



Women's Automatic Digital Blood Pressure Monitor

Item # 04-625-001

Please read this guidebook
completely before operating this unit.



English • Spanish

Limited Five-Year Warranty

The warrantor guarantees that its Digital Blood Pressure Monitor will be free from manufacturing defects under normal use for five years from the original purchase date. This warranty covers only normal use, and does not apply to use in any clinical or commercial applications. This warranty does not cover batteries or other power sources that may be provided with or used with the Digital Blood Pressure Monitor. This warranty is voided if the Digital Blood Pressure Monitor product is misused or abused in any manner.

If the Digital Blood Pressure Monitor fails to operate during the first five years from the time originally purchased, please call our Customer Care Help Line at 800-622-4714 and we will try to resolve the issue as soon as possible. If the warrantor determines the unit failed to operate due to a manufacturing defect, the unit will be replaced at the option of the warrantor. Replacement is the sole remedy under this limited warranty. This warranty gives you specific legal rights, which vary from state to state. As a condition of this warranty, the enclosed warranty registration card must be completed and sent to us within 10 days of the purchase date or can be filled out online at www.mabisdmi.com.

This warranty constitutes the warrantor's only responsibility and obligation to replace materials or components. We make no other express or implied warranties, arising by operation of law or otherwise, or any warranty of merchantability or fitness for a particular use or purpose whether or not the use or purpose has been disclosed to the warrantor in specifications, drawings or otherwise, and whether or not the warrantor's products are specifically designed and/or manufactured by the warrantor for the buyer's use or purposes, except for the limited warranty stated above. The warrantor will not be responsible for any indirect, incidental, special, consequential, or punitive damages or other loss, including, but not limited to, damage to or loss of other property or equipment and personal injuries, whether to purchaser or others. The warrantor shall in no event be liable to the purchaser for any amount in excess of the cost of repair and/or replacement of the unit.



1931 Norman Drive South • Waukegan, IL 60085
Toll-Free Customer Care Help Line: 1-800-622-4714
Monday - Friday 8:00 am - 4:30 pm CST

Index

Introduction	3
Product Identification & Caution	4
General Blood Pressure Information	5-7
Important Information Before Use	7
World Health Organization (WHO) Indicator	8
Irregular Heartbeat Detection	9
Battery Installation/Replacement	10
Setting the Date/Time	11
Applying Your Blood Pressure Cuff	12
Taking Your Blood Pressure Reading	13
Recalling Measurements in Memory	14
Description of Display Symbols	15
Troubleshooting	15
Care and Maintenance	16
Product Specifications	16
Blood Pressure Logs	17-18

Introduction

To achieve the maximum benefit from your blood pressure monitor, we recommend that you first consult with your physician or trained healthcare professional.

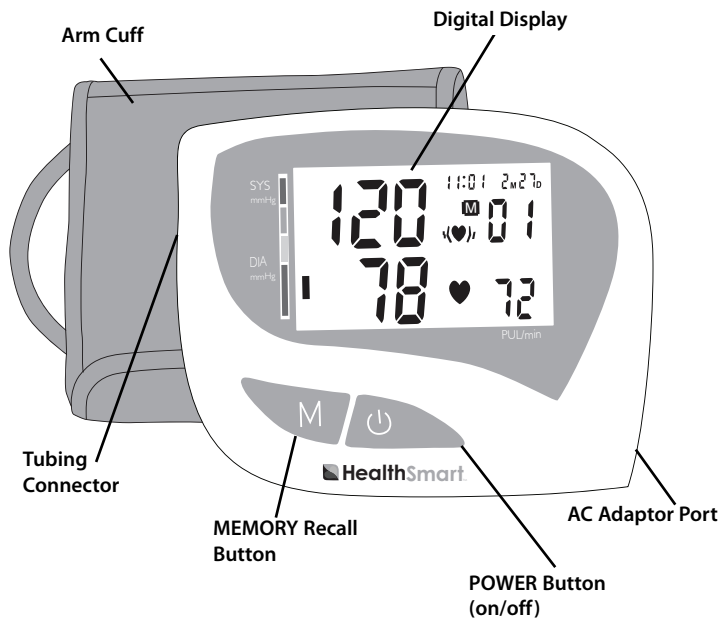
Thank you for purchasing a Automatic Digital Blood Pressure Monitor. With proper care and use, your monitor will provide you with many years of reliable readings.

The method of measurement that your Automatic Monitor uses is called the oscillometric method. The monitor detects your blood's movement through the artery in your arm and converts the movements into a digital reading. The oscillometric method does not require a stethoscope, making the monitor easy to use.

Blood pressure readings determined with this device are equivalent to measurements obtained by a trained observer using the cuff/stethoscope auscultation method, within the limits prescribed by the American National Standard for Electronic or Automated Sphygmomanometers.

Product Identification

Identification & Caution



CAUTION:

You can stop the inflation or deflation process anytime by pressing the Release button.

General Blood Pressure Information

What is Blood Pressure?

Blood pressure is the pressure that is exerted by blood flowing against the walls of the blood vessels throughout your body.

Your heart, which is the center of the circulatory system, provides the force for the blood to flow or circulate. When your heart contracts or beats, the blood is forced through the blood vessels increasing the pressure. This is the highest pressure in the cycle or what is referred to as **SYSTOLIC** blood pressure. In between beats, your heart relaxes and your blood pressure decreases. This is referred to as **DIASTOLIC** blood pressure.

This complete series of events, which occurs in a single heartbeat, is known as the **CARDIAC CYCLE**.

Your Automatic Blood Pressure Monitor will automatically read your blood pressure and display both systolic and diastolic readings on the screen. Your systolic will be positioned as the upper number and the diastolic reading will be the lower number.

(systolic) **120** / **80** (diastolic)

Blood pressure is measured in millimeters (mm) of mercury (Hg) and is generally recorded with the systolic pressure (120) listed first and the diastolic pressure (80) listed second. The numbers are typically separated by a slash mark (/) as shown.

*Both pressure readings, the **SYSTOLIC** and **DIASTOLIC**, are necessary for a physician to evaluate the status of a patient's blood pressure.*

Please contact your physician for specific information regarding your own blood pressure.

What Influences Blood Pressure?

Many factors such as genetics, age, sex, altitude, physical activity, anxiety, muscular development, certain medications or even the time of day can influence blood pressure. Influences such as sleep or relaxation decrease blood pressure, while anxiety or exercise increase blood pressure.

Why Monitor Your Blood Pressure at Home?

A visit to a physician's office can be a stressful situation for a patient. And, anxiety is a known factor in raising blood pressure. This temporary occurrence of elevated blood pressure at the physician's office is commonly referred to as "white coat syndrome".

