Homme	6	< 11,8%	11,8 - 21,7%	21,8 - 23,7%	≧ 23,8%
	7	< 12,1%	12,1 - 23,2%	23,3 - 25,5%	≧ 25,6%
	8	< 12,4%	12,4 - 24,8%	24,9 - 27,7%	≧ 27,8%
	9	< 12,6%	12,6 - 26,5%	26,6 - 30,0%	≧ 30,1%
	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

Interprétation du résultat du niveau de graisse viscérale

Niveau de graisse viscérale	Classification du niveau
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Élevé)
15 - 30	++ (Très élevé)

D'après les chiffres obtenus par Omron Healthcare

Interprétation du résultat de l'IMC

IMC	IMC (désignation selon l'OMS)	Barre de classification de l'IMC (– 0 + ++)	Classement de l'IMC
IMC < 18,5	- (Poids insuffisant)		7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 ≦ IMC < 25	0 (Normal)		18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 ≦ IMC < 30	+ (Excédent de poids)		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 ≦ IMC	++ (Obésité)		30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

Les indices susmentionnés font référence aux valeurs correspondant à l'évaluation de l'obésité proposées par l'OMS, l'Organisation mondiale de la santé.

Interprétation du résultat du pourcentage de muscle squelettique (pour les adultes)

Sexe	Âge	– (Faible)	0 (Normal)	+ (Élevé)	++ (Très élevé)
Femme	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Homme	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

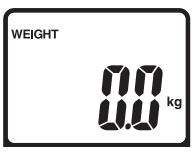
D'après les chiffres obtenus par Omron Healthcare

6. Après avoir confirmé les résultats, mettez l'unité hors tension.

Remarque : Si vous oubliez d'éteindre l'unité, celle-ci s'arrêtera automatiquement après 5 minutes. Replacez l'unité d'affichage dans le support sur l'appareil, comme illustré à la section 8.

5. Mesure du poids seulement

1. Mettez l'unité sous tension.



« CAL » clignote sur l'affichage qui indique ensuite « 0.0 kg ».

Remarque : Si vous montez sur l'unité avant que « 0,0 kg » n'apparaisse sur l'affichage, un message d'erreur « Err » s'affiche.

2. Lorsque « 0,0 kg » s'affiche, montez sur l'unité.

Remarque : Laissez l'unité d'affichage dans son support.

3. Contrôlez le résultat de la mesure.

Votre poids est affiché et clignote deux fois pour indiquer la fin de la mesure.

Remarque : À ce stade, vous pouvez également contrôler le résultat de la mesure en retirant l'unité d'affichage.

4. Une fois la mesure terminée, descendez de l'unité et éteignez-la.

6. Affichage des erreurs

Affichage des erreurs	Cause	Solution
	La paume des mains ou la plante des pieds n'est pas bien en contact avec les électrodes.	Appuyez fermement la paume des mains ou la plante des pieds sur les électrodes, puis effectuez la mesure. (Reportez-vous à la section 4.)
	La position pour la mesure n'est pas correcte ou la paume des mains ou la plante des pieds n'est pas bien en contact avec les électrodes.	Effectuez la mesure sans bouger les mains ni les pieds. (Reportez-vous à la section 4.)
	Les paumes des mains ou les plantes des pieds sont trop sèches.	Humidifiez les paumes des mains ou les plantes des pieds à l'aide d'une serviette humide et répétez la mesure.
	Les valeurs de la composition corporelle se situent hors de la fourchette de mesure.	• Vérifiez que les réglages d'âge, de sexe et de taille enregistrés comme données personnelles sont corrects. (Reportez-vous à la rubrique Réglage des éléments à la section 9.) • L'unité principale ne peut pas mesurer la composition corporelle en dehors de sa fourchette de mesure, même si les réglages d'âge, de sexe et de taille sont corrects.
	Fonctionnement anormal.	Replacez les batteries et répétez la mesure. Si cette erreur persiste, consultez votre représentant technique OMRON.
	Vous êtes monté sur l'unité avant que l'affichage n'indique « 0,0 kg ».	Montez sur l'unité principale après que l'affichage indique « 0,0 kg ».
	Vous avez déplacé l'unité principale avant que l'affichage n'indique « 0,0 kg ».	Ne déplacez pas l'unité principale tant que « 0,0 kg » n'est pas affiché.
	Vous avez bougé pendant la mesure du poids corporel.	Restez immobile pendant la mesure du poids corporel.
	Votre poids est supérieur ou égal à 150 kg (330,0 lb).	Un poids corporel supérieur ou égal à 150 kg (330,0 lb) se situe hors de la plage de mesure de cette unité. Vous ne pouvez pas utiliser cette unité.

7. Dépannage

Si l'un des problèmes ci-dessous se produit pendant la mesure, vérifiez avant tout qu'aucun autre appareil électrique ne se trouve à moins de 30 cm.

Si le problème persiste, veuillez-vous reporter au tableau ci-dessous.

Problème	Cause	Solution
La valeur de composition corporelle affichée est anormalement élevée ou basse.	Référez-vous à la section Informations sur la composition corporelle.	
L'unité s'éteint environ 5 minutes après la confirmation du poids corporel et avant que votre pourcentage de graisse corporelle, votre niveau de graisse viscérale, votre pourcentage de muscle squelettique, votre IMC et votre métabolisme au repos n'aient été mesurés.	Vous n'avez pas sélectionné le numéro de profil personnel approprié ou le mode INVITÉ. (Le numéro de profil personnel ou « G » n'apparaît pas sur l'unité d'affichage.)	Sélectionnez le numéro de profil personnel approprié ou le mode INVITÉ. (Reportez-vous à la section 4.)
Rien n'apparaît sur l'affichage lorsque l'unité est mise sous tension.	Les piles ne sont pas en place.	Insérez les piles.
	La polarité des piles n'est pas respectée.	Insérez les piles correctement.
	Les piles sont usées.	Remplacez les quatre piles par des piles neuves. (Reportez-vous à la section 2.)
	Le cordon reliant l'unité principale et l'unité d'affichage est endommagé ou usé.	Prenez contact avec le représentant technique OMRON le plus proche.

FR

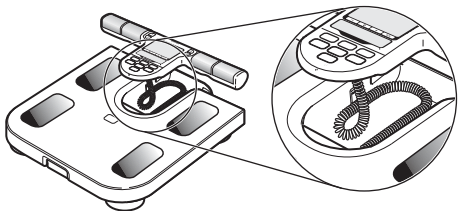
8. Entretien et rangement de l’unité

Entretien de l’unité

- Veillez à la propreté de l’unité avant chaque utilisation.
- Essuyez l’unité principale avec un chiffon sec et doux.
  Si besoin est, utilisez un chiffon humecté d’eau ou de détergent, et essorez-le bien avant d’essuyer l’unité, puis séchez-la avec un chiffon sec.
- Vous pouvez utiliser de l’alcool de nettoyage pour nettoyer les électrodes, mais vous ne devez pas vous en servir sur les autres parties de l’unité.
- N’utilisez pas de benzène ou de diluant pour nettoyer l’unité.

Entretien et rangement

- Rangez l’unité d’affichage dans l’unité principale, comme indiqué sur l’illustration.
- En rangeant l’unité d’affichage, veillez à ne pas plier le cordon.



- Ne conservez pas l’unité dans les conditions suivantes :
  - Humidité, avec risque de pénétration d’eau ou d’humidité dans l’unité
  - Températures élevées, exposition directe au soleil ou endroits poussiéreux
  - Endroits présentant un risque de chocs soudains ou de vibrations
  - Endroits où sont rangés des produits chimiques ou dans lesquels sont présents des gaz corrosifs

- N’effectuez de réparations de quelque nature que ce soit par vous-même. Ce produit est étalonné au moment de la fabrication. Si vous doutez à un moment quelconque de la précision des mesures, veuillez-vous adresser à votre revendeur OMRON agréé. Il est généralement recommandé de faire inspecter l’appareil tous les 2 ans afin de garantir son bon fonctionnement et sa précision.

9. Données techniques

Catégorie de produit	**Analyseurs de composition corporelle**	
Description du produit	Moniteur de composition corporelle	
Modèle (réf.)	**BF511 (HBF-511B-E)** **BF511 (HBF-511T-E)**	
Affichage	**Poids corporel :**	0 à 150 kg par pas de 0,1 kg (0,0 à 330,0 lb par pas de 0,2 lb)
	Pourcentage de graisse corporelle :	5,0 à 60,0 % par pas de 0,1 %
	Pourcentage de muscle squelettique :	5,0 à 50,0 % par pas de 0,1 %
	IMC :	7,0 à 90,0 par pas de 0,1
	Métabolisme au repos :	385 à 3999 kcal par pas de 1 kcal
	Niveau de graisse viscérale :	30 niveaux par pas de 1 niveau
	Classification IMC : – (Insuffisance pondérale) / 0 (Normal) / + (Excédent de poids) / ++ (Obésité) 4 niveaux, segmentés chacun en 3 sous-niveaux	
	Classification du pourcentage de graisse corporelle et du pourcentage de muscle squelettique : – (Bas) / 0 (Normal) / + (Élevé) / ++ (Très élevé) 4 niveaux, segmentés chacun en 3 sous-niveaux	
	Classification du niveau de graisse viscérale : 0 (Normal) / + (Élevé) / ++ (Très élevé) 3 niveaux, segmentés chacun en 3 sous-niveaux	
Réglage des éléments	**Taille :** 100,0 à 199,5 cm (3' 4" à 6' 6 3/4") **Âge :** 6 à 80 ans **Sexe :** Masculin/Féminin * Unités de mesure : kg (cm) / lb (feet•inch) * La tranche d'âge pour le pourcentage de graisse corporelle, la classification du pourcentage de graisse corporelle, le pourcentage de muscle squelettique, l'IMC, la classification de l'IMC et la fréquence du métabolisme au repos est comprise entre 6 et 80 ans. * La tranche d'âge pour le niveau de graisse viscérale, la classification du niveau de graisse viscérale et la classification du pourcentage de muscle squelettique est comprise entre 18 et 80 ans.	
Précision du poids	0,0 kg à 40,0 kg: ± 0,4 kg (0,0 lb à 88,2 lb: ± 0,88 lb) 40,0 kg à 150,0 kg : ± 1 % (88,2 lb à 330,0 lb : ± 1 %)	
Précision (S.E.E.)	**Pourcentage de graisse corporelle :**	3,5 %
	Pourcentage de muscle squelettique :	3,5 %
	Niveau de graisse viscérale :	3 niveaux
Mode de fonctionnement	Fonctionnement continu	
Durabilité	5 ans (3 fois par jour)	
Alimentation électrique	4 piles AA (R6) (vous pouvez également utiliser des piles alcalines AA (LR6).)	
Durée de vie des piles	Environ 1 an (piles au manganèse et quatre mesures par jour)	
Température de fonctionnement / Humidité / Pression atmosphérique	+10 à 40 °C / 30 à 85 % HR (sans condensation) / 700 à 1060 hPa	
Température/humidité/ pression atmosphérique de stockage et de transport	-20 à 60 °C / 10 à 95 % HR (sans condensation) / 700 à 1060 hPa	
Protection contre les chocs électriques	Équipement ME avec alimentation interne	
Pièce appliquée	Type BF (électrodes poignées, électrodes aux pieds)	
Classification IP	IP21	

*La classification IP est le classement des niveaux de protection déterminé par la norme CEI 60529. L'unité est protégée contre les corps solides de 12,5 mm de diamètre (par ex. un doigt et plus grand). L'unité est protégée contre les chutes verticales de gouttes d'eau.

Poids	Environ 2,2 kg (4,85 lb) (avec les piles)	
Dimensions externes	**Unité d'affichage :**	Environ 300 (L) × 35 (H) × 147 mm (P) (Environ 11 3/4" (L) x 1 3/8" (H) x 5 3/4" (P))
	Unité principale :	Environ 303 (L) × 55 (H) × 327 mm (P) (Environ 11 7/8" (L) x 2 1/8" (H) x 12 7/8" (P))
Contenu de l'emballage	Moniteur de composition corporelle, 4 piles AA au manganèse (R6), mode d'emploi, carte de garantie	

Remarque : Soumis à des modifications techniques sans préavis.
Veuillez signaler au fabricant et à l'autorité compétente de l'État membre dans lequel vous êtes établi tout incident grave survenu en rapport avec ce dispositif.
Le mode de fonctionnement est classé selon la norme CEI 60601-1.

CE 0197 UK CA 0086



FR

Description des symboles pouvant figurer, en fonction du modèle, sur le produit même, le conditionnement de vente du produit ou dans le ME			
	Pièce appliquée - Type BF Degré de protection contre les chocs électriques (courant de fuite)		Limitation de température
IP XX	Indice de protection donné par la norme CEI 60529		Limitation d'humidité
CE	Marquage CE		Limitation de pression atmosphérique
SN	Numéro de série	⎓	Courant continu
	Pour des raisons de sécurité, il est nécessaire que l'utilisateur suive attentivement ce mode d'emploi. (Fond : bleu)		Ce produit ne peut pas être utilisé par des personnes portant des implants médicaux tels que stimulateurs cardiaques, cœur/poumon artificiels ou autres équipements de survie électroniques. (bande circulaire et trait : rouge)
MD	Dispositif médical		Date de fabrication
UK CA	Marquage UKCA	UDI	Identifiant unique de l'appareil
	Marque de recyclage X : Numéro du matériau Y : Abréviation du matériau Pour plus d'informations, voir 97/129/CE.		Instruction de recyclage pour les éléments d'emballage



Comment éliminer ce produit (déchets d'équipements électriques et électroniques)

Ce symbole sur le produit ou sa documentation indique qu'il ne doit pas être éliminé en fin de vie avec les autres déchets ménagers. L'élimination incontrôlée des déchets pouvant porter préjudice à l'environnement ou à la santé humaine, veuillez le séparer des autres types de déchets et le recycler de façon responsable. Vous favoriserez ainsi la réutilisation durable des ressources matérielles.

Les particuliers sont invités à contacter le distributeur leur ayant vendu le produit ou à se renseigner auprès de leur mairie pour savoir où et comment ils peuvent se débarrasser de ce produit afin qu'il soit recyclé en respectant l'environnement.

Les entreprises sont invitées à contacter leurs fournisseurs et à consulter les conditions de leur contrat de vente. Ce produit ne doit pas être éliminé avec les autres déchets commerciaux.

Ce produit ne contient aucune substance dangereuse.
La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.

Informations importantes sur la compatibilité électromagnétique (CEM)

Cet appareil fabriqué par OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. est conforme à la norme EN60601-1-2:2015+A1:2021 Compatibilité électromagnétique (CEM).
D'autres documents relatifs à cette norme CEM sont disponibles chez OMRON HEALTHCARE EUROPE à l'adresse indiquée dans le présent mode d'emploi ou sur www.omron-healthcare.com

Fabricant 		**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPON
Mandataire dan l'UE EC REP		**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, PAYS-BAS www.omron-healthcare.com
Importateur dans l'UE		
Site de production		**Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd.** No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, Chine
Succursales	Importateur au Royaume-Uni et la personne responsable au Royaume-Uni	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, ROYAUME-UNI www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Fabriqué en Chine

Inhalt

Vor der Verwendung des Gerätes

Hinweise zur Sicherheit....38
Informationen zur Körperzusammensetzung....39

Gebrauchsanweisung

1. Übersicht über Ihr Gerät 41
2. Einsetzen und Austauschen der Batterien....41
3. Eingabe und Speicherung der persönlichen Daten 42
4. Durchführung einer Messung....44
5. Messung nur des Gewichtes 48

Pflege und Instandhaltung

6. Fehleranzeigen....49
7. Fehlersuche und -behebung....49
8. Pflege und Aufbewahrung des Gerätes....50
9. Technische Daten 51

Verwendungszweck
Mit diesem medizinischen Gerät können Sie Ihr Körpergewicht präzise messen und folgende Parameter für die Körperzusammensetzung genau und nicht-invasiv bestimmen und die Ergebnisse sofort interpretieren:

- Körperfettanteil (in %)
- Viszeraler Fettanteil (bis zu 30 Stufen)
- Body Mass Index (BMI)
- Skelettmuskelanteil (in %)

Zusätzlich können Sie über die Berechnung des Ruhemetabolismus (in Kcal) den täglichen Kalorienbedarf bestimmen, der als Referenzwert bei Gewichtsreduzierungsprogrammen dient.
Die einzigartige 8-Sensor-Technologie von OMRON, bei der beide Hände und Füße zum Einsatz kommen, ist eine der genauesten Methoden zur Körperanalyse.
Dieses Gerät ist für die Bedienung durch Personen bestimmt, die in der Lage sind, diese Gebrauchsanweisung zu verstehen. Anwender können auch die Patienten selbst sein.
Es ist nicht für den Einsatz in Krankenhäusern oder anderen medizinischen Einrichtungen ausgelegt. Es ist zur mehrfachen Verwendung durch mehrere Patienten nur für den Heimgebrauch bestimmt.

Vorgesehene Patienten
Kinder ab 6 Jahren und Erwachsene. (Kinder unter 6 Jahren ausgeschlossen.)
Der mit diesem Gerät gemessene prozentuale Körperfettanteil kann in den folgenden Situationen stark vom tatsächlichen Körperfettanteil abweichen. Diese Abweichungen können durch wechselnde Anteile der Körperflüssigkeit und/oder Körperzusammensetzung bedingt sein.
Bei älteren Menschen (über 81 Jahre) / Menschen mit Fieber / Bodybuildern oder durchtrainierten Sportlern / Patienten, die eine Dialyse erhalten / Patienten mit Osteoporose mit sehr geringer Knochendichte / schwangeren Frauen / Menschen mit Schwellungen

Hinweise zur Sicherheit

Folgende Symbole und Definitionen werden verwendet:

⚠Gefahr:	Die unsachgemäße Verwendung kann Gefahren hervorrufen, die zum Tod oder zu schweren Verletzungen führen.
⚠Warnung:	Die unsachgemäße Verwendung kann in bestimmten Situationen zum Tod oder zu schweren Verletzungen führen.
⚠Vorsicht:	Die unsachgemäße Verwendung kann zu Verletzungen oder zu Sachschäden führen.

⚠Gefahr:

- Verwenden Sie dieses Gerät niemals zusammen mit elektronischen medizinischen Geräten wie z. B.

(1) elektronischen medizinischen Implantaten wie z. B. Herzschrittmachern.



(2) elektronischen Lebenserhaltungssystemen wie z. B. Herz-Lungen-Maschinen.
(3) tragbaren elektronischen medizinischen Geräten wie z. B. einem Elektrokardiographen.

Der Körperanalyse-Monitor könnte eine Fehlfunktion solcher Geräte verursachen, was ein wesentliches Gesundheitsrisiko für die Anwender dieser Geräte darstellt.

⚠Warnung:

- Beginnen Sie mit einer Gewichtsreduzierungs- oder Sporttherapie nur unter Aufsicht eines Arztes oder Spezialisten.
- Verwenden Sie das Gerät nicht auf rutschigen Oberflächen wie z. B. einem nassen Fußboden.
- Halten Sie das Gerät von kleinen Kindern fern. Enthält Kleinteile, die bei Verschlucken eine Erstickungsgefahr für Kleinkinder darstellen können.
- Durch das Kabel der Anzeige kann die Gefahr von Unfällen durch Strangulation von Kleinkindern bestehen.
- Springen Sie nicht auf das Gerät oder auf dem Gerät umher.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Ihr Körper und/oder Ihre Füße nass sind, z. B. nach einem Bad.
- Stellen Sie sich barfuß auf das Hauptgerät. Wenn Sie die Socken oder Strümpfe anbehalten, so laufen Sie Gefahr auszurutschen, was zu Verletzungen führen kann.
- Treten Sie nicht auf die Kante oder den Anzeigebereich des Geräts.
- Behinderte oder gebrechliche Personen müssen bei der Verwendung dieses Geräts immer von einer anderen Person unterstützt werden. Verwenden Sie eine Griffstange oder Ähnliches, wenn Sie auf das Gerät steigen.
- Wenn Batteriesäure in Ihre Augen gelangt, spülen Sie diese sofort mit reichlich klarem Wasser ab. Suchen Sie sofort einen Arzt auf.
- Das Gerät kann sich bei Funktionsstörungen erhitzen.Bereiche, die heiß werden können, sind: (1) der Bereich um das Batteriefach: 105 °C (max.) (2) die Elektroden und Bedientasten: 48 °C (max.) Stoppen Sie die Verwendung des Gerätes sofort, wenn es Störungen zeigt oder nicht funktioniert. Nutzen Sie in diesem Fall die Elektroden nicht und halten Sie die Bedientasten nicht länger als 10 Minuten gedrückt.

⚠Vorsicht:

- Das Hauptgerät und das Anzeigemodul nicht zerlegen, reparieren oder umbauen.
- Achten Sie darauf, dass sich während der Messung keine Mobiltelefone oder sonstige Elektrogeräte, die elektromagnetische Felder erzeugen, im Umkreis von 30 cm um das Gerät befinden. Es kann sonst zu einer Fehlfunktion des Geräts und/oder fehlerhaften Messwerten kommen.
- Seien Sie vorsichtig beim Zurücklegen des Anzeigemoduls. Ihre Finger könnten zwischen dem Griff und dem Hauptgerät eingeklemmt werden, wenn Sie zu stark drücken.
- Verwenden Sie nur die für dieses Gerät vorgeschriebenen Batterien. Setzen Sie Batterien nicht in falscher Polrichtung ein.
- Ersetzen Sie verbrauchte Batterien sofort durch neue.
- Werfen Sie Batterien nicht ins Feuer.
- Wenn Batteriesäure auf Ihre Haut oder Ihre Kleider gelangt, spülen Sie diese sofort mit reichlich klarem Wasser ab.
- Nehmen Sie die Batterien aus dem Gerät heraus, wenn Sie das Gerät für längere Zeit (ca. drei Monate oder länger) nicht verwenden werden.
- Keine unterschiedlichen Batterien zusammen verwenden.
- Verwenden Sie neue und gebrauchte Batterien nicht gemeinsam.
- Entfernen Sie das Anzeigemodul vom Hauptgerät, bevor Sie sich auf das Gerät stellen. Wenn Sie versuchen, das Anzeigemodul abzunehmen, während Sie auf das Gerät steigen, könnten Sie das Gleichgewicht verlieren und herunterfallen.
- Nehmen Sie das Messgerät und die zugehörigen Komponenten aus der Verpackung und überprüfen Sie alles auf Unversehrtheit. Ist das Messgerät oder eine Komponente beschädigt, darf das Messgerät NICHT VERWENDET werden. Wenden Sie sich in diesem Fall an Ihren OMRON-Einzelhändler oder Vertreter.
- Verwenden Sie dieses Messgerät nicht mehr und wenden Sie sich an Ihren Arzt, wenn Hautirritationen oder Beschwerden auftreten.
- Verwenden Sie Batterien NICHT nach dem Ablaufdatum.
- OMRON empfiehlt, das Messgerät etwa 2 Stunden lang auf die in den Betriebsbedingungen angegebene Umgebungstemperatur zu bringen, wenn es zuvor bei maximaler oder minimaler Aufbewahrungstemperatur gelagert wurde. Weitere Informationen zur Betriebs- und Lager-/Transporttemperatur finden Sie in Abschnitt 16. Technische Daten.

Allgemeine Empfehlung:

- Platzieren Sie dieses Gerät nicht auf einer gepolsterten Oberfläche, wie zum Beispiel einem Teppich oder einer Matratze. Dadurch könnte die Genauigkeit der Messung beeinträchtigt werden.
- Platzieren Sie das Gerät nicht in feuchter Umgebung und schützen Sie es vor Spritzwasser.
- Halten Sie das Gerät fern von Wärmequellen oder Klimaanlagen und vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung.
- Verwenden Sie dieses Gerät nicht zu anderen als in dieser Gebrauchsanweisung angegebenen Zwecken.
- Ziehen Sie nicht am Kabel des Anzeigemoduls zum Hauptgerät.
- Dieses Gerät ist ein Präzisionsgerät. Lassen Sie es nicht fallen und setzen Sie es keinen Schwingungen oder starken Stößen aus.
- Entsorgen Sie die Batterien gemäß den nationalen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien.
- Weder das Anzeigemodul noch das Hauptgerät mit Wasser waschen.
- Reinigen Sie das Gerät nicht mit Benzol, Benzin, Lackverdünner, Alkohol oder sonstigen schnell verdunstenden Lösungsmitteln.
- Platzieren Sie das Gerät nicht in einer Umgebung, in der es Chemikalien oder korrosiven Dämpfen ausgesetzt ist.

Lesen und beachten Sie den Abschnitt „Wichtige Informationen zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV)“ unter „Technische Daten“.

Informationen zur Körperzusammensetzung

Prinzip der Berechnung der Körperzusammensetzung

Körperfett hat eine geringe elektrische Leitfähigkeit

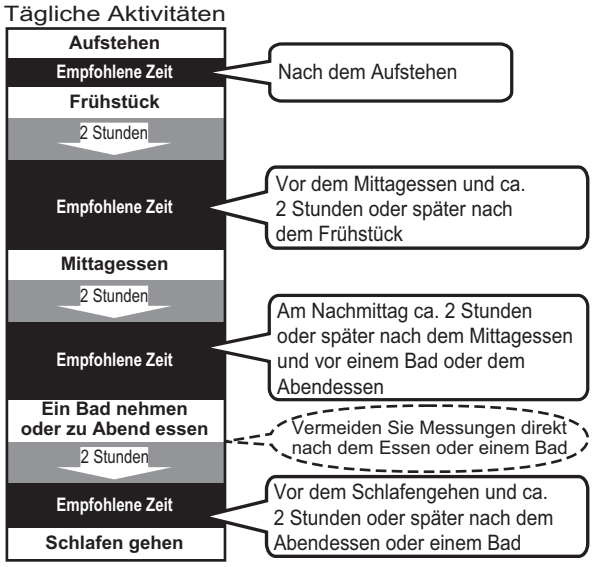
Das BF511 ermittelt den Körperfettanteil mithilfe der bioelektrischen Impedanzanalyse (BIA). Muskeln, Blutgefäße und Knochen sind Körpergewebe mit einem hohen Wassergehalt, die Strom gut leiten. Körperfett ist ein Gewebe mit einer geringen elektrischen Leitfähigkeit. Das BF511 sendet einen sehr schwachen elektrischen Strom von 50 kHz und weniger als 500 μA durch Ihren Körper, um den Anteil des Fettgewebes zu bestimmen. Diesen schwachen elektrischen Strom beim Betrieb des BF511 nehmen Sie nicht wahr.
Die Waage bestimmt die Körperzusammensetzung über den elektrischen Widerstand, zusammen mit Größe, Gewicht, Alter und Geschlecht. Die Ergebnisse werden basierend auf den Daten von OMRON zur Körperzusammensetzung ermittelt.

Die Messung erfolgt am gesamten Körper, um den Einfluss von Schwankungen zu verringern

Im Laufe des Tages sammelt sich das Wasser im Körper langsam in den unteren Extremitäten. Darum tendieren die Beine und Knöchel dazu, gegen Abend oder in der Nacht anzuschwellen. Das Verhältnis von Wasser im oberen und unteren Körper unterscheidet sich morgens und abends. Dies bedeutet, dass sich auch der elektrische Widerstand (Impedanz) des Körpers unterscheidet. Da das BF511 Elektroden für Hände und Füße verwendet, kann das Gerät den Einfluss dieser Schwankungen auf die Messergebnisse verringern.

Empfohlene Messzeiten

Damit Sie Übergewicht vorbeugen oder dieses reduzieren können, sollten Sie die normalen Veränderungen Ihres Körperfettanteils verstehen. Die Trends Ihres Körperfetts schätzen Sie richtig ab, wenn Sie wissen, zu welchen Zeiten sich der Körperfettanteil in Ihrem Tagesrhythmus ändert. Es empfiehlt sich, dieses Gerät immer in derselben Umgebung und unter denselben Alltagsbedingungen zu verwenden. (Siehe Diagramm)



Nehmen Sie keine Messungen unter folgenden Bedingungen vor:

- Unmittelbar nach starker körperlicher Betätigung, nach dem Baden oder einem Saunagang.
- Nach dem Genuss von Alkohol oder dem Trinken einer großen Menge an Wasser, nach einer Mahlzeit (ca. 2 Stunden).

Wenn unter den nachfolgend genannten physikalischen Bedingungen eine Messung durchgeführt wird, kann die ermittelte Körperzusammensetzung erheblich vom tatsächlichen Wert abweichen, weil der Wassergehalt im Körper verändert ist.

Was bedeutet BMI (Body Mass Index)?

Der BMI gibt mithilfe der folgenden einfachen Formel das Verhältnis zwischen Gewicht und Körpergröße eines Menschen an.

BMI = Gewicht (kg) / Körpergröße (m) / Körpergröße (m)

Das OMRON BF511 berechnet Ihre BMI-Klassifikation unter Verwendung Ihrer in der persönlichen Profilnummer gespeicherten oder in der Betriebsart GUEST eingegebenen Körpergröße.
Liegt der durch den BMI ermittelte Fettanteil über dem internationalen Standard, treten bei Ihnen mit höherer Wahrscheinlichkeit bestimmte verbreitete Krankheiten auf. Jedoch werden nicht alle Fettarten im BMI erfasst.

DE

Was ist der Körperfettanteil?

Unter Körperfettanteil versteht man den in Prozent ausgedrückten Anteil der Fettmasse des Körpers am Gesamtkörpergewicht.

Körperfettanteil (%) = {Körperfettmasse (kg) / Körpergewicht (kg)} × 100

Das Gerät bestimmt den Körperfettanteil mithilfe der bioelektrischen Impedanzanalyse (BIA).

Je nachdem, wo im Körper das Fett angelagert ist, wird es als viszerales oder subkutanes Fett bezeichnet.

Was ist der viszerale Fettanteil?

Viszerales Fett = Fett um die inneren Organe herum

Man geht davon aus, dass zu viel viszerales Fett direkt mit erhöhten Fettwerten im Blut zusammenhängt, was zu verbreiteten Krankheiten wie Hyperlipidämie und Diabetes führen kann, wodurch die Fähigkeit des Insulins, Energie aus der Blutbahn in die Zellen zu transportieren und zu verwenden, beeinträchtigt wird. Um solche verbreiteten Erkrankungen zu verhindern oder wenigstens zu mindern, ist es wichtig, den Anteil des viszeralen Fetts auf ein annehmbares Niveau zu senken. Menschen mit hohem viszeralen Fettanteil haben meistens dicke Bäuche. Dies ist allerdings nicht immer so und ein hoher viszeraler Fettanteil kann zu metabolischer Fettsucht führen. Bei der metabolischen Fettsucht (viszerale Fettsucht bei normalem Gewicht) liegt der Fettanteil über den Normalwerten, obwohl das Gewicht des Patienten für seine Größe normal oder sogar geringer ist als normal.



Beispiel für viszerales Fett (MRI-Bild)

Was ist subkutanes Fett?

Subkutanes Fett = Fett unter der Haut

Subkutanes Fett sammelt sich nicht nur um den Bauch herum an, sondern auch an Oberarmen, Hüften und Oberschenkeln und kann die Körperproportionen entstellen. Obwohl es nicht direkt mit einem erhöhten Krankheitsrisiko in Verbindung gebracht wird, so geht man doch davon aus, dass es den Druck auf das Herz erhöht und zu weiteren Komplikationen führen kann. Subkutanes Fett wird von diesem Gerät nicht angezeigt, aber es ist im prozentualen Körperfettanteil mit enthalten.



Beispiel für subkutanes Fett (MRI-Bild)

Was ist ein Skelettmuskel?

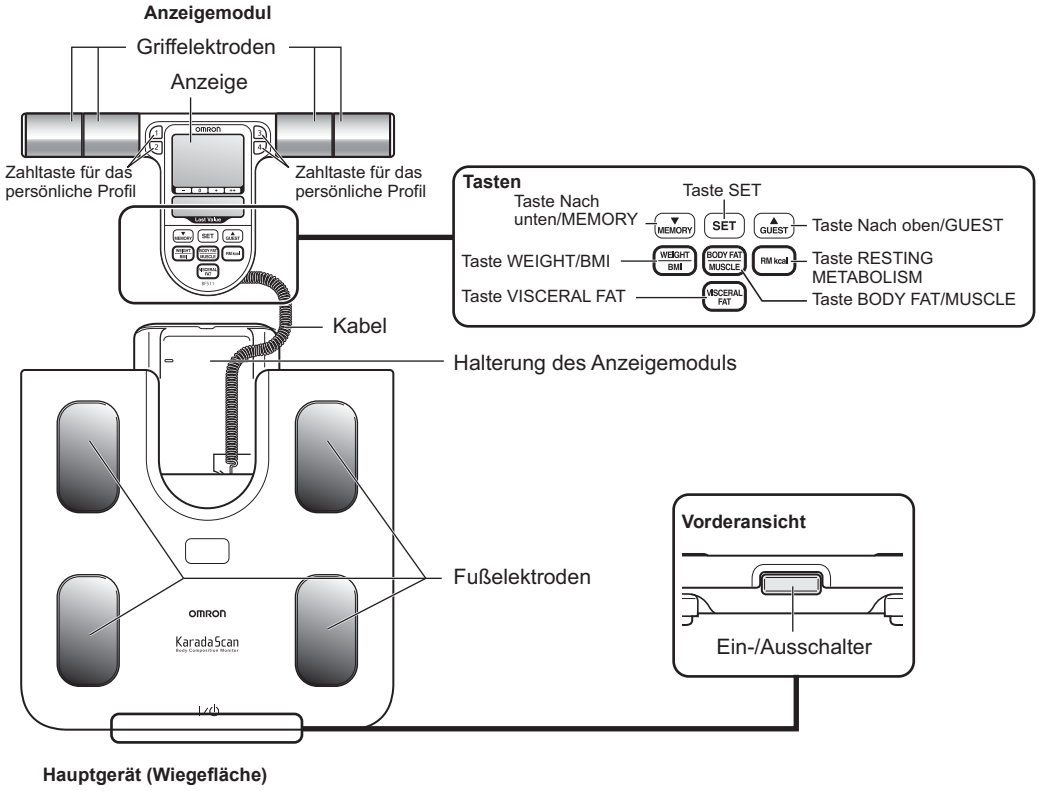
Muskeln werden in zwei Typen aufgeteilt: Muskeln in inneren Organen, wie z. B. das Herz, und Skelettmuskeln, die an Knochen angesetzt sind und zur Bewegung des Körpers dienen. Skelettmuskeln können durch Training und andere Aktivitäten wachsen.

Durch die Erhöhung des Skelettmuskelanteils verbraucht der Körper Energie, die dann nicht in Fett umgewandelt wird. Dadurch wird es leichter, ein aktives Leben zu führen.

Was bedeutet Ruhemetabolismus?

Unabhängig von Ihrem Aktivitätsgrad ist eine minimale Kalorienaufnahme erforderlich, um die täglichen Körperfunktionen aufrechtzuerhalten. Dies ist als Ruhemetabolismus bekannt und gibt an, wie viele Kalorien Sie benötigen, um den Körper mit ausreichend Energie für seine Funktionen zu versorgen.

1. Übersicht über Ihr Gerät

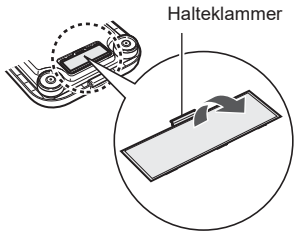


2. Einsetzen und Austauschen der Batterien

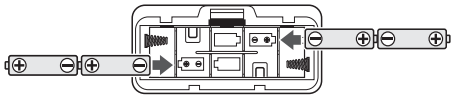
1. Öffnen Sie die Batterieabdeckung auf der Rückseite des Hauptgeräts.

1) Drücken Sie auf die Halteklammer an der Batterieabdeckung, um sie zu entriegeln.

2) Ziehen Sie die Abdeckung wie dargestellt nach oben.



2. Legen Sie die Batterien so ein, dass die Polarität den Markierungen im Batteriefach entspricht.



3. Schließen Sie die Batterieabdeckung.

Batterie-Lebensdauer und Austausch

Wenn das Symbol angezeigt wird, müssen alle vier Batterien gegen neue ausgetauscht werden.

Die Daten im Speicher werden auch dann beibehalten, wenn die Batterien ausgewechselt werden.

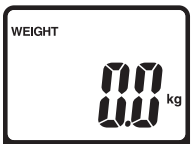
- Schalten Sie vor dem Batteriewechsel das Gerät aus.
- Entsorgen Sie die Batterien gemäß den nationalen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien.
- Vier AA-Batterien halten etwa 1 Jahr (bei vier Messungen täglich).
- Da die mitgelieferten Batterien nur für einen Probebetrieb gedacht sind, haben sie möglicherweise eine kürzere Lebensdauer.

DE

3. Eingabe und Speicherung der persönlichen Daten

Zur Messung der Körperzusammensetzung müssen bestimmte persönliche Daten erfasst werden (Alter, Geschlecht, Größe).

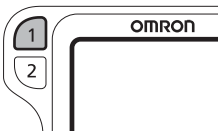
1. Schalten Sie das Gerät ein.



Auf dem Display blinkt „CAL“; dann ändert sich die Anzeige in „0.0 kg“.

* Warten Sie, bis „0.0 kg“ angezeigt wird.

2. Drücken Sie die Zahltaste für das persönliche Profil, um Ihre persönliche Profilnummer auszuwählen.



1) Die ausgewählte Nummer blinkt auf der Anzeige.



2) Drücken Sie die Taste SET, um die Richtigkeit der Angabe zu bestätigen.



Anschließend blinkt auf der Anzeige die Standardeinstellung für das Alter.

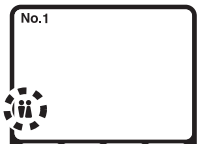
3. [EINSTELLUNG DES ALTERS]

Einstellbereich 6 bis 80 Jahre

1) Drücken Sie die Taste ▲ bzw. ▼, um Ihr Alter einzustellen.



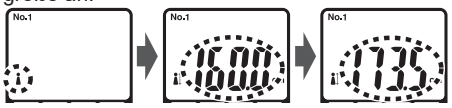
2) Drücken Sie die Taste SET, um die Richtigkeit der Angabe zu bestätigen.



Als nächstes blinken auf der Anzeige die Symbole für das Geschlecht.

4. [EINSTELLUNG DES GESCHLECHTS UND DER KÖRPERGRÖSSE]

Geben Sie auf die gleiche Weise (MÄNNLICH) oder (WEIBLICH) sowie Ihre Körpergröße an.



Die gewählten Einstellungen werden zur Bestätigung angezeigt. Anschließend erscheint auf der Anzeige „0.0 kg“.

Die Einstellungen sind hiermit abgeschlossen.

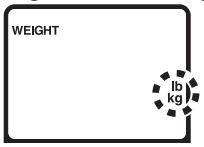
Auswahl der Maßeinheiten

Sie können die für Größe und Gewicht verwendeten Maßeinheiten einstellen.

1. Schalten Sie das Gerät ein.

Auf dem Display blinkt „CAL“; dann ändert sich die Anzeige in „0.0 kg“.
Warten Sie, bis „0.0 kg“ auf der Anzeige erscheint.

2. Halten Sie die Taste ▼ gedrückt, bis „lb“ und „kg“ in der Anzeige blinken.



3. Drücken Sie die Taste ▲/▼, um „kg“ bzw. „lb“ auszuwählen.

Dadurch wird „cm“ automatisch in „in“ geändert.

4. Drücken Sie die Taste SET, um die Richtigkeit der Angabe zu bestätigen.

Alle Messungen von Größe und Gewicht werden mit den neuen Maßeinheiten angezeigt. Die Änderung bleibt so lange in Kraft, bis Sie sie erneut ändern.

Ändern der persönlichen Daten

1. Schalten Sie das Gerät ein.

Auf dem Display blinkt „CAL“; dann ändert sich die Anzeige in „0.0 kg“.
Warten Sie, bis „0.0 kg“ auf der Anzeige erscheint.

2. Drücken Sie die Zahltaste für das persönliche Profil, um eine persönliche Profilnummer auszuwählen.

1) Ihre Nummer blinkt einmal auf der Anzeige.

2) Drücken Sie die Taste SET, um die Richtigkeit der Angabe zu bestätigen.



Anschließend blinkt auf der Anzeige die ausgewählte Altersangabe.

3. Sie können eine ausgewählte Einstellung ändern, indem Sie die Taste ▲ oder ▼ und anschließend SET drücken. Auf der Anzeige werden nacheinander das Alter, das Geschlecht und die Körpergröße angezeigt.

Löschen der persönlichen Daten

1. Schalten Sie das Gerät ein.

Auf dem Display blinkt „CAL“; dann ändert sich die Anzeige in „0.0 kg“.
Warten Sie, bis „0.0 kg“ auf der Anzeige erscheint.

2. Drücken Sie die Zahltaste für das persönliche Profil, um eine persönliche Profilnummer auszuwählen.

1) Ihre Nummer blinkt einmal auf der Anzeige.

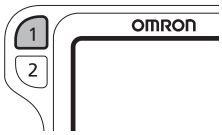
2) Drücken Sie die Taste SET, um die Richtigkeit der Angabe zu bestätigen.



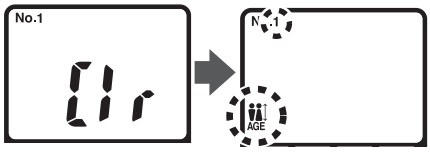
Anschließend blinkt auf der Anzeige die ausgewählte Altersangabe.

