

Automatic Upper Arm Blood Pressure Monitor M3 (HEM-7154-E)



All for Healthcare



IM2-HEM-7154-E-E1-05-01/2022

Read Instruction manual ① and ② before use.

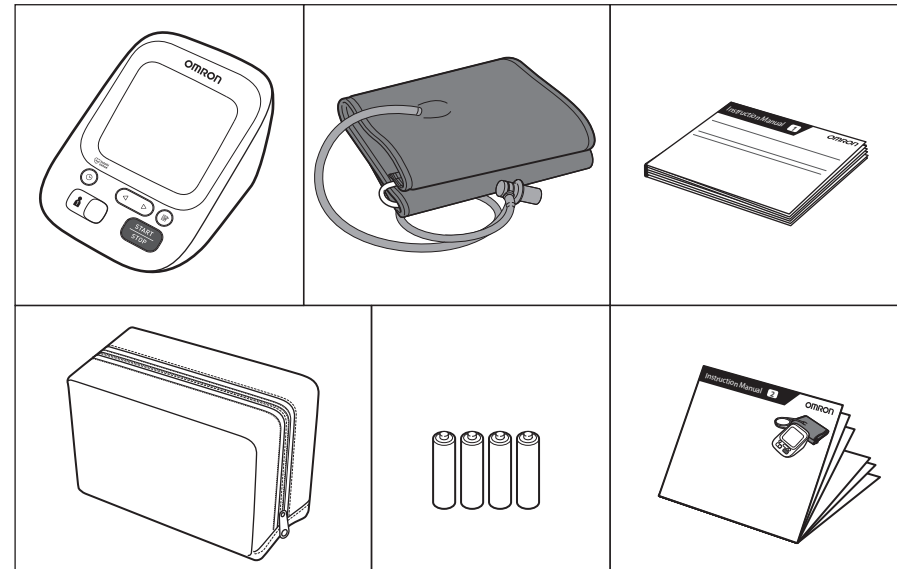
- EL Διαβάστε το Εγχειρίδιο οδηγιών ① και ② πριν από τη χρήση.
- PT Leia o Manual de instruções ① e ② antes de utilizar.
- DA Læs brugervejledningen ① og ② før brug.
- FI Lue käyttöohjeet ① ja ② ennen käyttöä.
- SV Läs bruksanvisning ① och ② före användning.
- KZ Пайдалану алдында ① және ② пайдалану нұсқаулығын оқыңыз.
- UK Перед використанням прочитайте керівництво з експлуатації ① і ②.

استعمال سے پہلے ① اور ② ہدایت نامہ پڑھیں۔

1 Package Contents

- EL Περιεχόμενα συσκευασίας
- PT Conteúdo da embalagem
- DA Pakkens indhold
- FI Pakkauksen sisältö
- SV Förpackningens innehåll
- KZ Қаптаманың құрамы
- UK Комплект поставки

پیکج کا سامان



2 Preparing for a Measurement

- EL Προετοιμασία για μέτρηση
- PT Preparação de uma medição
- DA Forberedelse af en måling
- FI Valmistautuminen mittaukseen
- SV Förbereda en mätning
- KZ Өлшеуге дайындау
- UK Підготовка до вимірювання тиску

پیمائش کی تیاری

30 minutes before

- EL 30 λεπτά πριν
- PT 30 minutos antes
- DA 30 minutter før
- FI 30 minuuttia ennen
- SV 30 minuter innan
- KZ 30 минут бұрын
- UK За 30 хвилин

30 منٹ پہلے



5 minutes before: Relax and rest.

- EL 5 λεπτά πριν: Χαλαρώστε και ξεκουραστείτε.
- PT 5 minutos antes: descontrair e repousar.
- DA 5 minutter før: Slap af og hvil.
- FI 5 minuuttia ennen: rentoudu ja lepää.
- SV 5 minuter innan: slappna av och vila.
- KZ 5 минут бұрын: босаңсып, демалу.
- UK За 5 хвилин: розслабтеся та відпочиньте