Whether or not you experience "white coat syndrome", home blood pressure monitoring provides you with the opportunity to supplement your physician's office measurements. These home readings, when taken over a period of time, can show an accurate indication of change. Furthermore, your records can assist your physician in evaluating your health and in making important decisions in the diagnosis and treatment of your condition. Because of this, it is important to take consistent, daily measurements of your blood pressure.

The variations in your individual readings should only be interpreted by your physician or a trained health care professional.

WHO Blood Pressure Classifications

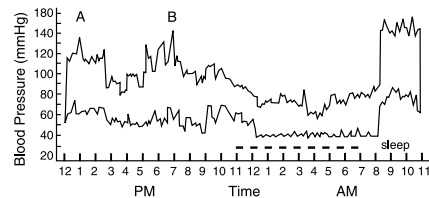
Standards for assessment of high or low blood pressure have been established by the World Health Organization (WHO) as shown on the following chart:

CATEGORY	SYSTOLIC (mmHg)	DIASTOLIC (mmHg)	COLOR INDICATOR
Optimal	<120	<80	GREEN
Normal	120-129	80-84	GREEN
High - Normal	130-139	85-89	GREEN
Stage 1 - Mild Borderline Hypertension	140-159	90-99	YELLOW
Stage 2 - Moderate Hypertension	160-179	100-109	ORANGE
Stage 3 - Severe Hypertension	≥180	≥110	RED
Isolated Systolic Hypertension	≥140	<90	
	140-159	<90	YELLOW
	160-179	<90	ORANGE
	≥180	<90	RED

This chart is only a general guideline. Contact your physician or trained healthcare professional to determine your NORMAL blood pressure.

Variations in Blood Pressure

Blood pressure is influenced by many factors and can change from moment to moment. Normally, blood pressure is lowest during sleeping periods and rises during the day. The graph below represents variations in blood pressure shown over a day with measurements taken every 5 minutes.



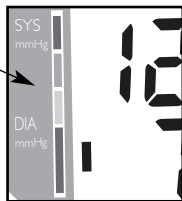
The dotted line represents the sleep period. The rise in blood pressure at 1 p.m. (A in the graph) corresponds to a stressful occurrence and at 7 p.m. (B in the graph) a period of exercise.













Important Information Before Use

1. Blood pressure readings should be interpreted by a physician or trained healthcare professional, who is familiar with your medical history.
2. Perform your measurement in a quiet place. You should be seated and relaxed.
3. Avoid smoking, eating, taking medication, alcohol consumption or physical activity 30 minutes prior to taking a reading. If you are exhibiting signs of stress, avoid taking your measurement until the feeling subsides.
4. Rest 15 minutes prior to taking a reading.
5. Remove any constrictive clothing or jewelry that may interfere with the cuff placement.
6. Keep the monitor stable during measurements. Remain still; do not talk during measurements.
7. Record your daily readings on the chart provided.
8. Take your readings at the same time, each day (or as recommended by your physician).
9. Wait a minimum of 15 minutes between readings. The wait time may vary depending on individual physiological characteristics.
10. This device is intended for adult use.
11. The inflation or deflation process can be stopped by pressing the Release button.

World Health Organization (WHO) Indicator

The WHO Indicator, located on the left side of the display, will identify your reading within a range in accordance with the guidelines set by the World Health Organization (WHO). See the chart below for reference.



SYS  DIA 	Stage 3 Hypertension Systolic pressure: ≥ 180 mmHg -or- Diastolic pressure: ≥ 110 mmHg
SYS  DIA 	Stage 2 Hypertension Systolic pressure: 160-179 mmHg -or- Diastolic pressure: 100-109 mmHg
SYS  DIA 	Stage 1 Hypertension Systolic pressure: 140-159 mmHg -or- Diastolic pressure: 90-99 mmHg
SYS  DIA 	High Normal Systolic pressure: 130-139 mmHg -or- Diastolic pressure: 85-89 mmHg
SYS  DIA 	Normal Systolic pressure: 120-129 mmHg -or- Diastolic pressure: 80-84 mmHg
SYS  DIA 	Optimal Systolic pressure: < 120 mmHg -and- Diastolic pressure: < 80 mmHg

Irregular Heartbeat Detection

Your digital blood pressure monitor features Irregular Heartbeat Detection. This feature allows users to accurately monitor blood pressure even if an irregular heartbeat should occur.

When an irregular heartbeat is detected, the IHB icon will appear on the display, Fig. 1.

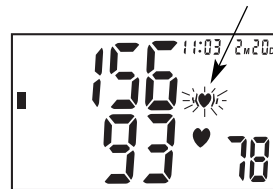


Fig. 1

NOTE: Please consult with your physician or trained healthcare professional for further information regarding an irregular heartbeat if this symbol appears frequently at the end of a reading.

Battery Installation/Replacement

1. Press down on tab and lift the cover.
2. Insert or replace 4 "AA" batteries into the compartment, matching the indicated polarity symbols, *Fig. 1*.
3. To close, match up and connect the bottom hooks of the cover, then push the top end.

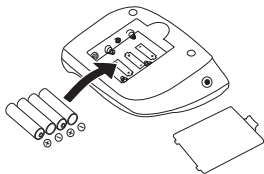


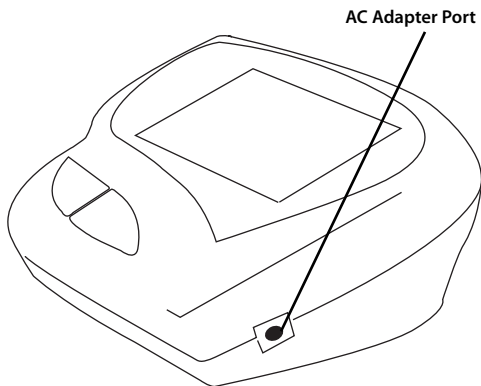
Fig. 1

NOTE: Replace the batteries when the Low Battery symbol appears on the display or when the display remains blank when the POWER button is pressed.

4. It is recommended to remove the batteries if the unit will not be used for an extended period of time.

AC Power Adapter (optional)

An AC adapter is available separately for battery-free operation. The AC adapter plugs into the side of the unit as shown, *Fig. 2*. Please remember to practice electrical safety precautions while using the adapter.



Setting the Date/Time

NOTE: When the unit is off, the date and time will still appear at the top of the screen.

1. When the unit is off, press and release both the POWER and MEMORY button at the same time. The month will begin to flash, *Fig. 1*.



Fig. 1

2. Press the MEMORY button to change until the desired number appears.

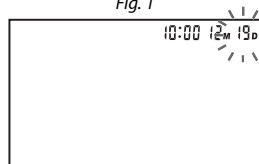


Fig. 2

NOTE: To scroll through the numbers quicker, hold down the MEMORY button.