3. Löschen Sie die persönlichen Daten.

Halten Sie die Zahltaste für das persönliche Profil für mehr als zwei Sekunden gedrückt.



Auf der Anzeige erscheint „Clr“, und die persönlichen Daten werden aus dem Speicher gelöscht.



Ein-/Ausschalter

Die Stromversorgung wird unter folgenden Bedingungen automatisch abgeschaltet:

1. Falls das Gerät nicht verwendet wird, nachdem eine Minute lang „0.0 kg“ angezeigt wurde.
2. Falls bei der Eingabe von persönlichen Daten fünf Minuten lang keine Daten eingegeben wurden.
3. Falls der Körperanalyse-Monitor 5 Minuten nach der Anzeige der Messergebnisse nicht verwendet wird.
4. 5 Minuten nach der Anzeige des Ergebnisses, wenn lediglich eine Gewichtsmessung durchgeführt wurde.

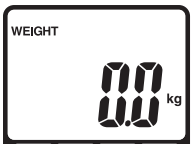
DE

4. Durchführung einer Messung

Die Messung sollte auf einer harten, ebenen Fläche vorgenommen werden.

1. Schalten Sie das Gerät ein.

Auf dem Display blinkt „CAL“; dann ändert sich die Anzeige in „0.0 kg“.



* Wenn Sie auf das Gerät steigen, bevor „0.0 kg“ angezeigt wird, erscheint die Fehlermeldung „Err“.

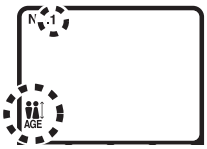
2. Nehmen Sie das Anzeigemodul aus dem Gerät, wenn auf der Anzeige „0.0 kg“ angezeigt wird.

Hinweis: Nehmen Sie das Anzeigemodul nicht heraus, bevor „0.0 kg“ auf der Anzeige angezeigt wird. Andernfalls würde das Gewicht des Anzeigemoduls zu Ihrem Körpergewicht hinzu addiert und ein falsches Ergebnis ausgegeben.

3. Wählen Sie Ihre persönliche Profilnummer aus.

Drücken Sie die Zahltaste für das persönliche Profil, während Sie das Anzeigemodul halten. Die ausgewählte Nummer blinkt einmal und wird dann normal angezeigt.

Falls die folgende Anzeige erscheint:



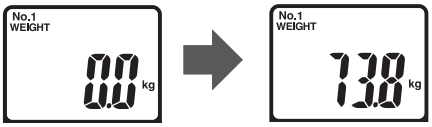
Ihre persönlichen Daten sind nicht in der persönlichen Profilnummer, die Sie gewählt haben, gespeichert. Weitere Informationen zum Speichern persönlicher Daten finden Sie in Abschnitt 3.

Falls Sie keine persönlichen Daten gespeichert haben (Betriebsart GUEST):

1) Drücken Sie die Taste GUEST, während Sie das Anzeigemodul halten.
2) Auf der Anzeige wird ein „G“ angezeigt.
3) Geben Sie persönliche Daten ein (Alter, Geschlecht und Größe). Beachten Sie dabei die Schritte 3 bis 4 in Abschnitt 3, Eingabe und Speicherung der persönlichen Daten.

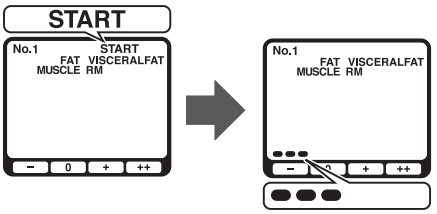
4. Beginnen Sie mit der Messung.

1) Stellen Sie sich auf das Hauptgerät und stellen Sie Ihre Füße auf die Fußelektroden, wobei Sie Ihr Gewicht gleichmäßig verteilen sollten.



Auf der Anzeige erscheint Ihr Gewicht, und anschließend blinkt das Gewichtsergebnis zwei Mal. Das Gerät beginnt dann mit der Messung von Körperfettanteil, viszeralem Fettanteil, Skelettmuskelanteil, BMI und Ruhemetabolismus.

2) Wenn auf der Anzeige „START“ angezeigt wird, strecken Sie Ihre Arme im 90°-Winkel gerade vom Körper weg.



Nacheinander erscheinen von links nach rechts die Indikatoren im Fortschrittsbalken unten auf der Anzeige.

3) Nach Beendigung der Messung wird wieder Ihr Gewicht angezeigt. Zu diesem Zeitpunkt können Sie wieder vom Gerät heruntertreten.

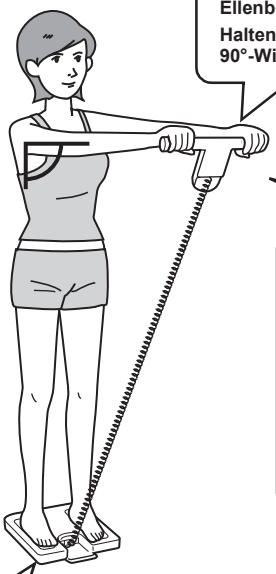


Richtige Haltung für Messungen



Nach der Messung Ihres Gewichts





(2)

Die Arme sind horizontal angehoben und die Ellenbogen sind gerade ausgestreckt.

Halten Sie Ihre Arme gerade ausgestreckt im 90°-Winkel zum Körper.

(3)

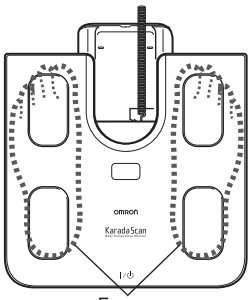


Halten Sie das Anzeigemodul so, dass Sie die Anzeige lesen können.

(1)

Stehen Sie mit durchgedrückten Knien und geradem Rücken und schauen Sie geradeaus.

Stellen Sie sich barfuß auf das Hauptgerät.



Fersen

- Achten Sie darauf, dass Ihre Fersen wie angezeigt positioniert sind. Stehen Sie so, dass Ihr Gewicht gleichmäßig auf der Trittfläche verteilt ist.

Drücken Sie Ihre Handflächen fest auf die Griffelektroden.



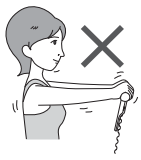
Legen Sie die Mittelfinger in die Mulde auf der Rückseite der Griffelektroden.

Halten Sie die innere Griffelektrode mit Daumen und Zeigefinger fest.

Halten Sie die äußere Griffelektrode mit Ringfinger und kleinem Finger fest.

Falsche Haltung bei Messungen

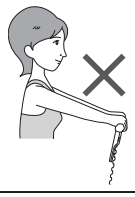
Bewegung bei der Messung



Angewinkelte Arme



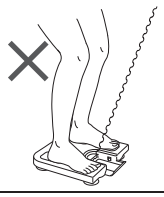
Arme zu niedrig bzw. zu hoch



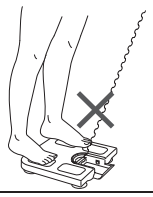
Anzeige zeigt nach oben



Gebeugte Knie



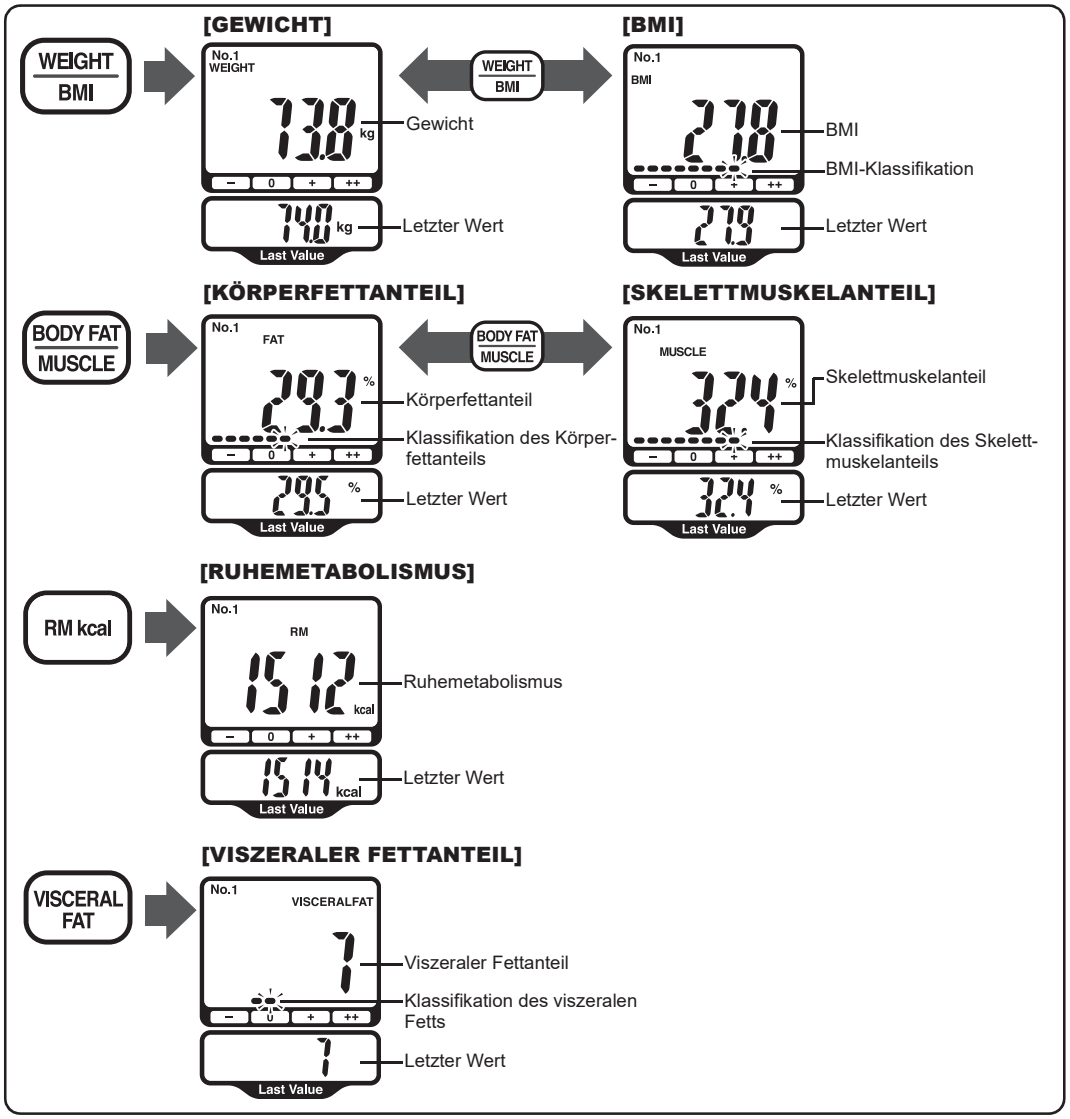
Stehen am Rand des Gerätes



DE

5. Überprüfen Sie die Messergebnisse.

Drücken Sie die entsprechende Taste, um die gewünschten Messergebnisse anzuzeigen. Die letzten Werte der vorhergehenden Messung werden auf der Anzeige im Bereich „Last Value“ angezeigt.



Hinweis: Für Kinder (6 bis 17 Jahre) zeigt dieses Gerät Gewicht, Klassifikation des Körperfettanteils, Skelettmuskelanteil, BMI und BMI-Klassifikation sowie Ruhemetabolismus an.

Interpretation der Ergebnisse für den Körperfettanteil (in %)

Die untenstehende Tabelle basiert auf Forschungsergebnissen von HD McCarthy et al, veröffentlicht im International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, und von Gallagher et al., veröffentlicht im American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, die von Omron Healthcare in vier Stufen eingeteilt wurden.

Geschlecht	Alter	– (Niedrig)	0 (Normal)	+ (Hoch)	++ (Sehr hoch)
Weiblich	6	< 13,8%	13,8 - 24,9%	25,0 - 27,0%	≧ 27,1%
	7	< 14,4%	14,4 - 27,0%	27,1 - 29,6%	≧ 29,7%
	8	< 15,1%	15,1 - 29,1%	29,2 - 31,9%	≧ 32,0%
	9	< 15,8%	15,8 - 30,8%	30,9 - 33,8%	≧ 33,9%
	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Männlich	6	< 11,8%	11,8 - 21,7%	21,8 - 23,7%	≧ 23,8%
	7	< 12,1%	12,1 - 23,2%	23,3 - 25,5%	≧ 25,6%
	8	< 12,4%	12,4 - 24,8%	24,9 - 27,7%	≧ 27,8%
	9	< 12,6%	12,6 - 26,5%	26,6 - 30,0%	≧ 30,1%
	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

Interpretation der Ergebnisse für den viszeralen Fettanteil

Viszeraler Fettanteil	Klassifikation des Anteils
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Hoch)
15 - 30	++ (Sehr hoch)

Basierend auf Werten von Omron Healthcare

DE

Interpretation der BMI-Ergebnisse

BMI	BMI (Bezeichnung nach der WHO)	BMI-Klassifizierungsleiste – 0 + ++	BMI-Wert
BMI < 18,5	- (Untergewicht)		7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14.6 - 18,4
18,5 ≦ BMI < 25	0 (Normal)		18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 ≦ BMI < 30	+ (Übergewicht)		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 ≦ BMI	++ (Adipositas)		30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

Die oben genannten Indizes basieren auf den von der Weltgesundheitsorganisation WHO vorgeschlagenen Werten zur Beurteilung der Adipositas.

Interpretation der Ergebnisse für den Skelettmuskelanteil (bei Erwachsenen)

Geschlecht	Alter	– (Niedrig)	0 (Normal)	+ (Hoch)	++ (Sehr hoch)
Weiblich	**18-39**	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Männlich	**18-39**	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

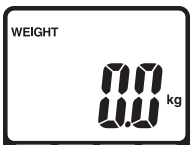
Basierend auf Werten von Omron Healthcare

6. Notieren Sie die Ergebnisse und schalten Sie das Gerät aus.

Hinweis: Wenn Sie vergessen, das Gerät auszuschalten, schaltet es sich nach 5 Minuten automatisch aus. Legen Sie das Anzeigemodul zurück in den Halter, wie in Abschnitt 8 gezeigt.

5. Messung nur des Gewichtes

1. Schalten Sie das Gerät ein.



Auf dem Display blinkt „CAL“; dann ändert sich die Anzeige in „0.0 kg“.

Hinweis: Wenn Sie auf das Gerät steigen, bevor „0.0 kg“ angezeigt wird, erscheint die Fehlermeldung „Err“.

2. Stellen Sie sich auf das Gerät, wenn auf der Anzeige „0.0 kg“ angezeigt wird.

Hinweis: Belassen Sie das Anzeigemodul in der Anzeigemodulhalterung.

3. Überprüfen Sie das Messergebnis.

Ihr Gewicht erscheint auf der Anzeige und blinkt zweimal. Dies bedeutet, dass die Messung abgeschlossen ist.

Hinweis: Jetzt können Sie auch die Messergebnisse überprüfen, indem Sie das Anzeigemodul herausnehmen.

4. Wenn die Messung abgeschlossen ist, steigen Sie vom Gerät und schalten das Gerät aus.

6. Fehleranzeigen

Fehleranzeige	Ursache	Behebung
	Ihre Handflächen oder Fußsohlen sind nicht in festem Kontakt mit den Elektroden.	Drücken Sie Ihre Handflächen oder Fußsohlen fest auf die Elektroden und messen Sie dann. (Siehe Abschnitt 4.)
	Die Haltung für die Messung ist falsch oder die Handflächen beziehungsweise Fußsohlen sind nicht im festen Kontakt mit den Elektroden.	Führen Sie die Messung durch, ohne die Hände oder Fußsohlen zu bewegen. (Siehe Abschnitt 4.)
	Die Handflächen oder Fußsohlen sind zu trocken.	Befeuchten Sie die Handflächen oder Fußsohlen mit einem feuchten Tuch, wiederholen Sie die Messung danach.
	Die Werte für die Körperzusammensetzung liegen außerhalb des messbaren Bereichs.	• Überprüfen Sie, ob Alter, Geschlecht und Größe, die in den persönlichen Daten gespeichert sind, richtig sind. (Siehe einstellbare Werte in Abschnitt 9.) • Selbst wenn die Einstellungen für Alter, Geschlecht und Körpergröße korrekt sind, kann das Hauptgerät die Körperzusammensetzung nicht bestimmen, wenn die Messwerte außerhalb des messbaren Bereichs liegen.
	Abnormaler Betrieb.	Legen Sie die Batterien erneut ein und wiederholen Sie die Messung. Wenn die Fehlermeldung weiterhin erscheint, wenden Sie sich an Ihren OMRON-Kundendienstmitarbeiter.
	Sie haben sich auf das Gerät gestellt, bevor die Anzeige „0.0 kg“ anzeigte.	Stellen Sie sich auf das Gerät, nachdem auf der Anzeige „0.0 kg“ angezeigt wird.
	Sie haben das Hauptgerät bewegt, bevor die Anzeige „0.0 kg“ anzeigte.	Bewegen Sie das Gerät nicht mehr, bis in der Anzeige „0.0 kg“ angezeigt wird.
	Sie haben Ihren Körper während der Messung des Gewichts bewegt.	Bewegen Sie sich während des Wiegens des Körpergewichts nicht.
	Ihr Gewicht beträgt 150 kg (330,0 lb) oder mehr.	Ein Körpergewicht von 150 kg (330,0 lb) oder mehr liegt außerhalb des Messbereichs dieses Geräts. Sie können dieses Gerät nicht verwenden.

7. Fehlersuche und -behebung

Falls bei der Messung einer der unten genannten Fehler auftreten sollte, prüfen Sie bitte zunächst, ob der Umkreis von 30 cm um das Gerät frei von Elektrogeräten ist.

Sollte der Fehler weiterhin bestehen, beachten Sie bitte die Tabelle unten.

Problem	Ursache	Behebung
Der angezeigte Wert für die Körperzusammensetzung ist abnormal hoch oder niedrig.	Siehe „Informationen zur Körperzusammensetzung“.	
Das Gerät schaltet ungefähr 5 Minuten nach Bestätigung des Körpergewichts und vor der Messung von Körperfettanteil, viszeralem Fettanteil, Skelettmuskelanteil, BMI und Ruhemetabolismus ab.	Die ausgewählte persönliche Profilnummer ist falsch oder das Gerät befindet sich nicht in der Betriebsart GUEST. (D. h. auf dem Anzeigemodul wird weder Ihre persönliche Profilnummer noch „G“ angezeigt.)	Wählen Sie die richtige persönliche Profilnummer oder drücken Sie die Taste GUEST. (Siehe Abschnitt 4.)
Es wird nichts angezeigt, wenn der Ein-/Ausschalter gedrückt wird.	Die Batterien sind nicht eingelegt.	Legen Sie die Batterien ein.
	Die Polarität der Batterien ist nicht richtig ausgerichtet.	Legen Sie die Batterien in der richtigen Richtung ein.
	Die Batterien sind erschöpft.	Wechseln Sie alle vier Batterien gegen neue aus. (Siehe Abschnitt 2.)
	Das Kabel, das das Hauptgerät und das Anzeigemodul verbindet, ist beschädigt oder abgenutzt.	Wenden Sie sich an Ihren OMRON-Kundendienstmitarbeiter.

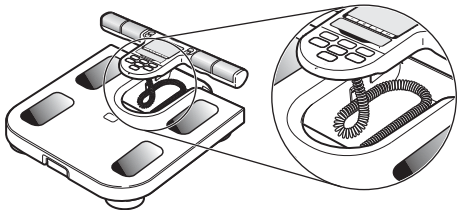
8. Pflege und Aufbewahrung des Gerätes

Pflege des Geräts

- Halten Sie das Gerät vor Verwendung sauber.
- Wischen Sie das Hauptgerät mit einem weichen, trockenen Tuch ab.
  Falls erforderlich, können Sie das Gerät auch mit einem mit Wasser oder Reinigungsmittel angefeuchteten Tuch abwischen. Drücken Sie das Tuch vor der Verwendung gut aus und wischen Sie nach der Reinigung mit einem trockenen Tuch nach.
- Zum Abwischen der Elektroden können Sie Reinigungsalkohol verwenden, der jedoch nicht mit anderen Geräteteilen in Berührung kommen darf.
- Verwenden Sie kein Benzol und keinen Verdünner.

Pflege und Aufbewahrung

- Bewahren Sie das Anzeigemodul wie dargestellt im Hauptgerät auf.
- Achten Sie beim Aufbewahren des Anzeigemoduls darauf, das Kabel nicht zu knicken.



- Das Gerät nicht bei folgenden Bedingungen lagern:
  - Feuchte Räume, wo Feuchtigkeit oder Wasser in das Gerät gelangen können
  - Hohe Temperaturen, direktes Sonnenlicht und staubige Orte
  - Orte mit dem Risiko von plötzlichen Stößen oder Vibrationen
  - An Lagerplätzen von chemischen Substanzen oder Orten mit korrosiven Gasen.

- Nehmen Sie selbst keine Reparaturen vor. Dieses Produkt ist werksseitig eingestellt. Falls Zweifel an der Messgenauigkeit bestehen sollten, wenden Sie sich bitte an Ihren OMRON-Händler. Allgemein wird empfohlen, das Gerät alle 2 Jahre überprüfen zu lassen, um die einwandfreie Funktion und Genauigkeit zu gewährleisten.

9. Technische Daten

Produktkategorie	**Körperanalysegerät**	
Produktbeschreibung	Körperanalyse-Monitor	
Modell (Artikelnummer)	**BF511 (HBF-511B-E)** **BF511 (HBF-511T-E)**	
Anzeige	**Körpergewicht:**	0 bis 150 kg in Schritten von 0,1 kg (0,0 bis 330,0 lb in Schritten von 0,2 lb)
	Körperfettanteil (in %):	5,0 bis 60,0 % in Schritten von 0,1 %
	Skelettmuskelanteil (in %):	5,0 bis 50,0 % in Schritten von 0,1 %
	BMI:	7,0 bis 90,0 in Schritten von 0,1
	Ruhemetabolismus:	385 bis 3999 kcal in Schritten von 1 kcal
	Viszeraler Fettanteil:	30 Stufen in Schritten von einer Stufe
	BMI-Klassifikation: – (Untergewicht) / 0 (normal) / + (Übergewicht) / ++ (adipös) 4 Stufen unterteilt in jeweils 3 Unterstufen	
	Klassifikation des Körperfettanteils und des Skelettmuskelanteils: – (niedrig) / 0 (normal) / + (hoch) / ++ (sehr hoch) 4 Stufen unterteilt in jeweils 3 Unterstufen	
	Klassifikation des viszeralen Fettanteils: 0 (normal) / + (hoch) / ++ (sehr hoch) 3 Stufen unterteilt in jeweils 3 Unterstufen	
Einstellbare Werte	**Größe:** 100,0 bis 199,5 cm (3' 4" bis 6' 6 3/4") **Alter:** 6 bis 80 Jahre **Geschlecht:** männlich/weiblich * Maßeinheiten: kg (cm) / lb (Fuß•Zoll) * Der Altersbereich für die Bestimmung und Klassifikation des Körperfettanteils, die Bestimmung des Skelettmuskelanteils, die Bestimmung und Klassifikation des BMI und die Bestimmung des Ruhemetabolismus liegt zwischen 6 und 80 Jahren. * Der Altersbereich für die Bestimmung und Klassifikation des viszeralen Fettanteils und die Klassifikation des Skelettmuskelanteils liegt zwischen 18 und 80 Jahren.	
Wiegegenauigkeit	0,0 kg bis 40,0 kg: ± 0,4 kg (0,0 lb bis 88,2 lb: ± 0,88 lb) 40,0 kg bis 150,0 kg: ± 1 % (88,2 lb bis 330,0 lb: ± 1 %)	
Genauigkeit (SEE - Standardfehler des Schätzwerts)	**Körperfettanteil:**	3,5 %
	Skelettmuskelanteil (%):	3,5 %
	Viszeraler Fettanteil:	3 Stufen
Betriebsart	Dauerbetrieb	
Haltbarkeitsdauer	5 Jahre (bei 3-mal täglicher Anwendung)	
Stromversorgung	4 AA-Batterien (R6) (Sie können auch AA-Alkalibatterien verwenden (LR6).)	
Batterielebensdauer	ca. 1 Jahr (bei Verwendung von Manganbatterien und 4 Messungen pro Tag)	
Betriebstemperatur / Luftfeuchtigkeit / Luftdruck	+10 bis 40 °C / 30 % bis 85 % relative Luftfeuchtigkeit (nicht kondensierend) / 700 bis 1.060 hPa	
Lager- und Transporttemperatur / Luftfeuchtigkeit / Luftdruck	-20 bis 60 °C / 10 % bis 95 % relative Luftfeuchtigkeit (nicht kondensierend) / 700 bis 1.060 hPa	
Schutz vor Stromschlägen	Medizinisches elektrisches Gerät mit interner Stromversorgung	
Anwendungsteil	Typ BF (Griffelektroden, Fußelektroden)	
IP-Klassifizierung	IP21	

*Die IP-Klassifizierung gibt den Schutzgrad gemäß IEC 60529 an.
Dieses Gerät ist gegen Fremdkörper mit einem Durchmesser von 12,5 mm wie zum Beispiel Finger und größer geschützt. Dieses Gerät ist gegen Eindringen vertikal fallender Wassertropfen geschützt.

Gewicht	ca. 2,2 kg (4,85 lb) (einschließlich Batterien)	
Äußere Abmessungen	**Anzeigemodul:**	ungefähr 300 mm (B) × 35 mm (H) × 147 mm (T) (ungefähr 11 3/4" (B) × 1 3/8" (H) × 5 3/4" (T))
	Hauptgerät:	ungefähr 303 mm (B) × 55 mm (H) × 327 mm (T) (ungefähr 11 7/8" (B) × 2 1/8" (H) × 12 7/8" (T))
Lieferumfang	Körperanalyse-Monitor, 4 AA Manganbatterien (R6), Gebrauchsanweisung, Garantiekarte	

Hinweis: Technische Änderungen ohne vorherige Mitteilung vorbehalten.
Bitte melden Sie dem Hersteller und der zuständigen Behörde des Mitgliedstaates, in dem Sie ansässig sind, alle schweren Vorfälle, die sich im Zusammenhang mit diesem Gerät ereignet haben.
Betriebsart entspricht der Klassifizierung nach IEC 60601-1.

CE 0197 UK CA 0086

DE

Angaben zu Symbolen, die je nach Modell auf dem Produkt selbst, der Verpackung oder in der Gebrauchsanweisung zu finden sind			
	Anwendungsteil – Typ BF Schutzgrad gegen elektrischen Schlag Kriechstrom		Temperaturbegrenzung
IP XX	Grad des Eindringschutzes (IP) nach IEC 60529		Feuchtigkeitsbegrenzung
CE	CE-Kennzeichnung		Luftdruck
SN	Seriennummer	⎓	Gleichstrom
	Damit die Sicherheit gewährleistet ist, muss der Benutzer diese Gebrauchsanweisung sorgfältig befolgen. (Hintergrund: blau)		Dieses Produkt sollte nicht von Personen verwendet werden, die medizinische Implantate wie Herzschrittmacher, künstliches Herz, künstliche Lunge oder elektronische Lebenserhaltungssysteme tragen. (Umrandung und Schrägstrich: rot)
MD	Medizinprodukt		Herstellungsdatum
UK CA	UKCA-Kennzeichnung	UDI	Eindeutige Gerätekennung
	Recyclingsymbol X: Materialnummer Y: Materialabkürzung Weitere Informationen siehe 97/129/EG.		Recycling-Anleitung für Verpackungselemente



Korrekte Entsorgung dieses Produkts (Elektromüll)

Die Kennzeichnung auf dem Produkt bzw. auf der dazugehörigen Literatur gibt an, dass es nach seiner Lebensdauer nicht zusammen mit dem normalen Haushaltsmüll entsorgt werden darf. Entsorgen Sie dieses Gerät bitte getrennt von anderen Abfällen, um der Umwelt bzw. der menschlichen Gesundheit nicht durch unkontrollierte Müllbeseitigung zu schaden. Recyceln Sie das Gerät, um die nachhaltige Wiederverwertung von stofflichen Ressourcen zu fördern.

Private Nutzer sollten den Händler, bei dem das Produkt gekauft wurde, oder die zuständigen Behörden kontaktieren, um in Erfahrung zu bringen, wie sie das Gerät auf umweltfreundliche Weise recyceln können.

Gewerbliche Nutzer sollten sich an ihren Lieferanten wenden und die Bedingungen des Verkaufsvertrags kontrollieren. Dieses Produkt darf nicht zusammen mit anderem Gewerbemüll entsorgt werden.

Dieses Produkt enthält keine gefährlichen Substanzen.
Entsorgen Sie die Batterien gemäß den nationalen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien.

Wichtige Informationen zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV)

Dieses Produkt wurde von OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. hergestellt und entspricht der Norm EN60601-1-2:2015+A1:2021 für elektromagnetische Verträglichkeit (EMV).
Weitere Unterlagen gemäß dieser EMV-Norm können bei OMRON HEALTHCARE EUROPE unter der in dieser Gebrauchsanweisung angegebenen Adresse oder unter www.omron-healthcare.com angefordert werden.

Hersteller 		**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
EU-Repräsentant 		**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, NIEDERLANDE www.omron-healthcare.com
Importeur in der EU		
Produktionsstätte		**Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd.** No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, China
Niederlassungen	Importeur im Vereinigten Königreich und Verantwortliche Person für UK	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Hergestellt in China

Sommario

Prima di usare l'unità

Note sulla sicurezza....56
Informazioni sulla composizione corporea....57

Istruzioni operative

1. Componenti dell'unità....59
2. Inserimento e sostituzione delle batterie....59
3. Impostazione e memorizzazione dei dati personali....60
4. Esecuzione di una misurazione....62
5. Misurazione del solo peso....66

Cura e manutenzione

6. Messaggi di errore....67
7. Risoluzione dei problemi....67
8. Cura e conservazione dell'unità....68
9. Dati tecnici....69

Finalità prevista
Grazie a questo dispositivo medico sarò possibile misurare con precisione il peso corporeo, calcolare in modo non invasivo i parametri di composizione corporea indicati di seguito e interpretare immediatamente i risultati.

- Grasso corporeo (in %)
- Grasso viscerale (fino a 30 livelli)
- Indice di massa corporea (BMI - Body Mass Index)
- muscolatura scheletrica (in %)

Inoltre, il calcolo del valore relativo al metabolismo a riposo (in kcal) consente di determinare i requisiti calorici giornalieri e può agire da riferimento nei programmi di riduzione del peso.
La tecnologia esclusiva OMRON, dotata di 8 sensori, utilizza sia le mani sia i piedi per offrire uno dei metodi di misurazione corporea più accurati.
L'unità è destinata all'uso da parte di persone adulte in grado di comprendere il presente manuale di istruzioni.
Tra gli utilizzatori possono essere inclusi i pazienti stessi.
Non è destinata all'uso professionale all'interno di ospedali o altre strutture mediche; è destinata all'uso da parte di più pazienti per utilizzi multipli, esclusivamente in ambito domestico.

Pazienti a cui è destinato il prodotto
Bambini da 6 anni in su e adulti. (Non sono inclusi i bambini di età inferiore a 6 anni.)
La percentuale di grasso corporeo misurata dall'unità può risultare sensibilmente diversa rispetto alla percentuale di grasso corporeo reale nei casi elencati di seguito. Queste differenze potrebbero essere legate alle variazioni nel rapporto tra i fluidi corporei e/o nella composizione corporea.
Persone anziane (di età superiore a 81 anni) / Persone con febbre / Body builder o atleti professionisti / Pazienti sottoposti a dialisi / Pazienti con osteoporosi che presentano una densità ossea molto bassa / Donne in stato di gravidanza / Persone che presentano gonfiori

Note sulla sicurezza

Di seguito sono indicati i simboli utilizzati e le relative definizioni:

⚠**Pericolo:**	L'utilizzo improprio può essere pericoloso ed esporre al rischio di lesioni gravi o morte.
⚠**Avvertenza:**	L'utilizzo improprio può esporre al rischio di lesioni gravi o morte.
⚠**Precauzione:**	L'utilizzo improprio può causare lesioni personali o danni materiali.

⚠Pericolo:

- Non usare mai l'unità insieme a dispositivi elettromedicali quali:

(1) Dispositivi elettromedicali impiantabili, ad es. pace-maker.
(2) Sistemi di supporto vitale elettronici, ad es. cuore/polmone artificiale.
(3) Dispositivi elettromedicali portatili, ad es. elettrocardiografo.



L'unità può causare il funzionamento errato di questi dispositivi, esponendo a rischi sanitari considerevoli le persone che li utilizzano.

⚠Avvertenza:

- Non iniziare mai terapie per la riduzione del peso o attività fisica senza aver consultato un medico o uno specialista.
- Non usare l'unità su superfici scivolose, ad esempio sul pavimento bagnato.
- Tenere l'unità al di fuori della portata dei bambini. Contiene parti di piccole dimensioni che possono causare rischi di soffocamento se ingoiate da un bambino.
- Il cavo del display può causare lo strangolamento accidentale nei bambini.
- Non salire o scendere dall'unità saltando, né saltare sul piano della stessa.
- Non usare l'unità con il corpo o i piedi bagnati, ad esempio dopo aver fatto il bagno.
- Salire sull'unità principale unicamente a piedi nudi. Se si sale sull'unità indossando i calzini si rischia di scivolare e ferirsi.
- Non salire sull'unità principale in corrispondenza dei bordi o dell'area del display.
- Le persone disabili o fisicamente deboli devono usare sempre l'unità con l'assistenza di un'altra persona. Per salire sull'unità usare come appoggio un corrimano o un ausilio analogo.
- Se il fluido delle batterie dovesse entrare in contatto con gli occhi, sciacquare immediatamente con abbondante acqua fresca. Consultare immediatamente un medico.
- In caso di malfunzionamento, il dispositivo potrebbe surriscaldarsi. Aree che potrebbero presentare un aumento della temperatura:
  (1) Area attorno al vano batterie: 105 °C (max)
  (2) Elettrodi e pulsanti operativi: 48 °C (max)
  Se il dispositivo presenta un guasto e non funziona, interromperne immediatamente l'uso. Non applicare gli elettrodi né toccare i pulsanti operativi per almeno 10 minuti.

⚠Precauzione:

- Non smontare, riparare né modificare l'unità display o l'unità principale.
- Durante la misurazione, verificare che non siano presenti, entro 30 cm di distanza dal presente dispositivo, telefoni cellulari o altri dispositivi elettrici che emettono campi elettromagnetici. Ciò potrebbe determinare il funzionamento errato del dispositivo e/o dare luogo a risultati imprecisi.
- Prestare attenzione quando si ripone l'unità display. Se si esercita una pressione eccessiva, le dita potrebbero rimanere incastrate tra l'impugnatura e l'unità principale.
- Non usare batterie diverse dal tipo specificato per questa unità. Non inserire le batterie con la polarità invertita.
- Sostituire immediatamente le batterie esaurite con batterie nuove.
- Non gettare le batterie nel fuoco.
- Se il fluido delle batterie dovesse entrare in contatto con la pelle o con gli abiti, sciacquare immediatamente con abbondante acqua fresca.
- Rimuovere le batterie dall'unità se non si intende utilizzarla per un lungo periodo di tempo (all'incirca tre mesi o più).
- Non usare contemporaneamente batterie di tipo differente.
- Non usare contemporaneamente batterie nuove e usate.
- Rimuovere il display dall'unità principale prima di salire sulla stessa. Se si tenta di rimuovere il display mentre si sale sull'unità, si rischia di perdere l'equilibrio e cadere.
- Rimuovere dalla confezione il misuratore e gli altri componenti e verificare l'eventuale presenza di danni. Se il misuratore o altri componenti sono danneggiati, NON UTILIZZARLI e rivolgersi al rivenditore o al distributore OMRON.
- Interrompere l'utilizzo del misuratore e consultare il medico curante se si dovessero riscontrare irritazioni cutanee o disagi.
- NON utilizzare le batterie dopo la data di scadenza.
- OMRON consiglia di attendere per circa 2 ore che il misuratore si riscaldi o si raffreddi quando questo deve essere utilizzato in un ambiente con una temperatura che rientra tra quelle specificate nelle condizioni operative, dopo essere stato conservato alla temperatura di conservazione massima o minima. Per ulteriori informazioni sulla temperatura di funzionamento e di conservazione/trasporto, fare riferimento a 16. Dati tecnici.

Suggerimenti di carattere generale:

- Non collocare l'unità su superfici morbide, ad esempio tappeti o stuoie. In tali condizioni, non è possibile eseguire correttamente la misurazione.
- Non collocare l'unità in ambienti eccessivamente umidi e proteggerla dagli schizzi d'acqua.
- Non collocare l'unità in prossimità di sorgenti di calore o impianti di condizionamento; evitare di esporla alla luce diretta del sole.
- Non usare l'unità per scopi diversi da quanto indicato nel presente manuale.
- Non tirare con forza il cavo dell'unità display collegato all'unità principale.
- L'unità è uno strumento di precisione, pertanto è opportuno non lasciarla cadere, né sottoporla a vibrazioni o a urti violenti.
- Lo smaltimento delle batterie deve avvenire in conformità alla normativa vigente in materia nel proprio Paese.
- Non lavare l'unità display o l'unità principale con acqua.
- Non pulire l'unità con benzene, benzina, acqua ragia, alcol o altri solventi volatili.
- Non collocare l'unità in luoghi in cui potrebbe essere esposta a vapori chimici o corrosivi.

Leggere e attenersi alle "Informazioni importanti relative alla compatibilità elettromagnetica (EMC)" nella Sezione "Dati tecnici".

Informazioni sulla composizione corporea

Principi di calcolo della composizione corporea

Bassa conducibilità elettrica del grasso corporeo

L'unità BF511 misura la percentuale di grasso corporeo mediante il metodo dell'impedenza bioelettrica (BI). Muscoli, vasi sanguigni e ossa sono tessuti organici che presentano un elevato contenuto di acqua, che è un buon conduttore di elettricità. Al contrario, il grasso corporeo (tessuto adiposo) ha una scarsa conducibilità elettrica. L'unità BF511 invia attraverso il corpo una corrente elettrica estremamente debole (meno di 500 μA alla frequenza di 50 kHz) per calcolare la quantità di tessuto adiposo. Questa debole corrente elettrica non viene avvertita durante il funzionamento dell'unità BF511.

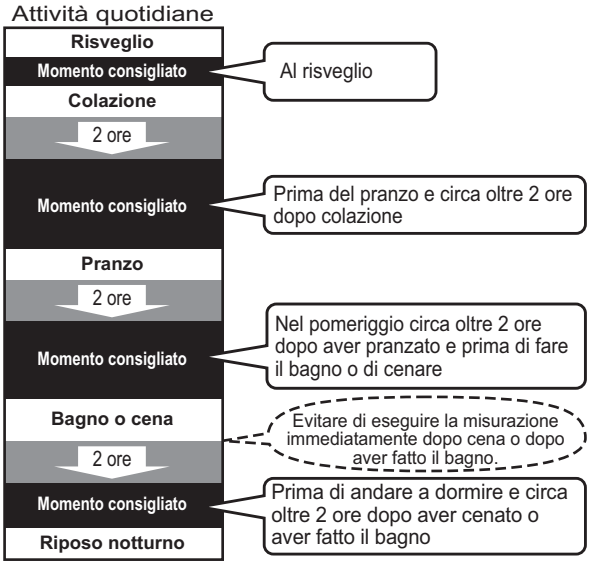
Il misuratore della composizione corporea utilizza l'impedenza elettrica, unita alle informazioni relative ad altezza, peso, età e sesso, per ottenere un risultato basato sul modello di composizione corporea elaborato da OMRON.

La misurazione avviene su tutto il corpo per evitare che le variazioni influiscano sui risultati

Nell'arco della giornata, l'acqua presente nel corpo tende a spostarsi gradualmente verso gli arti inferiori. Per questo motivo, le gambe e le caviglie tendono a gonfiarsi di sera e di notte. La percentuale di acqua presente nella parte superiore e inferiore del corpo è diversa tra mattina e sera; ciò significa che anche l'impedenza elettrica del corpo tende a variare. Grazie all'uso di elettrodi di misurazione sia per le mani sia per i piedi, l'influenza di tali variazioni sui risultati della misurazione con l'unità BF511 può essere ridotta.

Momenti consigliati per effettuare la misurazione

La conoscenza del normale andamento delle variazioni della percentuale di grasso corporeo è utile per prevenire o ridurre l'obesità. conoscere in quali orari si verificano le variazioni della percentuale di grasso corporeo in base alle attività quotidiane è utile per valutare correttamente l'evoluzione tendenziale del grasso corporeo. Si consiglia di usare l'unità, per quanto possibile, sempre nello stesso ambiente e nelle stesse situazioni quotidiane. Fare riferimento al diagramma.



Evitare l'esecuzione di misurazioni nei casi elencati di seguito:

- Immediatamente dopo un'attività fisica intensa, dopo il bagno o la sauna.
- Dopo aver assunto alcol o bevuto molta acqua, dopo i pasti (circa 2 ore)

Le misurazioni effettuate in queste condizioni fisiche possono dare luogo a un calcolo della composizione corporea che si discosta molto da quella reale, a causa delle variazioni nel contenuto di acqua nell'organismo.

Che cos'è il BMI (Body Mass Index - Indice di massa corporea)

Il BMI viene calcolato mediante una semplice formula e indica il rapporto tra il peso e l'altezza di una persona.

BMI = peso (kg) / altezza (m) / altezza (m).

Per calcolare la classificazione del BMI, l'unità OMRON BF511 impiega i dati relativi all'altezza memorizzati nel numero di profilo personale dell'utente o immessi in modalità Ospite.