5 منٹ پہلے: آرام اور آرام کرو



4 Setting Date and Time

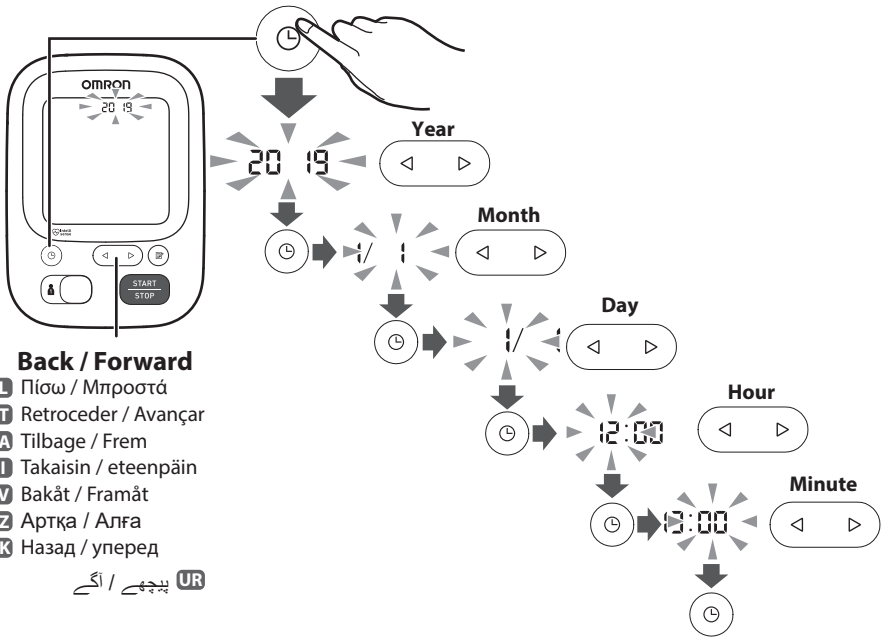
- EL Ρύθμιση ημερομηνίας και ώρας
- PT Acertar a data e hora
- DA Indstilling af dato og klokkeslæt
- FI Päivämäärän ja kellonajan asettaminen
- SV Ställa in datum och tid
- KZ Күн мен уақытты орнату
- UK Налаштування дати й часу

تاریخ اور وقت سیٹ کرنا

Set year > month > day > hour > minute.

- EL Ρυθμίστε το έτος > τον μήνα > την ημέρα > την ώρα > τα λεπτά.
- PT Acertar ano > mês > dia > hora > minuto.
- DA Indstil år > måned > dag > time> minut.
- FI Aseta vuosi > kuukausi > päivä > tunnit > minuutit.
- SV Ställ in år > månad > dag > timme > minut.
- KZ Жыл > ай > күн > сағат > минут параметрін орнатыңыз.
- UK Введіть рік > місяць > день > годину > хвилину.

سال < مہینہ < دن < گھنٹہ < منٹ سیٹ کریں۔



Back / Forward

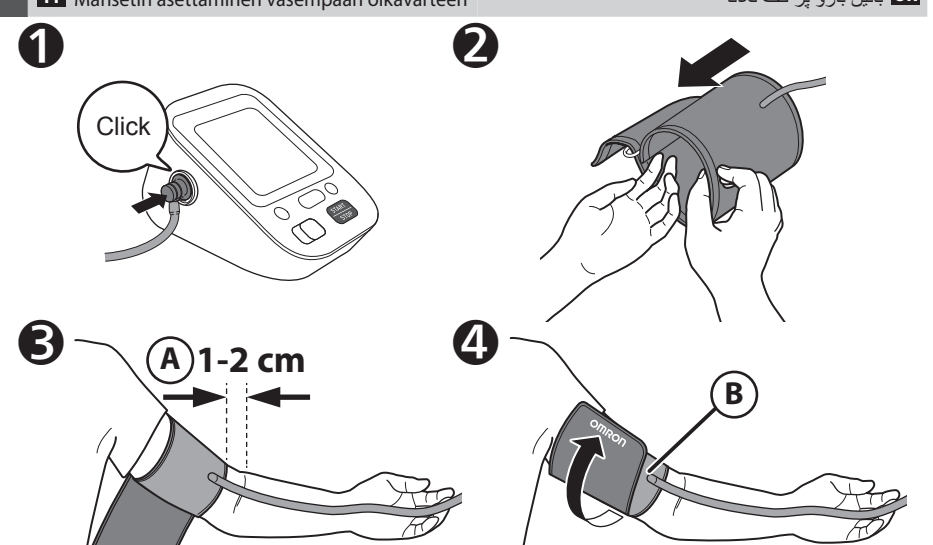
- EL Πίσω / Μπροστά
- PT Retroceder / Avançar
- DA Tilbage / Frem
- FI Takaisin / eteenpäin
- SV Bakåt / Framåt
- KZ Артқа / Алға
- UK Назад / вперед

پیچھے / آگے

5 Applying the Cuff on the Left Arm

- EL Τοποθέτηση της περιχειρίδας στον αριστερό βραχίονα
- PT Aplicação da braçadeira no braço esquerdo
- DA Påsætning af manchetten på venstre arm
- FI Mansetin asettaminen vasempaan olkavarteen
- SV Sätta på manschetten på vänster arm
- KZ Манжетаны сол қолға тағу
- UK Накладення манжети на ліву руку

بائیں بازو پر کف لگانا



A Tube side of the cuff should be 1 - 2 cm above the inside elbow.

