

3. Provoz přístroje

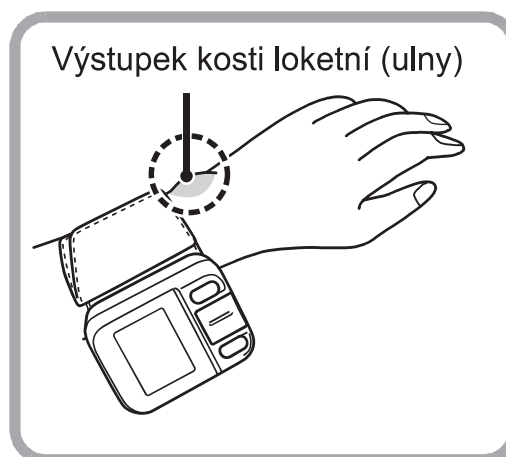
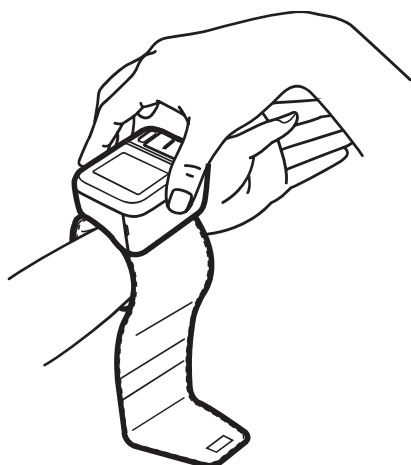
3.1 Upevnění manžety na zápěstí

Manžetu můžete upevnit kolem levého i pravého zápěstí.

Poznámky:

- Pro správné měření musí být manžeta upevněna kolem zápěstí pevně a zároveň pohodlně.
- Vyhrňte si rukáv, aby se přístroj přímo dotýkal pokožky.
- Nepřikládejte přístroj přes oblečení.

1. Položte manžetu na své levé zápěstí tak, aby váš palec směřoval nahoru.



Poznámka: Ujistěte se, že manžeta nezakrývá vystupující část kosti loketní (ulny) na hraně zápěstí.

2. Podržte konec manžety a tahem ji obtočte kolem zápěstí tak, aby byla pohodlně upevněna.

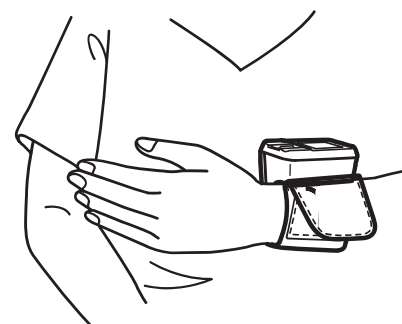
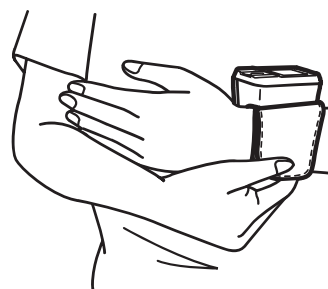
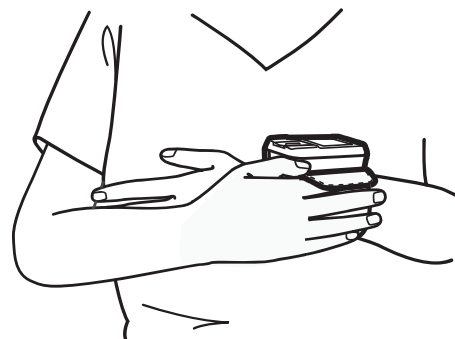


Poznámka: Pokud není manžeta pohodlně a pevně upevněna na zápěstí, není možné správně provést měření.

Prsty narovnejte manžetu tak, aby dobře přilnula k zápěstí.

Poznámky:

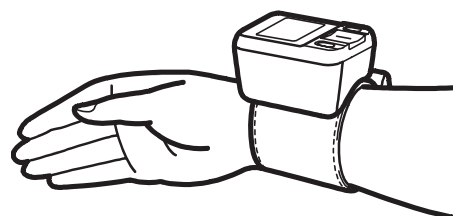
- Není-li manžeta pořádně upevněna kolem zápěstí, může během měření klouzat.
- Máte-li útlé zápěstí, může vám být manžeta trochu volná. Tato vůle nemá na měření vliv, proto byste neměli manžetu dotahovat násilím.
- Zbývající část manžety může být vhodně přehnuta stranou.
- Je-li obtížné přehnout manžetu stranou, nechte ji v přirozené poloze. Neovlivní to výsledek měření.



Měření na pravém zápěstí

Krevní tlak si můžete měřit i na pravém zápěstí.

Upevněte přístroj na pravé zápěstí tak, jak je znázorněno na obrázku.



3. Provoz přístroje

3.2 Správná poloha

Pro přesné výsledky měření je důležité správné držení těla. Pokuste se měřit si krevní tlak každý den ve stejnou dobu.

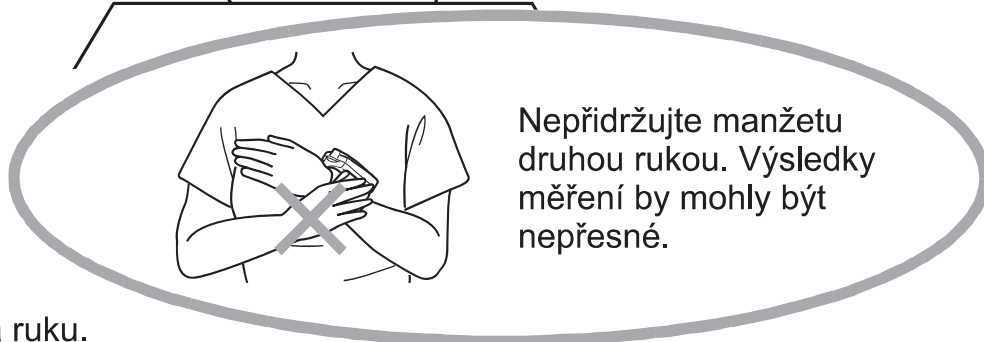
Poznámky:

- Tlak si neměřte poté, co jste se koupali, pili alkohol nebo cvičili.
- Po celou dobu měření se nehýbejte a nemluvte.

Pohodlně se posaďte, narovnejte záda, položte svou paži příčně hrudníkem a uvolněte se.

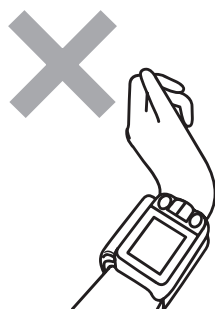


Paži položte tak, aby přístroj byl ve stejné výši jako vaše srdce.

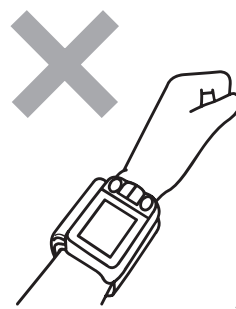


Nepřidržujte manžetu druhou rukou. Výsledky měření by mohly být nepřesné.

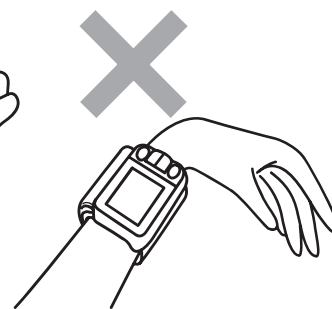
Uvolněte zápěstí a ruku.



Nepřehýbejte zápěstí dozadu.



Nesvírejte pěst.



Nepřehýbejte zápěstí dopředu.