Se il livello di massa corporea indicato dal BMI è maggiore rispetto agli standard internazionali, la probabilità di sviluppare patologie comuni risulta più alta. Tuttavia, il BMI non indica tutti i tipi di grasso.

Che cos'è la percentuale di grasso corporeo?

La percentuale di grasso corporeo si riferisce alla quantità di massa corporea grassa, espressa in percentuale rispetto al peso corporeo totale.

Percentuale di grasso corporeo (%) =
{Massa grassa corporea (kg) / Peso corporeo (kg)} × 100

L'apparecchio calcola la percentuale di grasso corporeo mediante il metodo della BI.
La distribuzione del grasso all'interno del corpo ne determina la classificazione come grasso viscerale o sottocutaneo.

Che cos'è il Livello di grasso viscerale?

Grasso viscerale = grasso che circonda gli organi interni

Si ritiene che una quantità eccessiva di grasso viscerale sia strettamente correlata all'aumento dei livelli di grasso nel sistema circolatorio; ciò può portare allo sviluppo di patologie comuni, quali ad esempio iperlipidemia e diabete, che riducono la capacità da parte dell'insulina di trasferire l'energia proveniente dal sistema circolatorio per l'utilizzo nelle cellule. Allo scopo di prevenire o migliorare le condizioni associate a patologie comuni, è importante cercare di ridurre il livello di grasso viscerale, portandolo a un livello accettabile. Le persone con livelli di grasso viscerale elevati tendono a presentare una dilatazione dello stomaco. Tuttavia, non sempre ciò avviene ed è possibile che livelli elevati di grasso viscerale determinino un'obesità metabolica. L'obesità metabolica (obesità viscerale in soggetti normopeso) consiste nella presenza di livelli di grasso superiori alla media, anche nel caso in cui il peso di un soggetto corrisponda o risulti inferiore agli standard relativi all'altezza del soggetto stesso.

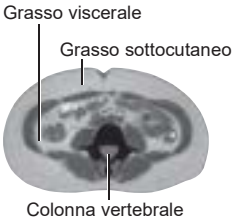


Esempio di grasso viscerale (Immagine da risonanza magnetica)

Che cos'è il grasso sottocutaneo?

Grasso sottocutaneo = grasso al di sotto della pelle

Il grasso sottocutaneo non si accumula soltanto intorno allo stomaco ma anche sulla parte superiore delle braccia, sui fianchi e sulle cosce e può deformare le proporzioni del corpo. Malgrado non sia direttamente associato a un aumento dei rischi di sviluppare altre patologie, si ritiene che causi un aumento della pressione sul cuore e altre complicanze. L'unità non visualizza il grasso sottocutaneo, ma lo include nella percentuale di grasso corporeo.



Esempio di grasso sottocutaneo (Immagine da risonanza magnetica)

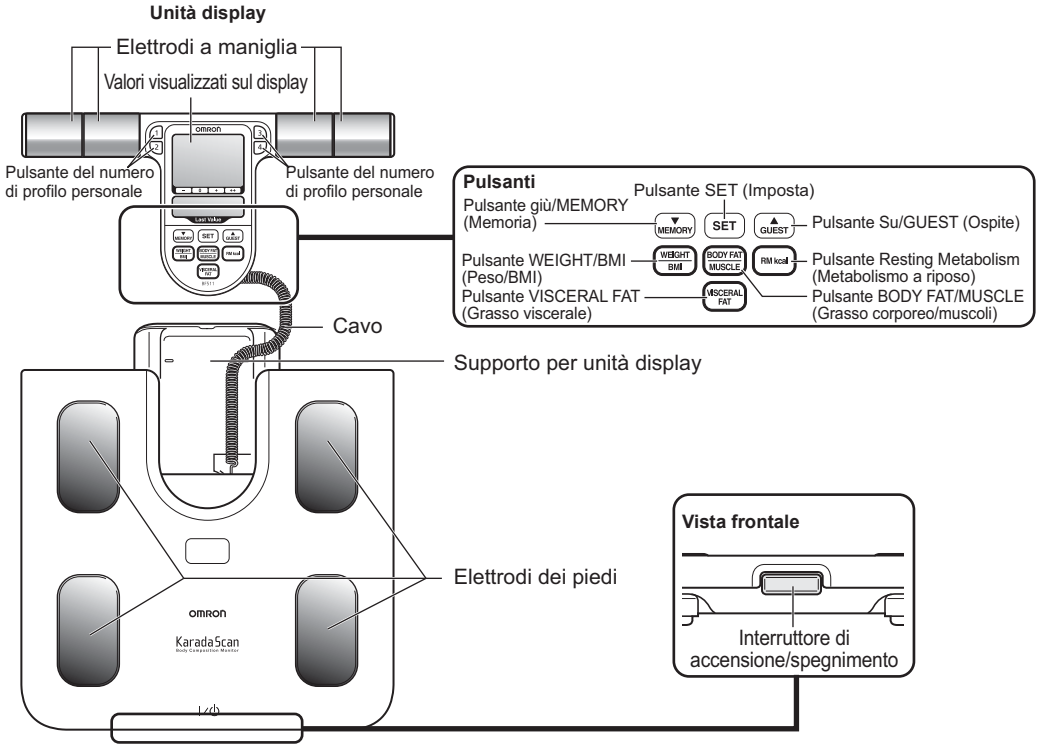
Che cosa è la muscolatura scheletrica?

La muscolatura umana si divide in due tipi: i muscoli presenti negli organi interni, ad esempio il cuore, e i muscoli scheletrici che aderiscono alle ossa e hanno la funzione di consentire il movimento del corpo. I muscoli scheletrici possono essere incrementati attraverso l'attività fisica o di altro tipo.
La presenza di una maggiore quantità di muscoli scheletrici consente al corpo di bruciare energia più facilmente; ciò riduce i rischi di obesità e consente di condurre una vita più dinamica.

Che cos'è il metabolismo a riposo?

Indipendentemente dal grado di attività fisica svolta, è necessario assumere una quantità minima di calorie per sostenere le funzioni quotidiane del corpo. Questo valore, detto metabolismo a riposo, indica la quantità di calorie che è necessario assumere per fornire al proprio organismo una quantità di energia sufficiente al suo funzionamento.

1. Componenti dell'unità

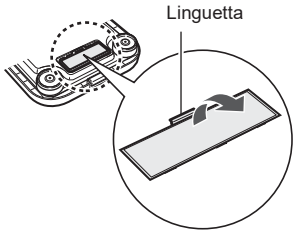


2. Inserimento e sostituzione delle batterie

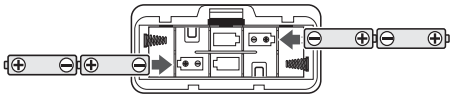
1. Aprire il coperchio delle batterie sul lato posteriore dell'unità principale.

1) Premere la linguetta del coperchio delle batterie per sganciarlo.

2) Sollevare il coperchio nel modo indicato.



2. Inserire le batterie secondo la polarità corretta, indicata all'interno del vano batterie.



3. Chiudere il coperchio delle batterie.

Durata e sostituzione delle batterie

Quando viene visualizzato l'indicatore di batteria in esaurimento ( ), sostituire tutte e quattro le batterie con batterie nuove.

Le voci conservate in memoria vengono mantenute anche se si rimuovono le batterie.

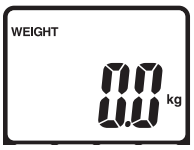
- Sostituire le batterie dopo aver spento l'alimentazione.
- Lo smaltimento delle batterie deve avvenire in conformità alla normativa vigente in materia nel proprio Paese.
- Quattro batterie AA durano all'incirca 1 anno (effettuando quattro misurazioni al giorno).
- Le batterie in dotazione sono fornite solo per provare l'unità, pertanto potrebbero avere una durata inferiore.

IT

3. Impostazione e memorizzazione dei dati personali

Per la misurazione della composizione corporea è necessario impostare alcuni dati personali (età, sesso, altezza).

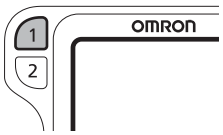
1. Accendere l'apparecchio.



Sul display lampeggia l'indicazione "CAL", quindi viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

* Attendere finché sul display non viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

2. Premere uno dei pulsanti del numero di profilo personale per selezionare il proprio profilo personale.



1) Il numero selezionato lampeggia sul display.



2) Premere il pulsante SET per confermare.

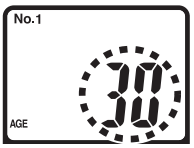
Quindi, l'impostazione predefinita per l'età lampeggia sul display.



3. [IMPOSTAZIONE DELL'ETÀ]

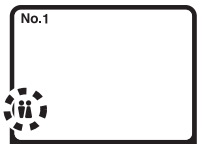
Intervallo di impostazione: da 6 a 80 anni

1) Premere il pulsante ▲ o ▼ per regolare l'età.



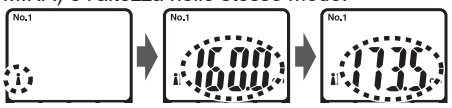
2) Premere il pulsante SET per confermare.

Quindi, l'icona relativa al sesso lampeggia sul display.



4. [IMPOSTAZIONE DI SESSO E ALTEZZA]

Impostare il sesso (MASCHIO) o (FEMMINA) e l'altezza nello stesso modo.



Dopo la visualizzazione di tutte le impostazioni per la conferma da parte dell'utente, sul display viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

A questo punto, la fase di impostazione è completa.

Selezione dell'unità di misura

È possibile cambiare le unità di misura usate per l'impostazione di altezza e peso.

1. Accendere l'apparecchio.

Sul display lampeggia l'indicazione "CAL", quindi viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".
Attendere finché sul display non appare "0.0 kg".

2. Mantenere premuto il pulsante ▼ finché sul display non vengono visualizzate le indicazioni "lb" e "kg".



3. Premere il pulsante ▲/▼ per selezionare "kg" o "lb".

La selezione effettuata modifica automaticamente anche "cm" e "in".

4. Premere il pulsante SET per confermare.

Tutte le misurazioni relative ad altezza e peso vengono visualizzate usando le nuove unità di misura. La modifica rimane in vigore finché le unità di misura non vengono modificate nuovamente dall'utente.

Modifica dei dati personali

1. Accendere l'apparecchio.

Sul display lampeggia l'indicazione "CAL", quindi viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".
Attendere finché sul display non appare "0.0 kg".

2. Premere il pulsante del numero di profilo personale per selezionare il profilo personale.

1) Il numero selezionato lampeggia una volta sul display.

2) Premere il pulsante SET per confermare.

Quindi, l'impostazione relativa all'età selezionata lampeggia sul display.



3. Con il pulsante ▲ o ▼ , modificare la voce selezionata, quindi premere il pulsante SET. Il display visualizza, nell'ordine, i dati relativi a età, sesso e altezza.

Eliminazione dei dati personali

1. Accendere l'apparecchio.

Sul display lampeggia l'indicazione "CAL", quindi viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".
Attendere finché sul display non appare "0.0 kg".

2. Premere il pulsante del numero di profilo personale per selezionare il profilo personale.

1) Il numero selezionato lampeggia una volta sul display.

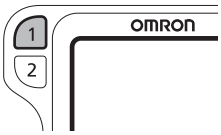
2) Premere il pulsante SET per confermare.

Quindi, l'impostazione relativa all'età selezionata lampeggia sul display.

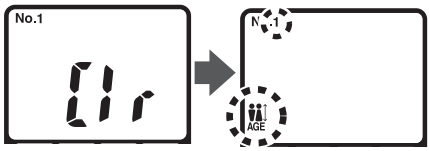


3. Eliminare i dati personali.

Premere il pulsante del numero di profilo personale per più di due secondi.



Sul display viene visualizzata l'indicazione "Clr" e i dati personali vengono eliminati dalla memoria.



Interruttore di accensione/spegnimento

L'alimentazione si disattiva automaticamente in presenza delle seguenti condizioni:

1. Se l'apparecchio non viene utilizzato entro un minuto dalla visualizzazione dell'indicazione "0.0 kg" sul display.
2. Se durante l'inserimento dei dati personali non viene immessa alcuna informazione per 5 minuti.
3. Se l'apparecchio non viene utilizzato entro 5 minuti dalla visualizzazione dei risultati della misurazione.
4. Cinque (5) minuti dopo la visualizzazione del risultato nel caso in cui si esegua solo la misurazione del peso.

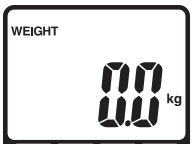
IT

4. Esecuzione di una misurazione

Eseguire la misurazione su una superficie dura e livellata.

1. Accendere l'apparecchio.

Sul display lampeggia l'indicazione "CAL", quindi viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".



* Se si sale sull'unità prima che sia visualizzata l'indicazione "0.0 kg", appare il messaggio di errore "Err".

2. Quando il display visualizza "0.0 kg", estrarre l'unità display.

Nota: Non estrarre l'unità display prima che sul display appaia l'indicazione "0.0 kg". Se non si procede in questo modo, il peso visualizzato sul display viene aggiunto al peso dell'utente, determinando un risultato errato.

3. Selezionare il numero di profilo personale.

Premere il pulsante del numero di profilo personale mentre si tiene in mano l'unità display. Il numero selezionato viene visualizzato dopo aver lampeggiato una volta.

Se viene visualizzato il display che segue:



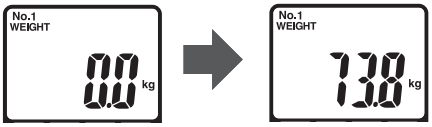
nel numero di profilo personale selezionato non sono memorizzati i dati personali dell'utilizzatore. Fare riferimento alla Sezione 3 per memorizzare i propri dati.

Se i dati personali non vengono memorizzati sull'unità (modalità Ospite):

1) Premere il pulsante GUEST mentre si tiene l'unità display.
2) Sul display viene visualizzata l'indicazione "G" di GUEST (Ospite).
3) Impostare i dati personali (età, sesso e altezza). Leggere i punti da 3 a 4 della Sezione 3, Impostazione e memorizzazione dei dati personali.

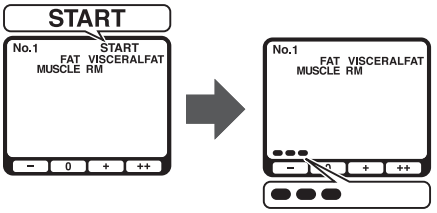
4. Avvio della misurazione.

1) Salire sull'unità principale e posizionare i piedi sugli appositi elettrodi, distribuendo uniformemente il proprio peso.



Sul display viene visualizzato il valore relativo al peso, che lampeggia due volte.
L'unità inizia quindi a misurare la percentuale di grasso corporeo, il livello di grasso viscerale, la percentuale di muscoli scheletrici, il BMI e il metabolismo a riposo.

2) Quando sul display viene visualizzata l'indicazione "START", allungare le braccia davanti a sé mantenendo un angolo di 90° rispetto al corpo.

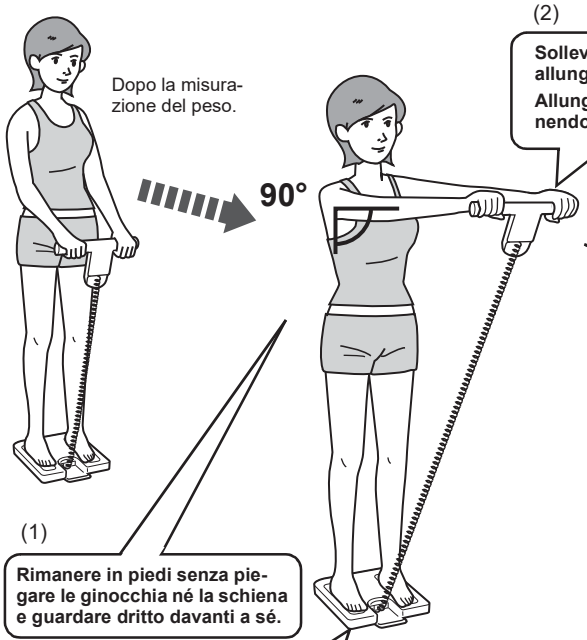


Compaiono gradualmente gli indicatori della barra di avanzamento della misurazione nella parte inferiore del display, da sinistra a destra.

3) Al termine della misurazione viene visualizzato nuovamente il peso. A questo punto è possibile scendere dall'unità.



Postura corretta per la misurazione



(2)

Sollevare orizzontalmente le braccia e allungare i gomiti.

Allungare le braccia davanti a sé mantenendo un angolo di 90° rispetto al corpo.

(3)

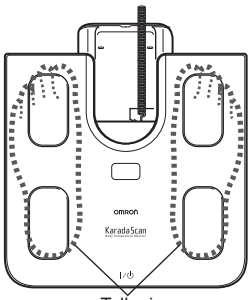


Tenere l'unità display in modo da poter vedere il display stesso.

(1)

Rimanere in piedi senza piegare le ginocchia né la schiena e guardare dritto davanti a sé.

Salire sull'unità a piedi nudi.



Talloni

- Accertarsi di posizionare i talloni nel modo indicato. Rimanere sulla piattaforma di misurazione distribuendo uniformemente il proprio peso.

Premere saldamente i palmi delle mani sugli elettrodi.



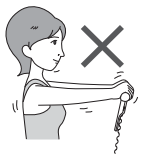
Collocare il dito medio di entrambe le mani in corrispondenza della tacca sul lato posteriore degli elettrodi della maniglia.

Tenere saldamente gli elettrodi interni della maniglia con il pollice e l'indice.

Tenere gli elettrodi esterni della maniglia con l'anulare e il mignolo.

Posture da evitare durante la misurazione

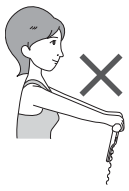
Movimento durante la misurazione



Braccia piegate



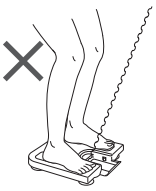
Braccia troppo basse o troppo alte



Display rivolto verso l'alto



Ginocchia piegate



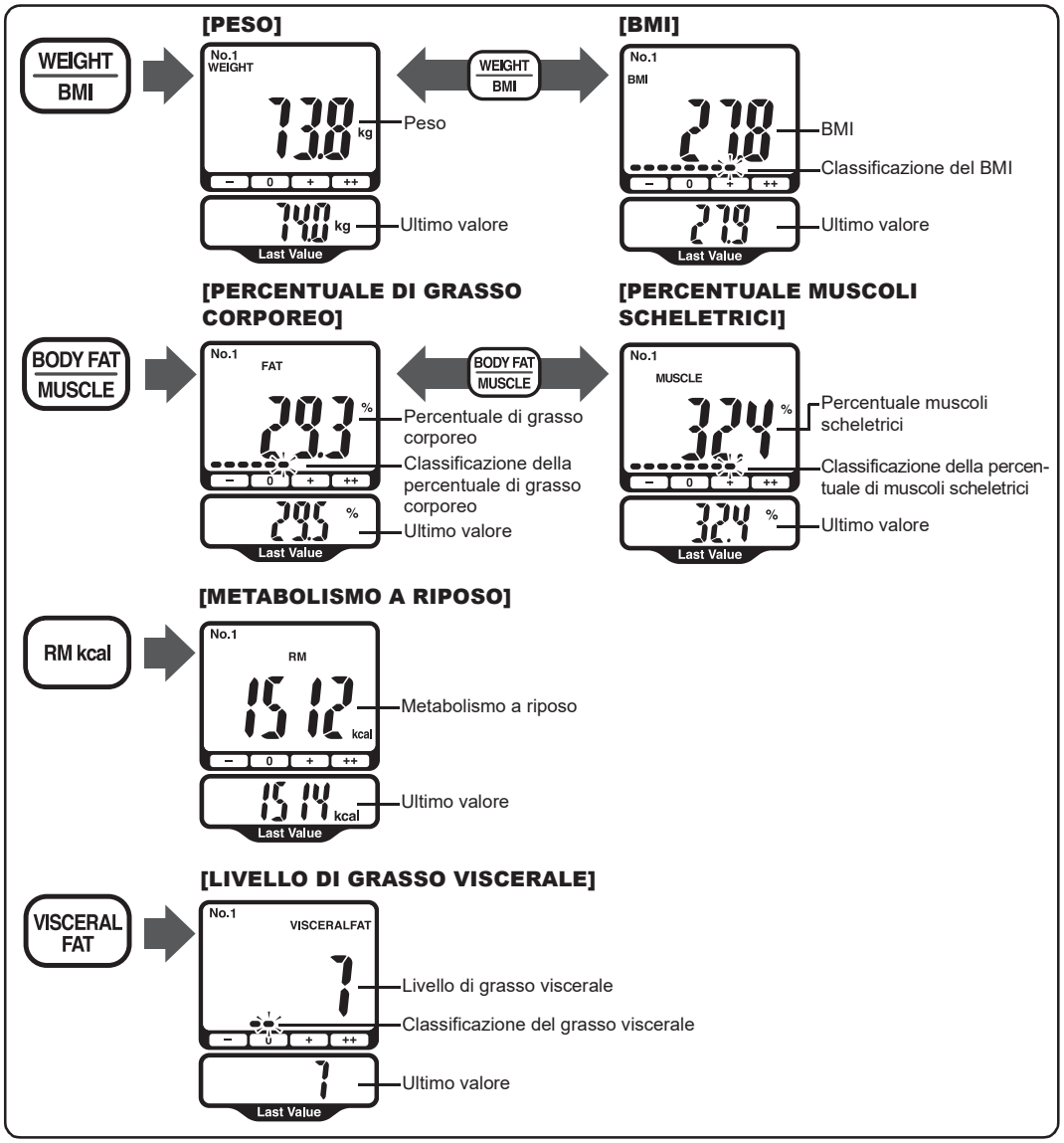
Posizione errata, sul bordo dell'unità



IT

5. Verifica dei risultati della misurazione.

Premere il pulsante opportuno per visualizzare i risultati di misurazione desiderati. Gli ultimi valori relativi alle misurazioni precedenti vengono visualizzati nell'area "Ultimo valore" del display.



Nota: Per i bambini (da 6 a 17 anni), questa unità visualizza: peso, classificazione della percentuale di grasso corporeo, percentuale di muscoli scheletrici, BMI e classificazione del BMI, metabolismo a riposo.

Interpretazione dei valori relativi alla percentuale di grasso corporeo

La seguente tabella si basa su ricerche effettuate da HD McCarthy et al, International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006 e da Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000; la classificazione in quattro livelli è a cura di Omron Healthcare.

Sesso	Età	– (bassa)	0 (normale)	+ (alto)	++ (molto alto)
Donne	6	< 13,8%	13,8 - 24,9%	25,0 - 27,0%	≧ 27,1%
	7	< 14,4%	14,4 - 27,0%	27,1 - 29,6%	≧ 29,7%
	8	< 15,1%	15,1 - 29,1%	29,2 - 31,9%	≧ 32,0%
	9	< 15,8%	15,8 - 30,8%	30,9 - 33,8%	≧ 33,9%
	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Uomini	6	< 11,8%	11,8 - 21,7%	21,8 - 23,7%	≧ 23,8%
	7	< 12,1%	12,1 - 23,2%	23,3 - 25,5%	≧ 25,6%
	8	< 12,4%	12,4 - 24,8%	24,9 - 27,7%	≧ 27,8%
	9	< 12,6%	12,6 - 26,5%	26,6 - 30,0%	≧ 30,1%
	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

Interpretazione dei valori relativi al livello di grasso viscerale

Livello di grasso viscerale	Classificazione dei livelli
1 - 9	0 (normale)
10 - 14	+ (alto)
15 - 30	++ (molto alto)

In base ai dati Omron Healthcare

Interpretazione dei valori relativi al BMI

BMI	BMI (Secondo l'indicazione dell'OMS)	Barra di classificazione del BMI (– 0 + ++)	Classificazione BMI
BMI < 18,5	- (sottopeso)		7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 ≦ BMI < 25	0 (normale)		18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 ≦ BMI < 30	+ (sovrappeso)		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 ≦ BMI	++ (obeso)		30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

Gli indici sopraelencati fanno riferimento ai parametri per la valutazione dell'obesità proposti dall'OMS (Organizzazione Mondiale per la Sanità).

Interpretazione dei risultati relativi alla percentuale di muscoli scheletrici (per gli adulti)

Sesso	Età	– (bassa)	0 (normale)	+ (alto)	++ (molto alto)
Donne	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Uomini	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

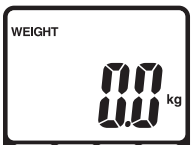
In base ai dati Omron Healthcare

6. Dopo aver esaminato i risultati, spegnere l'alimentazione.

Nota: Se si dimentica di spegnere l'unità, questa si spegne automaticamente dopo 5 minuti. Riporre l'unità display nel supporto dell'unità principale come indicato nella sezione 8.

5. Misurazione del solo peso

1. Accendere l'apparecchio.



Sul display lampeggia l'indicazione "CAL", quindi viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

Nota: Se si sale sull'unità prima che sia visualizzata l'indicazione "0.0 kg", appare il messaggio di errore "Err".

2. Quando il display visualizza "0.0 kg", salire sull'unità.

Nota: Lasciare l'unità display nell'apposito supporto.

3. Esaminare il risultato della misurazione.

Il peso viene visualizzato e lampeggia due volte per indicare che la misurazione è completa.

Nota: In questa fase, il risultato della misurazione può essere controllato anche estraendo l'unità display.

4. Una volta completata la misurazione, scendere dall'unità e spegnerla.

6. Messaggi di errore

Messaggio di errore	Causa	Soluzione
Err 1	I palmi delle mani o la pianta dei piedi non sono posizionati correttamente a contatto con gli elettrodi.	Poggiare saldamente i palmi delle mani o la pianta dei piedi sugli elettrodi, quindi eseguire la misurazione. (Fare riferimento alla sezione 4.)
Err 2	La postura tenuta per la misurazione è errata oppure i palmi delle mani o la pianta dei piedi non sono posizionati correttamente a contatto con gli elettrodi.	Effettuare la misurazione senza muovere le mani o la pianta dei piedi. (Fare riferimento alla sezione 4.)
Err 3	I palmi delle mani o la pianta dei piedi sono troppo asciutti.	Inumidire i palmi delle mani o la pianta dei piedi con una salviettina bagnata, quindi ripetere la misurazione.
Err 4	I valori relativi alla composizione corporea sono al di fuori dell'intervallo di misurazione.	• Assicurarsi che i dati relativi a età, sesso e altezza memorizzati come dati personali siano corretti. (Fare riferimento al paragrafo Impostazioni nella sezione 9.) • L'unità principale non è in grado di misurare la composizione corporea se questa è al di fuori dell'intervallo di misurazione previsto, anche se i dati relativi a età, sesso e altezza sono stati impostati correttamente.
Err 5	Funzionamento anomalo.	Inserire nuovamente le batterie e ripetere la misurazione. Se l'errore persiste, contattare il servizio di assistenza tecnica OMRON.
Err	Si è saliti sull'unità prima che sul display fosse visualizzata l'indicazione "0.0 kg".	Salire sull'unità principale dopo che sul display appare l'indicazione "0.0 kg".
	L'unità principale è stata spostata prima che sul display fosse visualizzata l'indicazione "0.0 kg".	Non spostare l'unità principale finché sul display non viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".
	Durante la misurazione del peso, il corpo si è mosso.	Non muoversi durante la misurazione del peso corporeo.
	Il peso è pari o superiore a 150 kg (330,0 lb).	Un peso pari o superiore a 150 kg (330,0 lb) è al di fuori dell'intervallo di misurazione previsto per questa unità. Non è possibile utilizzare l'unità.

7. Risoluzione dei problemi

Se durante la misurazione si dovesse verificare un problema tra quelli elencati di seguito, controllare anzitutto che non vi siano altri dispositivi elettrici entro 30 cm di distanza.

Se il problema persiste, fare riferimento alla tabella che segue.

Problema	Causa	Soluzione
Il valore relativo alla composizione corporea visualizzato è eccessivamente alto o basso.	Fare riferimento alla sezione "Informazioni sulla composizione corporea".	
L'unità si spegne circa 5 minuti dopo la conferma del peso corporeo e prima della misurazione della percentuale di grasso corporeo, del livello di grasso viscerale, della percentuale di muscoli scheletrici, del BMI e del metabolismo a riposo.	Non è stato selezionato il numero di profilo personale corretto oppure la modalità GUEST (Ospite). (Sul display non è visualizzato il numero di profilo personale né l'indicazione "G".)	Selezionare il numero di profilo personale corretto oppure la modalità GUEST (Ospite). (Fare riferimento alla sezione 4.)
Quando si accende l'unità non viene visualizzato nulla.	Le batterie non sono inserite.	Inserire le batterie.
	Le polarità delle batterie non sono allineate correttamente.	Inserire le batterie secondo l'allineamento corretto.
	Le batterie sono esaurite.	Sostituire tutte e quattro le batterie con batterie nuove. (Fare riferimento alla sezione 2.)
	Il cavo che collega l'unità principale e l'unità display è danneggiato o usurato.	Contattare il servizio di assistenza tecnica OMRON di zona.

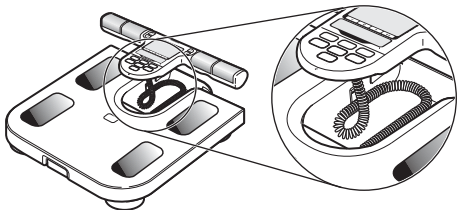
8. Cura e conservazione dell’unità

Cura dell’unità

- Tenere sempre pulita l’unità prima dell’uso.
- Pulire l’unità principale con un panno morbido e asciutto.
  Se necessario, utilizzare un panno inumidito con acqua o detergente e strizzarlo bene prima di pulire l’unità, quindi asciugare l’unità con un panno asciutto.
- È possibile pulire gli elettrodi con alcol denaturato, ma non utilizzarlo per pulire altre parti dell’unità.
- Non usare benzene o solventi per pulire l’unità.

Cura e conservazione

- Riporre l’unità display nell’unità principale nel modo indicato.
- Quando si ripone l’unità display, prestare attenzione a non piegare il cavo.



- Non riporre l’unità in presenza delle condizioni elencate di seguito:
  - Umidità, in quanto nell’unità potrebbe formarsi umidità o penetrare dell’acqua.
  - Temperature elevate, luce diretta del sole e luoghi polverosi
  - Luoghi in cui vi è il rischio di urti violenti o vibrazioni
  - Luoghi in cui sono conservati prodotti chimici o è presente gas corrosivo.

- Non tentare di eseguire da soli alcun tipo di riparazione. Questo prodotto viene calibrato in fase di produzione. Se dovessero sorgere eventuali dubbi sulla precisione delle misurazioni, rivolgersi al distributore autorizzato OMRON. In linea generale, è consigliabile far revisionare il dispositivo ogni 2 anni, per garantirne il funzionamento corretto e la precisione.

9. Dati tecnici

Categoria del prodotto	**Misuratori della composizione corporea**	
Descrizione del prodotto	Misuratore della composizione corporea	
Modello (codice)	**BF511 (HBF-511B-E)** **BF511 (HBF-511T-E)**	
Valori visualizzati sul display	**Peso corporeo:**	da 0 a 150 kg con incrementi di 0,1 kg (da 0,0 a 330,0 lb con incrementi di 0,2 lb)
	Percentuale di grasso corporeo:	dal 5,0 al 60,0% con incrementi dello 0,1%
	Percentuale di muscoli scheletrici:	dal 5,0 al 50,0% con incrementi dello 0,1%
	BMI:	da 7,0 a 90,0 con incrementi di 0,1
	Metabolismo a riposo:	da 385 a 3999 kcal con incrementi di 1 kcal
	Livello di grasso viscerale:	30 livelli con incrementi di 1 livello
	Classificazione BMI: – (sottopeso) / 0 (normale) / + (sovrappeso) / ++ (obeso) 4 livelli con 3 sottolivelli ciascuno	
	Classificazione della percentuale di grasso corporeo e della percentuale di muscoli scheletrici: – (bassa) / 0 (normale) / + (alta) / ++ (molto alta) 4 livelli con 3 sottolivelli ciascuno	
	Classificazione del livello di grasso viscerale: 0 (normale) / + (alto) / ++ (molto alto) 3 livelli con 3 sottolivelli ciascuno	
Impostazioni	**Altezza:** da 100,0 a 199,5 cm (da 3' 4" a 6' 6 3/4") **Età:** da 6 a 80 anni **Sesso:** maschio o femmina * Unità di misura: kg (cm) / lb (piedi•pollici) * L'intervallo di età per la misurazione dei seguenti elementi: percentuale di grasso corporeo, classificazione della percentuale di grasso corporeo, percentuale di muscoli scheletrici, BMI e classificazione del BMI, metabolismo a riposo, è compreso tra 6 e 80 anni. * L'intervallo di età per la misurazione di livello di grasso viscerale, classificazione del livello di grasso viscerale e classificazione della percentuale di muscoli scheletrici è compreso tra 18 e 80 anni.	
Precisione di pesata	da 0,0 kg a 40,0 kg: ± 0,4 kg (da 0,0 lb a 88,2 lb: ± 0,88 lb) da 40,0 kg a 150,0 kg: ± 1% (da 88,2 lb a 330,0 lb: ± 1%)	
Precisione (S.E.E.)	**Percentuale di grasso corporeo:**	3,5%
	Percentuale di muscoli scheletrici:	3,5%
	Livello di grasso viscerale:	3 livelli
Modalità di funzionamento	Funzionamento continuo	
Durata prevista	5 anni (3 volte al giorno)	
Alimentazione	4 batterie AA (R6) (è possibile utilizzare anche batterie alcaline AA (LR6)).	
Durata delle batterie	Circa 1 anno (utilizzando batterie al manganese per l'esecuzione di quattro misurazioni al giorno)	
Temperatura / Umidità / Pressione dell'aria di esercizio	da +10 a 40 °C / da 30 a 85% UR (senza condensa) / da 700 a 1.060 hPa	
Temperatura / Umidità / Pressione dell'aria di conservazione e trasporto	da -20 a 60 °C / da 10 a 95% UR (senza condensa) / da 700 a 1.060 hPa	
Protezione contro le folgorazioni	Apparecchiatura elettromedicale alimentata internamente	
Parte applicata	Tipo BF (elettrodi delle impugnature, elettrodi dei piedi)	
Classificazione IP	IP21	

*La classificazione IP rappresenta i gradi di protezione previsti da IEC 60529.
Questa unità è protetta da corpi estranei solidi del diametro di 12,5 mm, ad esempio un dito o oggetti di dimensioni maggiori. Questa unità è protetta dalla penetrazione di gocce d'acqua in caduta verticale.

Peso	2,2 kg (4,85 lb) circa (batterie comprese)	
Dimensioni esterne	**Unità display:**	Circa 300 (L) × 35 (H) × 147 mm (P) (circa 11 3/4" (L) x 1 3/8" (H) x 5 3/4" (P))
	Unità principale:	Circa 303 (L) × 55 (H) × 327 mm (P) (circa 11 7/8" (L) x 2 1/8" (H) x 12 7/8" (P))
Contenuto della confezione	Misuratore della composizione corporea, 4 batterie AA al manganese (R6), manuale di istruzioni, garanzia	

Nota: Soggetto a modifiche tecniche senza necessità di preavviso. Si prega di riferire eventuali incidenti gravi occorsi in relazione al presente dispositivo al produttore e all'autorità competente dello Stato membro in cui si risiede.
La modalità di funzionamento è classificata secondo IEC 60601-1.

CE 0197 UK CA 0086

Descrizione dei simboli che, a seconda del modello, possono essere presenti sul prodotto stesso, sulla confezione di vendita del prodotto o nel manuale di istruzioni.			
	Parte applicata - Tipo BF Grado di protezione contro le folgorazioni (corrente di dispersione)		Limitazione di temperatura
IP XX	Grado di protezione in ingresso secondo IEC 60529		Limitazione di umidità
CE	Contrassegno CE		Limitazione di pressione atmosferica
SN	Numero di serie	⎓	Corrente diretta
	Per la propria sicurezza, l'utilizzatore è tenuto a seguire attentamente le indicazioni contenute nel presente manuale di istruzioni. (Sfondo di colore blu)		Questo prodotto non deve essere utilizzato da persone portatrici di impianti medici, ad es. pace-maker cardiaci, cuore o polmone artificiale o altri sistemi di supporto elettronici alle funzioni vitali. (banda circolare e barra di colore rosso)
MD	Dispositivo medico		Data di fabbricazione
UK CA	Marchio UKCA	UDI	Identificatore univoco del dispositivo
	Contrassegno di riciclaggio X: Codice materiale Y: Abbreviazione del materiale Fare riferimento a 97/129/CE per ulteriori informazioni.		Istruzioni per il riciclaggio dei componenti dell'imballaggio



Corretto smaltimento del prodotto (rifiuti elettrici ed elettronici)

Il marchio riportato sul prodotto o sulla sua documentazione indica che il prodotto non deve essere smaltito con altri rifiuti domestici al termine del ciclo di vita. Per evitare eventuali danni all'ambiente o alla salute causati dall'inopportuno smaltimento dei rifiuti, si invita l'utente a separare questo prodotto da altri tipi di rifiuti e di riciclarlo in maniera responsabile per favorire il riutilizzo sostenibile delle risorse materiali.

Gli utenti domestici sono invitati a contattare il rivenditore presso il quale è stato acquistato il prodotto o l'ufficio locale preposto per tutte le informazioni relative alla raccolta differenziata e al riciclaggio per questo tipo di prodotto.

Gli utenti aziendali sono invitati a contattare il proprio fornitore e verificare i termini e le condizioni del contratto di acquisto. Questo prodotto non deve essere smaltito unitamente ad altri rifiuti commerciali.

Questo prodotto non contiene sostanze nocive.
Lo smaltimento delle batterie deve essere eseguito in osservanza della normativa nazionale per lo smaltimento delle batterie.

Informazioni importanti relative alla compatibilità elettromagnetica (EMC)

Questo dispositivo prodotto da OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. è conforme alla normativa EN60601-1-2:2015+A1:2021 sulla compatibilità elettromagnetica (EMC).
Ulteriore documentazione relativa a tale normativa EMC è disponibile presso OMRON HEALTHCARE EUROPE, all'indirizzo indicato nel presente manuale di istruzioni oppure presso www.omron-healthcare.com

Produttore 		**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 GIAPPONE
Rappresentante per l'UE 		**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, PAESI BASSI www.omron-healthcare.com
Importatore per l'UE		
Stabilimento di produzione		**Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd.** No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, Cina
Consociate	Importatore per il Regno Unito e Responsabile in UK	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Prodotto in Cina

Índice

Antes de utilizar la unidad

Notas de seguridad **74**
Información sobre composición corporal **75**

Instrucciones de uso

1. Conozca su unidad **77**
2. Colocación y cambio de las pilas **77**
3. Configuración y ajuste de los datos personales **78**
4. Realización de mediciones **80**
5. Medición del peso solamente **84**

Cuidado y mantenimiento

6. Indicadores de error **85**
7. Solución de problemas **85**
8. Cómo cuidar y conservar la unidad **86**
9. Datos técnicos **87**

Uso previsto
Mediante este dispositivo médico, podrá medir con precisión el peso corporal, calcular los siguientes parámetros de composición corporal de forma no invasiva e interpretar inmediatamente los resultados:

- Grasa corporal (en %)
- Grasa visceral (hasta 30 niveles)
- Índice de masa corporal (IMC)
- Músculo esquelético (en %)

Adicionalmente, el cálculo de la tasa de metabolismo basal (en kcal) determina los requisitos diarios de calorías y puede actuar como referencia para programas de pérdida de peso.
La exclusiva tecnología OMRON de 8 sensores utiliza tanto las manos como los pies para proporcionar uno de los métodos más precisos para realizar mediciones de la totalidad del cuerpo.
Esta unidad está diseñada para ser utilizada por adultos capaces de entender este manual de instrucciones.
El usuario también puede ser el propio paciente.
La unidad no está destinada para uso profesional en hospitales u otras instalaciones médicas, sino únicamente para su uso en el ámbito doméstico por distintos pacientes y con distintas finalidades.

Pacientes previstos
Niños a partir de 6 años y adultos (su uso no está previsto para niños menores de 6 años).
Es posible que el porcentaje de grasa corporal calculado con esta unidad difiera considerablemente del porcentaje de grasa corporal real en las siguientes circunstancias: Estas diferencias pueden deberse a cambios en las tasas de líquidos corporales o de composición corporal.
Ancianos (más de 81 años de edad)/personas con fiebre/culturistas o atletas altamente entrenados/ pacientes sometidos a diálisis/pacientes con osteoporosis que tengan una densidad ósea muy baja/ mujeres embarazadas/personas con algún tipo de hinchazón.

Notas de seguridad

Símbolos empleados y sus definiciones:

⚠**¡Peligro!:**	El uso inadecuado provocará la muerte o lesiones graves.
⚠**¡Advertencia!:**	El uso inadecuado puede provocar la muerte o lesiones graves.
⚠**¡Precaución!:**	El uso inadecuado puede provocar lesiones o daños materiales.

⚠¡Peligro!:

- No utilice nunca esta unidad con dispositivos electrónicos médicos como:

(1) Implantes médicos electrónicos, como por ejemplo, marcapasos.



(2) Sistemas electrónicos de soporte vital, tales como un corazón o pulmón artificial.

(3) Dispositivos médicos electrónicos portátiles, como un electrocardiógrafo.

Esta unidad podría causar fallos en el funcionamiento de estos dispositivos, lo que supondría un riesgo de salud considerable para sus usuarios.