- EL Η πλευρά της περιχειρίδας με τον σωλήνα πρέπει να βρίσκεται 1 - 2 cm πάνω από την εσωτερική πλευρά του αγκώνα.
- PT O lado do tubo da braçadeira deve estar 1 - 2 cm acima do interior do cotovelo.
- DA Slangesiden af manchetten skal sidde 1 til 2 cm over indersiden af albuen.
- FI Mansetin letkupuolen tulee olla 1-2 cm kuynnärtaipen sisäpuolen yläpuolella.
- SV Slangsidan av manschetten ska vara 1-2 cm ovanför insidan av armbågen.
- KZ Манжетаның түтік беті иықтан 1-2 см жоғары болуы қажет.
- UK Край манжети з трубою слід розташувати на 1-2 см вище ліктового згину.

کف کا سب سے نیچے کا کنارہ اندر کی کہنی سے 1 سے 2 سینٹی میٹر اوپر ہونا چاہیے۔

B Make sure that air tube is on the inside of your arm and wrap the cuff securely so it can no longer slip round.

- EL Βεβαιωθείτε ότι ο σωλήνας αέρα βρίσκεται στην εσωτερική πλευρά του χεριού σας και τυλίξτε την περιχειρίδα γερά ώστε να μην μπορεί να περιστραφεί.
- PT Certifique-se de que o tubo de ar está na parte interior do braço e enrole a braçadeira firmemente, para que não deslize.
- DA Kontrollér, at luftslangen sidder på indersiden af armen, og vikl manchetten fast om armen, så den ikke kan drejes rundt.
- FI Varmista, että ilmaletku on olkavarren sisäpuolella, ja kääri mansetti riittävän tiukasti, jotta se ei voi pyöriä olkavarren ympärillä.
- SV Se till att luftslangen sitter på insidan av armen och linda manschetten ordentligt så att den inte längre kan glida runt.
- KZ Ауа түтігі қолдың ішкі жағында орналасқанын тексеріп, манжетаны сырғымайтындай етіп мықтап ораңыз.
- UK Переконайтеся, що повітряна трубка знаходиться на внутрішній поверхні руки, і надійно обгорніть манжету так, щоб вона не поверталася.

اس بات کو یقینی بنائیں کہ ایئر ٹیوب آپ کے اندر موجود ہے اور کف کو محفوظ طریقے سے لپیٹ دیں تاکہ یہ مزید پھسل نہ سکے۔

If taking measurements on the right arm, refer to:

- EL Αν λαμβάνετε μετρήσεις από τον δεξιό βραχίονα
- PT Se fizer as medições no braço direito, consulte:
- DA Ved målinger på højre arm, se:
- FI Jos teet mittaukset oikeasta olkavarresta, lue
- SV Om du mäter på höger arm, se:
- KZ Егер оң қолда өлшеулер жүргізсеңіз, келесі бөлімді қараңыз:
- UK Якщо вимірювання проводиться на правій руці, див.

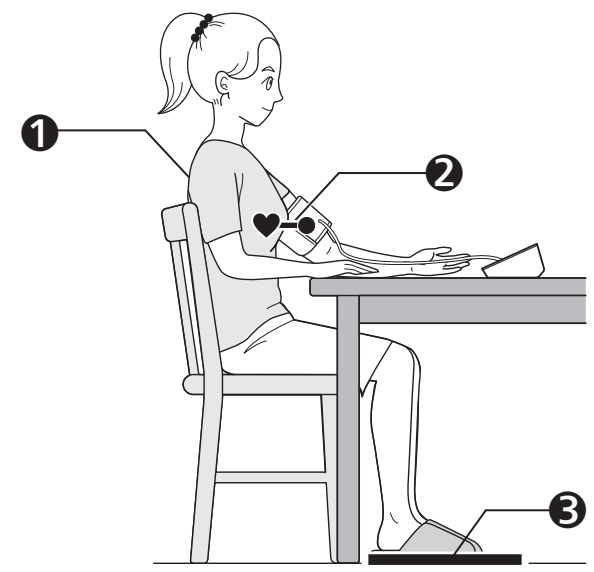


Instruction Manual ① I-3 2.3

6 Sitting Correctly

- EL Σωστή στάση του σώματος
- PT Como sentar-se corretamente
- DA Sæt dig korrekt
- FI Istuminen oikein
- SV Rätt sittställning
- KZ Дұрыс отыру
- UK Правильне положення тіла