3. Press the POWER button to set the entry.
4. The date, *Fig. 2*, followed by the hour and minutes will blink. Repeat steps 2 and 3 to adjust the date/time setting.
5. After setting the minutes, the unit will automatically exit out of the date/time setting mode, *Fig. 3*.

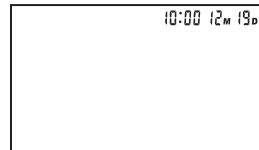


Fig. 3

NOTE: The time is expressed in 24hr military time. The chart below explains the time conversion.

Regular Time (12 hours)	Military Time (24 hours)	Regular Time (12 hours)	Military Time (24 hours)
12 am Midnight	0	12 pm Noon	12
1 am	1	1 pm	13
2 am	2	2 pm	14
3 am	3	3 pm	15
4 am	4	4 pm	16
5 am	5	5 pm	17
6 am	6	6 pm	18
7 am	7	7 pm	19
8 am	8	8 pm	20
9 am	9	9 pm	21
10 am	10	10 pm	22
11 am	11	11 pm	23

Applying Your Blood Pressure Cuff

Before applying your blood pressure cuff, be sure you have selected the appropriate cuff:

Standard Cuff fits arm circumference 11-3/4" – 16-1/2" (30-42 cm)

Large Cuff fits arm circumference 16-1/2" – 18-7/8" (42-48 cm)

NOTE: If for any reason you are unable to or should not use your left arm, please modify the following instructions and apply the cuff to your right arm. Your physician can tell you which arm is best for you to use.

1. Remove any constrictive clothing or jewelry that may interfere with the cuff placement.

2. Be seated with your feet flat on the floor.

3. Position the cuff on a solid surface with the tubing facing UP and AWAY from you, Fig. 1. The metal bar on the cuff should be to the left of the tubing.



Fig. 1

4. Widen or open the cuff by pulling or rolling the bottom of the cuff towards the right, Fig. 2. This should open the cuff, creating a cylinder. Do not extend the cuff beyond the metal bar.



Fig. 2

5. Insert your arm into the cuff (cylinder). Position the (Φ) mark over the main artery (on the inside of your arm), Fig. 3.

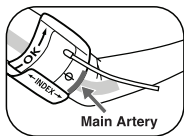


Fig. 3

6. The bottom edge of the cuff should be positioned approximately one inch ABOVE the elbow joint, Fig. 4.

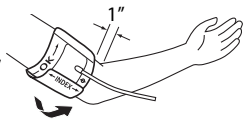


Fig. 4

7. Reaching underneath your left arm with your right hand, pull the end of the cuff towards your body to tighten the cuff, Fig. 5. Wrap and secure the cuff making sure that the (Φ) mark remains as shown, Fig. 3.

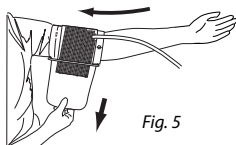


Fig. 5

8. The cuff should fit comfortably, yet snugly around your arm. You should be able to insert two fingers between your arm and the cuff.

NOTE: The cuff size is suitable for use when the vertical "Index" mark is within the horizontal "OK" range. A different sized cuff is needed if the "Index" mark is outside of the "OK" range.

Taking Your Blood Pressure Reading

Proceed only after reading the previous sections of this manual.

1. Position the monitor on a flat, stable surface with the digital display panel in view. Insert the cuff tubing connector into the left side of the monitor, Fig. 1.

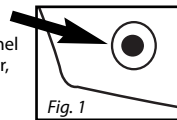


Fig. 1

2. Rest your elbow on a solid surface with your palm facing upward. Elevate your arm so that the cuff is at the same level as your heart, Fig. 2. Relax your left hand.

3. Press the POWER Button to turn the unit on.

4. This unit will run a self-test, Fig. 3. Select the memory bank (1, 2 or 3) to store the reading in by pressing the MEMORY button. Press POWER to confirm your selection.



Fig. 2

5. This unit will show the last measured reading, Fig. 4, or if there is no previous measurement, "0" as shown in Fig. 5.

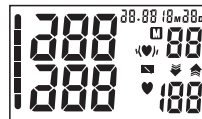


Fig. 3

6. When the display appears as shown, Fig. 6, the monitor is ready. The cuff will automatically begin to inflate.

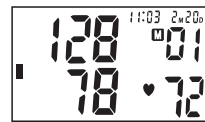


Fig. 4

7. Once the cuff inflates to the appropriate pressure level, the measurement will begin.

8. The unit will begin to automatically deflate and the numbers appearing on the display will decrease.



Fig. 5

9. When all the air is deflated, the measurement is complete. The unit will display your blood pressure (systolic and diastolic) measurements and pulse rate, Fig. 7. Record your readings in a chart.

10. Your measurements will automatically be saved in memory.

11. Press the POWER button to turn the power off, or the unit will automatically shut off after approximately 1 minute.



Fig. 6

12. Disconnect the tubing from the monitor prior to storing.

NOTE: This monitor inflates the cuff to approximately 190 mmHg or 40 mmHg higher than the last systolic pressure stored in memory. If the system detects that the cuff needs additional pressure, it will automatically reinflate to approximately 40 mmHg higher than the last pressure level.



Fig. 7

Recalling Measurements in Memory

You can recall up to 120 total measurements in memory (40 per memory bank). These measurements can be shared with your physician or trained healthcare professional.

1. Press and release the MEMORY button. The unit will display U1, U2 or U3 depending upon the user bank selected. It will also show how many measurements are stored within that bank.
2. To select the appropriate user bank press the START button to switch between U1, U2 or U3.
3. Once the desired user memory bank is selected, press the MEMORY button again to scroll through the saved measurements, Fig 1. After you've scrolled through all the readings, the unit will automatically turn off.



Fig. 1

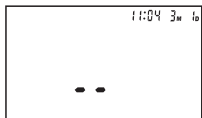


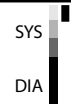


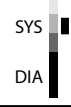


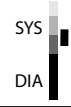



Fig. 2

NOTE: Each memory bank can store up to 40 readings. When the number of readings exceeds 40, the oldest data will be replaced with the new record.

To erase all stored measurements:

1. Press and release the MEMORY button. The unit will display U1, U2 or U3 depending upon the user bank selected and how many measurements are stored within that bank.
2. Select the desired user bank by pressing and releasing the MEMORY button.
3. Press and hold down the Memory button until two horizontal lines flash, Fig 2. This indicates that all measurements within the selected memory bank have been erased.