⚠¡Advertencia!:

- No comience nunca un programa de reducción de peso o una terapia de ejercicios sin las indicaciones de un médico o especialista.
- No utilice la unidad en superficies resbaladizas, como un suelo húmedo.
- Mantenga la unidad fuera del alcance de los niños. Contiene piezas pequeñas que pueden provocar riesgo de asfixia si las ingieren niños pequeños.
- El cable de la pantalla puede provocar el estrangulamiento accidental en niños pequeños.
- No suba a la unidad bruscamente ni salte hacia arriba y abajo estando sobre ella.
- No utilice esta unidad con el cuerpo o los pies mojados, como por ejemplo, tras darse un baño.
- Permanezca descalzo sobre la unidad principal. Si intenta permanecer en pie con calcetines puestos, es posible que se resbale y sufra algún tipo de daño.
- No se apoye en el borde ni en la zona de la pantalla de la unidad principal.
- Las personas con alguna discapacidad, o que estén físicamente débiles, deberán recibir ayuda de otra persona cuando utilicen esta unidad. Utilice una barandilla o cualquier otro elemento de apoyo cuando se suba a la unidad.
- Si el líquido de las pilas entra en contacto con sus ojos, lávelos inmediatamente con abundante agua limpia. Acuda inmediatamente a un médico.
- Cuando el dispositivo no funciona correctamente, puede calentarse.
  Zonas que pueden sufrir aumento de la temperatura:
  (1) Alrededor de la zona del compartimento de las pilas: 105 °C (máx.)
  (2) Los electrodos y botones de funcionamiento: 48 °C (máx.)
  Si el dispositivo falla y no funciona, deje de utilizarlo inmediatamente. No use los electrodos ni pulse los botones de funcionamiento durante al menos 10 minutos.

⚠¡Precaución!:

- No desmonte, repare, ni modifique la unidad de pantalla ni la unidad principal.
- Durante las mediciones, asegúrese de que no haya teléfonos móviles ni otros dispositivos eléctricos que emitan campos electromagnéticos en un radio de 30 cm del dispositivo. Podrían provocar un funcionamiento incorrecto del dispositivo o dar lugar a una lectura inexacta.
- Tenga cuidado al guardar la unidad de pantalla. Sus dedos podrían quedar atrapados entre el agarre y la unidad principal si presiona con demasiada fuerza.
- No utilice pilas que no sean específicas para esta unidad. No introduzca las pilas con las polaridades en la dirección equivocada.
- Cambie las pilas gastadas por unas nuevas de inmediato.
- No arroje pilas gastadas al fuego.
- Si el líquido de las pilas entra en contacto con su piel o su ropa, lávela inmediatamente con abundante agua limpia.
- Extraiga las pilas de la unidad cuando ésta no se vaya a utilizar durante un período de tiempo prolongado (aproximadamente tres meses o más).
- No emplee distintos tipos de pilas de forma conjunta.
- No utilice conjuntamente pilas nuevas y gastadas.
- Retire la unidad de pantalla de la unidad principal antes de subir a la unidad. Si intenta retirar la unidad de pantalla mientras sube a la unidad, puede perder el equilibrio y caerse.
- Retire el embalaje de este monitor y de los otros componentes, y revise el producto. Si el monitor o cualquier otro componente están dañados, NO LOS USE y consulte a su establecimiento o distribuidor de OMRON.
- Deje de utilizar este monitor y consulte con su médico si sufre irritación cutánea o molestias.
- NO utilice las pilas después de su fecha de caducidad.
- OMRON recomienda esperar aproximadamente 2 horas hasta que el monitor se haya calentado o enfriado si se usa en un entorno con una temperatura que cumple los requisitos de funcionamiento después de guardarse a la temperatura máxima o mínima de conservación. Si desea obtener más información sobre la temperatura de funcionamiento y conservación/transporte, consulte la sección 16. Datos técnicos.

Aviso general:

- No coloque esta unidad sobre una superficie acolchada, como una alfombra o estera. No es posible realizar una medición correcta.
- No coloque esta unidad en ambientes muy húmedos y protéjala de salpicaduras de agua.
- No coloque esta unidad cerca de fuentes de calor o bajo acondicionadores de aire y evite la exposición directa a la luz solar.
- No utilice esta unidad para otros fines que no se correspondan con los que se describen en este manual.
- No tire con fuerza del cable de la unidad de pantalla conectado a la unidad principal.
- Esta unidad es un instrumento de precisión, por lo que no debe dejarla caer, hacerla vibrar ni aplicar fuertes descargas.
- La eliminación de las pilas usadas deberá realizarse en conformidad con las normativas nacionales para la eliminación de pilas.
- No lave la unidad de pantalla ni la unidad principal con agua.
- No limpie la unidad con benceno, gasolina, disolvente de pintura, alcohol u otros disolventes volátiles.
- No coloque la unidad en lugares en los que pueda exponerse a agentes químicos o vapores corrosivos.

Lea y siga la “Información importante sobre la Compatibilidad electromagnética (EMC)” en la sección Datos Técnicos.

Información sobre composición corporal

Principio de la medición de la composición corporal

La grasa corporal tiene una baja conductividad eléctrica

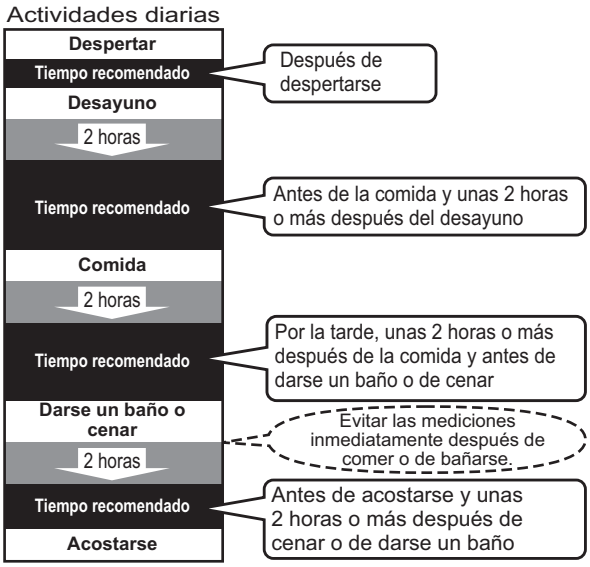
El BF511 calcula el porcentaje de grasa corporal mediante el método de impedancia bioeléctrica (IB). Los músculos, los vasos sanguíneos y los huesos son tejidos corporales que poseen un alto contenido en agua y que conducen fácilmente la electricidad. La grasa corporal es un tejido que tiene muy poca conductividad eléctrica. El BF511 emite una corriente extremadamente débil de 50 kHz e inferior a 500 μA en su cuerpo para determinar la cantidad de tejido graso. Esta corriente eléctrica de muy baja intensidad no se siente mientras se utiliza el BF511.
Para determinar la composición corporal, la báscula utiliza la impedancia eléctrica, junto con los datos correspondientes a su estatura, peso, edad y sexo, para generar resultados basados en los datos de composición corporal de OMRON.

Mide el nivel total de composición corporal para evitar la influencia de las fluctuaciones

Durante el transcurso de un día, la cantidad de agua contenida en el cuerpo tiende a desplazarse gradualmente a las extremidades inferiores. Esto explica la tendencia de las piernas y los tobillos a hincharse por la tarde o por la noche. El contenido de agua en la parte superior e inferior del cuerpo es diferente por la mañana y por la tarde, lo cual significa que la impedancia eléctrica del cuerpo también varía. Al utilizar electrodos para realizar las mediciones de las manos y los pies, el BF511 puede reducir la influencia de estas fluctuaciones en los resultados de las mediciones.

Horas de medición recomendadas

La comprensión de los cambios normales de su porcentaje de grasa corporal puede ayudarle a prevenir o reducir la obesidad. Ser consciente de las horas en las que cambian los porcentajes de grasa corporal dentro de su propio programa diario, le ayudará a obtener una evolución precisa de la cantidad de grasa de su cuerpo. Se recomienda utilizar esta unidad en el mismo entorno y circunstancias diarias. (Consulte el gráfico)



Evite realizar mediciones en las siguientes circunstancias

- Inmediatamente después de ejercicio físico vigoroso o después de un baño o una sauna.
- Después de beber alcohol o una gran cantidad de agua o después de una comida (unas 2 horas).

Si se efectúa una medición bajo las siguientes condiciones físicas, la composición corporal calculada podría variar significativamente de la real, ya que, en esos momentos, el contenido de agua del cuerpo está cambiando.

¿Qué es el IMC (índice de masa corporal)?

El IMC emplea esta sencilla fórmula para indicar la proporción que existe entre el peso y la estatura de una persona.

IMC = peso (kg)/estatura (m)/estatura (m)

El BF511 de OMRON utiliza la estatura guardada en su número de perfil personal o introducida en el modo Guest para calcular su clasificación de IMC.

Si el nivel de grasa indicado por el IMC es superior al nivel estándar internacional, existen mayores probabilidades de enfermedades comunes. No obstante, el IMC no revela todos los tipos de grasa.

¿Qué es el porcentaje de grasa corporal?

El porcentaje de grasa corporal se refiere a la cantidad de masa grasa del cuerpo con respecto al peso total expresado en forma de porcentaje.

Porcentaje de grasa corporal (%) =
{Masa de grasa corporal (kg) / Peso corporal (kg)} × 100

El dispositivo emplea el método IB para calcular su porcentaje de grasa corporal.

Dependiendo de la distribución de la grasa en el cuerpo, ésta se clasifica en grasa visceral o grasa subcutánea.

¿Qué es el nivel de grasa visceral?

Grasa visceral = grasa que rodea los órganos internos

Se considera que una gran cantidad de grasa visceral está íntimamente relacionada con los niveles de grasa en el torrente sanguíneo, lo que puede provocar el padecimiento de enfermedades comunes, tales como la hiperlipidemia y la diabetes, que reducen la capacidad de la insulina para transferir energía desde el torrente sanguíneo y utilizarla en las células. Para prevenir o mejorar las condiciones de las enfermedades comunes, es importante intentar reducir los niveles de grasa visceral a un nivel aceptable. Las personas con unos niveles de grasa visceral elevados suelen tener estómagos grandes. No obstante, esto no siempre se cumple y los niveles de grasa visceral elevados pueden provocar obesidad metabólica. La obesidad metabólica (obesidad visceral con peso normal) representa niveles de grasa superiores a la media, incluso si el peso de una persona se encuentra en el nivel correspondiente a su estatura o por debajo del mismo.

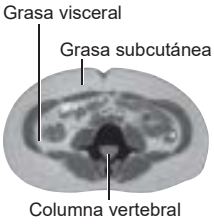


Muestra de grasa visceral (resonancia magnética)

¿Qué es la grasa subcutánea?

Grasa subcutánea = grasa que se encuentra bajo la piel

La grasa subcutánea no sólo se acumula alrededor del estómago, sino también en torno a la parte superior de los brazos, caderas y muslos, y puede provocar una alteración en las proporciones del cuerpo. Aunque no está directamente relacionada con un mayor riesgo de padecer enfermedades, se la relaciona con el aumento de la presión coronaria y la aparición de otras complicaciones. Esta unidad no muestra la grasa subcutánea, pero está incluida en el porcentaje de grasa corporal.



Muestra de grasa subcutánea (resonancia magnética)

¿Qué es el músculo esquelético?

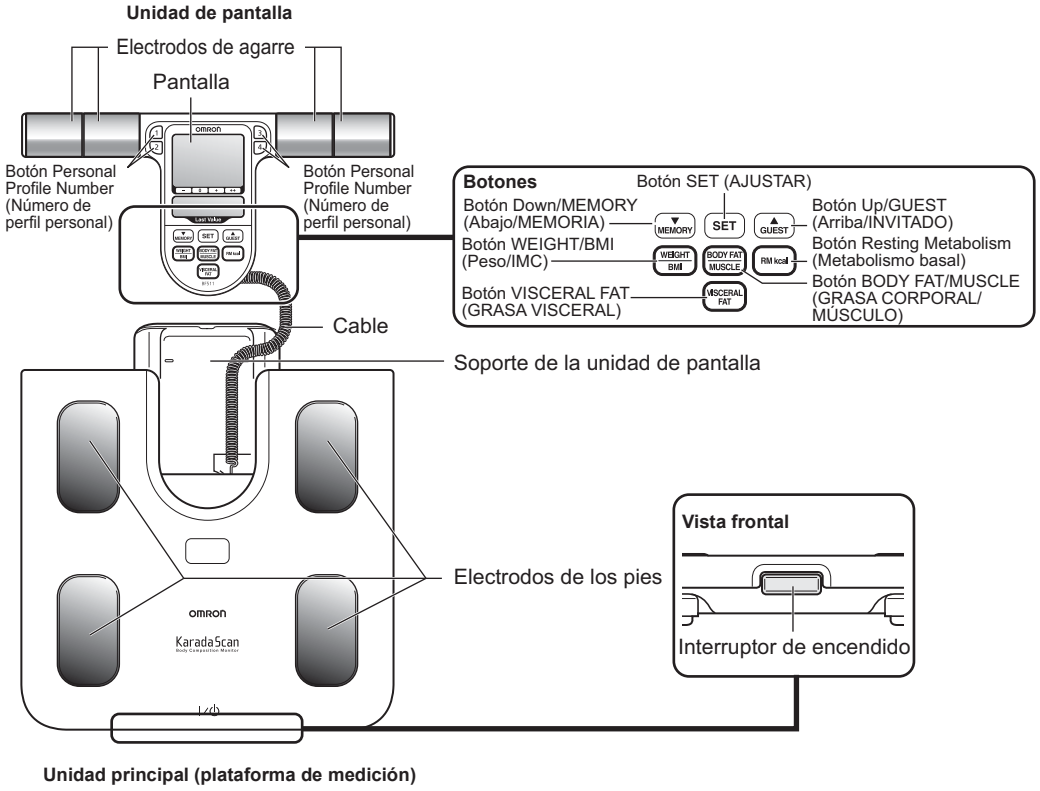
Se distinguen dos tipos de músculos: el músculo de los órganos internos, como el corazón, y el músculo que va unido a los huesos y permite la movilidad del cuerpo. El músculo esquelético puede aumentarse con la práctica de ejercicio y otro tipo de actividades.

El aumento de la proporción de músculo esquelético significa que el cuerpo puede quemar energía con mayor facilidad, lo que significa que es menos probable que ésta se convierta en grasa y facilita un estilo de vida más dinámico.

¿Qué es el metabolismo basal?

Independientemente de su nivel de actividad, se necesita un nivel mínimo de ingesta calórica para llevar a cabo las funciones diarias del cuerpo. Este parámetro, denominado el metabolismo basal, indica cuántas calorías necesita ingerir para obtener suficiente energía para el funcionamiento corporal.

1. Conozca su unidad

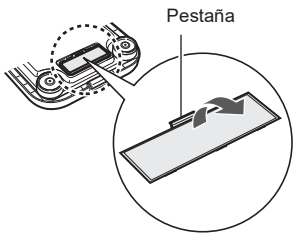


2. Colocación y cambio de las pilas

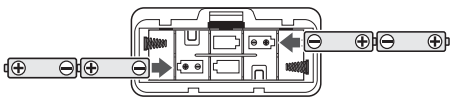
1. Abra la tapa del compartimento de las pilas, situado en la parte posterior de la unidad principal.

1) Presione la pestaña de la tapa para soltarla.

2) Tire de ella hacia arriba como se indica.



2. Introduzca las pilas respetando la polaridad indicada en el interior del compartimento.



3. Cierre la tapa de las pilas.

Vida útil de las pilas y su sustitución

Cuando el indicador de pila baja ( ) se ilumine, cambie las cuatro pilas por otras nuevas. Los elementos guardados en la memoria se guardan incluso cuando se extraen las pilas.

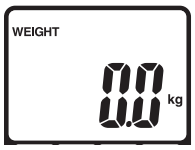
- Cambie las pilas una vez apagado el aparato.
- La eliminación de las pilas usadas deberá realizarse en conformidad con las normativas nacionales para la eliminación de pilas.
- Cuatro pilas AA durarán aproximadamente 1 año (si se realizan mediciones cuatro veces al día).
- Puesto que las pilas suministradas son únicamente para comprobación, puede que su duración sea inferior.

ES

3. Configuración y ajuste de los datos personales

Para la medición de la composición corporal, es necesario configurar sus datos personales (edad, sexo y altura).

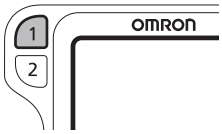
1. Encienda la unidad.



"CAL" parpadeará en la pantalla y ésta cambiará a "0.0 kg".

* Espere hasta que aparezca "0.0 kg".

2. Pulse el botón Personal Profile Number (Número de perfil personal) para seleccionar un número de perfil personal.



1) El número seleccionado parpadeará en la pantalla.



2) Pulse el botón SET (AJUSTAR) para confirmar.

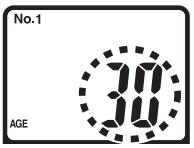
En la pantalla parpadeará la edad predeterminada.



3. [PARA AJUSTAR LA EDAD]

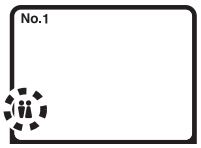
Margen de configuración: de 6 a 80 años

1) Pulse el botón ▲ o ▼ para ajustar la edad.



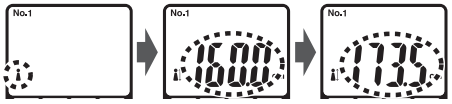
2) Pulse el botón SET (AJUSTAR) para confirmar.

A continuación parpadearán los iconos de sexo.



4. [PARA AJUSTAR EL SEXO Y LA ESTATURA]

Ajuste el sexo (HOMBRE) o (MUJER) y la estatura de la misma manera.



Una vez mostrados todos los ajustes para que los confirme, aparecerá en la pantalla "0.0 kg".

La configuración ha terminado.

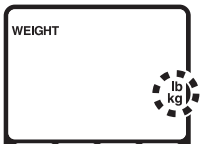
Selección de la unidad de medida

Puede cambiar las unidades de medida que se emplean para los ajustes de peso y estatura.

1. Encienda la unidad.

"CAL" parpadeará en la pantalla y ésta cambiará a "0.0 kg".
Espere hasta que aparezca "0.0 kg" en la pantalla.

2. Mantenga pulsado el botón ▼ hasta que "lb" y "kg" parpadeen en la pantalla.



3. Pulse el botón ▲/▼para seleccionar "kg" o "lb".

Al hacerlo, también cambiarán automáticamente los "cm" e "in".

4. Pulse el botón SET (AJUSTAR) para confirmar.

Todas las mediciones de peso y altura se muestran en la pantalla usando las nuevas unidades de medida. El cambio se mantiene vigente hasta que vuelva a cambiarse.

Cambio de los datos personales

1. Encienda la unidad.

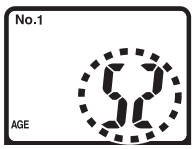
"CAL" parpadeará en la pantalla y ésta cambiará a "0.0 kg".
Espere hasta que aparezca "0.0 kg" en la pantalla.

2. Pulse el botón Personal Profile Number (Número de perfil personal) para seleccionar su número de perfil personal.

1) Su número parpadeará una vez en la pantalla.

2) Pulse el botón SET (AJUSTAR) para confirmar.

La edad seleccionada parpadeará en la pantalla.



3. Con el botón ▲ o ▼, modifique el elemento seleccionado y, después, pulse el botón SET (AJUSTAR). La pantalla pasará de edad a sexo y de sexo a estatura.

Eliminación de los datos personales

1. Encienda la unidad.

"CAL" parpadeará en la pantalla y esta cambiará a "0.0 kg".
Espere hasta que aparezca "0.0 kg" en la pantalla.

2. Pulse el botón Personal Profile Number (Número de perfil personal) para seleccionar su número de perfil personal.

1) Su número parpadeará una vez en la pantalla.

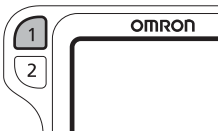
2) Pulse el botón SET (AJUSTAR) para confirmar.

La edad seleccionada parpadeará en la pantalla.

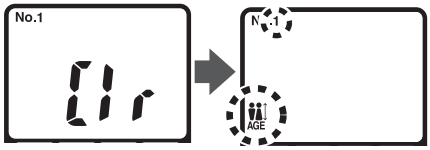


3. Elimine los datos personales.

Presione el botón Personal Profile Number (Número de perfil personal) durante más de dos segundos.



"Clr" aparecerá en la pantalla y los datos personales quedarán eliminados de la memoria.



ES

Interruptor de encendido

La unidad se apagará automáticamente en las siguientes circunstancias:

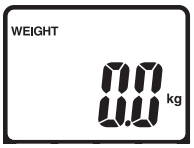
1. Si el monitor no se utiliza en el minuto posterior a la aparición de "0.0 kg" en la pantalla.
2. Si no se especifica información alguna en 5 minutos mientras se introducen los datos personales.
3. Si el monitor no se utiliza durante 5 minutos tras haber mostrado los resultados de la medición.
4. Cinco (5) minutos tras mostrar el resultado cuando sólo se mide el peso.

4. Realización de mediciones

La medición debería realizarse sobre una superficie dura y plana.

1. Encienda la unidad.

"CAL" parpadeará en la pantalla y ésta cambiará a "0.0 kg".



* Si se sube a la unidad antes de que "0.0 kg" aparezca en la pantalla, ésta mostrará un mensaje de error "Err".

2. Cuando aparezca "0.0 kg", retire la unidad de pantalla.

Nota: No retire la unidad de pantalla hasta que "0.0 kg" aparezca en la pantalla. De lo contrario, el peso de la pantalla se sumará a su peso corporal y provocará resultados incorrectos.

3. Seleccione el número de perfil personal.

Presione el botón Personal Profile Number (Número de perfil personal) mientras sostiene la unidad de pantalla. El número seleccionado aparecerá tras parpadear una vez.

Si aparece la siguiente visualización:



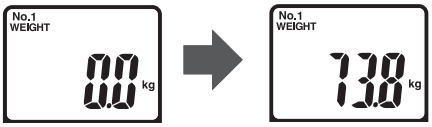
Sus datos personales no están guardados en el número de perfil personal que ha seleccionado. Consulte la sección 3 para guardar los datos personales.

Si sus datos personales no están guardados en la unidad (modo GUEST):

1) Pulse el botón GUEST mientras sostiene la unidad de pantalla.
2) En la pantalla aparecerá la indicación "G" (GUEST).
3) Ajuste los datos personales (edad, sexo, y estatura). Lea los pasos 3 a 4 en la sección 3, Configuración y ajuste de los datos personales.

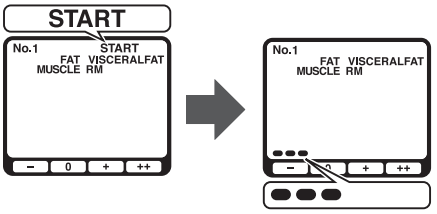
4. Inicio de la medición.

1) Súbase en la unidad principal y coloque sus pies sobre los electrodos de los pies, de manera que su peso quede uniformemente distribuido.



La pantalla mostrará su peso y, a continuación, el resultado del peso parpadeará dos veces.
A continuación, la unidad comenzará a medir su porcentaje de grasa corporal, su nivel de grasa visceral, su porcentaje de músculo esquelético, su IMC y su metabolismo basal.

2) Cuando "START" aparezca en la pantalla, extienda sus brazos hasta que queden rectos y formen un ángulo de 90° grados con respecto a su cuerpo.



Los indicadores de la barra de progreso de la medición de la parte inferior de la pantalla aparecerán gradualmente, de izquierda a derecha.

3) Una vez finalizada la medición, su peso aparecerá de nuevo en pantalla. En este momento, ya se podrá bajar de la plataforma de medición.



Postura correcta para la medición



Una vez calculado su peso.

90°

(2)

Los brazos se elevan de forma horizontal, y los codos se extienden hasta quedar rectos.

Extienda sus brazos hasta que queden rectos y formen un ángulo de 90º grados respecto a su cuerpo.

(3)

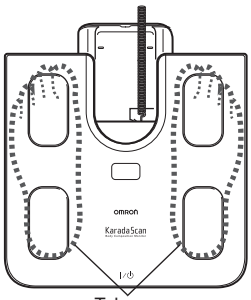


Sostenga la unidad de pantalla de forma que pueda ver la pantalla.

(1)

Permanezca de pie con las rodillas y espalda rectas y mire al frente.

Súbase a la unidad principal descalzo.



Talones

- Asegúrese de que sus dos talones están situados como se indica. Apóyese de forma que su peso quede uniformemente distribuido en la plataforma de medición.

Presione sus palmas firmemente sobre los electrodos de agarre.



Coloque el dedo corazón en el rebaje de la parte posterior de los electrodos de agarre.

Sostenga los electrodos de agarre internos firmemente con el pulgar y el dedo índice.

Sostenga los electrodos de agarre externos con los dedos anular y meñique.

Posturas que deben evitarse durante la medición

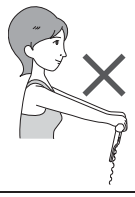
Movimiento durante la medición



Brazos doblados



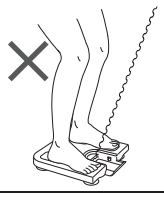
Brazos demasiado bajos o altos



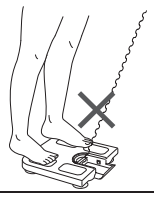
Pantalla colocada hacia arriba



Rodillas dobladas



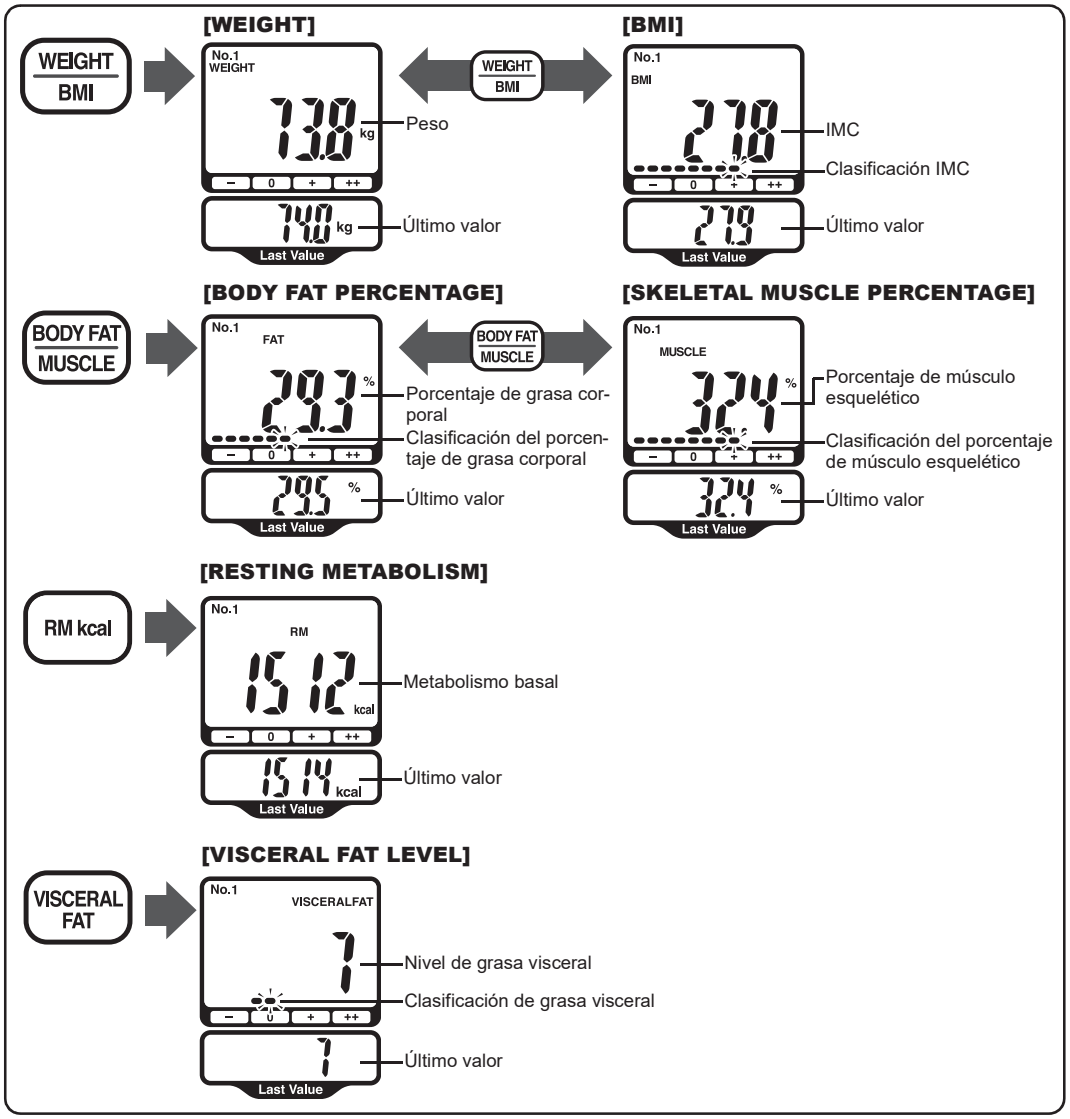
De pie sobre el borde de la unidad



ES

5. Compruebe los resultados de las mediciones.

Pulse el botón adecuado para visualizar los resultados deseados. Los últimos valores de la medición anterior se muestran en la zona de Last Value de la pantalla.



Nota: En el caso de niños (6 a 17 años de edad), esta unidad muestra el peso, la clasificación del porcentaje de grasa corporal, el porcentaje de músculo esquelético, el IMC y la clasificación del IMC y el metabolismo basal.

Interpretación de los resultados del porcentaje de grasa corporal

La tabla que se ofrece a continuación está basada en las investigaciones de H. D. McCarthy y col., en International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, y de Gallagher y col., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, junto con una clasificación en cuatro niveles por parte de Omron Healthcare.

Sexo	Edad	– (Bajo)	0 (Normal)	+ (Alto)	++ (Muy alto)
Mujer	6	< 13,8%	13,8 - 24,9%	25,0 - 27,0%	≧ 27,1%
	7	< 14,4%	14,4 - 27,0%	27,1 - 29,6%	≧ 29,7%
	8	< 15,1%	15,1 - 29,1%	29,2 - 31,9%	≧ 32,0%
	9	< 15,8%	15,8 - 30,8%	30,9 - 33,8%	≧ 33,9%
	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Hombre	6	< 11,8%	11,8 - 21,7%	21,8 - 23,7%	≧ 23,8%
	7	< 12,1%	12,1 - 23,2%	23,3 - 25,5%	≧ 25,6%
	8	< 12,4%	12,4 - 24,8%	24,9 - 27,7%	≧ 27,8%
	9	< 12,6%	12,6 - 26,5%	26,6 - 30,0%	≧ 30,1%
	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

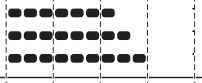
Interpretación del resultado del nivel de grasa visceral

Nivel de grasa visceral	Clasificación del nivel
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Alto)
15 - 30	++ (Muy alto)

Según cifras de Omron Healthcare

ES

Interpretación de los resultados del IMC

IMC	IMC (designación de la OMS)	Barra de clasificación IMC (– 0 + ++)	Clasificación IMC
IMC < 18,5	- (Peso inferior al normal)		7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 ≦ IMC < 25	0 (Normal)		18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 ≦ IMC < 30	+ (Peso superior al normal)		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 ≦ IMC	++ (Obesidad)		30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

Los índices mencionados hacen referencia a los valores para la evaluación de la obesidad propuestos por la OMS, la Organización Mundial de la Salud.

Interpretación del resultado de porcentaje de músculo esquelético (para adultos)

Sexo	Edad	– (Bajo)	0 (Normal)	+ (Alto)	++ (Muy alto)
Mujer	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Hombre	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

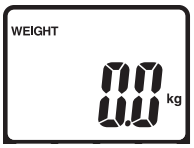
Según cifras de Omron Healthcare

6. Tras confirmar los resultados, apague la unidad.

Nota: Si olvida apagar la unidad, ésta se apagará automáticamente en 5 minutos.
Vuelva a colocar la unidad de pantalla en el soporte de la unidad principal, tal como se indica en la Sección 8.

5. Medición del peso solamente

1. Encienda la unidad.



"CAL" parpadeará en la pantalla y esta cambiará a "0.0 kg".

Nota: Si se sube a la unidad antes de que "0.0 kg" aparezca en la pantalla, ésta mostrará un mensaje de error "Err".

2. Cuando aparezca "0.0 kg", suba a la unidad.

Nota: Deje la unidad de pantalla en el soporte de la unidad de pantalla.

3. Compruebe el resultado de la medición.

Su peso aparecerá en la pantalla y parpadeará dos veces para indicar que la medición ha finalizado.

Nota: En este momento, también puede comprobar el resultado de la medición retirando la unidad de pantalla.

4. Cuando la medición haya finalizado, bájese de la unidad y apáguela.

6. Indicadores de error

Indicador de error	Causa	Medida correctora
	Las palmas de sus manos o plantas de sus pies no están en contacto con los electrodos de la manera correcta.	Presione las palmas o plantas correctamente sobre los electrodos, a continuación se efectuará la medición. (Consulte la sección 4).
	La postura para la medición no es la correcta o las palmas o las plantas no hacen contacto correctamente con los electrodos.	No mueva las manos ni las plantas de los pies cuando se esté realizando la medición. (Consulte la sección 4).
	Las palmas o las plantas están demasiado secas.	Humedezca las palmas o las plantas con una toalla húmeda, a continuación vuelva a realizar la medición.
	Los valores de la composición corporal se encuentran fuera de los parámetros de medición.	• Asegúrese de que la configuración de edad, sexo y altura que se ha guardado como información personal sea correcta. (Consulte las opciones de configuración en la sección 9). • La unidad principal no puede medir la composición corporal fuera de su rango de medición aunque la edad, el sexo y la estatura estén ajustados correctamente.
	Operación anormal.	Introduzca las pilas de nuevo y repita la medición. Si este error persiste, consulte al representante del servicio técnico de OMRON.
	Se subió a la unidad antes de que apareciera “0.0 kg” en la pantalla.	Súbase a la unidad principal una vez que “0.0 kg” aparezca en la pantalla.
	Desplazó la unidad principal antes de que “0.0 kg” apareciera en la pantalla.	No desplace la unidad principal hasta que “0.0 kg” aparezca en la pantalla.
	Movió su cuerpo durante la medición de peso corporal.	No se mueva durante la medición del peso corporal.
	Su peso es de 150 kg (330,0 lb) o superior.	Un peso corporal de 150 kg (330,0 lb) o superior excede el rango de medida de esta unidad. No puede utilizar esta unidad.

7. Solución de problemas

En caso de producirse alguno de los siguientes problemas durante las mediciones, compruebe primero que no haya otros dispositivos eléctricos en un radio de 30 cm.

Si el problema persiste, consulte la siguiente tabla.

Problema	Causa	Medida correctora
El valor de la composición corporal que se muestra es anormalmente alto o bajo.	Consulte “Información sobre composición corporal”.	
La unidad se apaga aproximadamente 5 minutos después de confirmar el peso corporal y antes de medir el porcentaje de grasa corporal, el nivel de grasa visceral, el porcentaje de músculo esquelético, el IMC y el metabolismo basal.	No seleccionó el número de perfil personal correcto o el modo GUEST. (En la unidad de pantalla no se muestra ni el número de perfil personal ni “G”.)	Seleccione el número de perfil personal correcto o el modo GUEST. (Consulte la sección 4).
No aparece nada cuando se enciende la unidad.	No se han introducido las pilas.	Introduzca las pilas.
	Las polaridades de las pilas no están alineadas correctamente.	Inserte las pilas en la alineación correcta.
	Las pilas están gastadas.	Sustituya las cuatro pilas por otras nuevas. (Consulte la sección 2).
	El cable que conecta la unidad de pantalla está dañado o gastado.	Póngase en contacto con el representante del servicio técnico OMRON más cercano.

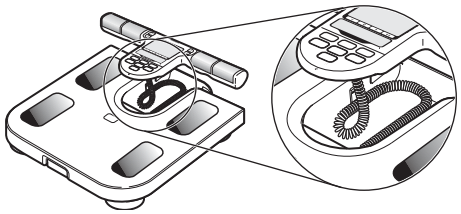
8. Cómo cuidar y conservar la unidad

Cómo cuidar la unidad

- Mantenga la unidad siempre limpia antes de usarla.
- Limpie la unidad principal con un paño seco y suave.
  Si fuera necesario, utilice un paño humedecido con agua o detergente, escurriéndolo bien antes de limpiar la unidad, y seque la unidad con un paño seco.
- Puede usar alcohol para limpiar los electrodos, pero no en las otras partes de la unidad.
- No utilice benceno ni disolvente para limpiar la unidad.

Cuidado y conservación

- Guarde la unidad de pantalla en la unidad principal, tal y como se muestra en la imagen.
- Cuando guarde la unidad de pantalla, procure no doblar el cable.



- No guarde la unidad en las siguientes circunstancias:
  - Humedad o donde la humedad o el agua puedan entrar en la unidad
  - Altas temperaturas, luz solar directa o lugares polvorientos
  - Lugares con riesgo de que se produzcan vibraciones o descargas inesperadas
  - En lugares donde se guarden sustancias químicas o donde haya gas corrosivo.

- No lleve a cabo ninguna reparación por su cuenta. Este producto se calibró en el momento de su fabricación. Si en algún momento duda de la precisión de las mediciones, póngase en contacto con su distribuidor autorizado de OMRON. Como norma general, se recomienda hacer una revisión del dispositivo cada 2 años para asegurar su funcionamiento correcto y su precisión.

9. Datos técnicos

Categoría del producto	**Analizadores de composición corporal**	
Descripción del producto	Monitor de composición corporal	
Modelo (código Intl.)	**BF511 (HBF-511B-E)** **BF511 (HBF-511T-E)**	
Pantalla	**Peso corporal:**	de 0 a 150 kg en incrementos de 0,1 kg (de 0,0 a 330,0 lb en incrementos de 0,2 lb)
	Porcentaje de grasa corporal:	de 5,0 a 60,0% con un incremento de 0,1%
	Porcentaje de músculo esquelético:	de 5,0 a 50,0% con un incremento de 0,1%
	IMC:	de 7,0 a 90,0 con un incremento de 0,1
	Metabolismo basal:	de 385 a 3999 kcal con un incremento de 1 kcal
	Nivel de grasa visceral:	30 niveles con un incremento de 1 nivel
	Clasificación del IMC: – (Peso inferior al normal)/0 (Normal)/+ (Sobrepeso)/++ (Obesidad) 4 niveles con 3 subniveles cada uno	
	Clasificación del porcentaje de grasa corporal y del porcentaje de músculo esquelético: – (Bajo)/0 (Normal)/+ (Alto)/++ (Muy alto) 4 niveles con 3 subniveles cada uno	
	Clasificación del nivel de grasa visceral: 0 (Normal)/+ (Alto)/++ (Muy alto) 3 niveles con 3 subniveles cada uno	
Opciones de configuración	**Estatura:** de 100,0 a 199,5 cm (de 3'4" a 6' 6 3/4") **Edad:** entre 6 y 80 años **Sexo:** Hombre/Mujer * Unidades de medición: kg (cm)/lb (ft•in) * Las edades admisibles para el porcentaje de grasa corporal, la clasificación del porcentaje de grasa corporal, el porcentaje de músculo esquelético, el IMC y la clasificación del IMC y el metabolismo basal están entre los 6 y los 80 años. * Las edades admisibles para el nivel de grasa visceral, la clasificación del nivel de grasa visceral y la clasificación del porcentaje de músculo esquelético están entre los 18 y los 80 años de edad.	
Precisión de peso	de 0,0 kg a 40,0 kg: ± 0,4 kg (de 0,0 lb a 88,2 lb: ± 0,88 lb) de 40,0 kg a 150,0 kg: ± 1% (de 88,2 lb a 330,0 lb: ± 1%)	
Precisión (S.E.E.)	**Porcentaje de grasa corporal:**	3,5%
	Porcentaje de músculo esquelético:	3,5%
	Nivel de grasa visceral:	3 niveles
Modo de funcionamiento	Funcionamiento continuo	
Duración	5 años (si se usa 3 veces al día)	
Suministro eléctrico	4 pilas AA (R6) (también puede utilizar pilas alcalinas AA (LR6)).	
Vida útil de las pilas	Aproximadamente 1 año (cuando las pilas de manganeso se utilizan para cuatro mediciones diarias)	
Temperatura de funcionamiento / Humedad / Presión atmosférica	De +10 a 40°C / De 30 a 85% de humedad relativa (sin condensación) / De 700 a 1060 hPa	
Temperatura / Humedad / Presión atmosférica de conservación y transporte	De -20 a 60°C / De 10 a 95% de humedad relativa (sin condensación) / De 700 a 1060 hPa	
Protección contra descargas eléctricas	Equipo ME con carga eléctrica interna	
Partes en contacto	Tipo BF (Electrodos de sujeción, electrodos de los pies)	
Clasificación IP	IP21	

*La clasificación IP representa los grados de protección proporcionados por IEC 60529.
Esta unidad está protegida contra materias extrañas sólidas de un diámetro de 12,5 mm, como un dedo u objetos más grandes. Esta unidad está protegida contra la entrada de gotas de agua que caigan verticalmente.