درست طریقه سے بیٹھنا



1 Sit comfortably with your back and arm supported.

- EL Καθίστε άνετα με την πλάτη και τον βραχίονά σας να στηρίζονται.
- PT Sente-se confortavelmente apoiando as costas e o braço.
- DA Sid behageligt med støtte til ryg og arm.
- FI Istu mukavasti selkää ja käsivarsi tuettuina.
- SV Sitt bekvämt med stöd för ryggen och armen.
- KZ Арқаңыз бен қолыңызды тіреп, ыңғайлы отырыңыз.
- UK Сядьте зручно таким чином, щоб спина та рука на щось спиралися.

اپنی کمر اور بازو کی مدد سے آرام سے بیٹھیں۔

2 Place the arm cuff at the same level as your heart.

- EL Τοποθετήστε την περιχειρίδα στο ίδιο επίπεδο με την καρδιά σας.
- PT Coloque a braçadeira ao mesmo nível do coração.
- DA Placer manchetten i niveau med dit hjerte.
- FI Aseta mansetti sydämen tasolle.
- SV Armmanschetten ska vara på samma nivå som hjärtat.
- KZ Қол манжетасын жүректің деңгейіне қойыңыз.
- UK Манжета на плече має бути на рівні серця.

базу кф کو اپنے دل کی طرح سطح پر رکھیں۔

3 Keep feet flat, legs uncrossed, remain still and do not talk.

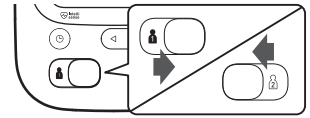
- EL Πατάτε τα πόδια σας στο πάτωμα, μη σταυρώνετε τα πόδια σας, παραμείνετε ακίνητοι και μη μιλάτε.
- PT Mantenha os pés no chão, não cruze as pernas, mantenha-se imóvel e não fale.
- DA Sæt fødderne på gulvet, kryds ikke benene, forhold dig i ro, og tal ikke.
- FI Pidä jalkaterät lattiaan vasten, älä risti jalkoja, pysy paikallasi ja älä puhu.
- SV Håll fötterna plant mot golvet, benen får inte vara korsade, var stilla och prata inte.
- KZ Аяқты созып, айқастырмай, қозғалмай және сөйлеспей отырыңыз.
- UK Ноги слід тримати неперехрещеними, зі стопами на підлозі. Не рухайтесь і не розмовляйте.

پیروں کو چپٹا رکھیں ، ٹانگوں کو بے نقاب کریں ، چپ رہیں اور بات نہ کریں۔

7 Selecting User ID (1 or 2)

- EL Επιλογή ταυτότητας χρήστη (1 ή 2)
- PT Selecionar a identificação de utilizador (1 ou 2)
- DA Valg af bruger-id (1 eller 2)
- FI Käyttäjätunnuksen valinta (1 tai 2)
- SV Välja användar-ID (1 eller 2)
- KZ Пайдаланушы идентификаторын таңдау (1 немесе 2)
- UK Вибір ідентифікатора користувача (1 або 2)

صارف ای ڈی (1 یا 2) منتخب کرنا



Switching user ID enables you to save readings for 2 people.

- EL Με την εναλλαγή της ταυτότητας χρήστη μπορείτε να αποθηκεύετε μετρήσεις για 2 άτομα.
- PT Trocar a identificação de utilizador permite guardar leituras de 2 pessoas.
- DA Ved at skifte bruger-id kan du gemme målinger for 2 personer.
- FI Käyttäjätunnuksen vaihtaminen mahdollistaa kahden henkilön lukemien tallennuksen.
- SV Genom att byta användar-ID kan du spara avläsningar för 2 personer.
- KZ Пайдаланушы идентификаторын ауыстыру арқылы 2 адамның көрсеткіштерін сақтауға болады.
- UK Перемикання між ідентифікаторами користувачів дає змогу зберігати показання для 2 осіб.

صارف کی شناخت کو تبدیل کرنے سے آپ قابل بنائے ہیں کہ 2 افراد کے لئے ریڈنگ کو بچایا جاسکے۔