Description of Display Symbols

 <p>SYS DIA</p>	<p>Indicates a measurement within Stage 3 Hypertension.</p>	 <p>Shows the pulse rate per minute.</p>
		 <p>Occurs when an error was made during measurement.</p>
 <p>SYS DIA</p>	<p>Indicates a measurement within Stage 2 Hypertension.</p>	 <p>Appears when there is an irregular heartbeat detected during measurement.</p>
		 <p>Appears when the cuff is unstable or it has too much air left in it. Once the arrow stops flashing, the unit is ready to take a measurement.</p>
 <p>SYS DIA</p>	<p>Indicates a measurement within Stage 1 Hypertension.</p>	 <p>Appears when the unit is ready or a measurement error has occurred. Restart the measurement if an error occurs.</p>
		 <p>Appears when recalling a measurement from memory.</p>
	<p>Appears when batteries should be replaced.</p>	

Troubleshooting

If any abnormality occurs during use, please check and correct the following:

Condition	Correction
Display is blank when power is on.	Check and correct the polarity of the installed batteries. Reinstall or replace batteries.
Measurement incomplete or abnormally low or high values displayed.	Review and follow "Applying Your Blood Pressure Cuff" and "Taking Your Blood Pressure Reading" sections. Replace the batteries.
EE symbol displays.	Do not talk or move during the measurement. Review "Applying Your Blood Pressure Cuff" section.
Measurements are different from those typically measured by physician or every measurement reading is different.	Remember, blood pressure readings are influenced by physical and mental conditions and/or even the time of day. Daily measurements should be interpreted by your physician.

Care and Maintenance

1. Disconnect the cuff tubing from the monitor and remove batteries prior to storing.
2. Only use a soft, dry cloth to clean your blood pressure monitor.
3. Avoid using any types of liquids on the monitor or cuff.
4. Do not store the unit where it will be exposed to direct sunlight, dust or humidity.
5. Avoid extreme temperatures.
6. Never disassemble the monitor or cuff.
7. Dropping or subjecting your blood pressure monitor to strong shocks should be avoided.

Specifications

Name and model number	Women's Automatic Digital Blood Pressure Arm Monitor, 04-625-001
Display system	Digital display/LCD
Measuring method	Oscillometric
Power source	4 "AA" batteries
Measuring range	Pressure: 0-300 mmHg Pulse: 40-180 beats/minute
Accuracy	Pressure: ±3 mmHg Pulse: ±5% of reading
Inflation	Automatic Inflation
Deflation	Automatic Pressure Release Valve/Manual fast release
Memory	Built-in memory enabling display of up to 120 measurements
Automatic shut-off	Approximately 1 minute after last button operation
Operation environment	Temperature 41°F – 104°F (5°C – 40°C) Humidity < 90%
Storage environment	Temperature -4°F – 131°F (-20°C – 55°C) Humidity < 95%
Monitor dimensions	5-1/2" x 4-1/2" x 2-1/8"
Weight	9.6 oz. (without batteries)
Arm circumference range	Adult cuff fits arm circumference: 11-3/4" – 16-1/2" (30-42 cm)
Accessories	Cuff, batteries, case, detailed guidebook, quick start guide, blood pressure log

Specifications are subject to change without notice

Sample Blood Pressure Log

Name: _____ Age: _____ Weight: _____

Date	1/2	1/2	1/3																
Time	7:00 AM	9:30 PM	7:30 AM																
mmHg																			
240																			
220																			
200																			
180																			
160																			
140																			
120																			
100																			
80																			
60																			
Pulse	68	71	69																
Body Condition	Headache in AM	—	Tired, Restless Night																

Blood Pressure Log

Name:

Age:

Weight:

Date															
Time															
mmHg															
240															
220															
200															
180															
160															
140															
120															
100															
80															
60															
Pulse															
Body Condition															

Manual de Instrucciones



Monitor Digital de Presión Arterial Automático - Mujer

Artículo n.º 04-625-001

Sírvase leer toda esta guía antes de operar la unidad.



Inglés • Español

Garantía Limitada por Cinco Años

El garante garantiza que su Monitor Digital de Presión Arterial estará libre de defectos de fabricación bajo condiciones de uso normal durante cinco años a partir de la fecha de compra original. Esta garantía cubre solamente el uso normal y no se aplica al uso en ninguna aplicación clínica o comercial. Esta garantía no cubre las baterías ni otras fuentes de energía que se puedan proveer con o usar con el Monitor Digital de Presión Arterial. Esta garantía no tendrá validez si el producto Monitor Digital de Presión Arterial no se usa correctamente o se maltrata de cualquier manera.

Si el Monitor Digital de Presión Arterial presenta fallas de operación durante los primeros cinco años a partir del momento original de compra, llame a nuestra Línea de Ayuda de Atención al Cliente al 800-622-4714 y trataremos de resolver su problema tan pronto como sea posible. Si el garante determina que la unidad presentó fallas de operación debido a un defecto de fabricación, la unidad se reemplazará a discreción del garante. El reemplazo es el único recurso de reparación cubierto por esta garantía limitada. Esta garantía le brinda derechos legales específicos, que varían según el estado. Como una condición de esta garantía, se debe completar la tarjeta de registro de garantía adjunta y nos la debe enviar dentro del plazo de 10 días a partir de la fecha de compra. También puede rellenar la tarjeta en línea en www.mabisdmi.com.

Esta garantía constituye la única responsabilidad y obligación del garante respecto del reemplazo de materiales y componentes. No prometemos ninguna otra garantía, expresa o implícita, que surja de la intervención legal u otra, ni ninguna garantía de comerciabilidad o ajuste para un uso u objetivo en particular, independientemente de que se haya revelado el uso o el objetivo al garante en especificaciones, planos u otro, e independientemente de que los productos del garante estén específicamente diseñados y/o fabricados por el garante para el uso u objetivo del comprador, excepto por la garantía limitada mencionada más arriba. El garante no será responsable de ningún daño indirecto, incidental, especial, consecucional o punitivo u otra pérdida, que incluye, pero no se limita a, daño o pérdida de otra propiedad o equipo y lesiones personales, ya sea que afecten al comprador o a otros. El garante no será, en ningún caso, responsable ante el comprador por ninguna suma que supere el costo de reparación y/o reemplazo de la unidad..