Peso	2,2 kg (4,85 lb) aproximadamente (incluidas las pilas)	
Dimensiones externas	**Unidad de pantalla:**	Aprox. 300 (An) × 35 (Al) × 147 mm (Fo) (Aprox. 11 3/4" (An) x 1 3/8" (Al) x 5 3/4" (Fo))
	Unidad principal:	Aprox. 303 (An) × 55 (Al) × 327 mm (Fo) (Aprox. 11 7/8" (An) x 2 1/8" (Al) x 12 7/8" (Fo))
Contenido del envase	Monitor de composición corporal, 4 pilas de manganeso AA (R6), manual de instrucciones, tarjeta de garantía	

Nota: Sujeto a modificaciones técnicas sin previo aviso.
Informe al fabricante y a la autoridad competente del Estado miembro en el que usted esté establecido sobre cualquier incidente grave que se haya producido en relación con este dispositivo.
El modo de funcionamiento se clasifica de conformidad con IEC 60601-1.

CE 0197 UK CA 0086

Descripción de los símbolos que, en función del modelo, pueden encontrarse sobre el producto mismo, el envase de venta o el manual de instrucciones			
	Parte en contacto - Tipo BF Grado de protección contra descargas eléctricas (corriente de fuga)		Limitación de la temperatura
IP XX	Grado de protección de entrada según la norma internacional IEC 60529		Limitación de la humedad
CE	Marcado CE		Limitación de la presión atmosférica
SN	Número de serie	⎓	Corriente continua
	Es necesario que el usuario siga rigurosamente este manual de instrucciones para su seguridad. (Fondo: azul)		No deben utilizar este producto personas con implantes médicos, como marcapasos, corazón o pulmón artificiales u otros sistemas de soporte vital electrónicos. (Círculo rojo con una línea diagonal)
MD	Producto sanitario		Fecha de fabricación
UK CA	Marcado UKCA	UDI	Identificador único del producto
	Marca de reciclaje X: número de material Y: abreviatura del material Consulte 97/129/CE para obtener más información.		Instrucciones de reciclaje de los elementos de embalaje



Eliminación correcta de este producto (material eléctrico y electrónico de desecho)

La presencia de esta marca en el producto o en el material informativo que lo acompaña, indica que al finalizar su vida útil no deberá eliminarse junto con otros residuos domésticos. Para evitar los posibles daños al medio ambiente o a la salud humana que representa la eliminación incontrolada de residuos, separe este producto de otros tipos de residuos y recíclelo correctamente para promover la reutilización sostenible de recursos materiales.

Los usuarios particulares pueden contactar con el establecimiento donde adquirieron el producto, o con las autoridades locales pertinentes, para informarse sobre cómo y dónde pueden llevarlo para que sea sometido a un reciclaje ecológico y seguro.

Los usuarios profesionales pueden contactar con su proveedor y consultar la normativa vigente para la eliminación de RAEE (residuos de aparatos eléctricos y electrónicos). Este producto no debe eliminarse mezclado con otros residuos comerciales.

Este producto no contiene ninguna sustancia peligrosa.
La eliminación de las pilas usadas deberá realizarse en conformidad con las normativas nacionales para la eliminación de pilas.

Información importante sobre la Compatibilidad electromagnética (EMC)

Este dispositivo ha sido fabricado por OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. conforme al estándar EN60601-1-2:2015+A1:2021 de compatibilidad electromagnética (EMC).
OMRON HEALTHCARE EUROPE dispone de más documentación sobre la compatibilidad electromagnética en la dirección mencionada en este manual de instrucciones o en www.omron-healthcare.com

Fabricante 		**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPÓN
Representante en la UE 		**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, PAÍSES BAJOS www.omron-healthcare.com
Importador en la UE		
Planta de producción		**Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd.** No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, China
Empresas filiales	Importador en el Reino Unido y persona responsable en el RU	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Fabricado en China

Inhoud

Voordat u het apparaat gebruikt

Veiligheid **92**
Informatie over de lichaamssamenstelling **93**

Bediening

1. Ken uw apparaat **95**
2. De batterijen plaatsen en vervangen **95**
3. Persoonlijke gegevens instellen en opslaan **96**
4. Een meting verrichten **98**
5. Alleen wegen **102**

Verzorging en onderhoud

6. Foutweergaven **103**
7. Problemen oplossen **103**
8. Het apparaat verzorgen en opbergen **104**
9. Technische gegevens **105**

Beoogd doel
Met dit medische apparaat kunt u nauwkeurig het lichaamsgewicht meten en op een niet-invasieve manier de volgende lichaamssamenstellingsparameters berekenen en onmiddellijk de resultaten interpreteren:

- Lichaamsvet (%)
- Visceraal vet (maximaal 30 niveaus)
- BMI (Body Mass Index)
- Skeletspiermassa (%)

Daarnaast wordt door berekening van het basale metabolisme (in kcal) de dagelijkse energiebehoefte bepaald, wat een referentiewaarde voor een programma voor gewichtsverlies kan vormen.
De unieke 8-sensortechnologie van OMRON maakt gebruik van beide handen en voeten, en biedt een van de meest nauwkeurige methoden voor het meten van het gehele lichaam.
Dit apparaat is bedoeld voor gebruik door volwassen personen die de gebruiksaanwijzing kunnen begrijpen. Gebruikers kunnen ook patiënten zelf zijn.
Het is niet bedoeld voor professioneel gebruik in ziekenhuizen of andere medische omgevingen, het is bedoeld voor meervoudig gebruik door meerdere patiënten en alleen voor thuisgebruik.

Beoogde patiënten
Kinderen vanaf 6 jaar en volwassenen. (Niet voor kinderen jonger dan 6 jaar)
Bij de volgende personen kan het lichaamsvetpercentage dat door dit apparaat wordt gemeten aanmerkelijk verschillen van het werkelijke lichaamsvetpercentage. Dit verschil wordt veroorzaakt door veranderende lichaamsvloeistofwaarden en/of lichaamssamenstelling.
Ouderen (ouder dan 81 jaar) / mensen met koorts / bodybuilders of zeer goed getrainde atleten / patiënten die nierdialyse ondergaan / patiënten met osteoporose die een zeer lage botdichtheid hebben / zwangere vrouwen / mensen met een gezwel

Veiligheid

Gebruikte symbolen en definities:

⚠**Gevaar:**	Verkeerd gebruik kan de dood of ernstig letsel veroorzaken.
⚠**Waarschuwing:**	Verkeerd gebruik kan mogelijk leiden tot de dood of ernstig letsel.
⚠**Voorzorgsmaatregel:**	Verkeerd gebruik kan leiden tot letsel of schade aan eigendommen.

⚠Gevaar:

- Gebruik dit apparaat nooit in combinatie met medische elektronische apparaten, zoals:

(1) Medische elektronische implantaten, zoals pacemakers.



(2) Elektronische bewakingsapparatuur, zoals een kunsthart/-long.

(3) Draagbare elektronische medische apparaten, zoals elektrocardiografen.

Dit apparaat kan storingen in deze apparaten veroorzaken, wat een groot gezondheidsrisico betekent voor de gebruikers ervan.

⚠Waarschuwing:

- Begin nooit zonder instructies van een arts of specialist aan afvallen of oefentherapie.
- Gebruik het apparaat niet op gladde oppervlakken, zoals een natte vloer.
- Hou het apparaat buiten bereik van jonge kinderen. Bevat kleine onderdelen die verstikkingsgevaar kunnen opleveren wanneer deze door kinderen worden ingeslikt.
- Het snoer van het display kan beknelling veroorzaken bij kinderen.
- Spring niet op het apparaat.
- Gebruik dit apparaat niet als uw lichaam en/of voeten nat zijn, zoals nadat u zich hebt gewassen.
- Ga met blote voeten op het apparaat staan. Als u er met sokken aan op gaat staan, kunt u uitglijden en uzelf bezeren.
- Stap niet op de rand of de display van het apparaat.
- Gehandicapte of fysiek kwetsbare mensen moeten altijd door iemand worden geholpen als ze dit apparaat gebruiken. Gebruik een handvat of iets dergelijks als u op het apparaat stapt.
- Als u batterijvloeistof in uw ogen krijgt, spoelt u die direct met ruim schoon water. Raadpleeg direct een arts.
- Wanneer het apparaat niet goed werkt, kan het heet worden.
  Gebieden waarvan de temperatuur kan oplopen.
  (1) Het gebied rond het batterijvak: 105 °C (max.)
  (2) De elektroden en bedieningsknoppen: 48 °C (max.)
  Als het apparaat niet goed werkt en niet kan worden gebruikt, stop dan onmiddellijk met het gebruik. U mag niet langer dan 10 minuten contact maken met de elektroden of de bedieningsknoppen aanraken.

⚠Voorzorgsmaatregel:

- Demonteer, repareer of wijzig het afleesgedeelte en het weeggedeelte niet.
- Zorg er tijdens de meting voor dat er geen mobiele telefoons of andere elektrische apparaten die elektromagnetische velden afgeven aanwezig zijn binnen een bereik van 30cm van dit apparaat. Dit kan ertoe leiden dat het apparaat niet goed werkt en/of een onnauwkeurig meetresultaat oplevert.
- Berg het afleesgedeelte voorzichtig op. Als u er te hard op drukt, kunnen uw vingers klem komen te zitten tussen de handgreep en het weeggedeelte.
- Gebruik geen batterijen die niet voor dit apparaat geschikt zijn. Plaats de batterijen niet met de polen in de verkeerde richting.
- Vervang lege batterijen direct door nieuwe.
- Gooi batterijen nooit in een open vuur.
- Als u batterijvloeistof op uw huid of kleding krijgt, spoelt u die direct met ruim schoon water.
- Haal de batterijen uit het apparaat als dit gedurende een langere periode (circa drie maanden of langer) niet wordt gebruikt.
- Gebruik geen verschillende soorten batterijen tegelijk.
- Gebruik geen oude en nieuwe batterijen tegelijk.
- Verwijder voordat u op het apparaat stapt het afleesgedeelte van het weeggedeelte. Als u het afleesgedeelte probeert te verwijderen terwijl u op het apparaat stapt, kunt u uw evenwicht verliezen en vallen.
- Haal deze monitor en andere onderdelen uit de verpakking en controleer ze op beschadigingen. Als deze monitor of andere onderdelen beschadigd zijn, gebruik deze dan NIET en neem contact op met uw OMRON-dealer of -distributeur.
- Stop met het gebruik van deze monitor en raadpleeg uw arts als u huidirritatie of ongemak ervaart.
- Gebruik batterijen NIET na de vervaldatum.
- OMRON raadt aan om ongeveer 2 uur te wachten totdat de monitor is opgewarmd of afgekoeld wanneer de monitor wordt gebruikt in een omgeving waarvan de temperatuur binnen de gespecificeerde bedrijfsomstandigheden valt en nadat deze bij de maximale of minimale opslagtemperatuur is opgeslagen. Voor meer informatie over de bedrijfs- en opslag-/transporttemperatuur, zie 16. Technische gegevens.

Algemeen advies:

- Plaats het apparaat niet op een gedempt vloeroppervlak, zoals een tapijt of een mat. Er is dan wellicht geen goede meting mogelijk.
- Plaats het apparaat niet in erg vochtige omgevingen en bescherm het tegen spatwater.
- Plaats het apparaat niet nabij warmtebronnen of onder airconditioners en vermijd direct zonlicht.
- Gebruik dit apparaat niet voor andere doeleinden dan in deze handleiding beschreven.
- Trek niet hard aan het snoer tussen het afleesgedeelte en het weeggedeelte.
- Dit apparaat is een precisie-instrument. Laat het niet vallen en stel het niet bloot aan trillingen of schokken.
- Afvoer van gebruikte batterijen dient plaats te vinden overeenkomstig de nationale regelgeving hiervoor.
- Reinig het afleesgedeelte en het weeggedeelte niet met water.
- Neem het apparaat niet af met benzeen, benzine, verfverdunner, alcohol of andere vluchtige stoffen.
- Plaats het apparaat niet waar het blootgesteld wordt aan chemicaliën of bijtende dampen.

Lees de “Belangrijke informatie met betrekking tot de elektromagnetische compatibiliteit (EMC)” in het hoofdstuk “Technische Gegevens” en volg de daar gegeven aanwijzingen.

Informatie over de lichaamssamenstelling

Principes van het berekenen van de lichaamssamenstelling

Lichaamsvet geleidt elektriciteit slecht.

Door de BF511 wordt het lichaamsvetpercentage bepaald aan de hand van de bio-elektrische impedantie (BI) methode). Spieren, bloedvaten en bot zijn lichaamsweefsels die veel water bevatten en gemakkelijk elektriciteit geleiden. Lichaamsvet is een weefsel dat minder geleidend is. De BF511 stuurt een zeer zwakke elektrische stroom van 50 kHz en minder dan 500 μA door uw lichaam voor het meten van de hoeveelheid vetweefsel. Deze zwakke elektrische stroom voelt u niet.

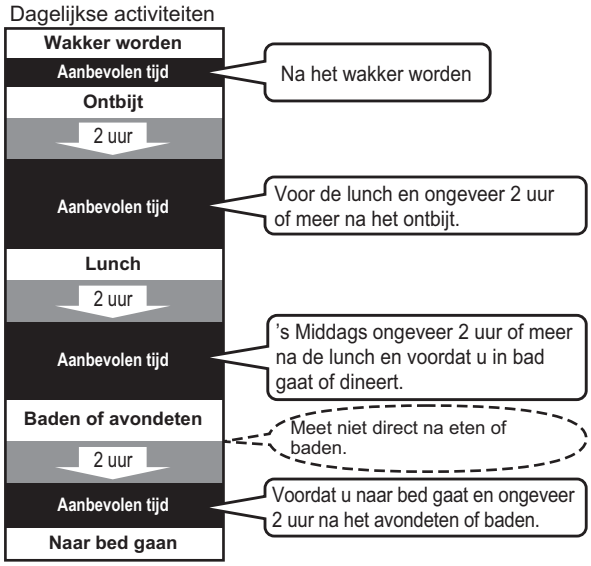
Voor het bepalen van de lichaamssamenstelling wordt door het apparaat gebruikgemaakt van de elektrische impedantie en van uw gewicht, lengte, leeftijd en geslacht, voor het genereren van resultaten op basis van de gegevens van OMRON over de lichaamssamenstelling.

Het hele lichaam wordt gemeten, zodat fluctuaties niet van invloed zijn.

Tijdens de dag trekt het water in het lichaam geleidelijk naar de onderste ledematen. Dat is de reden waarom benen en enkels de neiging hebben 's avonds of 's nachts op te zwellen. De hoeveelheid water in het boven- en onderlichaam is 's morgens anders dan 's avonds, wat betekent dat de elektrische impedantie van het lichaam ook varieert. Omdat bij de BF511 voor de metingen elektroden voor beide handen en voeten worden gebruikt, is de invloed van deze fluctuaties op het meetresultaat kleiner.

Aanbevolen meettijden

Begrip van de normale veranderingen in uw lichaamsvetpercentage kan u helpen bij het voorkomen of verminderen van zwaarlijvigheid. Als u zich bewust wordt van de momenten waarop het lichaamsvetpercentage tijdens uw dagelijkse ritme verandert, kan dit u helpen een goed inzicht te krijgen in de ontwikkeling van uw lichaamsvet. Het wordt aanbevolen dit apparaat telkens in dezelfde omgeving en dagelijkse omstandigheden te gebruiken. (Zie tabel)



Verricht geen metingen onder de volgende omstandigheden

- direct na lichamelijke inspanning, na een bad of na de sauna,
- na het drinken van alcohol of veel water, of na een maaltijd (circa 2 uur).

Als u onder deze omstandigheden een meting verricht, kan de berekende lichaamssamenstelling duidelijk van de werkelijke samenstelling afwijken, doordat de waterhoeveelheid in het lichaam verandert.

NL

Wat is BMI (Body Mass Index)?

De BMI wordt berekend met de onderstaande, eenvoudige formule voor de verhouding tussen het gewicht en de lengte van een persoon.

BMI = gewicht (kg) / lengte (m) / lengte (m).

In de OMRON BF511 wordt voor het berekenen van de BMI-beoordeling gebruikgemaakt van de lengte die onder het persoonlijke profielnummer is opgeslagen, of van de in de gastmodus ingevoerde gegevens.

Als het vetgehalte dat door de BMI wordt aangegeven hoger dan de internationale standaard is, is er een verhoogde kans op een aantal veel voorkomende ziekten. Niet alle soorten vet worden echter door de BMI aangetoond.

Wat is het lichaamsvetpercentage?

Het lichaamsvetpercentage is de hoeveelheid lichaamsvet als percentage van het totale lichaamsgewicht.

Lichaamsvetpercentage (%) =
{Gewicht lichaamsvet (kg) / lichaamsgewicht (kg)} × 100

In dit apparaat wordt de BI-methode gebruikt voor het schatten van het lichaamsvetpercentage.

Afhankelijk van de verdeling van het vet over het lichaam, wordt dit vet als visceraal of als onderhuids vet aangeduid.

Wat is het visceraal vetniveau?

Visceraal vet = vet rond de interne organen

Van een teveel aan visceraal vet wordt gedacht dat dit sterk gerelateerd is aan verhoogde vetniveaus in het bloed. Dit kan leiden tot welvaartsziekten als hyperlipidemie en suikerziekte. Deze aandoeningen verstoren de overdracht van energie uit het bloed naar de cellen. Voor het voorkomen of verlichten van welvaartsziekten is het belangrijk de hoeveelheid visceraal vet te verminderen tot een acceptabel niveau. Mensen met veel visceraal vet hebben vaak een grote maag. Dit is echter niet altijd het geval, en hoge niveaus van visceraal vet kunnen leiden tot metabolische obesitas. Metabolische obesitas (viscerale obesitas met normaal gewicht) geeft vetniveaus die hoger zijn dan gemiddeld, zelfs als het gewicht op of onder het ideale gewicht voor de lengte ligt.

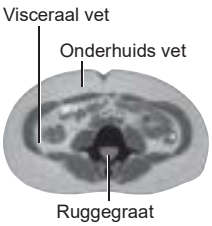


Voorbeeld van visceraal vet (MRI-beeld)

Wat is onderhuids vet?

Onderhuids vet = vet dat onder de huid ligt

Onderhuids vet verzamelt zich niet alleen rond de maag, maar ook om de bovenarmen, heupen en dijen, en kan de verhoudingen van het lichaam verstoren. Hoewel het niet direct gekoppeld is aan verhoogd ziekterisico, wordt aangenomen, dat het extra druk op het hart veroorzaakt. Onderhuids vet wordt niet op dit apparaat weergegeven, maar is onderdeel van het lichaamsvetpercentage.



Voorbeeld van onderhuids vet (MRI-beeld)

Wat is skeletspiermassa?

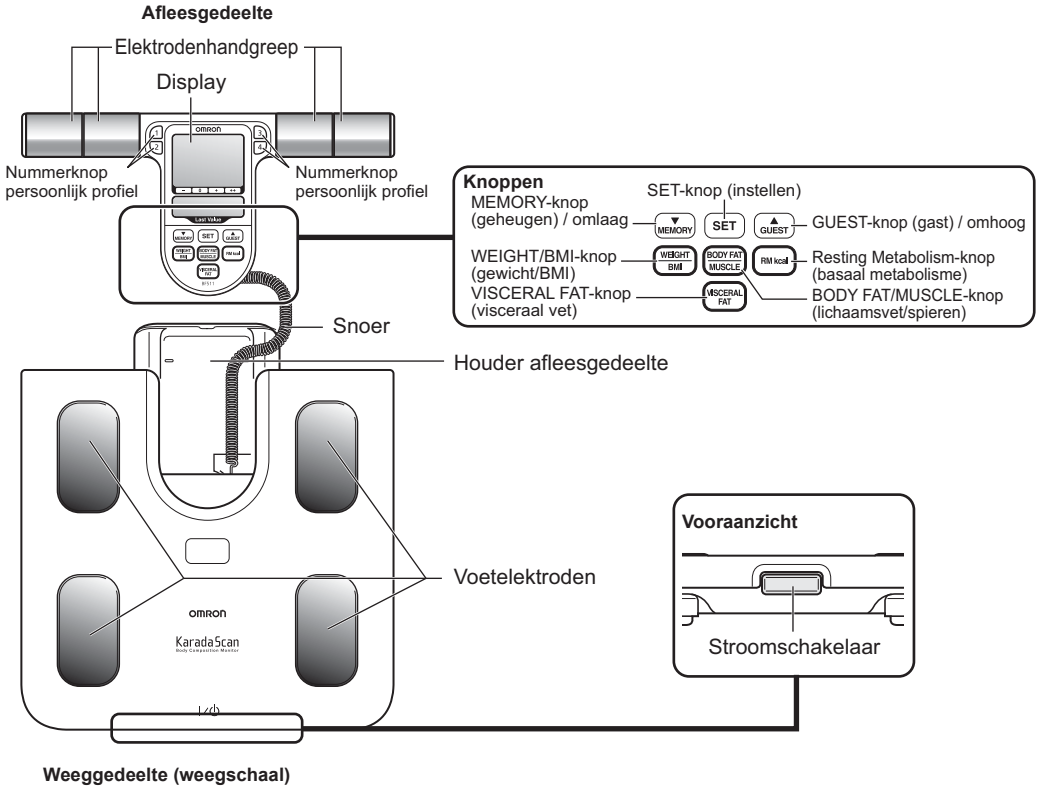
Spieren worden in twee typen onderverdeeld: spieren van interne organen, zoals het hart, en skeletspieren die aan botten zijn gehecht en voor bewegen worden gebruikt. De skeletspiermassa kan worden vergroot door oefening en andere activiteiten.

Het vergroten van de skeletspiermassa ten opzichte van de lichaamsmassa betekent dat er gemakkelijker energie kan worden verbrand. Dit betekent dat het minder waarschijnlijk is dat er vet wordt aangemaakt en dat het gemakkelijker wordt een actieve levensstijl aan te houden.

Wat is het basale metabolisme?

Onafhankelijk van hoe actief u bent, is er een minimale hoeveelheid energie nodig voor de dagelijkse functies van het lichaam. Dit wordt het basale metabolisme of rustmetabolisme genoemd, en geeft aan hoeveel calorieën u moet eten om uw lichaam voldoende energie te geven om te functioneren.

1. Ken uw apparaat

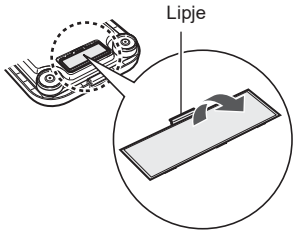


2. De batterijen plaatsen en vervangen

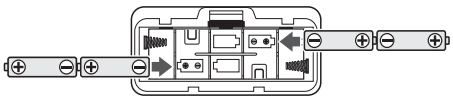
1. Open het batterijdeksel op de achterkant van het weeggedeelte.

1) Druk op het lipje van het batterijdeksel om het los te maken.

2) Trek omhoog zoals weergegeven.



2. Plaats de batterijen in de juiste richting, zoals aangegeven in het batterijvak.



3. Sluit het batterijdeksel.

Levensduur batterijen en vervanging

Vervang als de batterij-indicator ( ) wordt weergegeven alle vier de batterijen door nieuwe batterijen.

In het geheugen opgeslagen gegevens blijven bewaard als de batterijen worden verwijderd.

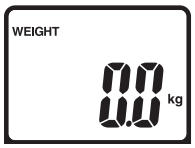
- Vervang de batterijen nadat u het apparaat hebt uitgeschakeld.
- Afvoer van gebruikte batterijen dient plaats te vinden overeenkomstig de nationale regelgeving hiervoor.
- De vier AA-batterijen gaan ongeveer 1 jaar mee (bij vier metingen per dag).
- Omdat de meegeleverde batterijen alleen voor testdoeleinden zijn, kunnen deze een kortere levensduur hebben.

NL

3. Persoonlijke gegevens instellen en opslaan

Voor het meten van de lichaamssamenstelling is het nodig persoonlijke gegevens (leeftijd, geslacht, lengte) in te voeren.

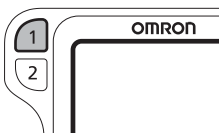
1. Zet het apparaat aan.



Op de display knippert eerst “CAL” en wordt daarna “0.0 kg” weergegeven.

* Wacht tot “0.0 kg” wordt weergegeven.

2. Selecteer het persoonlijke profielnummer door erop te drukken.



1) Het geselecteerde nummer knippert op de display.



2) Bevestig door op SET te drukken.

Vervolgens wordt de standaardleeftijd knipperend op de display weergegeven.



3. [De leeftijd instellen]

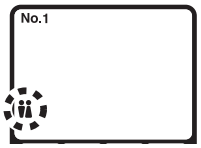
Instelbereik: 6 tot 80 jaar oud.

1) Stel de leeftijd in met ▲ en ▼.



2) Bevestig door op SET te drukken.

Vervolgens worden de geslachtspictogrammen knipperend op de display weergegeven.



4. [Geslacht en lengte instellen]

Stel op dezelfde manier het geslacht (man) of (vrouw) en de lengte in.



Nadat alle instellingen ter bevestiging zijn weergegeven, wordt “0.0 kg” op de display weergegeven.

Hiermee is het instellen voltooid.

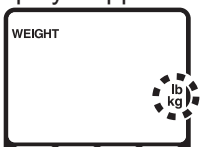
De meeteenheid selecteren

U kunt de meeteenheden voor lengte en gewicht wijzigen.

1. Zet het apparaat aan.

Op de display knippert eerst “CAL” en wordt daarna “0.0 kg” weergegeven.
Wacht tot “0.0 kg” op de display wordt weergegeven.

2. Houd ▼ ingedrukt tot “lb” en “kg” op de display knipperen.



3. Selecteer “kg” of “lb” met ▲ ▼.

Hiermee wijzigt u automatisch ook “cm” en “in”.

4. Bevestig door op SET te drukken.

Alle lengtes en gewichten worden met de nieuwe meeteenheden weergegeven. Dit blijft zo, tot u dit weer wijzigt.

De persoonlijke gegevens wijzigen

1. Zet het apparaat aan.

Op de display knippert eerst “CAL” en wordt daarna “0.0 kg” weergegeven.
Wacht tot “0.0 kg” op de display wordt weergegeven.

2. Selecteer het persoonlijke profielnummer door erop te drukken.

1) Het nummer knippert één keer op de display.

2) Bevestig door op SET te drukken.

Vervolgens wordt de geselecteerde leeftijd knipperend op de display weergegeven.



3. Wijzig het geselecteerde onderdeel met ▲ en ▼ en druk op SET. Op de display worden achtereenvolgens leeftijd, geslacht en lengte weergegeven.

De persoonlijke gegevens verwijderen

1. Zet het apparaat aan.

Op de display knippert eerst “CAL” en wordt daarna “0.0 kg” weergegeven.
Wacht tot “0.0 kg” op de display wordt weergegeven.

2. Selecteer het persoonlijke profielnummer door erop te drukken.

1) Het nummer knippert één keer op de display.

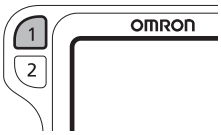
2) Bevestig door op SET te drukken.

Vervolgens wordt de geselecteerde leeftijd knipperend op de display weergegeven.

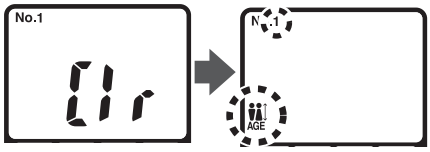


3. Verwijder de persoonlijke gegevens.

Houd gedurende meer dan twee seconden de knop van het persoonlijke profielnummer ingedrukt.



De persoonlijke gegevens worden uit het geheugen verwijderd en op de display wordt “Clr” weergegeven.



Stroomschakelaar

Het apparaat wordt automatisch uitgeschakeld als:

1. het apparaat niet wordt gebruikt binnen één minuut nadat op de display “0.0 kg” is verschenen,
2. er tijdens het invoeren van persoonlijke gegevens gedurende 5 minuten geen informatie is ingevoerd,
3. het apparaat niet wordt gebruikt gedurende 5 minuten nadat de meetresultaten zijn weergegeven,
4. er vijf (5) minuten zijn verstreken nadat het resultaat is weergegeven bij het meten van alleen het gewicht.

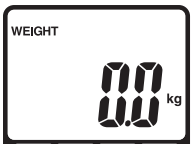
NL

4. Een meting verrichten

De metingen moeten worden verricht op een hard, vlak oppervlak.

1. Zet het apparaat aan.

Op de display knippert eerst “CAL” en wordt daarna “0.0 kg” weergegeven.



* Als u op het apparaat stapt voordat “0.0 kg” wordt weergegeven, wordt de foutmelding “Err” weergegeven.

2. Als op de display “0.0 kg” wordt weergegeven, neemt u het afleesgedeelte uit de houder.

Opmerking: Neem het afleesgedeelte niet uit de houder, voordat op de display “0.0 kg” wordt weergegeven. Anders wordt het gewicht van het afleesgedeelte bij uw lichaamsgewicht opgeteld, waardoor de resultaten verkeerd zijn.

3. Selecteer het persoonlijke profielnummer.

Druk op de knop van het persoonlijke profielnummer, terwijl u het afleesgedeelte vasthoudt. Het geselecteerde nummer wordt weergegeven nadat dit één keer heeft geknipperd.

Als het volgende op de display wordt weergegeven:



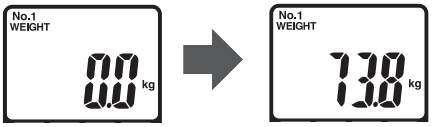
Uw persoonlijke gegevens zijn niet opgeslagen in het persoonlijke profielnummer dat u hebt geselecteerd. Zie paragraaf 3 voor het opslaan van persoonlijke gegevens.

Als u geen persoonlijke gegevens op het apparaat hebt opgeslagen (gastgebruik):

1) Druk op GUEST (gast) terwijl u het afleesgedeelte vasthoudt.
2) De gastindicator “G” wordt op de display weergegeven.
3) Stel uw persoonlijke gegevens (leeftijd, geslacht en lengte) in. Lees stap 3 t/m 4 in paragraaf 3, Persoonlijke gegevens instellen en opslaan.

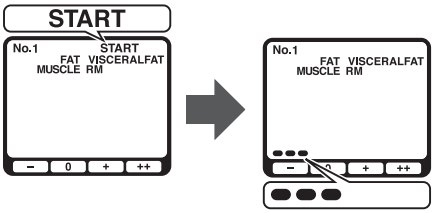
4. Begin met meten.

1) Stap op het weeggedeelte en plaats uw voeten op de voetelektroden, met uw gewicht gelijkmatig verdeeld.



Op de display wordt uw gewicht weergegeven, waarna het weegresultaat twee keer knippert. Hierna begint het apparaat met het meten van het lichaamsvetpercentage, het visceraal vetniveau, het skeletspiermassapercentage, de BMI en het basale metabolisme.

2) Als op de display “START” wordt weergegeven, strekt u uw armen in een hoek van 90° met uw lichaam.



Hierna loopt geleidelijk van links naar rechts de meetvoortgangsbalk onderin de display vol.

3) Als de meting is voltooid, wordt uw gewicht opnieuw weergegeven. U kunt nu van de weegschaal afstappen.



Juiste houding voor metingen



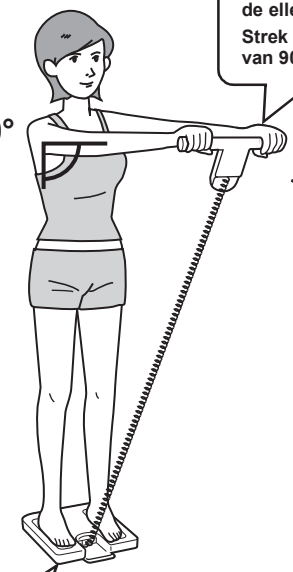
Nadat u uw gewicht hebt gemeten.

90°

(2)

De armen zijn horizontaal opgetild en de ellebogen gestrekt.

Strek uw armen in een rechte hoek van 90° ten opzichte van uw lichaam.



(3)

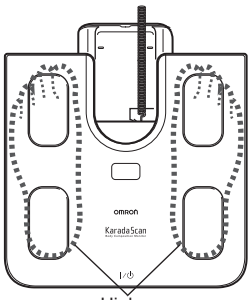


Houd het afleesgedeelte zo vast, dat u de display kunt zien.

(1)

Sta met uw knieën en rug recht en kijk recht naar voren.

Stap met blote voeten op het weeggedeelte.



Hielen

- Zorg ervoor dat u beide hielen hebt geplaatst zoals afgebeeld. Sta met uw gewicht gelijkmatig verdeeld op de weegschaal.

Druk uw palmen stevig tegen de greepelektroden.



Plaats uw middelvingers in de inkeping achterop de greepelektroden.

Houd de binnenste greepelektroden stevig vast met duim en wijsvinger.

Houd de buitenste greepelektroden vast met uw ringvinger en pink.

Houdingen die tijdens het meten moeten worden vermeden

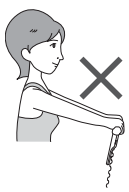
Beweging tijdens de meting.



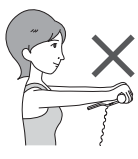
Gebogen armen.



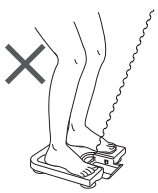
Armen te laag of te hoog.



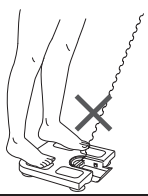
De display naar boven gericht.



Gebogen knieën.



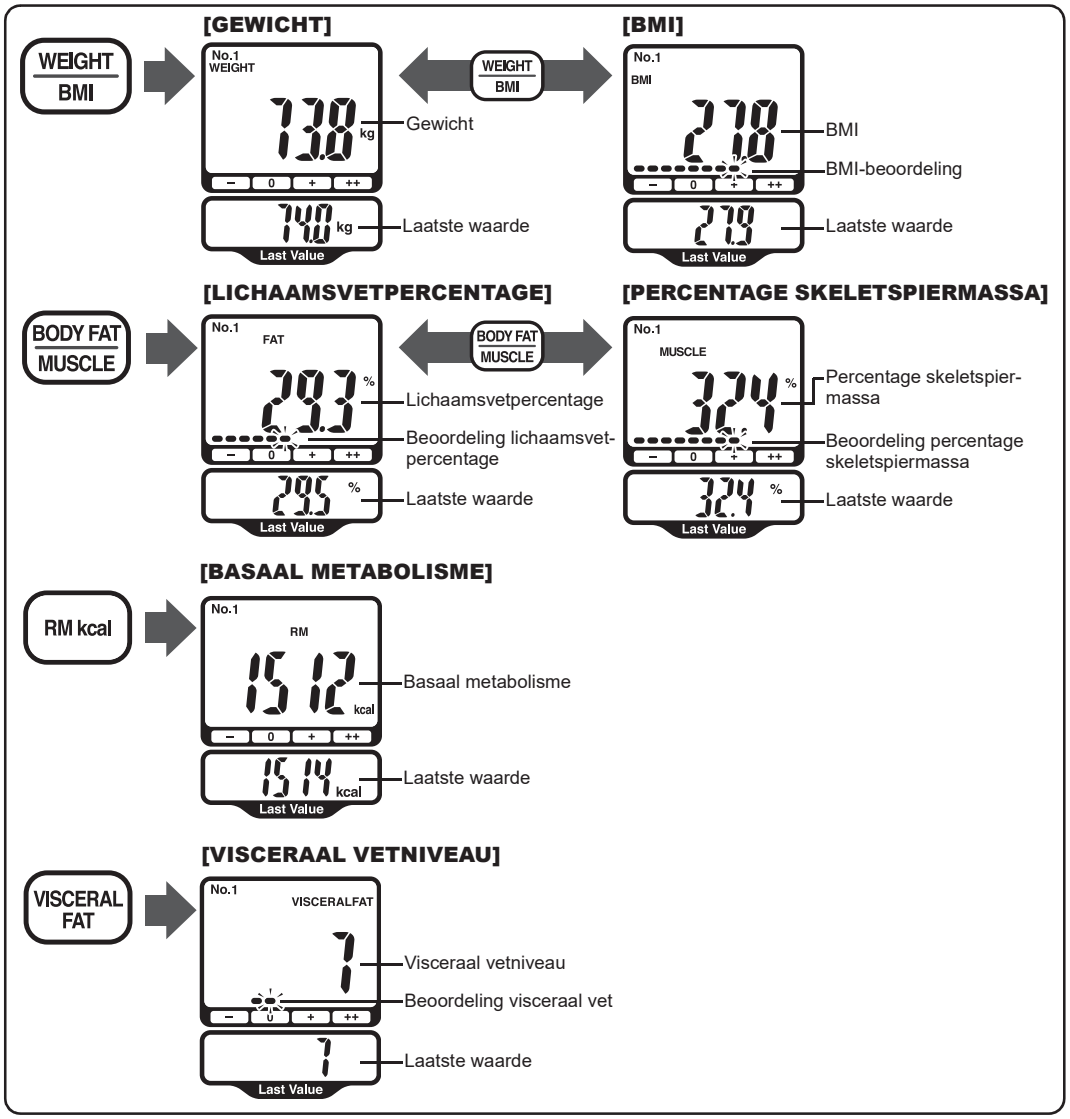
Staan op de rand van het apparaat.



NL

5. Bekijk de meetresultaten.

Druk op de bijbehorende knop voor het weergeven van de gewenste meetresultaten. De laatste waarden van de vorige meting worden weergegeven in het gebied hiervoor van de display.



Opmerking: Voor kinderen (van 6 tot 17 jaar) worden door het apparaat gewicht, lichaamsvetpercentage-beoordeling, skeletspiermassapercentage, BMI en BMI-beoordeling en basaal metabolisme weergegeven.

Het lichaamsvetpercentage interpreteren

De onderstaande tabel is gebaseerd op onderzoek van HD McCarthy et al, in de International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, en van Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, en is door Omron Healthcare in vier niveaus ingedeeld.

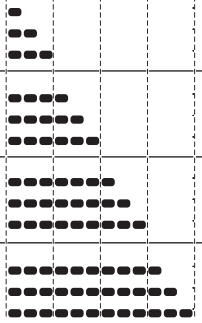
Geslacht	Leeftijd	– (Laag)	0 (Normaal)	+ (Hoog)	++ (Zeer hoog)
Vrouw	6	< 13,8%	13,8 - 24,9%	25,0 - 27,0%	≧ 27,1%
	7	< 14,4%	14,4 - 27,0%	27,1 - 29,6%	≧ 29,7%
	8	< 15,1%	15,1 - 29,1%	29,2 - 31,9%	≧ 32,0%
	9	< 15,8%	15,8 - 30,8%	30,9 - 33,8%	≧ 33,9%
	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Man	6	< 11,8%	11,8 - 21,7%	21,8 - 23,7%	≧ 23,8%
	7	< 12,1%	12,1 - 23,2%	23,3 - 25,5%	≧ 25,6%
	8	< 12,4%	12,4 - 24,8%	24,9 - 27,7%	≧ 27,8%
	9	< 12,6%	12,6 - 26,5%	26,6 - 30,0%	≧ 30,1%
	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

Het visceraal vetniveau interpreteren

Visceraal vetniveau	Niveaubeoordeling
1 - 9	0 (Normaal)
10 - 14	+ (Hoog)
15 - 30	++ (Zeer hoog)

Volgens cijfers van Omron Healthcare

Het BMI-resultaat interpreteren

BMI	BMI (volgens de WHO)	BMI-beoordelingsbalk – 0 + ++	BMI-beoordeling
BMI < 18,5	- (Ondergewicht)		7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 ≦ BMI < 25	0 (Normaal)		18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 ≦ BMI < 30	+ (Overgewicht)		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 ≦ BMI	++ (ernstig overgewicht)		30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

De hierboven genoemde waarderingen voor zwaarlijvigheidsbepaling zijn door de wereldgezondheidsorganisatie WHO vastgesteld.

Het skeletspiermassapercentage interpreteren (voor volwassenen)

Geslacht	Leeftijd	– (Laag)	0 (Normaal)	+ (Hoog)	++ (Zeer hoog)
Vrouw	**18-39**	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Man	**18-39**	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

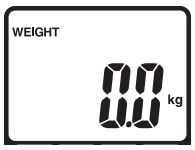
Volgens cijfers van Omron Healthcare

6. Schakel het apparaat uit na bevestiging van de resultaten.

Opmerking: Als u vergeet het apparaat uit te schakelen, wordt het na 5 minuten automatisch uitgeschakeld. Plaats het afleesgedeelte in de houder van de weegschaal, zoals weergegeven in paragraaf 8.

5. Alleen wegen

1. Zet het apparaat aan.



Op de display knippert eerst “CAL” en wordt daarna “0.0 kg” weergegeven.

Opmerking: Als u op het apparaat stapt voordat “0.0 kg” wordt weergegeven, wordt de foutmelding “Err” weergegeven.

2. Als op de display “0.0 kg” wordt weergegeven, stapt u op het apparaat.

Opmerking: Laat het afleesgedeelte in de houder.

3. Bekijk het meetresultaat.

Uw gewicht wordt weergegeven en knippert twee keer om aan te geven dat het wegen is voltooid.

Opmerking: U kunt op dit moment de meting ook bekijken door het afleesgedeelte uit de houder te nemen.

4. Als de meting is voltooid, stapt u van het weeggedeelte en schakelt u het apparaat uit.

6. Foutweergaven

Foutweergave	Oorzaak	Oplossing
	Uw handpalmen of voetzolen maken geen stevig contact met de elektroden.	Druk uw handpalmen of voetzolen stevig op de elektroden en verricht een meting. (Zie paragraaf 4.)
	De houding voor het meten is verkeerd, of uw handpalmen of voetzolen maken geen stevig contact met de elektroden.	Meet zonder uw handen of voetzolen te bewegen. (Zie paragraaf 4.)
	Uw handpalmen of voetzolen zijn te droog.	Bevochtig uw handpalmen of voetzolen met een natte handdoek, en herhaal de meting.
	De waarden voor de lichaamssamenstelling vallen buiten het meetbare bereik.	• Verzeker u ervan dat leeftijd, geslacht en lengte goed in de persoonlijke gegevens staan opgeslagen. (Zie Onderdelen instellen in paragraaf 9.) • Het apparaat kan geen lichaamssamenstellingen buiten het meetbereik meten, ook al zijn leeftijd, geslacht en lengte goed ingesteld.
	Abnormale werking.	Plaats de batterijen opnieuw en herhaal de meting. Raadpleeg uw OMRON-servicevertegenwoordiger als de fout aanhoudt.
	U stapte op het apparaat, voordat de display “0.0 kg” aangaf.	Stap op het apparaat, nadat de display “0.0 kg” aangeeft.
	U bewoog het apparaat, voordat de display “0.0 kg” aangaf.	Beweeg het apparaat niet voordat “0.0 kg” wordt weergegeven.
	U bewoog uw lichaam tijdens het wegen.	Beweeg niet tijdens het wegen.
	Uw gewicht is 150 kg (330,0 lb) of meer.	Een gewicht van 150 kg (330,0 lb) of meer ligt buiten het meetbereik van dit apparaat. U kunt dit apparaat niet gebruiken.

7. Problemen oplossen

In het geval tijdens een meting een van de onderstaande problemen optreedt, controleer dan eerst of er geen ander elektrisch apparaat aanwezig is binnen een bereik van 30 cm.

Als het probleem aanhoudt, raadpleeg dan de tabel hieronder.

Probleem	Oorzaak	Oplossing
De weergegeven waarde voor lichaamssamenstelling is abnormaal hoog of laag.	Raadpleeg “Informatie over de lichaamssamenstelling”.	
Het apparaat wordt ongeveer 5 minuten nadat het lichaamsgewicht is bevestigd en voordat het lichaamsvetpercentage, visceraal vetniveau, skeletspierpercentage, BMI en basaal metabolisme worden gemeten uitgeschakeld.	U hebt het verkeerde persoonlijke profielnummer geselecteerd of u hebt gastgebruik niet geselecteerd. (Het persoonlijke profielnummer of “G” wordt niet op de display weergegeven.)	Selecteer het goede persoonlijke profielnummer of gastgebruik. (Zie paragraaf 4.)
Er wordt niets weergegeven als u het apparaat inschakelt.	De batterijen zijn niet geplaatst.	Plaats de batterijen.
	De batterijen zijn niet in de juiste richting geplaatst.	Plaats de batterijen in de juiste richting.
	De batterijen zijn leeg.	Vervang alle vier de batterijen door nieuwe. (Zie paragraaf 2.)
	Het snoer tussen het weeggedeelte en het afleesgedeelte is beschadigd of versleten.	Neem contact op met de dichtstbijzijnde OMRON-servicevertegenwoordiger.

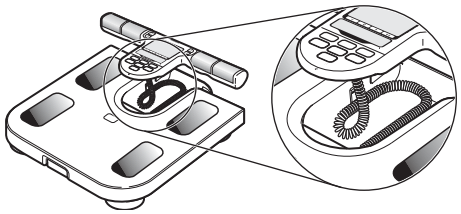
8. Het apparaat verzorgen en opbergen

Het apparaat verzorgen

- Reinig het apparaat altijd voor gebruik.
- Veeg het weeggedeelte af met een droge, zachte doek.
  Gebruik indien nodig een doek die met water of zeep is bevochtigd, en knijp deze goed uit voordat u het apparaat afveegt. Veeg droog met een droge doek.
- U kunt de elektroden met alcohol afvegen, maar gebruik geen alcohol voor andere onderdelen van het apparaat.
- Gebruik geen benzeen of verdunner om het apparaat af te vegen.

Verzorging en opbergen

- Berg het afleesgedeelte zoals weergegeven op in het weeggedeelte.
- Zorg er bij het opbergen van het afleesgedeelte voor, dat het snoer niet wordt geknikt.



- Berg het apparaat niet op onder de volgende omstandigheden:
  - vochtigheid, waar vocht of water in het apparaat kan komen,
  - hoge temperaturen, direct zonlicht en stoffige plaatsen,
  - plaatsen waar risico op plotselinge schokken of trilligen bestaat,
  - op bewaarplaatsen voor chemicaliën of waar bijtende gassen aanwezig zijn.

- Voer nooit zelf reparaties uit. Dit product is gekalibreerd op het moment van fabricage. Als u op een bepaald moment twijfels hebt over de nauwkeurigheid van de metingen, neem dan contact op met uw erkende OMRON-distributeur. In het algemeen wordt aanbevolen het apparaat elke 2 jaar te laten controleren op juiste werking en nauwkeurigheid.

9. Technische gegevens

Productcategorie	**Lichaamssamenstelling Analyzers**	
Productbeschrijving	Lichaamscompositiemeter	
Model (nummer)	**BF511 (HBF-511B-E)** **BF511 (HBF-511T-E)**	
Weergave	**Lichaamsgewicht:**	0 tot 150 kg in stappen van 0,1 kg (0,0 tot 330,0 lb in stappen van 0,2 lb).
	Lichaamsvetpercentage:	5,0 tot 60,0% in stappen van 0,1%.
	Skeletspiermassapercentage:	5,0 tot 50,0% in stappen van 0,1%
	BMI:	7,0 tot 90,0 in stappen van 0,1
	Basaal metabolisme:	385 tot 3999 kcal in stappen van 1 kcal
	Visceraal vetniveau:	30 niveaus in stappen van 1 niveau
	BMI-beoordeling: – (ondergewicht) / 0 (normaal) / + (overgewicht) / ++ (ernstig overgewicht) 4 niveaus met ieder 3 subniveaus	
	Beoordeling lichaamsvetpercentage en skeletspiermassapercentage: – (laag) / 0 (normaal) / + (hoog) / ++ (zeer hoog) 4 niveaus met ieder 3 subniveaus	
	Beoordeling visceraal vetniveau: 0 (normaal) / + (hoog) / ++ (zeer hoog) 3 niveaus met ieder 3 subniveaus	
Onderdelen instellen	**Lengte:** 100,0 tot 199,5 cm (3' 4" tot 6' 6 3/4"). **Leeftijd:** 6 tot 80 jaar. **Geslacht:** man/vrouw. * Meeteenheden: kg (cm) / lb (voet•inch) * Het leeftijdsbereik voor lichaamsvetpercentage en -beoordeling, skeletspiermassapercentage, BMI en BMI-beoordeling en basaal metabolisme is 6 tot 80 jaar. * Het leeftijdsbereik voor visceraal vetniveau, en visceraal vetniveau-beoordeling en skeletspiermassapercentage-beoordeling is 18 tot 80 jaar.	
Weegnauwkeurigheid	0,0 kg tot 40,0 kg: ± 0,4 kg (0,0 lb tot 88,2 lb: ± 0,88 lb) 40,0 kg tot 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb tot 330,0 lb: ± 1%)	
Nauwkeurigheid (S.E.E.)	**Lichaamsvetpercentage:**	3,5%
	Skeletspiermassapercentage:	3,5%
	Visceraal vetniveau:	3 niveaus
Bedrijfsmodus	Continue werking	
Gebruiksduur	5 jaar (3 keer per dag)	
Voeding	4 AA-batterijen (R6, u kunt ook AA-alkalinebatterijen gebruiken (LR6)).	
Levensduur batterijen	Circa 1 jaar (met mangaanbatterijen die voor vier metingen per dag worden gebruikt)	
Werkingstemperatuur/ -luchtvochtigheid/ -luchtdruk	+10 tot 40 °C / 30 tot 85% relatieve luchtvochtigheid (zonder condensatie) / 700 tot 1.060 hPa	
Temperatuur / vochtigheid / luchtdruk bij opslag en vervoer	-20 tot 60 °C / 10 tot 95% relatieve luchtvochtigheid (zonder condensatie) / 700 tot 1.060 hPa	
Bescherming tegen elektrische schokken	ME-apparaat met interne voeding	
Toegepast onderdeel	Type BF (handgreepelektroden, voetelektroden)	
IP-classificatie	IP21	

*IP-classificatie geeft de mate van bescherming weer volgens IEC 60529.
Dit apparaat is beschermd tegen vaste voorwerpen met een diameter van 12,5 mm zoals vingers en grotere voorwerpen. Dit apparaat is beschermd tegen binnendringing van verticaal vallende waterdruppels.

Gewicht	Circa 2,2 kg (4,85 lb) (inclusief batterijen).	
Afmetingen	**Afleesgedeelte:**	Circa 300 (B) × 35 (H) × 147 mm (D) (Circa 11 3/4" (B) × 1 3/8" (H) × 5 3/4" (D))
	Weeggedeelte:	Circa 303 (B) × 55 (H) × 327 mm (D) (Circa 11 7/8" (B) × 2 1/8" (H) × 12 7/8" (D))
Inhoud pakket	Lichaamscompositiemeter, 4 AA-mangaanbatterijen (R6), gebruiksaanwijzing, garantiekaart.	

Opmerking: Technische wijzigingen kunnen zonder voorafgaande berichtgeving worden doorgevoerd.
Meld alle ernstige voorvallen die zich in relatie tot dit apparaat hebben voorgedaan, bij de fabrikant en de bevoegde instantie van de lidstaat waarin u bent gevestigd.
De bedrijfsmodus is geclassificeerd in overeenstemming met IEC 60601-1.

CE 0197 UK CA 0086

Beschrijving van symbolen die, afhankelijk van het model, kunnen worden gevonden op het product zelf, de verkoopverpakking van het product of de gebruiksaanwijzing.			
	Toegepast onderdeel, type BF Beschermingsgraad tegen elektrische schokken (lekstroom)		Temperatuurbegrenzing
IP XX	Beschermingsgraad tegen binnendringing volgens IEC 60529		Vochtigheidsbegrenzing
CE	CE-merkteken		Luchtdrukbegrenzing
SN	Serienummer	⎓	Gelijkstroom
	Voor uw veiligheid is het noodzakelijk dat de gebruiker deze gebruiksaanwijzing nauwgezet volgt. (Achtergrond: blauw)		Dit product dient niet te worden gebruikt door personen met medische implantaten, zoals een pacemaker, een kunsthart, een kunstlong of andere elektronische bewakingsapparatuur. (ronde band en schuine streep: rood)
MD	Medisch hulpmiddel		Datum van fabricage
UK CA	UKCA-markering	UDI	Unieke apparaat-id
	Recyclemarkering X: Materiaalnummer Y: Materiaalafkorting Raadpleeg 97/129/EG voor meer informatie.		Hergebruikinstructies voor verpakkingsonderdelen



Correcte verwijdering van dit product (elektrische & elektronische afvalapparatuur)

Dit merkteken op het product of het bijbehorende informatiemateriaal duidt erop dat het niet met ander huishoudelijk afval verwijderd moet worden aan het einde van zijn gebruikdsduur. Om mogelijke schade aan het milieu of de menselijke gezondheid door ongecontroleerde afvalverwijdering te voorkomen, moet u dit product van andere soorten afval scheiden en op een verantwoorde manier recyclen, zodat het duurzame hergebruik van materiaalbronnen wordt bevorderd.

Huishoudelijke gebruikers moeten contact opnemen met de winkel waar ze dit product hebben gekocht of met de gemeente waar ze wonen om te vernemen waar en hoe ze dit product milieuvriendelijk kunnen laten recyclen.

Zakelijke gebruikers moeten contact opnemen met hun leverancier en de algemene voorwaarden van de koopovereenkomsten nalezen. Dit product moet niet worden gemengd met ander bedrijfsafval voor verwijdering.

Dit product bevat geen schadelijke stoffen.
Verwijdering van gebruikte batterijen dient plaats te vinden overeenkomstig de nationale regelgeving aangaande de verwijdering van batterijen.

Belangrijke informatie met betrekking tot de elektromagnetische compatibiliteit (EMC)

Dit apparaat dat is gefabriceerd door OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. voldoet aan de norm EN60601-1-2:2015+A1:2021 voor elektromagnetische compatibiliteit (EMC).
Meer documentatie met betrekking tot deze EMC-norm is verkrijgbaar bij OMRON HEALTHCARE EUROPE, op het adres dat in deze gebruiksaanwijzing staat vermeld of op www.omron-healthcare.com.

Fabrikant 		**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
Vertegenwoordiging in de EU 		**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, NEDERLAND www.omron-healthcare.com
Importeur in de EU		
Productiefaciliteit		**Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd.** No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, China
Dochter-onder-nemingen	Importeur voor het Verenigd Koninkrijk en verantwoor-delijke in het VK	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Geproduceerd in China

Содержание

Перед началом работы с прибором

Примечания по безопасности 110
Информация о составе тела 111

Порядок работы

1. Знакомство с прибором 113
2. Установка и замена элементов питания 113
3. Ввод и сохранение личных данных 114
4. Выполнение измерений 116
5. Измерение только веса тела 120

Уход и техническое обслуживание

6. Отображение ошибок 121
7. Устранение неполадок 121
8. Уход за прибором и его хранение 122
9. Технические данные 123

Область применения
Этот медицинский прибор позволяет точно измерять массу тела, неинвазивно рассчитывать следующие параметры состава тела и немедленно интерпретировать результаты этих измерений:

- процентное содержание жира в организме;
- уровень висцерального жира (до 30 уровней);
- индекс массы тела (ИМТ);
- процентное отношение скелетной мускулатуры.

Кроме того, расчет обмена веществ при полном покое организма (в килокалориях) определяет ежедневную потребность в калориях и может служить основой для программы снижения веса.
Уникальная технология OMRON на базе 8 сенсоров, использующая кисти рук и стопы ног, обеспечивает один из наиболее точных способов измерения состава всего тела.
Данный прибор предназначен для использования взрослыми, способными понять информацию, которая содержится в данном руководстве по эксплуатации. Пользователями могут быть сами пациенты.
Прибор не предназначен для профессионального использования в больницах и других медицинских учреждениях. Он предназначен для многократного использования несколькими пациентами, но только в домашних условиях.

Предполагаемые пациенты
Дети старше 6 лет и взрослые. (Дети младше 6 лет не включаются.)
Процентное содержание жира в организме, измеряемое этим прибором, может значительно отличаться от реального показателя в следующих ситуациях. Наблюдаемые различия могут быть связаны с изменяющимися соотношениями жидкости в организме и/или в состава тела.
Престарелые люди (старше 81 года) / люди с высокой температурой / люди, занимающиеся бодибилдингом, или сильно натренированные спортсмены / пациенты, подвергающиеся диализу / пациенты с остеопорозом, имеющие очень низкую плотность костной массы / беременные женщины / люди с опухолью.

Примечания по безопасности

Ниже приведены обозначения, используемые в данном руководстве, и их определения.

⚠Опасно!	Неправильное использование может привести к смерти или серьезной травме.
⚠Внимание!	Неправильное использование может с определенной вероятностью привести к смерти или серьезной травме.
⚠Меры предосторожности!	Неправильное использование может привести к травме или повреждению оборудования.

⚠Опасно!

- Нельзя использовать прибор в сочетании с такими медицинскими электронными устройствами, как:

(1) медицинские электронные имплантаты, такие как кардиостимуляторы;



(2) электронные системы жизнеобеспечения, такие как искусственное сердце/легкие;

(3) портативные электронные медицинские устройства, такие как электрокардиограф.

Прибор может нарушить работу этих устройств, что подвергнет здоровье людей, пользующихся этими устройствами, большой опасности.

⚠Внимание!

- Прежде чем приступать к снижению веса или физическим упражнениям, обязательно посоветуйтесь с врачом или другим соответствующим специалистом.
- Не пользуйтесь прибором на скользких поверхностях, например на мокром полу.
- Храните прибор в недоступном для детей месте. Содержит мелкие детали, которые могут привести к удушению при их проглатывании маленькими детьми.
- Шнур дисплея может стать причиной случайного удушения маленьких детей.
- Не становитесь на прибор прыжком и не подпрыгивайте на нем.
- Не пользуйтесь прибором, когда ваше тело и/или стопы влажные, например после принятия ванны.
- Вставайте на основной блок босыми ногами. Попытка встать на прибор в носках может вызвать скольжение и в результате привести к травме.
- Не вставайте на край или на область дисплея основного блока.
- Люди с инвалидностью или физически слабые должны пользоваться прибором только с посторонней помощью. Становясь на прибор, используйте перила или подобного рода приспособления.
- При попадании в глаза жидкости из элемента питания сразу же промойте их большим количеством чистой воды. Затем сразу же обратитесь к врачу.
- Если устройство работает неправильно, возможно, оно нагрелось.
  Области возможного повышения температуры:
  (1) вокруг отсека для элементов питания: 105 °C (максимум)
  (2) электроды и кнопки управления: 48 °C (максимум)
  Если устройство функционирует неправильно или не работает, немедленно прекратите его использование. Не касайтесь электродов и кнопок управления в течение 10 минут или более.

⚠Меры предосторожности!

- Запрещается разбирать, ремонтировать или переделывать блок дисплея или основной блок.
- Перед выполнением измерения убедитесь, что на расстоянии 30 см от прибора нет мобильных телефонов или иных электрических устройств, излучающих электромагнитные волны. Это может нарушать работу прибора и/или вызывать неточные результаты измерений.
- При хранении блока дисплея соблюдайте осторожность. При слишком сильном нажатии на основной блок ваши пальцы могут быть зажаты между зажимом и основным блоком.
- Не следует использовать элементы питания, не предназначенные для данного прибора. Нельзя устанавливать элементы питания с неправильно ориентированными полярностями.
- Нужно сразу же заменять отработанные элементы питания новыми.
- Не следует утилизировать элементы питания путем их сжигания.
- При попадании жидкости из элемента питания на кожу или одежду сразу же промойте их большим количеством чистой воды.
- Извлекайте элементы питания из прибора, если не собираетесь им пользоваться в течение длительного времени (около трех месяцев и более).
- Не следует одновременно использовать элементы питания разных типов.
- Не следует одновременно использовать новые и отработанные элементы питания.
- Прежде чем вставать на прибор, извлеките блок дисплея из основного блока. Не пытайтесь извлечь блок дисплея, встав на прибор — вы можете потерять равновесие и упасть.
- Извлеките монитор и другие компоненты из упаковки и осмотрите на наличие повреждений. Если монитор или другие компоненты повреждены, НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ими и проконсультируйтесь с дистрибьютором или пунктом продаж OMRON.
- При раздражении кожи или дискомфорте прекратите использование этого монитора и проконсультируйтесь со своим врачом.
- НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ элементы питания после истечения их срока годности.
- Если монитор планируется использовать при температуре, указанной в условиях эксплуатации, после того, как он хранился при максимальной или минимальной температуре хранения, компания OMRON рекомендует подождать 2 часа, чтобы прибор нагрелся или остыл. Для получения дополнительной информации о температуре эксплуатации и хранения/транспортировки см. раздел 16. Технические характеристики.

Общие рекомендации

- Не помещайте прибор на амортизированную поверхность пола, например, на палас или ковер. Результаты измерения могут оказаться неправильными.
- Не храните прибор в местах с повышенной влажностью. Необходимо избегать попадания в него воды.
- Не храните прибор рядом с источниками тепла или под кондиционерами воздуха. Следует избегать воздействия на него прямого солнечного света.
- Не используйте прибор для целей, отличных от указанных в настоящем руководстве.
- Не тяните за шнур блока дисплея, подключенного к главному прибору.
- Поскольку прибор предназначен для получения точных измерений, запрещается ронять его, подвергать вибрации или сильным ударам.
- Утилизация отработанных элементов питания должна производиться в соответствии с национальными правилами утилизации аккумуляторных батарей.
- Запрещается мыть блок дисплея и главный прибор водой.
- Не протирайте прибор бензолом, бензином, разбавителем для краски, спиртом или иными летучими растворителями.
- Не помещайте прибор туда, где на него будут воздействовать химические вещества или агрессивные пары.

В разделе «Технические данные» прочитайте пункт «Важная информация об электромагнитной совместимости (ЭМС)» и следуйте приведенным там указаниям.

Информация о составе тела

Принцип измерения состава тела

Жир обладает низкой электропроводностью

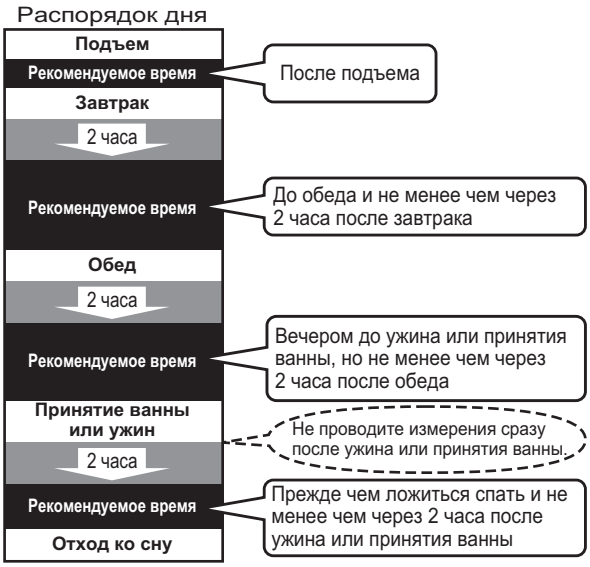
Монитор состава тела OMRON BF511 измеряет процентное содержание жира в организме методом биоэлектрического импеданса (БИ). Такие ткани организма, как мышцы, кровеносные сосуды и кости, содержат много воды, хорошего проводника электричества. Жир — это ткань, которая обладает плохой электропроводностью. Для того чтобы определить количество жировой ткани, прибор OMRON BF511 пропускает через тело чрезвычайно слабый электрический ток с частотой 50 кГц и силой менее 500 мкА. При работе прибора OMRON BF511 этот слабый электрический ток не ощущается.
Для создания шкалы по определению состава тела прибор учитывает полное электрическое сопротивление, а также ваш рост, вес, возраст и пол, и выдает показатели состава тела на основе данных прибора OMRON.

Чтобы избежать влияния перемещения жидкости в организме, прибор измеряет все тело целиком

В течение дня содержащаяся в теле вода постепенно смещается к нижним конечностям. Вот почему у некоторых людей вечером или ночью отекают голени и лодыжки. Соотношение воды в верхних и нижних частях тела различается утром и вечером, а это означает, что полное электрическое сопротивление тела также варьирует. Так как при измерении монитором состава тела OMRON BF511 используются электроды для рук и ног, это дает возможность уменьшить влияние этих отклонений на получаемые результаты.

Рекомендуемое время проведения измерений

Понимание нормальных изменений процентного содержания жира в вашем организме помогает предотвратить или уменьшить ожирение. Зная о том, когда и как в зависимости от вашего режима дня меняется процентное содержание жира в организме, можно точно оценивать тенденции его изменения. Рекомендуется использовать прибор в одних и тех же условиях и в одно и то же время дня. (См. схему.)



Воздержитесь от выполнения измерений при следующих условиях.

- Сразу после интенсивных упражнений, принятия ванны или сауны.
- После употребления алкоголя или большого количества воды, после еды (должно пройти не менее 2 часов).

Если выполнять измерение в этих физических состояниях, расчетный состав тела может существенно отличаться от фактического из-за изменения содержания воды в организме.

Что такое индекс массы тела (ИМТ)?

ИМТ использует следующую простую формулу расчета соотношения массы и роста человека.

ИМТ = масса (кг)/рост (м)/рост (м)

OMRON BF511 использует данные о росте, хранящиеся под номером личного профиля или введенные в режиме Guest Mode (гостевой режим), для расчета классификации по ИМТ.

Если уровень жира, оцениваемый по ИМТ, превышает международный стандарт, существует предрасположенность к общим заболеваниям. Однако индекс ИМТ позволяет оценивать количество не всех типов жира.

RU

Что такое процентное содержание жира в организме?

Процентное содержание жира в организме — это отношение массы жира в организме к общей массе тела, выраженное в процентах.

Процентное содержание жира в организме: (%) =
{масса жира в организме (кг)/масса тела (кг)} × 100

Для оценки процентного содержания жира в организме наш прибор использует метод БИ.
В зависимости от места накопления жира в организме он делится на висцеральный (внутренний) и подкожный жир.

Что такое уровень висцерального жира?

Висцеральный жир — это жир, окружающий внутренние органы

Считается, что повышенное количество висцерального жира непосредственно связано с увеличением содержания жира в кровотоке, что может приводить к таким распространенным заболеваниям, как гиперлипидемия и диабет, которые не позволяют инсулину передавать энергию из кровотока и использовать ее в клетках. Чтобы избежать распространенных заболеваний или повысить иммунитет, необходимо понижать количество висцерального жира до приемлемого уровня. Люди с повышенным уровнем висцерального жира обычно имеют большой желудок. Однако это не всегда так, и высокий уровень висцерального жира может приводить к развитию ожирения из-за нарушения обмена веществ. Ожирение из-за нарушения обмена веществ (висцеральное ожирение при нормальном весе) характеризуется уровнями жира, которые выше среднего значения, даже если вес человека приблизительно соответствует стандартному значению для его роста.



Пример висцерального жира (изображение МРТ)

Что такое подкожный жир?

Подкожный жир — это жир под кожей

Подкожный жир располагается не только вокруг желудка, но и на плечах, бедрах и голенях, что может приводить к искажению пропорций тела. Хотя он и не связан непосредственно с риском развития заболевания, предполагается, что он увеличивает нагрузку на сердце и вызывает другие осложнения. Подкожный жир не отображается данным прибором, однако включается в процентное содержание жира в организме.



Пример подкожного жира (изображение МРТ)

Что такое скелетные мышцы?

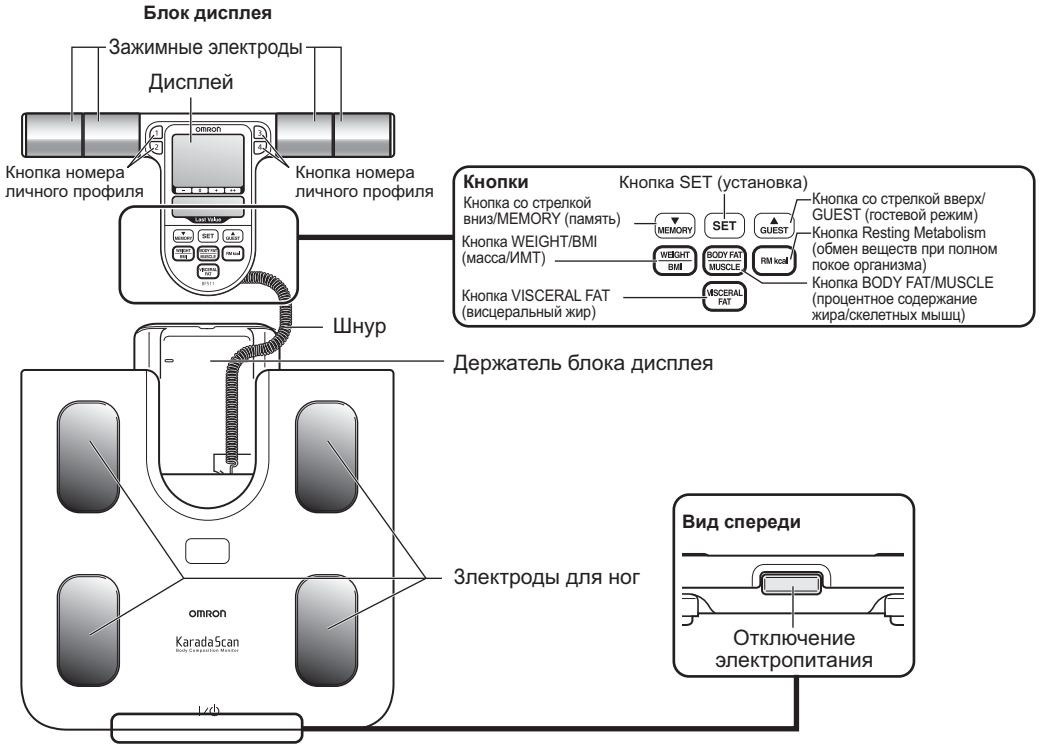
Мышцы подразделяются на два вида: мышцы внутренних органов, например сердца, и мышцы, соединенные с костями и необходимые для движения тела. Скелетную мускулатуру можно нарастить за счет физических упражнений и другой деятельности.

Увеличение процентного отношения скелетной мускулатуры означает, что организм может легче растрачивать энергию, а значит, менее склонен к накоплению жира. Это облегчает ведение активного образа жизни.

Что такое обмен веществ при полном покое организма?

Независимо от уровня активности для поддержания функций организма ежедневно требуется минимальный уровень энергии. Это называется обменом веществ при полном покое организма и указывает количество калорий, которое необходимо потребить, чтобы в полной мере обеспечить организм энергией для его функционирования.

1. Знакомство с прибором



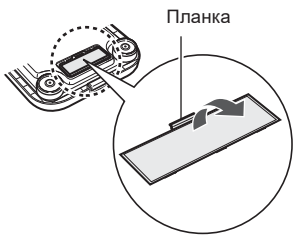
Основной блок (измерительная платформа)

2. Установка и замена элементов питания

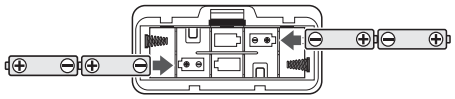
1. Откройте крышку отсека элементов питания, расположенную с задней стороны основного блока.

1) Нажмите на планку крышки отсека элементов питания, чтобы освободить ее.

2) Подайте ее вверх, как показано на рисунке.



2. Установите элементы питания, соблюдая полярность так, как обозначено внутри отсека.



3. Закройте крышку отсека элементов питания.

Срок службы элементов питания и их замена

Если загорается индикатор разрядки элементов питания ( ), замените все четыре элемента питания новыми.

Данные в памяти сохраняются даже при замене элементов питания.

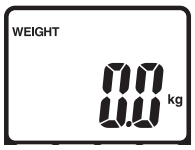
- Замену элементов питания нужно производить при выключенном электропитании прибора.
- Утилизация отработанных элементов питания должна производиться в соответствии с национальными правилами утилизации аккумуляторных батарей.
- Четырех элементов питания «AA» хватает приблизительно на 1 год (если выполнять измерения по четыре раза в день).
- Поставляемые с прибором элементы питания предназначены только для пробного использования, поэтому срок их службы может быть меньше.

RU

3. Ввод и сохранение личных данных

Для определения состава тела необходимо ввести личные данные (возраст, пол, рост).

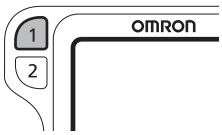
1. Включите питание.



Сначала на дисплее мигает «CAL» (калибровка), затем отобразится значение «0.0 kg» (0,0 кг).

* Дождитесь появления на дисплее значения «0.0 kg».

2. Нажмите кнопку с номером личного профиля, чтобы выбрать номер личного профиля.



1) На дисплее замигает выбранный номер.



2) Нажмите кнопку SET для подтверждения.

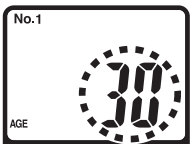
Затем на дисплее замигает показатель возраста по умолчанию.



3. [УСТАНОВКА ВОЗРАСТА]

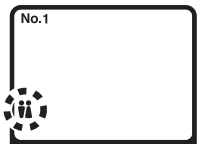
Диапазон значений: 6–80 лет

1) Нажмите кнопку ▲ или ▼, чтобы выбрать возраст.



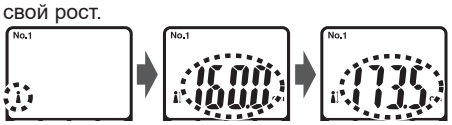
2) Нажмите кнопку SET для подтверждения.

Затем на дисплее замигают значки, обозначающие пол.



4. [УКАЗАНИЕ ПОЛА И РОСТА]

Аналогичным образом укажите пол (МУЖСКОЙ) или (ЖЕНСКИЙ), а также свой рост.



В итоге на дисплее отображаются настройки для подтверждения и появляется значение «0.0 kg».

Этим завершается настройка.

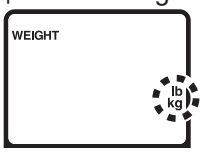
Выбор единиц измерения

Возможно изменить единицы измерения, использованные для настроек роста и веса.

1. Включите питание.

Сначала на дисплее мигает «CAL» (калибровка), затем отобразится значение «0.0 kg» (0,0 кг).
Дождитесь, когда на дисплее появится значение «0.0 kg».

2. Удерживайте кнопку ▼ нажатой, пока на дисплее не замигает индикация «lb» и «kg».



3. Нажмите кнопку ▲ или ▼, чтобы выбрать «kg» (кг) или «lb» (фунты).

Это также приведет к автоматической смене на «cm» (см) и «in» (дюймы).

4. Нажмите кнопку SET для подтверждения.

Все измерения роста и веса отобразятся на дисплее в новых единицах измерения. Новые единицы измерения остаются в силе, пока не будут изменены вновь.

Изменение личных данных

1. Включите питание.

Сначала на дисплее мигает «CAL» (калибровка), затем отобразится значение «0.0 kg» (0,0 кг).
Дождитесь, когда на дисплее появится значение «0.0 kg».

2. Нажмите кнопку с номером личного профиля, чтобы выбрать номер личного профиля.

1) На дисплее один раз мигнет ваш номер.

2) Нажмите кнопку SET для подтверждения.

Затем на дисплее замигает выбранное значение возраста.



3. С помощью кнопки ▲ или ▼ измените выбранное значение, затем нажмите кнопку SET.
На дисплее последовательно отобразятся возраст, пол и рост.

Удаление личных данных

1. Включите питание.

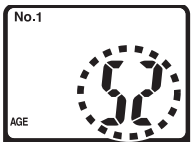
Сначала на дисплее мигает «CAL» (калибровка), затем отобразится значение «0.0 kg» (0,0 кг).
Дождитесь, когда на дисплее появится значение «0.0 kg».

2. Нажмите кнопку с номером личного профиля, чтобы выбрать номер личного профиля.

1) На дисплее один раз мигнет ваш номер.

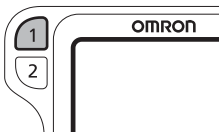
2) Нажмите кнопку SET для подтверждения.

Затем на дисплее замигает выбранное значение возраста.

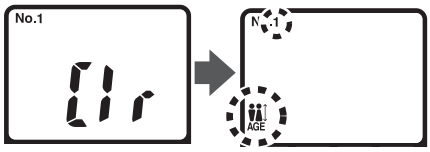


3. Удалите личные данные.

Нажмите кнопку с номером личного профиля и удерживайте более двух секунд.



На дисплее появится «Clr», и личные данные будут удалены из памяти.



Выключение электропитания

Питание автоматически отключается при следующих условиях.

1. Если прибор не используется в течение 1 минуты после появления на дисплее значения «0.0 kg».
2. Если в режиме ввода личных данных информация не вводится в течение 5 минут.
3. Если монитор не используется в течение 5 минут после отображения результатов измерений.
4. Через 5 минут после отображения на дисплее результата при измерении только веса.

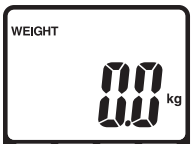
RU

4. Выполнение измерений

Измерение следует производить на твердой и ровной поверхности.

1. Включите питание.

Сначала на дисплее мигает «CAL» (калибровка), затем отобразится значение «0.0 kg» (0,0 кг).



* Если встать на прибор до появления значения «0.0 kg», на дисплее появится сообщение об ошибке «Err».

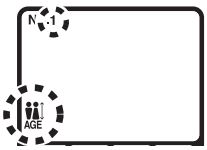
2. Когда на дисплее появится значение «0.0 kg», извлеките блок дисплея.

Примечание. Не извлекайте блок дисплея, пока на нем не появится «0.0 kg». В противном случае масса дисплея будет добавлена к массе вашего тела, что исказит результат измерения.

3. Выберите номер личного профиля.

Удерживая блок дисплея, нажмите кнопку с номером личного профиля. Выбранный номер мигнет один раз и появится на дисплее.

Если на дисплее отображается следующее:



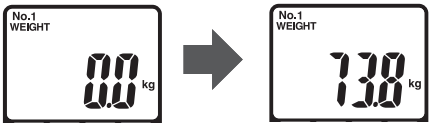
Под выбранным номером личного профиля не сохранены личные данные. Сведения о сохранении личных данных см. в разделе 3.

Если в памяти прибора не сохранены личные данные (Гостевой режим)

1) Удерживая блок дисплея, нажмите кнопку GUEST.
2) Дождитесь, когда на дисплее появится символ «G», обозначающий режим GUEST.
3) Укажите личные данные (возраст, пол и рост). Прочитайте п. 3–4 в разделе 3, Ввод и сохранение личных данных.

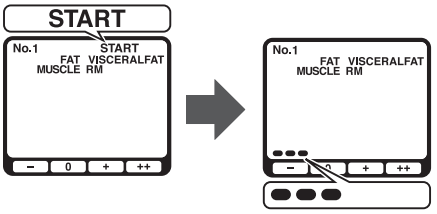
4. Начните измерение.

1) Встаньте на основной блок и поместите ноги на ножные электроды, равномерно распределив вес тела.



На дисплее появится индикация веса тела, затем показание дважды мигнет.
После этого прибор начнет измерять процентное содержание жира в организме, уровень внутреннего жира, процентное отношение скелетной мускулатуры, ИМТ и обмен веществ при полном покое организма.

2) Когда на дисплее отобразится «START», вытяните руки под углом 90° к телу.



Ход выполнения измерения отображается в нижней части дисплея индикаторами, полоса которых движется слева направо.

3) После завершения измерения на дисплее снова появится значение веса вашего тела. После этого можно сойти с прибора.



Правильная поза при измерении



После измерения веса.

90°

(2)

Руки подняты и расположены горизонтально, локти выпрямлены.
Вытяните руки под углом 90° к телу.

(3)

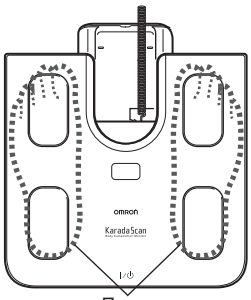


Держите блок дисплея так, чтобы видеть дисплей.

(1)

Держите колени и спину прямо, смотрите перед собой.

Встаньте на основной блок босыми ногами.



Пятки

- Убедитесь, что под каждой пяткой находится электрод для пяток, как показано на рисунке. Встаньте и равномерно распределите вес по измерительной платформе.

С усилием надавите ладонями на зажимные электроды.



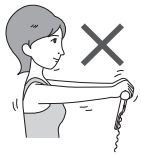
Средние пальцы должны находиться в углублении за зажимными электродами.

Крепко держитесь за внутренние зажимные электроды большим и указательным пальцем.

Внешние зажимные электроды удерживайте безымянным пальцем и мизинцем.

Неправильные позы при измерении

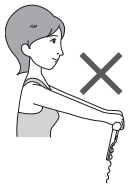
Движение во время измерения



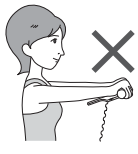
Руки согнуты



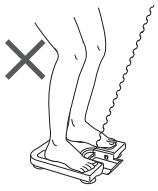
Руки находятся слишком низко или слишком высоко



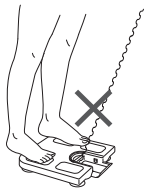
Дисплей направлен вверх



Колени согнуты



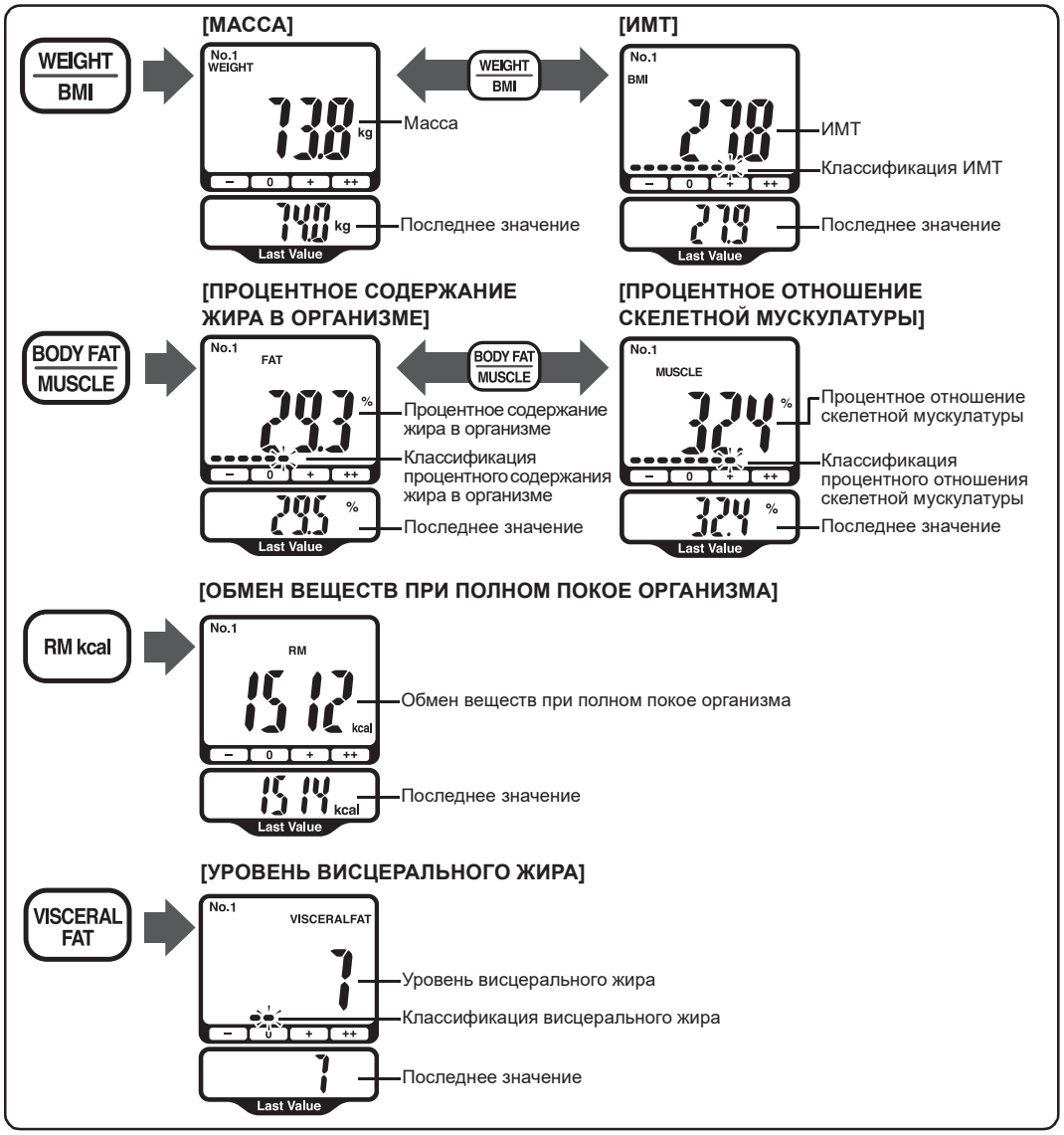
Пользователь стоит на краю прибора



RU

5. Проверьте результаты измерений.