1931 Norman Drive South • Waukegan, IL 60085
Toll-Free Customer Care Help Line: 1-800-622-4714
Monday - Friday 8:00 am - 4:30 pm CST

Índice

Introducción	21
Identificación del producto y precaución	22
Información general acerca de la presión arterial	23-25
Información importante previo al uso	25
Indicador de la WHO (Organización Mundial de la Salud)	26
Detección de Latidos del Corazón Irregulares	27
Colocación/cambio de baterías	28
Cómo fijar la fecha/hora	29
Cómo colocar el brazaletes de presión arterial	30
Cómo tomar la lectura de la presión arterial	31
Cómo llamar las mediciones de la memoria	32
Descripción de los símbolos del visor	33
Análisis de fallas	33
Cuidado y mantenimiento	34
Especificaciones del producto	34
Ejemplo de registro de la presión arterial	35-36

Introducción

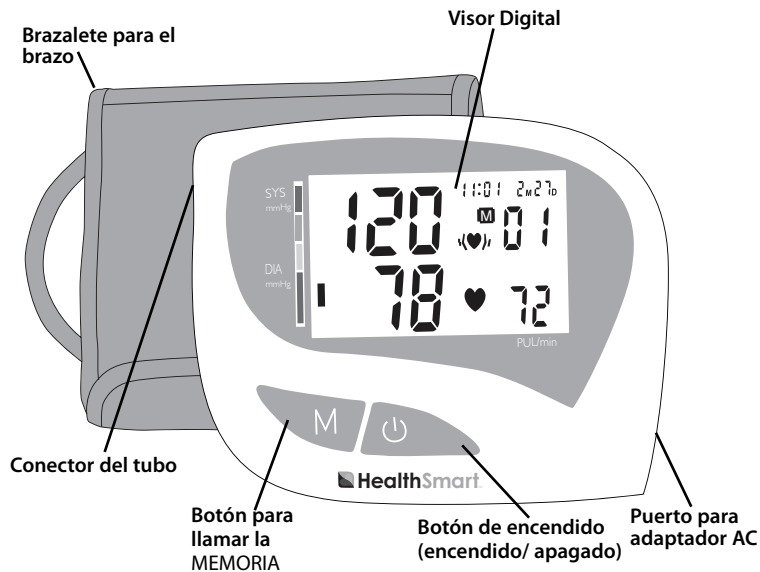
Para obtener el mayor beneficio de su monitor de presión arterial, le recomendamos que primero consulte a su médico o profesional capacitado en asistencia médica.

Gracias por adquirir un Monitor digital de presión arterial automático. Con el uso y cuidado adecuados, su monitor le proporcionará muchos años de lecturas confiables.

El método de medición que emplea su monitor automático se denomina método oscilométrico. El monitor detecta el movimiento de la sangre a través de la arteria del brazo y convierte los movimientos en una lectura digital. El método oscilométrico no requiere un estetoscopio, lo que facilita el uso del monitor.

Las lecturas de presión arterial determinadas con este dispositivo son equivalentes a las mediciones obtenidas por un observador capacitado utilizando el método de brazaletes/auscultación con estetoscopio, dentro de los límites indicados por el Instituto Nacional Estadounidense de Estándares (ANSI) para los esfigmomanómetros electrónicos o automáticos.

Identificación del Producto y Precaución



PRECAUCIÓN:
Puede detener el proceso de inflado o desinflado en cualquier momento presionando Botón de liberación.

Información General Acerca de la Presión

¿Qué es la presión arterial?

La presión arterial es la presión que ejerce la sangre contra las paredes de los vasos sanguíneos al circular por el cuerpo.

Su corazón, que es el centro del sistema circulatorio, proporciona la fuerza para que la sangre fluya o circule. Cuando su corazón se contrae, o "late", hace que la sangre circule por los vasos sanguíneos mediante un aumento de la presión. Esta es la mayor presión en el ciclo o lo que se denomina presión sanguínea SISTÓLICA. Entre los latidos, el corazón se relaja y la presión arterial disminuye. Esto se denomina presión arterial DIASTÓLICA.

Esta serie de eventos, que ocurre en un único latido, se denomina CICLO CARDÍACO.

Su Monitor de presión arterial automático leerá automáticamente la presión arterial y mostrará tanto las lecturas de la presión sistólica como la diastólica en la pantalla. El número que aparece en la posición superior corresponde a la presión sistólica y el número que aparece en la posición inferior corresponde a la lectura de la presión diastólica.

(sistólica) 120 / 80 (diastólica)

La presión arterial se mide en milímetros (mm) de mercurio (Hg) y, por lo general, al registrarla, se indica primero la presión sistólica (120) y la diastólica (80) después. Típicamente, los números están separados por una barra (/) según se indica más arriba.

Ambas lecturas, la SISTÓLICA y la DIASTÓLICA, son necesarias para que un médico pueda evaluar el estado de la presión arterial de un paciente.

Póngase en contacto con su médico para recibir información específica acerca de su presión arterial.

¿Qué influye en la presión arterial?

Muchos factores relacionados con la genética, edad, sexo, altitud, actividad física, ansiedad, desarrollo muscular, ciertos medicamentos e incluso el momento del día pueden influir en la presión arterial. Factores como el dormir y la relajación disminuyen la presión arterial, mientras que la ansiedad o el ejercicio físico la aumentan.

Por Qué Controlar la Presión Arterial en Hogar?

La visita al consultorio de un médico puede resultar estresante para un paciente. Y, la ansiedad, es un factor que, se sabe, eleva la presión arterial. Esta situación temporal de presión arterial elevada en el consultorio del médico se conoce comúnmente con el nombre de 'síndrome del delantal blanco'.

Experimente o no dicho síndrome, el control de la presión arterial en el hogar le brinda la oportunidad de complementar las mediciones realizadas en el consultorio del médico. Cuando dichas lecturas en el hogar se toman durante un período de tiempo, pueden indicar un cambio preciso. Asimismo, sus registros pueden serle de utilidad a su médico en la evaluación de la salud y en la toma de importantes decisiones en cuanto al diagnóstico y tratamiento de su condición. Debido a ello, es importante tomar mediciones diarias y consistentes de la presión arterial.

Las variaciones en las lecturas individuales sólo debe interpretarlas su médico o un profesional capacitado del área de salud.

OMS (Organización Mundial de la Salud) Clasificaciones de la Presión Arterial

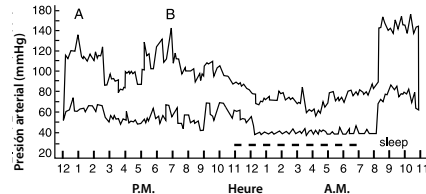
La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha establecido normas para la evaluación de la presión arterial baja o alta, independientemente de la edad, según se indica en el siguiente diagrama:

CATEGORIA	SISTOLICA (mmHg)	DIASTOLICA (mmHg)	INDICADOR DE COLOR
Optima	<120	<80	VERDE
Normal	120-129	80-84	VERDE
Alto - Normal	130-139	85-89	VERDE
Grado 1 - Hipertensión leve En el límite	140-159	90-99	AMARILLO
Grado 2 - Hipertensión moderada	160-179	100-109	ANARANJADO
Grado 3 - Hipertensión grave	≥180	≥110	ROJO
Hipertensión sistólica aislada	≥140	<90	AMARILLO
	140-159	<90	ANARANJADO
	160-179	<90	ANARANJADO
	≥180	<90	ROJO

Este cuadro es sólo una guía general. Consulte a su médico o profesional capacitado en el campo de la salud para determinar su presión arterial NORMAL.