Нажмите соответствующую кнопку для просмотра нужных результатов измерений. В области Last Value (Последнее значение) на дисплее отображаются последние значения предыдущего измерения.



Примечание. Для детей в возрасте от 6 до 17 лет этот прибор отображает массу, классификацию процентного содержания жира в организме, процентное отношение скелетных мышц, ИМТ, классификацию ИМТ и обмен веществ при полном покое организма.

Интерпретация результатов измерения процентного содержания жира в организме

Нижеследующая таблица основана на данных, приведенных в публикации HD McCarthy и др. в журнале International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006 г., в публикации Gallagher и др. в журнале American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, сентябрь, 2000 г. Разделение на четыре уровня выполнено Omron Healthcare.

Пол	Возраст	– (Низкий)	0 (Нормальный)	+ (Высокий)	++ (Очень высокий)
Женщины	6	< 13,8%	13,8–24,9%	25,0–27,0%	≧ 27,1%
	7	< 14,4%	14,4–27,0%	27,1–29,6%	≧ 29,7%
	8	< 15,1%	15,1–29,1%	29,2–31,9%	≧ 32,0%
	9	< 15,8%	15,8–30,8%	30,9–33,8%	≧ 33,9%
	10	< 16,1%	16,1–32,2%	32,3–35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3–33,1%	33,2–36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4–33,5%	33,6–36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4–33,8%	33,9–36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3–34,0%	34,1–36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1–34,2%	34,3–36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8–34,5%	34,6–37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4–34,7%	34,8–37,3%	≧ 37,4%
	18–39	< 21,0%	21,0–32,9%	33,0–38,9%	≧ 39,0%
	40–59	< 23,0%	23,0–33,9%	34,0–39,9%	≧ 40,0%
	60–80	< 24,0%	24,0–35,9%	36,0–41,9%	≧ 42,0%
Мужчины	6	< 11,8%	11,8–21,7%	21,8–23,7%	≧ 23,8%
	7	< 12,1%	12,1–23,2%	23,3–25,5%	≧ 25,6%
	8	< 12,4%	12,4–24,8%	24,9–27,7%	≧ 27,8%
	9	< 12,6%	12,6–26,5%	26,6–30,0%	≧ 30,1%
	10	< 12,8%	12,8–27,9%	28,0–31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6–28,5%	28,6–32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3–28,2%	28,3–32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6–27,5%	27,6–31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1–26,4%	26,5–30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8–25,4%	25,5–28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4–24,7%	24,8–27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1–24,2%	24,3–26,8%	≧ 26,9%
	18–39	< 8,0%	8,0–19,9%	20,0–24,9%	≧ 25,0%
	40–59	< 11,0%	11,0–21,9%	22,0–27,9%	≧ 28,0%
	60–80	< 13,0%	13,0–24,9%	25,0–29,9%	≧ 30,0%

Интерпретация результата измерения уровня висцерального жира

Уровень висцерального жира	Классификация уровня
1–9	0 (Нормальный)
10–14	+ (Высокий)
15–30	++ (Очень высокий)

Согласно показателям Omron Healthcare

RU

Интерпретация результата ИМТ

ИМТ	ИМТ (по данным ВОЗ)	Шкала классификации ИМТ (– 0 + ++)	Номинальный ИМТ
ИМТ < 18,5	- (Недостаточная масса тела)		7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 ≦ ИМТ < 25	0 (Нормальный)		18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 ≦ ИМТ < 30	+ (Избыточная масса тела)		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 ≦ ИМТ	++ (Ожирение)		30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

Перечисленные выше показатели согласуются с показателями ожирения, предложенными ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения).

Интерпретация результата измерения процентного отношения скелетных мышц (для взрослых)

Пол	Возраст	– (Низкий)	0 (Нормальный)	+ (Высокий)	++ (Очень высокий)
Женщины	**18–39**	< 24,3%	24,3–30,3%	30,4–35,3%	≧ 35,4%
	40–59	< 24,1%	24,1–30,1%	30,2–35,1%	≧ 35,2%
	60–80	< 23,9%	23,9–29,9%	30,0–34,9%	≧ 35,0%
Мужчины	**18–39**	< 33,3%	33,3–39,3%	39,4–44,0%	≧ 44,1%
	40–59	< 33,1%	33,1–39,1%	39,2–43,8%	≧ 43,9%
	60–80	< 32,9%	32,9–38,9%	39,0–43,6%	≧ 43,7%

Согласно показателям Omron Healthcare

6. После подтверждения результатов выключите электропитание.

Примечание. Если пользователь забудет отключить питание, прибор отключится автоматически через 5 минут.
Установите блок дисплея обратно на держатель основного модуля, как показано в разделе 8.

5. Измерение только веса тела

1. Включите питание.



Сначала на дисплее мигает «CAL» (калибровка), затем отобразится значение «0.0 kg» (0,0 кг).

Примечание. Если встать на прибор до появления значения «0.0 kg», на дисплее появится сообщение об ошибке «Err».

2. Когда на дисплее появится значение «0.0 kg», встаньте на прибор.

Примечание. Оставьте блок дисплея в держателе блока дисплея.

3. Проверьте результат измерения.

Значение веса тела отобразится на дисплее и мигнет два раза, что указывает на завершение измерения.

Примечание. На этом этапе для проверки результата измерения можно также вынуть блок дисплея.

4. По завершении измерения сойдите с прибора и выключите питание.

6. Отображение ошибок

Отображение ошибки	Причина	Устранение
Err 1	Недостаточный контакт ладоней или ступней с электродами.	Нажмите ладонями или ступнями на электроды, затем выполните измерение. (См. раздел 4.)
Err 2	Занято неподходящее для измерения положение, либо недостаточен контакт ладоней или ступней с электродами.	Выполните измерение, не двигая руками и ступнями. (См. раздел 4.)
Err 3	Ладони или ступни слишком сухие.	Смочите ладони или ступни мокрым полотенцем, затем повторите измерение.
Err 4	Значения состава тела находятся за пределами диапазона измерения.	• Убедитесь, что в памяти хранятся правильные личные данные: возраст, пол и рост. (См. «Ввод данных» в разделе 9.) • Основной блок не может измерять состав тела за пределами диапазона измерений, даже если настройки возраста, пола и роста соответствуют действительности.
Err 5	Неисправность.	Извлеките элементы питания и вставьте их обратно, затем повторите измерение. Если эта ошибка опять возникает, обратитесь к представителю сервисной службы компании OMRON.
Err	Пользователь встал на прибор прежде, чем на дисплее появилось значение «0.0 kg».	Встаньте на основной блок, когда на дисплее отобразится значение «0.0 kg».
	Пользователь передвинул основной блок, прежде чем на дисплее появилось значение «0.0 kg».	Не двигайте основной блок, пока на дисплее не отобразится «0.0 kg».
	При измерении веса тела пользователь сдвинулся с места.	Не двигайтесь при измерении веса тела.
	Масса вашего тела 150 кг (330,0 фунтов) или больше.	Масса тела 150 кг (330,0 фунтов) или больше выходит за диапазон измерений этого прибора. Вы не можете пользоваться этим прибором.

7. Устранение неполадок

Если во время измерения возникает любая неполадка, указанная ниже, прежде всего убедитесь, что на расстоянии 30 см от прибора нет других электрических устройств.
Если неполадку устранить не удается, смотрите таблицу ниже.

Проблема	Причина	Устранение
Отображаемое значение состава тела слишком высокое или слишком низкое.	См. «Информация о составе тела».	
Питание отключается приблизительно через 5 минут после подтверждения массы тела и до измерения процентного содержания жира, уровня висцерального жира, процентного содержания скелетных мышц в организме, ИМТ и обмена веществ при полном покое организма.	Не выбран правильный номер личного профиля или режим GUEST. (На дисплее не отображается номер личного профиля или символ «G».)	Выберите правильный номер личного профиля или режим GUEST. (См. раздел 4.)
После включения питания ничего не отображается.	Не установлены элементы питания.	Установите элементы питания.
	Элементы питания установлены с неправильной полярностью.	Вставьте элементы питания в правильной полярности.
	Кончился заряд элементов питания.	Замените все четыре элемента питания на новые. (См. раздел 2.)
	Поврежден или изношен шнур, соединяющий основной блок и блок дисплея.	Обратитесь в ближайшее представительство сервисной службы OMRON.

RU

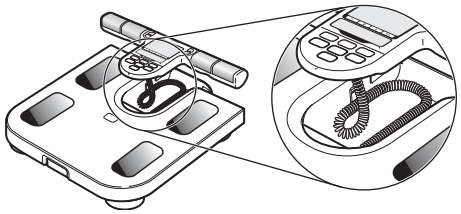
8. Уход за прибором и его хранение

Как обращаться с прибором

- Перед использованием всегда очищайте прибор.
- Протирайте основной блок мягкой сухой тканью.
  При необходимости используйте тряпку, смоченную водой или моющим средством; как следует отожмите ее перед тем, как протереть прибор, а затем протрите его насухо сухой тряпкой.
- Спиртовой раствор можно использовать только для протирания электродов. Для очистки других частей прибора его использование запрещено.
- Прибор нельзя протирать бензолом или растворителем.

Уход и хранение

- Храните блок дисплея в основном блоке, как это показано на рисунке.
- При хранении блока дисплея не допускайте сгибания шнура.



- Запрещается хранить прибор в следующих условиях:
  - повышенная влажность, когда в прибор может попасть жидкость или влага;
  - высокая температура, прямой солнечный свет и пыльное помещение;
  - места, где возможны неожиданная встряска или вибрация;
  - в местах хранения химикатов или присутствия агрессивного газа.

- Не пытайтесь самостоятельно отремонтировать прибор. Это изделие откалибровано во время изготовления. При возникновении любых вопросов относительно технических характеристик прибора, обращайтесь в центр технического обслуживания OMRON.

9. Технические данные

Категория изделия	**Анализаторы состава тела**
Наименование	Монитор состава тела OMRON
Модель	**BF511 (HBF-511B-E)** **BF511 (HBF-511T-E)**
Результаты, отображаемые на дисплее	**Вес тела:** от 0 до 150 кг с шагом 0,1 кг (от 0,0 до 330,0 фунтов с шагом 0,2 фунта) **Процентное содержание жира в организме:** от 5,0 до 60,0% с шагом 0,1% **Процентное отношение скелетных мышц:** от 5,0 до 50,0% с шагом 0,1% **ИМТ:** от 7,0 до 90,0 с шагом 0,1 **Обмен веществ при полном покое организма:** 385–3999 ккал с шагом 1 ккал **Уровень висцерального жира:** 30 уровней с шагом в 1 уровень **Классификация ИМТ:** – (недостаточная масса тела) / 0 (нормальная масса тела) / + (избыточная масса тела) / ++ (ожирение) 4 уровня с 3 подуровнями каждый **Классификации процентного содержания жира и процентного содержания скелетных мышц в организме:** – (низкое) / 0 (нормальное) / + (высокое) / ++ (очень высокое) 4 уровня с 3 подуровнями каждый **Классификация уровня висцерального жира:** 0 (нормальный) / + (высокий) / ++ (очень высокий) 3 уровня с 3 подуровнями каждый
Ввод данных	**Рост:** от 100,0 до 199,5 см (от 3 футов 4 дюймов до 6 футов 6 3/4 дюйма) **Возраст:** от 6 до 80 лет **Пол:** мужской/женский * Единицы измерения: кг (см) / фунты (футы•дюймы) * Возрастной диапазон для измерения процентного содержания жира в организме, классификации процентного содержания жира в организме, процентного отношения скелетных мышц, ИМТ, классификации ИМТ и обмена веществ при полном покое организма составляет 6–80 лет. * Возрастной диапазон для измерения уровня висцерального жира, классификации уровня висцерального жира и классификации процентного отношения скелетных мышц в организме составляет 18–80 лет.
Точность измерения массы тела	0,0–40,0 кг: ±0,4 кг (0,0–88,2 фунтов: ±0,88 фунта) 40,0–150,0 кг: ±1% (88,2–330,0 фунтов: ±1%)
Точность (стандартная ошибка)	**Процентное содержание жира в организме:** 3,5% **Процентное отношение скелетных мышц:** 3,5% **Уровень висцерального жира:** 3 уровня
Режим эксплуатации	Постоянная эксплуатация
Срок службы	5 лет (3 раза в день)
Источник питания	4 элемента питания типа AA (R6) (можно также использовать щелочные элементы питания AA (LR6)).
Срок службы элементов питания	Приблизительно 1 год (при использовании элементов питания на основе марганца для четырех измерений в день)
Условия эксплуатации: температура окружающего воздуха/ относительная влажность/давление воздуха	от +10 до 40 °C / от 30 до 85% (без конденсации) / от 700 до 1060 гПа
Условия хранения и транспортировки: температура окружающего воздуха/ относительная влажность/ атмосферное давление	от -20 до 60 °C / от 10 до 95% (без конденсации) / от 700 до 1060 гПа
Защита от поражения электрическим током	Медицинское электрооборудование с внутренним источником питания
Рабочая часть аппарата	Тип BF (зажимные электроды, ножные электроды)
Классификация IP	IP21

*Классификация IP представляет собой степень защиты в соответствии со стандартом IEC 60529. Этот прибор защищен от твердых посторонних объектов диаметром 12,5 мм (например, палец) или больше. Этот прибор защищен от проникновения вертикально падающих капель воды.

Масса прибора	Приблизительно 2,2 кг (4,85 фунтов) (включая элементы питания)
Габаритные размеры	**Блок дисплея:** приблизительно 300 мм (Ш) x 35 мм (В) x 147 мм (Т) (приблизительно 11 3/4" (Ш) x 1 3/8" (В) x 5 3/4" (Т)) **Основной блок:** приблизительно 303 мм (Ш) x 55 мм (В) x 327 мм (Т) (приблизительно 11 7/8" (Ш) x 2 1/8" (В) x 12 7/8" (Т))
Комплект поставки	Монитор состава тела (основной блок + блок дисплея), 4 элемента питания AA на основе марганца (R6), руководство по эксплуатации, гарантийный талон

Примечание. Возможны технические изменения без предварительного уведомления.
Сообщайте уполномоченному представителю производителя обо всех серьезных происшествиях, связанных с этим изделием.
Режим эксплуатации по классификации в соответствии с IEC 60601-1.

CE 0197 UK CA 0086

Описание символов, которое, в зависимости от модели, можно найти на самом изделии, на упаковке или в руководстве по эксплуатации			
	Рабочая часть аппарата - тип BF Степень защиты от поражения электрическим током (ток утечки)		Температурный диапазон
IP XX	Степень защиты, обеспечиваемая оболочкой (МЭК 60529)		Диапазон влажности
CE	Маркировка CE		Диапазон атмосферного давления
SN	Серийный номер	⎓	Постоянный ток
	В целях обеспечения безопасности строго следуйте указаниям в данном руководстве по эксплуатации. (Фон: синий)		Это изделие не должно использоваться лицами с медицинскими имплантатами (например, кардиостимуляторами, искусственным сердцем, искусственными легкими или иными электронными системами жизнеобеспечения). (знак с кругом и косой чертой красного цвета)
MD	Медицинское изделие		Дата изготовления
UK CA	Знак соответствия требованиям для Великобритании	UDI	Уникальный идентификатор изделия
	Знак переработки X: Номер материала Y: Сокращение материала Более подробную информацию см. в 97/129/EC.		Инструкция по переработке элементов упаковки для Франции



Надлежащая утилизация продукта
(использованное электрическое и электронное оборудование)

Этот символ на продукте или описании к нему указывает, что данный продукт не подлежит утилизации вместе с другими домашними отходами по окончании срока службы. Для предотвращения возможного ущерба для окружающей среды или здоровья человека вследствие неконтролируемой утилизации отходов, пожалуйста, отделите этот продукт от других типов отходов и утилизируйте его надлежащим образом для рационального повторного использования материальных ресурсов.

Домашним потребителям следует связаться с розничным торговым представителем, у которого продукт был приобретен, или местным органом власти, для получения подробной информации о том, куда и как доставить данный прибор для экологически безопасной переработки.

Промышленным потребителям надлежит связаться с поставщиком и проверить сроки и условия контракта на закупку. Данный продукт не следует утилизировать совместно с другими коммерческими отходами.

Данный продукт не содержит никаких вредных веществ.
Утилизация отработанных батареек должна производиться в соответствии с установленными правилами утилизации аккумуляторных батарей.

Важная информация об электромагнитной совместимости (ЭМС)

Это устройство, изготовленное компанией OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., соответствует стандарту по электромагнитной совместимости (ЭМС) EN60601-1-2:2015+A1:2021.
Остальная документация о соответствии этому стандарту ЭМС находится в офисе компании OMRON HEALTHCARE EUROPE по адресу, указанному в настоящем руководстве по эксплуатации, или на веб-сайте www.omron-healthcare.com

Производитель 		**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 ЯПОНИЯ
Представитель в ЕС 		**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, НИДЕРЛАНДЫ www.omron-healthcare.com
Импортер в ЕС		
Производственное подразделение		**Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd.** No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, Китай
Филиалы	Импортер в Великобританию и лицо, ответственное за работу с Великобританией	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, ВЕЛИКОБРИТАНИЯ www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Сделано в Китае

الشركة المُصنعة	**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN **شركة امرون هيلث كير المحدودة** 53, كونوتسوبو, ترادو- شو موكو، كايوتو 617-0002 اليابان
جهة التمثيل بالاتحاد الأوروبي EC REP	**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, هولندا www.omron-healthcare.com
المستورد في الاتحاد الأوروبي	
منشأة التصنيع	**Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd.** No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, China
الشركات التابعة — الجهة المستوردة في المملكة المتحدة والشخص المسؤول في المملكة المتحدة	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

صنع في الصين

التخلص السليم من هذا المنتج
(معدات كهربائية وإلكترونية مستهلكة)



تشير هذه العلامة الموجودة على المنتج أو المطبوعات الخاصة به إلى حتمية عدم التخلص منه مع المخلفات المنزلية الأخرى عندما يصبح غير صالح للاستخدام. للحيلولة دون تعرض البيئة أو الصحة البشرية لأي أذى ينجم عن التخلص غير الموجه من النفايات، يرجى عزل هذا الجهاز عن أنواع المخلفات الأخرى وإعادة تدويره بشكل موثوق به وذلك لدعم إعادة استخدام موارد الخامات بشكل دائم.

يجب على من يستخدمون الجهاز بالمنزل الاتصال بالمكان الذي ابتاعوا الجهاز منه أو المكتب الحكومي المحلي التابعين له للحصول على معلومات بخصوص المكان الذي يمكن التوجه إليه بالجهاز لإعادة تدويره بشكل لا يمثل خطرًا على البيئة.

يجب على من يستخدمون الجهاز داخل نطاق مؤسسي الاتصال بالمورِّد ومراجعة بنود وشروط عقد الشراء.

يجب ألا يختلط هذا المنتج مع المخلفات التجارية الأخرى المقرر التخلص منها.
تصرف بطاريان يستعمل وفقال قانون وطنيّون.

معلومات هامة عن التوافق الكهرومغناطيسي *(EMC)*

تم تصنيع هذا الجهاز بواسطة شركة OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. ليتوافق مع المعيار EN60601-1-2:2015+A1:2021 التوافق الكهرو مغناطيسي (EMC).
للاطلاع على المزيد من المستندات بموجب معيار التوافق الكهرومغناطيسي هذا، يرجى زيارة OMRON HEALTHCARE EUROPE على العنوان المذكور في دليل الإرشادات هذا أو عبر الرابط www.omron-healthcare.com

يمكن العثور على وصف الرموز على المنتج نفسه، أو على غلاف بيع المنتج، أو دليل التعليمات وذلك وفقًا للطراز.			
	الجزء المطبق - النوع BF درجة الحماية ضد الصدمة الكهربائية (تسرب التيار)		الحد من درجة الحرارة
IP XX	الحماية ضد المواد الدخيلة المتوفرة بواسطة IEC 60529		الحد من الرطوبة
CE	علامة CE		الحد من الضغط الجوي
SN	الرقم المتسلسل	⎓	التيار المباشر
	حاجة المستخدم إلى اتباع الإرشادات الواردة في دليل الإرشادات بالكامل هذا للحفاظ على السلامة. (الخلفية: زرقاء)		يجب عدم استخدام هذا المنتج بواسطة الأشخاص أصحاب الزراعات الطبية، مثل أجهزة ضبط نبضات القلب، والقلب الاصطناعي، أو الرئة، أو غيرها من أنظمة دعم الحياة الإلكترونية. (شريط دائري وشرطة مائلة: أحمر)
MD	جهاز طبي		تاريخ التصنيع
UK CA	علامة UKCA	UDI	معرّف الجهاز الفريد
	علامة إعادة التدوير X: رقم المادة Y: اختصار المادة راجع 97/129/EC للمزيد من المعلومات.		إرشادات إعادة التدوير لعناصر التغليف

AR

٩. البيانات الفنية

فئة المنتج	**أجهزة تحليل تركيبة الجسم**	
وصف المنتج	جهاز مراقبة دهون الجسم	
الطراز (الرمز)	**BF511 (HBF-511B-E)** **BF511 (HBF-511T-E)**	
الشاشة	**وزن الجسم:**	من ٠ إلى ١٥٠ كجم مع زيادة بمقدار ٠,١ كجم (من ٠,٠ إلى ٣٣٠,٠ رطلاً مع زيادة بمقدار ٠,٢ رطل)
	النسبة المئوية للدهون بالجسم:	من ٥,٠ إلى ٦٠,٠ ٪ مع زيادة بمقدار ٠,١ ٪
	النسبة المئوية للعضلات الهيكلية:	من ٥,٠ إلى ٥٠,٠٪ مع زيادة بمقدار ٠,١ ٪
	مؤشر كتلة الجسم:	من ٧,٠ إلى ٩٠,٠ مع زيادة بمقدار ٠,١
	الأيض وقت الراحة:	من ٣٨٥ إلى ٣٩٩٩ كيلو كالوري مع زيادة ١ كيلو كالوري
	مستوى الدهون الحشوية:	٣٠ مستوى مع زيادة ١ بمقدار مستوى واحد

تصنيف مؤشر كتلة الجسم:
– (نقصان الوزن)/٠ (طبيعي)/+ (زيادة الوزن)/++ (بدانة) اربعة مستويات تقسم كل منها الي ثلاثة مستويات اخري
تصنيف النسبة المئوية للدهون بالجسم والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية:
– (منخفضة)/٠ (طبيعية)/+ (مرتفعة)/++ (مرتفعة جدًا) اربعة مستويات تقسم كل منها الي ثلاثة مستويات اخري
تصنيف مستوى الدهون الحشوية:
٠ (طبيعي)/+ (مرتفع) /++ (مرتفع جدًا) ثلاثة مستويات تقسم كل منها الي ثلاثة مستويات اخري

عناصر الإعداد	**الارتفاع:** من ١٠٠,٠ إلى ١٩٩,٥ سم (من ٣' ٤" إلى ٦' ٦ ٣/٤") **العمر:** من ٦ إلى ٨٠ عامًا **النوع:** ذكر/أنثى

* وحدات القياس: كجم (سم)/رطل (قدم•بوصة)
* يتراوح نطاق العمر الخاص بالنسبة المئوية للدهون بالجسم وتصنيف النسبة المئوية للدهون بالجسم والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية ومؤشر كتلة الجسم وتصنيف مؤشر كتلة الجسم ومعدل الأيض وقت الراحة من ٦ إلى ٨٠ عامًا.
* يتراوح نطاق العمر الخاص بمستوى الدهون الحشوية وتصنيف مستوى الدهون الحشوية.وتصنيف النسبة المئوية للعضلات الهيكلية من ١٨ إلى ٨٠ عامًا.

دقة الوزن	من ٠,٠ كجم إلى ٤٠,٠ كجم: ± ٠,٤ كجم (من ٠,٠ رطل إلى ٨٨,٢ رطلاً: ± ٠,٨٨ رطل) من ٤٠,٠ كجم إلى ١٥٠,٠ كجم: ± ١٪ (من ٨٨,٢ رطلاً إلى ٣٣٠,٠ رطلاً: ± ١٪)	
الدقة (S.E.E.)	**النسبة المئوية للدهون بالجسم:**	٣,٥٪
	النسبة المئوية للعضلات الهيكلية:	٣,٥٪
	مستوى الدهون الحشوية:	ثلاثة مستويات
وضع التشغيل	التشغيل المستمر	
فترة الاستخدام	٥ أعوام (٣ مرات في اليوم)	
مورد الطاقة	أربع بطاريات بحجم AA من نوع (R6) (يمكنك أيضًا استخدام بطاريات قلوية بحجم AA من نوع (LR6).)	
عمر البطارية	عام واحد تقريبًا (عند استخدام بطاريات المنجنيز مع إجراء ٤ قياسات يوميًا)	
درجة حرارة التشغيل / الرطوبة / ضغط الهواء	+١٠ إلى ٤٠ درجة مئوية / ٣٠ إلى ٨٥٪ رطوبة نسبية (لا مكثف) / ٧٠٠ إلى ١٠٦٠ هكتو باسكال	
درجة حرارة / رطوبة/ضغط هواء النقل والتخزين	-٢٠ إلى ٦٠ درجة مئوية / ١٠ إلى ٩٥٪ رطوبة نسبية (لا مكثف) / ٧٠٠ إلى ١٠٦٠ هكتو باسكال	
الحماية ضد الصدمات الكهربائية	ةيلخادلا ةقاطلاب لمعتةيبطتادعم	
الجزء المطبق	(ةينابرهكلا مادقلأا بابطقأ ،ضربقملل ةينابرهكلا بابطقلأا) BF عونلا	
تصنيف IP	IP21	

*تصنيف IP هو درجة الحماية التي يوفرها IEC 60529.
هذه الوحدة محمية من الشوائب الغريبة الصلبة التي يصل قطرها إلى ١٢,٥ ملم، مثل الأصابع وما هو أكبر منها. هذه الوحدة محمية من تسرب قطرات الماء المتساقطة بشكل رأسي.

الوزن	حوالي ٢,٢ كجم (٤,٨٥ أرطال) (بما في ذلك البطاريات)	
الأبعاد الخارجية	**وحدة العرض:**	٣٠٠ (عرض) × ٣٥ (ارتفاع) × ١٤٧ ملم (عمق) تقريبًا (١١ ٤/٣" (عرض) × ١ ٨/٣" (ارتفاع) × ٥ ٤/٣" (عمق) تقريبًا)
	الوحدة الرئيسية:	٣٠٣ (عرض) × ٥٥ (ارتفاع) × ٣٢٧ ملم (عمق) تقريبًا (١١ ٨/٧" (عرض) × ٢ ٨/١" (ارتفاع) × ١٢ ٨/٧" (عمق) تقريبًا)
محتويات العبوة	جهاز مراقبة مكونات الجسم، أربع بطاريات منجنيز بحجم AA من نوع (R6)، كتيب الإرشادات، بطاقة الضمان	

ملاحظة: عرضة للتعديل الفني دون إخطار مسبق.
يُرجى إبلاغ الشركة المصنعة والسلطة المختصة للبلد العضو الذي تقيم فيه بشأن أي حادث خطير وقع ويتعلق بهذا الجهاز.
وضع التشغيل قائم على التصنيف بما يتوافق مع المعيار IEC 60601-1.

UK CA 0086 CE 0197

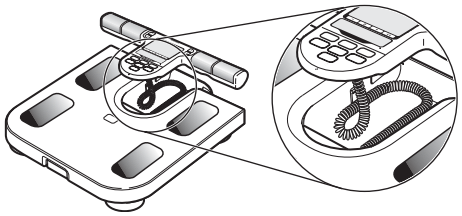
٨. كيفية العناية بالجهاز وتخزينه

كيفية العناية بالوحدة

- حافظ دومًا على الجهاز نظيفًا قبل الاستخدام.
- امسح الوحدة الرئيسية بقطعة قماش ناعمة وجافة.
  وإن لزم الأمر، فاستخدم قطعة قماش مرطبة بالماء أو مبللة واعصرها جيدًا قبل مسح الجهاز، ثم جفف الجهاز باستخدام قطعة القماش الجافة.
- يمكنك استخدام كحول التنظيف لمسح الأقطاب الكهربية، لكن لا تستخدمه مع أجزاء أخرى من الوحدة.
- لا تستخدم البنزين أو مخفف السائل لمسح الوحدة.

الرعاية والتخزين

- قم بتخزين وحدة العرض في الوحدة الرئيسية كما هو موضح.
- عند تخزين وحدة العرض، كن حذرًا كي لا تثني السلك.



- لا تقم بتخزين الجهاز في الظروف التالية:
  - الرطوبة، حيث قد تصل الرطوبة أو الماء إلى داخل الجهاز
  - درجات الحرارة المرتفعة أو ضوء الشمس المباشر أو الأماكن الملينة بالأتربة
  - الأماكن التي تتعرض لمخاطر الصدمات أو الاهتزازات المفاجئة
  - في أماكن تخزين المواد الكيميائية أو حيث توجد غازات مسببة للتآكل.

- لا تقم بإجراء إصلاحات من أي نوع بنفسك. تتم معايرة هذا الجهاز في وقت التصنيع. إذا ساورك الشك بخصوص دقة القياسات في أي وقت، فيُرجى الاتصال بموزع OMRON المعتمد الذي تتعامل معه. وبشكلٍ عام يوصى بفحص الجهاز كل سنتين لضمان التشغيل الصحيح والدقة.

AR

٦. شاشات الخطأ

شاشة الخطأ	السبب	التصحيح
	راحتا يديك أو باطن قدميك ليسا على اتصال جيد بالأقطاب الكهربية.	اضغط براحتي يديك أو باطن قدميك على الأقطاب الكهربية، ثم قم بإجراء القياس. (راجع القسم ٤.)
	وضع القياس خطأ أو أن راحتي اليدين أو باطن القدمين ليسا على اتصال جيد بالأقطاب الكهربية.	قم بإجراء القياس دون تحريك اليدين أو القدمين. (راجع القسم ٤.)
	راحتا اليدين أو باطن القدمين جافتان بدرجة كبيرة.	قم بترطيب راحتي اليدين أو باطن القدمين باستخدام منشفة مبللة، ثم أعد عملية القياس.
	قيم مكونات الجسم خارج النطاق القابل للقياس.	• يرجى التأكد من صحة إعدادات العمر والنوع والطول التي تم تخزينها كبيانات شخصية. (راجع عناصر الإعداد في القسم ٩.) • لا يمكن للوحدة الرئيسية قياس مكونات الجسم الموجودة خارج نطاق القياس الخاص بها، حتى وإن كانت إعدادات العمر والنوع والطول صحيحة.
	عملية غير طبيعية.	قم بتركيب البطاريات مرة أخرى، ثم كرر عملية القياس. إذا استمر حدوث هذا الخطأ، فاستشر مندوب خدمة OMRON.
	لقد صعدت إلى الجهاز قبل ظهور "0.0 kg" على الشاشة.	اصعد إلى الوحدة الرئيسية بعد ظهور "0.0 kg" على الشاشة.
	لقد قمت بتحريك الوحدة الرئيسية قبل ظهور "0.0 kg" على الشاشة.	لا تقم بتحريك الوحدة الرئيسية حتى ظهور "0.0 kg" على الشاشة.
	لقد قمت بتحريك جسمك أثناء قياس وزن الجسم.	لا تتحرك أثناء قياس وزن الجسم.
	وزنك الحالي ١٥٠ كجم (٣٣٠٫٠ رطلاً) أو أكثر.	يعد وزن الجسم البالغ ١٥٠ كجم (٣٣٠٫٠ رطلاً) أو أكثر خارج نطاق القياس لهذا الجهاز. لا يمكنك استخدام هذه الوحدة.

٧. استكشاف الأخطاء وإصلاحها

في حال حدوث أيًا من المشكلات المذكورة أدناه أثناء القياس، فتأكد أولاً من عدم وجود أجهزة كهربائية أخرى ضمن مسافة 30 سم.
يُرجى مراجعة الجدول الموجود أدناه في حال استمرار المشكلة.

المشكلة	السبب	التصحيح
قيمة مكونات الجسم المعروضة مرتفعة أو منخفضة بشكل غير طبيعي.	راجع "معلومات حول مكونات الجسم".	
يتم فصل الطاقة بعد تأكيد وزن الجسم بحوالي خمس دقائق وقبل أن يتم قياس النسبة المئوية للدهون بالجسم ومستوى الدهون الحشوية والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية ومؤشر كتلة الجسم والأيض وقت الراحة.	لم تقم بتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الصحيح أو وضع GUEST (ضيف). (لا يتم عرض رقم ملف التعريف الشخصي أو الحرف "G" على وحدة العرض.)	حدد رقم ملف التعريف الشخصي الصحيح أو وضع GUEST (ضيف). (راجع القسم ٤.)
لا يتم عرض أي شيء عند تشغيل الجهاز.	لم يتم تركيب البطاريات.	قم بتركيب البطاريات.
	أقطاب البطاريات غير محاذية لبعضها البعض على نحو صحيح.	قم بتركيب البطاريات مع محاذاتها على النحو الصحيح.
	لقد استُهلكت البطاريات.	استبدل كافة البطاريات الأربع بأخرى جديدة. (راجع القسم ٢.)
	السلك الذي يصل بين الوحدة الرئيسية ووحدة العرض تالف أو مستهلك.	اتصل بأقرب مندوب خدمة OMRON.

تفسير نتيجة مؤشر كتلة الجسم

مؤشر كتلة الجسم	مؤشر كتلة الجسم (التعيين بواسطة منظمة الصحة العالمية)	شريط تصنيف مؤشر كتلة الجسم – 0 + ++	تقييم مؤشر كتلة الجسم
مؤشر كتلة الجسم < ١٨,٥	- (نقصان الوزن)		١٠,٧ - ٧,٠ ١٤,٥ - ١٠,٨ ١٨,٤ - ١٤,٦
١٨,٥ ≦ مؤشر كتلة الجسم < ٢٥	٠ (طبيعي)		٢٠,٥ - ١٨,٥ ٢٢,٧ - ٢٠,٦ ٢٤,٩ - ٢٢,٨
٢٥ ≦ مؤشر كتلة الجسم < ٣٠	+ (زيادة الوزن)		٢٦,٥ - ٢٥,٠ ٢٨,٢ - ٢٦,٦ ٢٩,٩ - ٢٨,٣
٣٠ ≦ مؤشر كتلة الجسم	++ (بدانة)		٣٤,٩ - ٣٠,٠ ٣٩,٩ - ٣٥,٠ ٩٠,٠ - ٤٠,٠

تشير المؤشرات المذكورة أعلاه إلى القيم الخاصة بالحُكم على السمنة والمقترحة من قِبل WHO، منظمة الصحة العالمية.

تفسير نتيجة النسبة المئوية للعضلات الهيكلية (للبالغين)

النوع	العمر	– (منخفض)	٠ (طبيعي)	+ (مرتفع)	++ (مرتفع جدًا)
أنثى	١٨-٣٩	٪٢٤,٣ >	٪٣٠,٣ - ٢٤,٣	٪٣٥,٣ - ٣٠,٤	٪٣٥,٤ ≦
	٤٠-٥٩	٪٢٤,١ >	٪٣٠,١ - ٢٤,١	٪٣٥,١ - ٣٠,٢	٪٣٥,٢ ≦
	٦٠-٨٠	٪٢٣,٩ >	٪٢٩,٩ - ٢٣,٩	٪٣٤,٩ - ٣٠,٠	٪٣٥,٠ ≦
ذكر	١٨-٣٩	٪٣٣,٣ >	٪٣٩,٣ - ٣٣,٣	٪٤٤,٠ - ٣٩,٤	٪٤٤,١ ≦
	٤٠-٥٩	٪٣٣,١ >	٪٣٩,١ - ٣٣,١	٪٤٣,٨ - ٣٩,٢	٪٤٣,٩ ≦
	٦٠-٨٠	٪٣٢,٩ >	٪٣٨,٩ - ٣٢,٩	٪٤٣,٦ - ٣٩,٠	٪٤٣,٧ ≦

وفقًا لأرقام شركة Omron Healthcare

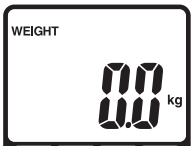
٦. وبعد التأكد من النتائج، قم بإيقاف تشغيل الجهاز.

ملاحظة: إذا نسيت إيقاف تشغيل الجهاز، فسيتم إيقاف تشغيل الجهاز تلقائيًا بعد مرور خمس دقائق.
أعد وحدة العرض إلى الحامل الموجود على الوحدة الرئيسية كما هو موضح في القسم رقم ٨.

٥. قياس الوزن فقط

١. قم بتشغيل الجهاز.

يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).



ملاحظة: إذا صعدت على الجهاز قبل ظهور "0.0 kg" على الشاشة، فستظهر رسالة خطأ "Err" (خطأ).

٢. عند ظهور "0.0 kg" (صفر كجم)، فقم بالصعود إلى الجهاز.

ملاحظة: اترك وحدة العرض في حامل وحدة العرض.

٣. راجع نتيجة القياس.

يظهر الوزن الخاص بك ويومض مرتين للإشارة إلى اكتمال عملية القياس.

ملاحظة: في هذه المرحلة يمكنك أيضًا فحص نتيجة القياس وذلك بواسطة إزالة وحدة العرض.

٤. عند اكتمال عملية القياس، قم بالنزول من على الجهاز وقم بإيقاف تشغيله.

AR

تفسير نتيجة النسبة المئوية للدهون بالجسم

يعتمد الجدول الموجود أدناه على بحث أجراه البروفيسور HD McCarthy و آخرون في الصحيفة الدولية للسمنة، إصدار رقم ٣٠ لعام ٢٠٠٦، وكذلك البحث الذي أجراه البروفيسور Gallagher وآخرون في الصحيفة الأمريكية للتغذية الإكلينيكة، إصدار رقم ٧٢ في شهر سبتمبر لعام ٢٠٠٠، وتم تصنيفه إلى أربعة مستويات بواسطة شركة OMRON HEALTHCARE.