Variaciones de la Presión Arterial

Muchos factores influyen en la presión arterial y puede variar de un momento a otro. Normalmente, la presión arterial es más baja durante el sueño y se eleva durante el día. El gráfico a continuación representa las variaciones de la presión arterial durante el día con mediciones tomadas cada 5 minutos



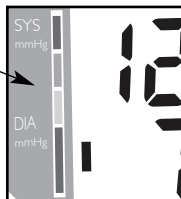
La línea de puntos representa el período de sueño. El aumento de la presión arterial a las 1 p.m. (A en el gráfico) corresponde a un hecho estresante y a las 7 p.m. (B en el gráfico) a un período de ejercicios físicos.

Información Importante Previo al Uso

- Las mediciones de la presión arterial sólo debe interpretarlas un médico o profesional capacitado del área de salud familiarizado con su historia clínica.
- Tome las mediciones en un lugar tranquilo. Debe estar sentado y relajado.
- Evite fumar, comer, tomar medicamentos, el consumo de alcohol o la actividad física 30 minutos antes de la lectura. Si evidencia signos de estrés, evite tomarse la presión mientras esa sensación no haya desaparecido.
- Descanse 15 minutos antes de tomar una lectura.
- Retire toda indumentaria o accesorio apretado que pudiera interferir con la colocación del brazalete.
- Mantenga el monitor estable durante la medición. Permanezca quieto; no hable durante la medición.
- En el cuadro que se suministra anote las lecturas diarias.
- Tome las lecturas todos los días a la misma hora (o según lo recomendado por el médico).
- Espere, como mínimo, 15 minutos entre lecturas. El tiempo de espera puede variar dependiendo de las características fisiológicas individuales.
- Este dispositivo ha sido diseñado para uso en adultos.
- Se puede detener el proceso de inflado y desinflado con sólo pulsar el botón de ENCENDIDO/APAGADO.

Indicador de la WHO (Organización Mundial de la Salud)

El Indicador de la Organización Mundial de la Salud – WHO - (por sus siglas en inglés), ubicado a la izquierda del visor identificará su lectura dentro de un rango, de acuerdo con las pautas establecidas por la Organización Mundial de la Salud (WHO). Consulte el siguiente cuadro a los fines de referencia.



SYS DIA	Grado 3 de Hipertensión Presión arterial sistólica: ≥ 180 mmHg -0- Presión arterial diastólica: ≥ 110 mmHg
SYS DIA	Grado 2 de Hipertensión Presión arterial sistólica: 160-179 mmHg -0- Presión arterial diastólica: 100-109 mmHg
SYS DIA	Grado 1 de Hipertensión Presión arterial sistólica: 140-159 mmHg -0- Presión arterial diastólica: 90-99 mmHg
SYS DIA	Alta Normal Presión arterial sistólica: 130-139 mmHg -0- Presión arterial diastólica: 85-89 mmHg
SYS DIA	Normal Presión arterial sistólica: 120-129 mmHg -0- Presión arterial diastólica: 80-84 mmHg
SYS DIA	Óptima Presión arterial sistólica: < 120 mmHg -y- Presión arterial diastólica: < 80 mmHg

DetECCIÓN DE LATIDOS DEL CORAZÓN IRREGULARES

Su monitor digital para la presión arterial presenta un Detección de Latidos del Corazón Irregulares. Esta característica permite a los usuarios controlar la presión arterial con exactitud aún cuando los latidos del corazón sean irregulares.

Cuando se detectan latidos del corazón irregulares, aparecerá el ícono IHB, Fig. 1.

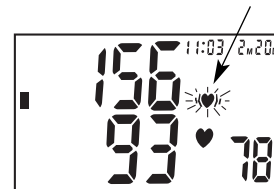


Fig. 1

NOTA: Solicite más información a su médico o profesional de la salud capacitado sobre los latidos del corazón irregulares y en caso que este símbolo aparezca con frecuencia al final de la medición.

Colocación/Cambio de Baterías

- 1) Presione sobre la lengüeta y levante la cubierta.
- 2) Coloque o cambie 4 baterías "AA" en el compartimiento, haciendo coincidir los símbolos de polaridad, Fig 1.
- 3) Para cerrar, enganche los lados de la tapa, luego empuje el extremo de arriba.

NOTA: Cambie las baterías cuando aparezca el símbolo de Poca Batería en el visor o cuando el visor permanezca en blanco al presionar el botón de ENCENDIDO.

- 4) Se recomienda quitar las baterías si no se usará la unidad durante un período prolongado.

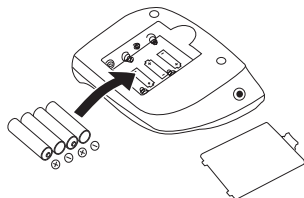
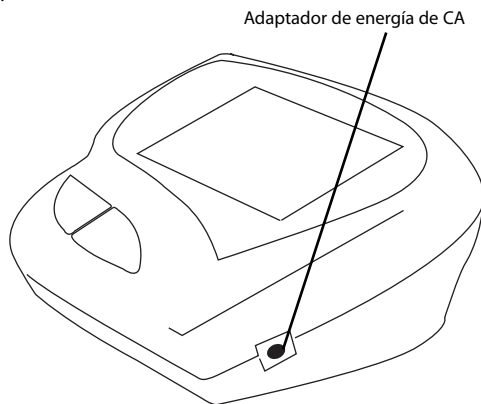


Fig. 1

Adaptador de energía de CA (opcional)

Use el adaptador de CA para un funcionamiento sin pilas. El adaptador de CA se enchufa en el costado de la unidad tal como se muestra, Fig. 2. Recuerde emplear precauciones de seguridad eléctrica cuando use el adaptador.



Cómo Fijar la Fecha/Hora

NOTA: Aún cuando la unidad esté apagada, la fecha y hora seguirán apareciendo en la parte superior de la pantalla.

1. Cuando la unidad está apagada, presione y suelte el botón de ENCENDIDO/APAGADO (POWER) y el de MEMORIA (MEMORY) al mismo tiempo. El mes comenzará a titilar, Fig. 1.
2. Presione el botón de MEMORIA (MEMORY) para cambiar hasta que aparezca en número que busca.

NOTA: Para desplazarse por los números más rápidamente, mantenga presionado el botón de MEMORIA (MEMORY).

3. Presione el botón de ENCENDIDO/APAGADO (POWER) para marcar el ingreso.
4. La fecha, Fig. 2, seguida de la hora y minutos titilará en forma intermitente. Repita los pasos 2 y 3 para establecer la configuración de fecha/hora.
5. Después de establecer los minutos, la unidad automáticamente saldrá del modo fecha/hora, Fig. 3.

NOTA: La hora está expresada en formato militar de 24 horas. El siguiente cuadro explica la conversión.

Hora formato estándar (12 horas)	Hora formato militar (24 horas)	Hora formato estándar (12 horas)	Hora formato militar (24 horas)
12 am Medianoche	0	12 pm Mediodía	12
1 am	1	1 pm	13
2 am	2	2 pm	14
3 am	3	3 pm	15
4 am	4	4 pm	16
5 am	5	5 pm	17
6 am	6	6 pm	18
7 am	7	7 pm	19
8 am	8	8 pm	20
9 am	9	9 pm	21
10 am	10	10 pm	22
11 am	11	11 pm	23

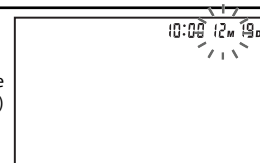


Fig. 1

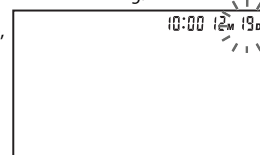


Fig. 2

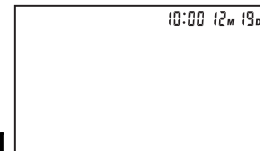


Fig. 3

Cómo Colocar el Brazaletes de Presión Arterial

Antes de colocarse el brazalete para la presión arterial, verifique que tenga el brazalete apropiado:

Brazalete para adulto corresponde a circunferencia de brazo: 11-3/4" - 16-1/2" (30-42 cm)

Brazalete para adulto grande corresponde a circunferencia de brazo: 16-1/2" - 18-7/8" (42-48 cm)

NOTA: Si por algún motivo no puede o no debe usar su brazo izquierdo, modifique las siguientes instrucciones y coloque el brazalete en su brazo derecho. Su médico puede decirle qué brazo debe usar.

1. Quite cualquier ropa o joyas ajustadas que puedan interferir con la colocación del brazalete.
2. Siéntese con los pies apoyados sobre el piso.
3. Apoye el brazalete sobre una superficie sólida con el tubo mirando hacia ARRIBA y LEJOS suyo, Fig. 1. La barra de metal del brazalete deberá estar a la izquierda del tubo.
4. Agrande o abra el brazalete extendiendo o enrollando la parte inferior del brazalete hacia la derecha, Fig. 2. Esto debería abrir el brazalete, creando un cilindro. No extienda el brazalete más allá de la barra de metal.
5. Inserte el brazo en el brazalete (cilindro). Coloque el signo (Φ) sobre la arteria principal (en la parte interna del brazo), Fig. 3.
6. El borde inferior del brazalete debería colocarse aproximadamente una pulgada por ARRIBA del codo, Fig. 4.
7. Con la mano derecha yendo por debajo, tome el brazo izquierdo y estire el extremo del brazalete hacia usted para ajustar el brazalete, Fig. 5. Enrolle de manera segura el brazalete, verificando que el signo (Φ) permanezca como se muestra en la Fig. 3.
8. El brazalete debe calzar cómodamente pero ajustado alrededor del brazo y no debe incomodar. Tiene que poder insertar dos dedos entre el brazo y el brazalete.



Fig. 1

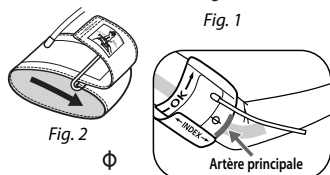


Fig. 2

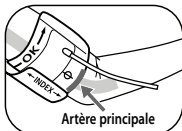


Fig. 3

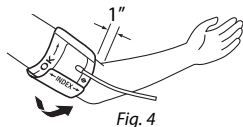


Fig. 4

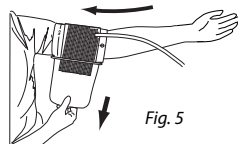


Fig. 5

NOTA: El tamaño del brazalete es el adecuado cuando el signo "Índice" vertical está dentro del rango horizontal "OK". Se necesita un tamaño diferente de brazalete si el signo "Índice" queda fuera del rango "OK".

Cómo Tomar la Lectura de la Presión Arterial

Continúe únicamente luego de haber leído las secciones anteriores de este manual.

1. Coloque el monitor sobre una superficie plana y estable, con el panel de la pantalla digital a la vista. Introduzca el conector del tubo del brazalete en el lado izquierdo del monitor, Fig. 1.
2. Apoye el codo sobre una superficie sólida, con la palma de la mano hacia arriba. Eleve el brazo de manera que el brazalete quede al nivel del corazón, Fig. 2. Relaje la mano izquierda.
3. Oprima el botón POWER para encender la unidad.
4. Esta unidad ejecutará una auto-prueba, Fig. 3. Seleccione el banco de memoria (1, 2 ó 3) para guardar la lectura oprimiendo el botón MEMORY. Oprima POWER para confirmar su selección.
5. Esta unidad mostrará la última lectura medida, Fig. 4, o si no hay una medida previa, mostrará un "0" como se observa en la Fig. 5.
6. Cuando la pantalla se observa tal como se muestra, Fig. 6, el monitor está listo. El brazalete comenzará a inflarse automáticamente.
7. Cuando el brazalete se infle hasta el nivel de presión adecuado, comenzará la medición.
8. La unidad comenzará a desinflarse automáticamente y los números que aparecen en la pantalla disminuirán.
9. Cuando se haya desinflado por completo, la medición habrá finalizado. La unidad mostrará las mediciones de su presión arterial (sistólica y diastólica) y a de su pulso, Fig. 7. Registre sus lecturas en una tabla.
10. Sus mediciones se guardarán automáticamente en la memoria.
11. Oprima el botón POWER para apagar, o la unidad se apagará automáticamente luego de aproximadamente 1 minuto.
12. Desconecte el tubo del monitor antes de guardarlo.