النوع	العمر	– (منخفض)	٠ (طبيعي)	+ (مرتفع)	++ (مرتفع جدًا)
أنثى	٦	< ٪١٣,٨	٪١٣,٨ - ٢٤,٩	٪٢٥,٠ - ٢٧,٠	≦ ٪٢٧,١
	٧	< ٪١٤,٤	٪١٤,٤ - ٢٧,٠	٪٢٧,١ - ٢٩,٦	≦ ٪٢٩,٧
	٨	< ٪١٥,١	٪١٥,١ - ٢٩,١	٪٢٩,٢ - ٣١,٩	≦ ٪٣٢,٠
	٩	< ٪١٥,٨	٪١٥,٨ - ٣٠,٨	٪٣٠,٩ - ٣٣,٨	≦ ٪٣٣,٩
	١٠	< ٪١٦,١	٪١٦,١ - ٣٢,٢	٪٣٢,٣ - ٣٥,٢	≦ ٪٣٥,٣
	١١	< ٪١٦,٣	٪١٦,٣ - ٣٣,١	٪٣٣,٢ - ٣٦,٠	≦ ٪٣٦,١
	١٢	< ٪١٦,٤	٪١٦,٤ - ٣٣,٥	٪٣٣,٦ - ٣٦,٣	≦ ٪٣٦,٤
	١٣	< ٪١٦,٤	٪١٦,٤ - ٣٣,٨	٪٣٣,٩ - ٣٦,٥	≦ ٪٣٦,٦
	١٤	< ٪١٦,٣	٪١٦,٣ - ٣٤,٠	٪٣٤,١ - ٣٦,٧	≦ ٪٣٦,٨
	١٥	< ٪١٦,١	٪١٦,١ - ٣٤,٢	٪٣٤,٣ - ٣٦,٩	≦ ٪٣٧,٠
	١٦	< ٪١٥,٨	٪١٥,٨ - ٣٤,٥	٪٣٤,٦ - ٣٧,١	≦ ٪٣٧,٢
	١٧	< ٪١٥,٤	٪١٥,٤ - ٣٤,٧	٪٣٤,٨ - ٣٧,٣	≦ ٪٣٧,٤
	١٨ - ٣٩	< ٪٢١,٠	٪٢١,٠ - ٣٢,٩	٪٣٣,٠ - ٣٨,٩	≦ ٪٣٩,٠
	٤٠ - ٥٩	< ٪٢٣,٠	٪٢٣,٠ - ٣٣,٩	٪٣٤,٠ - ٣٩,٩	≦ ٪٤٠,٠
	٦٠ - ٨٠	< ٪٢٤,٠	٪٢٤,٠ - ٣٥,٩	٪٣٦,٠ - ٤١,٩	≦ ٪٤٢,٠
ذكر	٦	< ٪١١,٨	٪١١,٨ - ٢١,٧	٪٢١,٨ - ٢٣,٧	≦ ٪٢٣,٨
	٧	< ٪١٢,١	٪١٢,١ - ٢٣,٢	٪٢٣,٣ - ٢٥,٥	≦ ٪٢٥,٦
	٨	< ٪١٢,٤	٪١٢,٤ - ٢٤,٨	٪٢٤,٩ - ٢٧,٧	≦ ٪٢٧,٨
	٩	< ٪١٢,٦	٪١٢,٦ - ٢٦,٥	٪٢٦,٦ - ٣٠,٠	≦ ٪٣٠,١
	١٠	< ٪١٢,٨	٪١٢,٨ - ٢٧,٩	٪٢٨,٠ - ٣١,٨	≦ ٪٣١,٩
	١١	< ٪١٢,٦	٪١٢,٦ - ٢٨,٥	٪٢٨,٦ - ٣٢,٦	≦ ٪٣٢,٧
	١٢	< ٪١٢,٣	٪١٢,٣ - ٢٨,٢	٪٢٨,٣ - ٣٢,٤	≦ ٪٣٢,٥
	١٣	< ٪١١,٦	٪١١,٦ - ٢٧,٥	٪٢٧,٦ - ٣١,٣	≦ ٪٣١,٤
	١٤	< ٪١١,١	٪١١,١ - ٢٦,٤	٪٢٦,٥ - ٣٠,٠	≦ ٪٣٠,١
	١٥	< ٪١٠,٨	٪١٠,٨ - ٢٥,٤	٪٢٥,٥ - ٢٨,٧	≦ ٪٢٨,٨
	١٦	< ٪١٠,٤	٪١٠,٤ - ٢٤,٧	٪٢٤,٨ - ٢٧,٧	≦ ٪٢٧,٨
	١٧	< ٪١٠,١	٪١٠,١ - ٢٤,٢	٪٢٤,٣ - ٢٦,٨	≦ ٪٢٦,٩
	١٨ - ٣٩	< ٪٨,٠	٪٨,٠ - ١٩,٩	٪٢٠,٠ - ٢٤,٩	≦ ٪٢٥,٠
	٤٠ - ٥٩	< ٪١١,٠	٪١١,٠ - ٢١,٩	٪٢٢,٠ - ٢٧,٩	≦ ٪٢٨,٠
	٦٠ - ٨٠	< ٪١٣,٠	٪١٣,٠ - ٢٤,٩	٪٢٥,٠ - ٢٩,٩	≦ ٪٣٠,٠

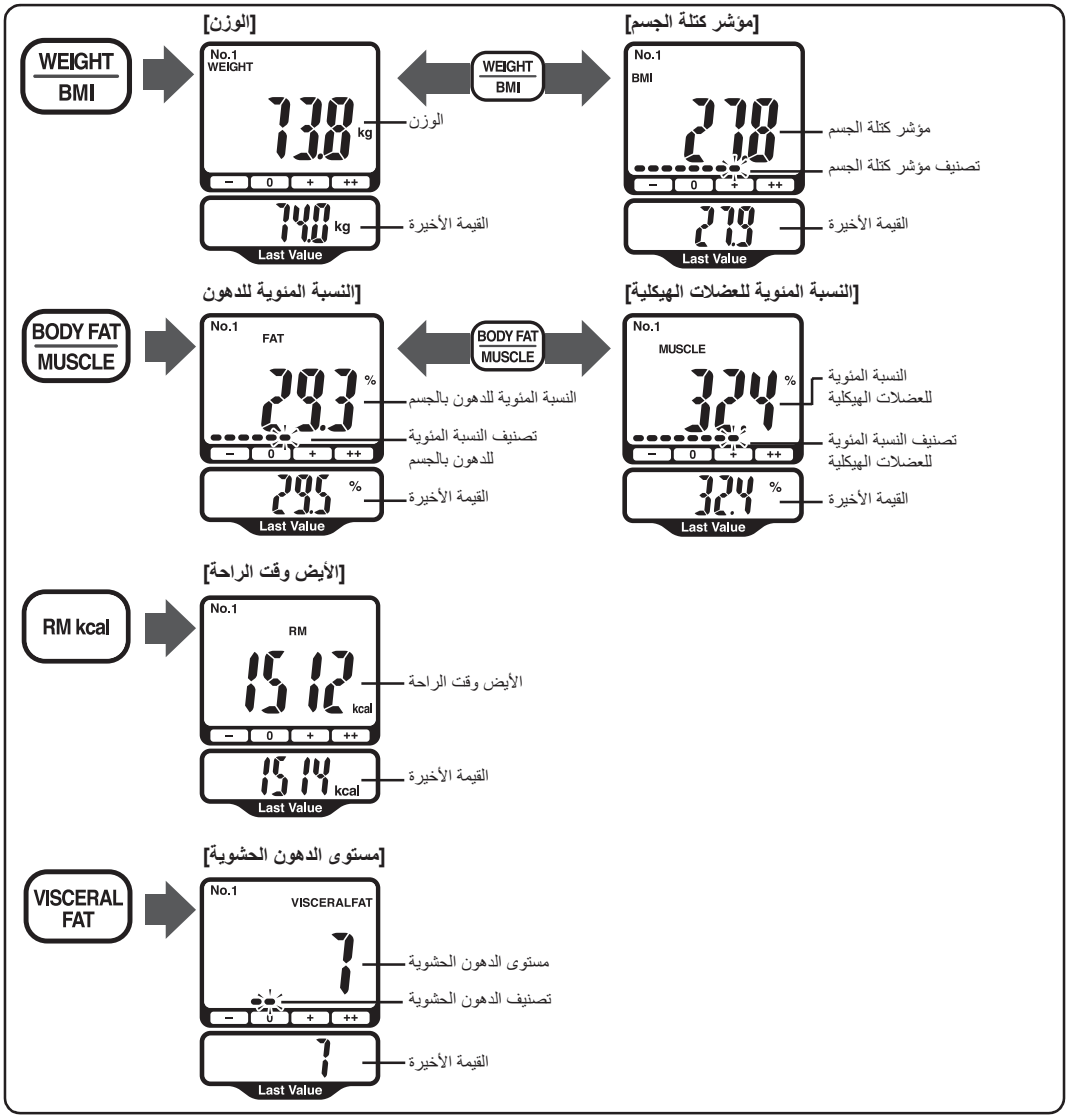
تفسير نتيجة مستوى الدهون الحشوية

مستوى الدهون الحشوية	تصنيف المستوى
١ - ٩	٠ (طبيعي)
١٠ - ١٤	+ (مرتفع)
١٥ - ٣٠	++ (مرتفع جدًا)

وفقًا لأرقام شركة Omron Healthcare

٥. راجع نتائج القياس.

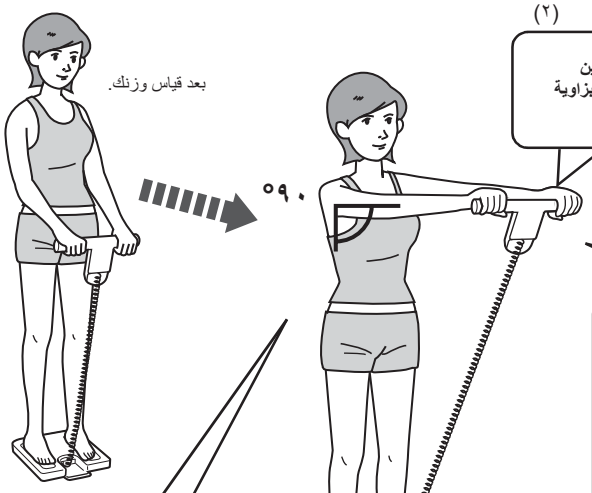
اضغط على الزر المناسب لعرض نتائج القياس المرغوبة. يتم عرض القيم الأخيرة للقياس السابق في منطقة القيمة الأخيرة على الشاشة.



ملاحظة: للأطفال (من ٦ إلى ١٧ عامًا)، يقوم هذا الجهاز بعرض الوزن تصنيف النسبة المئوية للدهون بالجسم والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية ومؤشر كتلة الجسم وتصنيف مؤشر كتلة الجسم إلى جانب الأيض وقت الراحة.

AR

الوضع الصحيح للقياس



(٢)

الذراعان مرفوعان بشكل أفقي مع مد المرفقين بشكل مستقيم. قم بمد ذراعيك بشكل مستقيم بزاوية ٥٩٠ مع جسمك.

(٣)

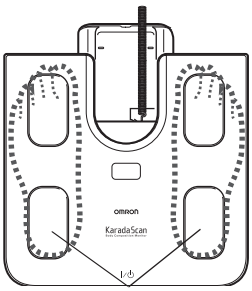


امسك وحدة العرض حتى يمكنك مشاهدة الشاشة.

(١)

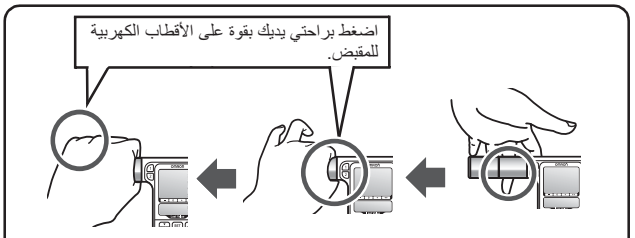
قف بحيث تكون ركبتاك وظهرك في وضع مستقيم وانظر للأمام مباشرة.

اصعد على الوحدة الرئيسية حافي القدمين.



كعبي القدم

- تأكد أن كلا الكعبين موضوعان على القطب الكهربي للكعب. قِف مع توزيع وزنك بالتساوي على النظام الأساسي للقياس.



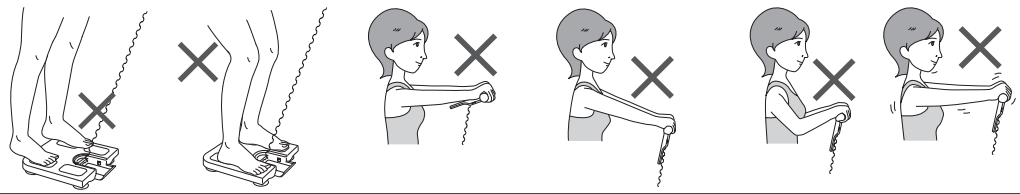
ضع إصبعك الأوسط في السن الموجود بالجزء الخلفي من الأقطاب الكهربية للمقبض.

أحكم قبضتك على الأقطاب الكهربية الداخلية للمقبض باستخدام إصبعي الإبهام والسبابة.

اضغط على الأقطاب الكهربية الخارجية للمقبض باستخدام إصبعي الخنصر والبنصر.

أوضاع يجب تجنبها عند القياس

الحركة أثناء القياس | الذراعان في وضع انثناء | خفض أو رفع الذراعين بشكل كبير | اتجاه الشاشة لأعلى | ثني الركبتين | الوقوف على حافة الجهاز

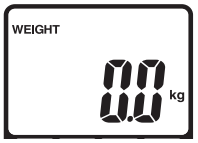


٤. أخذ القياس

يجب إجراء القياس على سطح مستوٍ وصلب.

١. قم بتشغيل الجهاز.

يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).



* إذا صعدت على الجهاز قبل ظهور "0.0 kg" (صفر كجم) على الشاشة، فستظهر رسالة خطأ "Err" (خطأ).

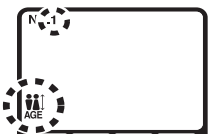
٢. عند ظهور "0.0 kg" (صفر كجم)، فقم بإزالة وحدة العرض.

ملاحظة: لا تقم بإزالة وحدة العرض حتى ظهور "0.0 kg" (صفر كجم) على الشاشة. وإلا ستتم إضافة وزن الشاشة إلى وزن الجسم مما ينتج عنه التوصل إلى نتيجة غير صحيحة.

٣. حدد رقم ملف التعريف الشخصي.

اضغط فوق زر رقم ملف التعريف الشخصي أثناء الإمساك بوحدة العرض. سيظهر الرقم المحدد بعد أن يومض مرة واحدة.

في حالة ظهور الشاشة التالية:



فاعلم أنه لم يتم تخزين بياناتك الشخصية في رقم ملف التعريف الشخصي الذي قمت بتحديده. يُرجى الرجوع إلى القسم ٣ لتخزين البيانات الشخصية.

إذا لم يتم تخزين بياناتك الشخصية على الجهاز (وضع *GUEST* (ضيف)):

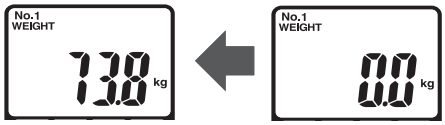
١) اضغط على الزر GUEST (ضيف) أثناء الإمساك بوحدة العرض.

٢) يظهر الحرف "G" الذي يشير إلى GUEST (ضيف) على الشاشة.

٣) قم بتعيين البيانات الشخصية (العمر والنوع والطول). اقرأ الخطوات من ٣ إلى ٤ في القسم ٣، إعداد البيانات الشخصية وتخزينها.

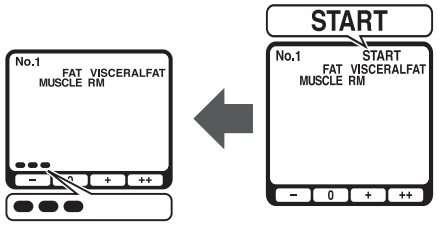
٤. ابدأ عملية القياس.

١) اصعد على الوحدة الرئيسية وضع قدميك على الأقطاب الكهربية الخاصة بالقدمين مع توزيع وزن الجسم بالتساوي.



ستعرض الشاشة وزنك، وحينئذٍ سوف تومض نتيجة الوزن مرتين. حينئذٍ سوف يبدأ الجهاز في قياس نسبة الدهون الموجودة بجسمك ومستوى الدهون الحشوية ونسبة العضلات الهيكلية.

٢) عند ظهور "START" (ابدأ) على الشاشة، قم بمد ذراعيك بشكل مستقيم بزاوية ٩٠ درجة مع جسمك.



ستظهر المؤشرات الموجودة في شريط تقدم القياس في الجزء السفلي من الشاشة تدريجيًا من اليسار إلى اليمين.

٣) بعد اكتمال القياس، يتم عرض وزنك مرة أخرى. عندئذٍ يمكنك النزول من على الجهاز.



AR

تغيير البيانات الشخصية

١. قم بتشغيل الجهاز.

يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).
انتظر حتى يظهر "0.0 kg" على الشاشة.

٢. اضغط على زر USER (المستخدم) لتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك.

١) يومض رقمك مرة واحدة على الشاشة.

٢) اضغط على زر SET (تعيين) للتأكيد.



حينئذٍ يومض إعداد العمر المحدد على الشاشة.

٣. باستخدام الزر ▲ أو ▼ ، قم بتعديل العنصر المحدد متبوعًا بالضغط على زر SET (تعيين). سوف تتغير الشاشة حسب ترتيب العمر والنوع والطول.

حذف البيانات الشخصية

١. قم بتشغيل الجهاز.

يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).
انتظر حتى يظهر "0.0 kg" على الشاشة.

٢. اضغط على زر USER (المستخدم) لتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك.

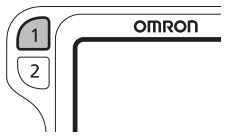
١) يومض رقمك مرة واحدة على الشاشة.

٢) اضغط على زر SET (تعيين) للتأكيد.



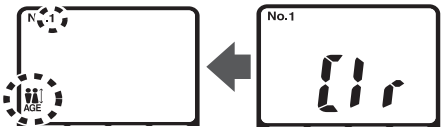
حينئذٍ يومض إعداد العمر المحدد على الشاشة.

٣. احذف البيانات الشخصية.



اضغط على زر رقم ملف التعريف الشخصي لأكثر من ثانيتين.

سوف تظهر "Clr" (مسح) على الشاشة، وسيتم حذف البيانات الشخصية من الذاكرة.



مفتاح التشغيل

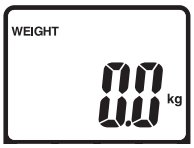
سيتم فصل الطاقة تلقائيًا في الحالات التالية:

١. إذا لم يتم استخدام الشاشة خلال دقيقة من ظهور "0.0 kg" عليها.
٢. إذا لم يتم إدخال معلومات لمدة خمس دقائق عند إدخال البيانات الشخصية.
٣. إذا لم يتم استخدام الشاشة لمدة خمس دقائق بعد عرض نتائج القياس.
٤. في حالة مرور خمس دقائق بعد عرض النتائج عند قياس الوزن فقط.

٣. إعداد البيانات الشخصية وتخزينها

يعتبر تعيين البيانات الشخصية (العمر، النوع، الطول) أمرًا ضروريًا بالنسبة لقياس مكونات الجسم.

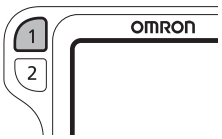
١. قم بتشغيل الجهاز.



يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).

* انتظر حتى ظهور "0.0 kg" (صفر كجم).

٢. اضغط على زر رقم ملف التعريف الشخصي لتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك.



١) يومض الرقم الذي يتم تحديده على الشاشة.



٢) اضغط على الزر SET (تعيين) للتأكيد.

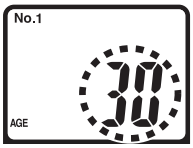
عندئذٍ يومض إعداد العمر الافتراضي على الشاشة.



٣. [لتعيين العمر]

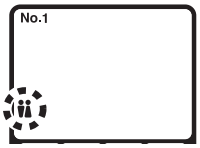
نطاق التعيين: من ٦ إلى ٨٠ عامًا

١) اضغط على الزر ▲ أو ▼ لتعديل العمر.



٢) اضغط على الزر SET (تعيين) للتأكيد.

عندئذٍ يومض الرمزان الخاصان بالنوع على الشاشة.



٤. [لتعيين النوع والطول]

قم بتعيين النوع (ذكر) أو (أنثى) والطول بنفس الطريقة.



بعد عرض كافة الإعدادات من أجل التأكيد، يظهر "0.0 kg" (صفر كجم) على الشاشة.

وبهذا تكتمل عملية الإعداد.

تحديد وحدة القياس

يمكنك تغيير وحدات القياس المستخدمة لإعدادات الطول والوزن.

١. قم بتشغيل الجهاز.

يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).
انتظر حتى يظهر "0.0 kg" على الشاشة.

٢. استمر في الضغط على الزر ▼ حتى يومض كل من "lb" (رطل) و"kg" (كجم) على الشاشة.



٣. اضغط على الزر ▲/▼ لتحديد "kg" أو "lb".

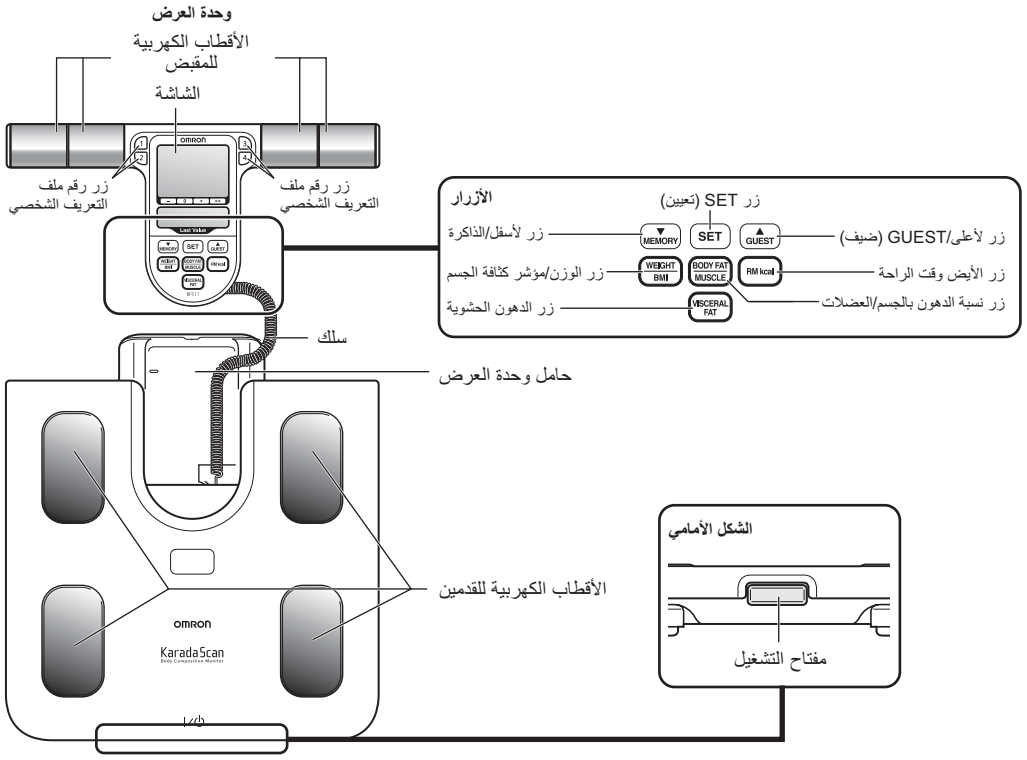
يؤدي هذا أيضًا إلى تغيير "cm" (سم) و"in" (بوصة) تلقائيًا.

٤. اضغط على زر SET (تعيين) للتأكيد.

يتم عرض كافة قياسات الطول والوزن باستخدام وحدات القياس الجديدة. ويبقى هذا التغيير ساري المفعول حتى تقوم بتغييره مرة أخرى.

AR

١. تعرف على الجهاز



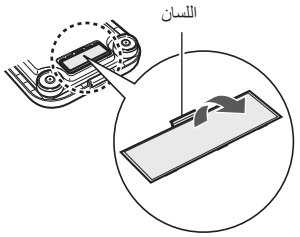
الوحدة الرئيسية (النظام الأساسي للقياس)

٢. تركيب البطاريات واستبدالها

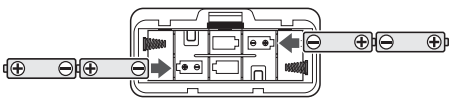
١. افتح غطاء البطارية الموجود في الجزء الخلفي من الوحدة الرئيسية.

١) اضغط على لسان غطاء البطارية لتحريره.

٢) اسحبه لأعلى كما هو موضح بالشكل.



٢. قم بتركيب البطاريات مع مراعاة أن تكون الأقطاب في وضع صحيح كما هو موضح داخل موضع تركيب البطارية.



٣. أغلق غطاء البطارية.

العمر الافتراضي للبطاريات واستبدالها

عندما يظهر مؤشر انخفاض طاقة البطارية ( )، استبدل البطاريات الأربع كلها بأخرى جديدة.

يتم الاحتفاظ بالعناصر المُخزنة بالذاكرة حتى وإن تمت إزالة البطاريات.

- استبدل البطاريات بعد فصل الطاقة.
- يجب التخلص من البطاريات المُستخدمة وفقًا للقوانين القومية المتعلقة بالتخلص من البطاريات.
- سوف تستمر البطاريات الأربع بحجم AA لمدة عام تقريبًا (عند إجراء القياسات أربع مرات يوميًا).
- ونظرًا لأن البطاريات المزود بها الجهاز مخصصة للاستخدام التجريبي فقط، فقد تستمر لفترة أقصر.

ما المقصود بالنسبة المئوية للدهون في الجسم؟

تشير النسبة المئوية للدهون بالجسم إلى مقدار كتلة الدهون الموجودة بالجسم بالنظر إلى الوزن الإجمالي للجسم محسوبًا بالنسبة المئوية.

النسبة المئوية للدهون في الجسم (٪) = {كتلة الدهون بالجسم (كجم)/وزن الجسم (كجم)} × ١٠٠

إن الجهاز يستخدم طريقة المعاوقة الكهربية الحيوية لتقدير النسبة المئوية للدهون بالجسم.

يتم تصنيف الدهون على أنها دهون حشوية أو دهون تحت جلدية وفقًا للمكان الذي تنتشر فيه الدهون في الجسم.

ما المقصود بنسبة الدهون الحشوية؟

الدهون الحشوية هي الدهون المحيطة بالأعضاء الداخلية



عينة من الدهون الحشوية
(صورة مأخوذة بأشعة الرنين المغناطيسي)

يُعتقد وجود صلة كبيرة بين كميات الدهون الحشوية الكبيرة جدًا ومستويات الدهون المتزايدة في مجرى الدم، مما قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض شائعة مثل فرط دهون الدم والسكري، الأمر الذي يضعف قدرة الأنسولين على نقل الطاقة من مجرى الدم واستخدامها في الخلايا. لمنع الإصابة بالأمراض الشائعة أو لتحسين ظروفها، فمن المهم محاولة تقليل مستويات الدهون الحشوية إلى مستوى معقول. يعاني الأشخاص ذوو المستويات المرتفعة من الدهون الحشوية من كبر حجم المعدة. ومع ذلك، فلا يكون الحال كذلك دائمًا كما قد تؤدي مستويات الدهون الحشوية المرتفعة إلى البدانة الأيضية. تمثل البدانة الأيضية (السمنة الحشوية مع وزن طبيعي) مستويات الدهون الأعلى من المتوسط، حتى وإن كان وزن المرء متناسبًا مع طوله أو أقل.

ما المقصود بالدهون تحت الجلدية؟

الدهون تحت الجلدية هي الدهون الموجودة أسفل الجلد



عينة من الدهون تحت الجلدية
(صورة مأخوذة بأشعة الرنين المغناطيسي)

لا تتراكم الدهون تحت الجلدية حول المعدة فقط بل تتراكم أيضًا حول المنطقة العلوية للذراعين وعظام الورك والفخذ، ويمكن أن تسبب تشوهًا في تناسق الجسم. وعلى الرغم من عدم ارتباطها المباشر بالمخاطر المتزايدة للإصابة بالمرض، فيُعتقد أنها تزيد الضغط على القلب إلى جانب مضاعفات أخرى. لا يتم عرض الدهون تحت الجلدية على هذا الجهاز، إلا أنها تكون مضمنة في نسبة الدهون الموجودة بالجسم.

ما المقصود بالعضلة الهيكلية؟

تنقسم العضلات إلى نوعين، عضلات موجودة بالأعضاء الداخلية، مثل القلب، والعضلات الهيكلية المرتبطة بالعظام والتي تستخدم في حركة الجسم. يمكن زيادة حجم العضلات الهيكلية من خلال التمرينات والأنشطة الأخرى.

وتعني زيادة نسبة العضلات الهيكلية أن الجسم بإمكانه حرق الطاقة بسهولة أكبر، مما يعني وجود احتمالية أقل لتحولها إلى دهون، الأمر الذي يزيد من سهولة ممارسة الحياة بشكلٍ مفعم بالحيوية.

ما المقصود بمعدل الأيض وقت الراحة؟

بغض النظر عن مستوى النشاط الخاص بك، فمن الضروري امتصاص الحد الأدنى من السعرات الحرارية لدعم الوظائف التي يقوم بها الجسم يوميًا. وما يعرف باسم الأيض وقت الراحة، يشير إلى كم السعرات الحرارية التي تحتاج إلى تناولها لتوفير طاقة كافية حتى يقوم الجسم بوظائفه.

AR

معلومات حول مكونات الجسم

قاعدة حساب مكونات الجسم

تتمتع دهون الجسم بإمكانية منخفضة لتوصيل الكهرباء

يقوم BF511 بقياس النسبة المئوية للدهون في الجسم باستخدام طريقة المعاوقة الكهربية الحيوية (BI). تمثل العضلات والأوعية الدموية والعظام أنسجة الجسم ذات المحتوى المائي الكبير الذي يوصل الكهرباء بسهولة. بينما تعتبر دهون الجسم أنسجة ذات إمكانية توصيل منخفضة للكهرباء. يقوم BF511 بإرسال تيار كهربي ضعيف جدًا يبلغ ٥٠ كيلو هرتز وأقل من ٥٠٠ أمبير خلال الجسم لتحديد كمية الأنسجة الدهنية. لا يشعر المستخدم بهذا التيار الكهربي الضعيف أثناء تشغيل BF511.

لكي يقوم المقياس بتحديد مكونات الجسم، فإنه يستخدم المعاوقة الكهربية جنبًا إلى جنب مع المعلومات الخاصة بالطول والوزن والعمر والنوع للحصول على نتائج تستند إلى بيانات OMRON الخاصة بمكونات الجسم.

قياس الجسم ككل تجنبًا لتأثير التغيرات

تميل كمية الماء الموجودة بالجسم طوال اليوم إلى الانتقال إلى الطرفين السفليين تدريجيًا. ويعد ذلك السبب وراء قابلية تورم الساقين والكاحلين في المساء أو بالليل. تختلف نسبة الماء الموجودة بالجزأين العلوي والسفلي من الجسم في الصباح والمساء، مما يعني اختلاف المعاوقة الكهربية للجسم أيضًا. نظرًا لأن BF511 يستخدم أقطابًا كهربية لكل من اليدين والقدمين لأخذ القياسات، فيمكن أن يقلل من تأثير هذه التغيرات على نتائج القياس.

أوقات القياس الموصى بها

إن فهم التغييرات الطبيعية في نسبة الدهون بالجسم من شأنه مساعدتك على منع الإصابة بالسمنة أو الحد منها. كما أن معرفة الأوقات التي تتغير فيها نسب الدهون الموجودة بالجسم وفقًا لجدولك اليومي من شأنه مساعدتك في الحصول على الحالة الدقيقة للدهون الموجودة في جسمك. ويوصى باستخدام هذا الجهاز في نفس البيئة والظروف اليومية. (انظر المخطط)



تجنب إجراء قياسات في ظل الظروف التالية:

- بعد أداء تمرين قاس مباشرةً، كما هو الحال بعد الاستحمام أو بعد حمام البخار.
- بعد تناول الكحوليات أو كمية كبيرة من الماء، بعد تناول وجبة (ما يقرب من ساعتين).

في حالة إجراء القياس في ظل الظروف البدنية هذه، فقد تختلف مكونات الجسم المحسوبة بشكل كبير عن مكونات الجسم الفعلية نظرًا لتغير المحتوى المائي في الجسم.

ما المقصود بـ BMI (مؤشر كتلة الجسم)؟

يستخدم مؤشر كتلة الجسم المعادلة البسيطة التالية للإشارة إلى النسبة بين وزن شخص وطوله.

مؤشر كتلة الجسم = الوزن (كجم)/الطول (م)/الطول (م)

يستخدم جهاز OMRON BF511 معلومات الطول المخزنة في رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك أو عند إدخال معلومات في وضع Guest (ضيف) لحساب تصنيف مؤشر كتلة الجسم الخاص بك.

إذا كانت نسبة الدهون التي أظهرها مؤشر كتلة الجسم أعلى من المعيار الدولي، فإن هناك احتمالاً متزايدًا بوجود أمراض شائعة. ومع ذلك، لا يمكن الكشف عن كافة أنواع الدهون بواسطة مؤشر كتلة الجسم.

ملاحظات متعلقة بالأمان

تظهر الرموز والتعريفات على النحو التالي:

⚠ **خطر:**	قد يتسبب الاستخدام غير الصحيح في مخاطر تؤدي إلى حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.
⚠ **تحذير:**	قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.
⚠ **احتياطات:**	قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى حدوث إصابات أو إتلاف الممتلكات.

⚠ خطر:

- لا تقم أبدًا باستخدام هذا الجهاز جنبًا إلى جنب مع الأجهزة الإلكترونية الطبية مثل:



(١) الأجهزة الإلكترونية الطبية المزروعة، مثل أجهزة تنظيم ضربات القلب.
(٢) الأجهزة الإلكترونية لدعم الحياة، مثل القلب/الرئة الصناعية.
(٣) الأجهزة الإلكترونية الطبية المحمولة، مثل جهاز رسم القلب.
قد يتسبب هذا الجهاز في حدوث قصور في أداء تلك الأجهزة، مما يؤدي إلى مخاطر صحية كبيرة لمستخدمي تلك الأجهزة.

⚠ تحذير:

- لا تبدأ أبدًا عملية إنقاص الوزن أو العلاج بالتمارين الرياضية دون استشارة الطبيب أو الأخصائي.
- تجنب استخدام هذا الجهاز على الأسطح الزلقة، مثل الأرضية المبللة.
- احتفظ بالجهاز بعيدًا عن متناول الأطفال. يحتوي على قطع صغيرة قد تسبب خطر الاختناق إذا ما تم ابتلاعها بواسطة الأطفال الصغار.
- قد يسبب كابل الشاشة الاختناق العرضي للأطفال الصغار.
- اثبت على الجهاز ولا تقفز عليه.
- تجنب استخدام هذا الجهاز عندما يكون جسمك و/أو قدماك مبللتين، كما هو الحال بعد الاستحمام.
- قف على الوحدة الرئيسية حافي القدمين. حيث إن محاولة الوقوف على الجهاز مرتديًا الجوارب قد تتسبب في انزلاقك مما يؤدي إلى حدوث إصابات.
- لا تقف على حافة الجهاز أو على منطقة الشاشة الموجودة بالوحدة الرئيسية.
- يجب دومًا مساعدة الأشخاص المعاقين أو ذوي البنى الضعيفة بواسطة شخص آخر عند استخدام هذا الجهاز. حيث يجب الاستناد إلى شيء ما عند الصعود على الجهاز.
- في حالة وصول سائل البطارية إلى داخل عينيك، اغسلهما على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف. بادر باستشارة الطبيب على الفور.
- عندما يتعطل الجهاز، فقد يصبح ساخنًا.
الأماكن التي يمكن أن ترتفع فيها درجة الحرارة:
(١) ما حول منطقة محتويات البطارية: ١٠٥ درجة مئوية (بحد أقصى)
(٢) أزرار التشغيل والأقطاب الكهربائية: ٤٨ درجة مئوية (بحد أقصى)
إذا تعطل الجهاز ولم يعمل، فتوقف عن استخدامه فورًا. لا تقم بتوصيل الأقطاب الكهربائية أو الاستمرار في لمس أزرار التشغيل لمدة 10 دقائق أو أكثر.

⚠ احتياطات:

- لا تقم بفك وحدة العرض أو الوحدة الرئيسية أو إصلاحهما أو إعادة تكوينهما.
- أثناء القياس، تأكد من عدم وجود هاتف جوّال أو غيره من الأجهزة الكهربائية التي تنبعث منها المجالات الإلكترومغناطيسية ضمن مسافة ٣٠ سم من هذا الجهاز. فقد يؤدي ذلك إلى التشغيل غير الصحيح للجهاز و/أو يتسبب في قراءة غير دقيقة.
- توخ الحذر عند تخزين وحدة العرض. فقد تدخل أصابعك بين المقبض والوحدة الرئيسية في حالة الضغط عليها بقوة.
- لا تستخدم بطاريات غير المخصصة لهذا الجهاز. لا تقم بتركيب البطاريات مع وجود أقطابها في الاتجاه الخطأ.
- استبدل البطاريات القديمة بأخرى جديدة على الفور.
- لا تتخلص من البطاريات بإلقائها في النار.
- في حالة ملامسة سائل البطارية لجلدك أو ملابسك، اغسلها على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف.
- انزع البطاريات من هذا الجهاز في حالة عدم استخدامها لفترة طويلة من الوقت (حوالي ثلاثة أشهر أو أكثر).
- لا تستخدم أنواعًا مختلفة من البطاريات في آن واحد.
- لا تستخدم بطاريات جديدة مع أخرى قديمة.
- انزع وحدة العرض من الوحدة الرئيسية قبل الصعود على الجهاز. إذا حاولت نزع وحدة العرض أثناء الصعود على الجهاز، فقد تفقد توازنك ومن ثم تسقط على الأرض.
- قم بإخراج جهاز القياس هذا والمكونات الأخرى من العبوة وافحصه بحثًا عن آثار تلف. إذا كان جهاز القياس هذا أو أي من مكوناته في حالة تالفة، فلا تستخدمها واستشر منفذ البيع بالتجزئة أو الموزع التابع لشركة OMRON.
- توقف عن استخدام جهاز القياس هذا واستشر طبيبك في حالة ظهور تهيج بالبشرة أو الشعور بالتعب.
- لا تستخدام البطاريات بعد مرور تاريخ انتهاء صلاحيتها.
- توصي OMRON بالانتظار لمدة ساعتين تقريبًا حتى تدفئة جهاز القياس أو حتى يبرد، عند استخدامه في بيئة تكون في نطاق درجة الحرارة المحددة لظروف التشغيل بعد التخزين، إما في درجة الحرارة القصوى أو الدنيا للتخزين. للاطلاع على معلومات إضافية بشأن درجة حرارة التشغيل والتخزين/النقل، ارجع إلى ١٦. البيانات الفنية.

نصائح عامة:

- لا تضع هذا الجهاز على سطح أرضية ذات بطانة، مثل سجادة أو حصيرة. قد لا يمكن الحصول على قياسات صحيحة.
- لا تضع هذا الجهاز في بيئات ذات رطوبة عالية وجنبه قطرات الماء.
- لا تضع هذا الجهاز بالقرب من أية مصادر حرارة أو أسفل مكيفات الهواء وتجنب تعريضه لضوء الشمس المباشر.
- لا تستخدم هذا الجهاز لأغراض غير المذكورة في هذا الكتيب.
- لا تقم بسحب سلك وحدة العرض الموصل بالوحدة الرئيسية بعنف.
- وحيث إن هذا الجهاز عبارة عن جهاز بالغ الدقة، فلا تقم بإسقاطه أو هزه أو تعريضه لصدمة قوية.
- يجب التخلص من البطاريات المُستخدمة وفقًا للقوانين القومية المتعلقة بالتخلص من البطاريات.
- لا تقم بغسل وحدة العرض أو الوحدة الرئيسية بالماء.
- لا تقم بمسح الجهاز باستخدام البنزين أو الجازولين أو السائل الطيار المستخدم في الطباعة أو الكحول أو مذيبات طيارة أخرى.
- لا تضع هذا الجهاز في مكان يُعرضه إلى أبخرة كيميائية أو أبخرة تسبب التآكل.

يُرجى قراءة "معلومات هامة عن التوافق الكهرومغناطيسي (EMC)" الموجودة في قسم البيانات الفنية واتباعها.

AR

المحتويات

قبل استخدام الجهاز

ملاحظات متعلقة بالأمان..... ٢
معلومات حول مكونات الجسم..... ٣

إرشادات التشغيل

١. تعرف على الجهاز ٥
٢. تركيب البطاريات واستبدالها ٥
٣. إعداد البيانات الشخصية وتخزينها ٦
٤. أخذ القياس ٨
٥. قياس الوزن فقط..... ١٢

الرعاية والصيانة

٦. شاشات الخطأ ١٣
٧. استكشاف الأخطاء وإصلاحها..... ١٣
٨. كيفية العناية بالجهاز وتخزينه..... ١٤
٩. البيانات الفنية ١٥

الغرض المقصود
يمكنك بفضل استخدام هذا الجهاز الطبي قياس وزن الجسم وحساب مؤشرات مكونات الجسم التالية بدقة، وبطريقة غير اجتياحية، وتفسير النتائج على الفور:

- نسبة الدهون في الجسم (بالنسبة المئوية)
- الدهون الحشوية (ما يصل إلى ٣٠ مستوى)
- مؤشر كتلة الجسم (BMI)
- العضلات الهيكلية (بالنسبة المئوية)

بالإضافةً إلى ذلك، يحدد حساب معدل الأيض وقت الراحة (بالكيلو كالوري) الاحتياجات اليومية من السعرات الحرارية كما يمكن استخدامه كمرجع لبرنامج إنقاص الوزن.
توفر تقنية المستشعرات الثمانية الفريدة من OMRON والتي تستخدم اليدين والقدمين معًا إحدى أدق الطرق لعمليات قياس الجسم بالكامل.
يتم تشغيل هذه الوحدة بواسطة البالغين ممن يمكنهم فهم دليل الإرشادات هذا. قد يكون المرضى أنفسهم من مستخدمي الجهاز.
إن هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام المهني في المستشفيات أو في المرافق الطبية الأخرى، بل يخصص للاستخدام عدة مرات بواسطة عدة مرضى، ولكن للاستخدام في المنزل فقط.

المرضى المستهدفون
الأطفال من عمر ٦ سنوات وأكبر، والمستخدمون البالغون. (الأطفال تحت عمر ٦ سنوات غير مشمولين).
قد تختلف النسبة المئوية للدهون بالجسم التي تم قياسها باستخدام هذا الجهاز بشكلٍ كبير عن نسبة الدهون في الجسم في الحالات التالية. قد تتعلق هذه الاختلافات بالنسب المتغيرة لسوائل الجسم و/ أو مكونات الجسم.
كبار السن (فوق ٨١ عامًا) / الأشخاص المصابون بالحمى / الأشخاص الذين يمارسون رياضة بناء الجسم أو الرياضيون المدربون بدرجة عالية / المرضى الذين تم إجراء عملية تنقية الدم من الشوائب لهم / المرضى المصابون بهشاشة العظام الذين تكون كثافة العظام منخفضة لديهم / الحوامل / المصابون بالأورام