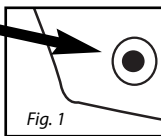


Fig. 1

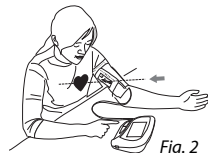


Fig. 2

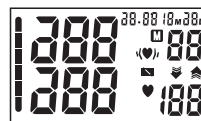


Fig. 3

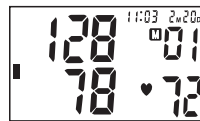


Fig. 4

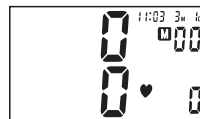


Fig. 5

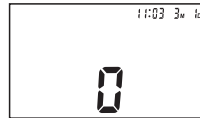


Fig. 6



Fig. 7

NOTA: Este monitor infla el brazalete hasta aproximadamente 190 mmHg o 40 mmHg más que la última presión sistólica guardada en la memoria. Si el sistema detecta que el brazalete necesita más presión, se volverá a inflar automáticamente hasta aproximadamente 40 mmHg más que el nivel de presión anterior.

Cómo Llamar Mediciones de Memoria

Puede recuperar un total de hasta 120 mediciones en la memoria (40 por banco de memoria). Estas mediciones pueden compartirse con su médico o con un profesional capacitado en asistencia médica.

1. Oprima y suelte el botón MEMORY. La unidad mostrará U1, U2 ó U3 dependiendo del banco de usuario seleccionado. También mostrará la cantidad de mediciones guardadas en ese banco.
2. Para seleccionar el banco de usuario que corresponda oprima el botón POWER para cambiar entre U1, U2 ó U3.
3. Una vez que se haya seleccionado el banco de memoria de usuario deseado, vuelva a presionar el botón MEMORY para desplazarse por las mediciones almacenadas, Fig. 1. Una vez que se haya desplazado por todas las lecturas, la unidad se apagará automáticamente.



Fig. 1

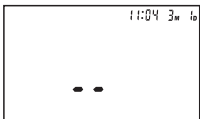


Fig. 2

NOTA: cada banco de memoria puede guardar hasta 40 lecturas. Cuando la cantidad de lecturas supera las 40, los datos más antiguos serán reemplazados por el registro nuevo.

Para borrar todas las mediciones almacenadas:

1. Oprima y suelte el botón MEMORY. La unidad mostrará U1, U2 ó U3 dependiendo del banco de usuario seleccionado y de cuántas mediciones se guarden en el banco.
2. Seleccione el banco de usuario deseado oprimiendo y soltando el botón MEMORY.
3. Oprima y mantenga oprimido el botón MEMORY hasta que destellen dos líneas horizontales, Fig. 2. Esto indica que se han borrado todas las mediciones dentro del banco de memoria seleccionado.

Descripción de los Símbolos del Visor

 SYS DIA	Indica una medición dentro del Grado 3 de Hipertensión.		Muestra las pulsaciones por minuto.
			Ocurre cuando se comete un error durante la medición.
 SYS DIA	Indica una medición dentro del Grado 2 de Hipertensión.		Aparece cuando se detecta ritmo cardíaco irregular durante la medición.
			Aparece cuando el brazaletes está inestable o contiene demasiado aire. Una vez que la flecha ha dejado de titilar, la unidad está lista para tomar una medición.
 SYS DIA	Indica una medición dentro del Grado 1 de Hipertensión.		Aparece cuando se produce un error de medición. Comience la medición nuevamente.
		Aparece cuando se deben cambiar las baterías.	

Análisis de Fallas

Si ocurriera una anomalía durante el uso, verifique y corrija lo siguiente:

CONDICIÓN	CORRECCIÓN
El visor está en blanco cuando el botón de encendido está prendido	Revise y corrija la polaridad de las baterías. Vuelva a colocar o cambie las baterías.
Medición incompleta o aparecen valores anormalmente altos o bajos.	Revise y siga las secciones "Cómo Colocar el Brazaletes de Presión Arterial" y "Cómo Tomar una Lectura de Presión Arterial". Cambie las baterías.
Aparece el símbolo EE	?Se movió o conversó durante la medición? Refiérase a la sección "Cómo Aplicar el Brazaletes de Presión Arterial".
Las mediciones son diferentes de las mediciones usuales que realiza el médico o cada lectura de medición es diferente.	Recuerde que las condiciones mentales y físicas y/o el momento del día influyen en las lecturas de la presión arterial. Su médico es quien debe interpretar las mediciones diarias.

Cuidado y Mantenimiento

1. Desconecte el tubo del brazalete del monitor y quite las baterías antes de guardar la unidad.
2. Use solamente un paño seco y suave para limpiar el monitor de presión arterial.
3. Evite usar cualquier tipo de líquido en el monitor o brazalete.
4. No guarde la unidad donde esté expuesta a la luz directa del sol, polvo o humedad.
5. Evite las temperaturas extremas.
6. Nunca desarme el monitor o brazalete.
7. Evite que se caiga o golpee el monitor de presión arterial.

Especificaciones del Producto

Nombre y número de modelo	Monitor Digital de Presión Arterial Automático - Mujer Artículo n.º 04-625-001
Tipo de visor	Visor digital/LCD
Método de Medición:	Oscilométrico
Fuente de energía:	4 baterías tipo "AA"
Alcance de la medición	Presión: 0-300 mmHg Pulso: 40-180 pulsaciones/minuto
Precisión	Presión: ± 3 mmHg Pulso: ± 5% de la lectura
Inflado	Inflable automático
Memoria	Visor con memoria incorporada que permite hasta 120 mediciones
Apagado automático	Alrededor de un minuto después de presionar el último botón
Ambiente de funcionamiento	Temperatura 41°F – 104°F (5°C – 40°C) Humedad <90%
Ambiente de almacenamiento	Temperatura -4°F – 131°F (-20°C – 55°C) Humedad <95%
Tamaño del monitor	5-1/2" x 4-1/2" x 2-1/8"
Peso	9,6 oz. (sin baterías)
Rango de circunferencia del brazo	El tamaño adulto es adecuado para la circunferencia del brazo: 11-3/4" – 16-1/2" (30-42 cm)
Accesorios	Brazalete, guía detallada, guía para comenzar rápido, registro de presión arterial

Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso.

Ejemplo de Registro de Presión Arterial

Nombre:

Edad:

Peso:

Fecha	1/2	1/2	1/3															
Hora	7:00 AM	9:30 PM	7:30 AM															
mmHg																		
240																		
220																		
200																		
180																		
160																		
140																		
120																		
100																		
80																		
60																		
Pulso	68	71	69															
Condición del Organismo	<i>Dolor de cabeza a la mañana</i>	<i>—</i>	<i>Consejo, pasó mala noche</i>															

Registro de Presión Arterial

Paciente:

Edad:

Peso:

Fecha																				
Hora																				
mmHg																				
240																				
220																				
200																				
180																				
160																				
140																				
120																				
100																				
80																				
60																				
Pulso																				
Con- dición gene- ral del orga- nismo																				