

# iHealth®

## Wireless Blood Pressure Monitor (BP5)

### QUICK START GUIDE

Quick Start Guide tells you how to set up your mobile device, connect to **Bluetooth**, and measure your blood pressure. Please follow the instruction below to start your measurement process.



### First Time Set Up Instructions

#### Download the Free iHealth MyVitals App

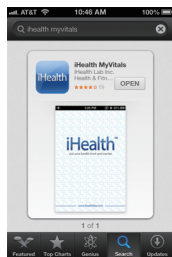
For iOS device: Prior to first use, download and install "iHealth MyVitals" from the App Store.

For Android device: Prior to first use, download and install "iHealth MyVitals" from the Google Play.

Follow the on-screen instructions to register and set up your personal account.

#### Access the iHealth Cloud Account

Your iHealth account also gives you access to the free and secure iHealth cloud service. Go to [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) and click "Sign In" for access once your account has been created.



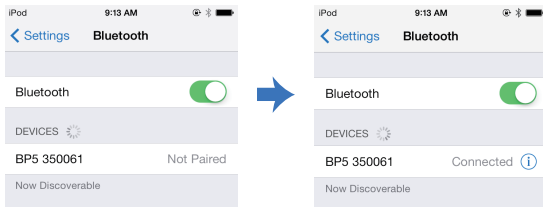
## Charge Battery Before First Use

Connect the monitor to a USB port using the charging cable provided until the green indicator light stabilizes.



## Connect to iOS Device via Bluetooth

- Apply the cuff or press the START/STOP button, the **Bluetooth** indicator will begin flashing.
- Turn **Bluetooth** "On" under the "Settings" menu on the iOS device.
- Wait until the model name printed on the monitor, (i.e. "BP5 xxxxxx") and "Not Paired" appear in the **Bluetooth** menu, and select the model name "BP5 xxxxxx" to pair and connect. The **Bluetooth** indicator will remain steady upon successful connection. When using the monitor for the first time, it may take up to 30 seconds for your iOS device to detect the **Bluetooth** signal.
- Each subsequent time you use the monitor, "Connected" will be displayed next to "BP5 xxxxxx" in the **Bluetooth** Menu.
- Launch the "iHealth MyVitals" app to start using your monitor.
- Please repeat these steps when you switch to another iOS device with the Monitor.



## Connect to Android Device via Bluetooth

- Apply the cuff or press the START/STOP button, the **Bluetooth** indicator will begin flashing.
- In the setting menu, turn the **Bluetooth** on.
- When using the monitor for the first time, you should pair the monitor to the Android device. Wait until the model name printed on the monitor, (i.e. "BP5 xxxxxx") appears in the **Bluetooth** menu, and select the model name "BP5 xxxxxx" to pair. It may take up to 30 seconds for your Android device to detect the **Bluetooth** signal.
- Launch the "iHealth MyVitals" app to start using your monitor.
- Please repeat these steps when you switch to another Android device with the monitor.

Monitor Status	Bluetooth Indicator
Waiting to connect	Flashing blue light
Connected and measuring	Steady blue light
Measurement completed and ready to disconnect	Gradually extinguishing light

## MEASUREMENT PROCEDURES

Blood pressure can be affected by the position of the cuff and your physiologic condition. It is very important that the cuff should be placed at the same level as your heart.

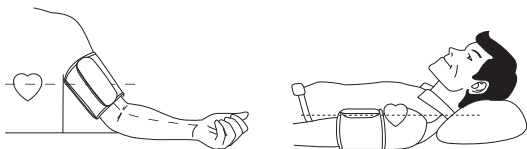
### Body Posture

#### Sitting Comfortably During Measurement

- a. Sit with your feet flat on the floor without crossing your legs.
- b. Place your hand palm-side up in front of you on a flat surface such as a desk or a table
- c. The center of the cuff should be at your heart level.

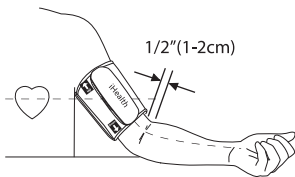
#### Lying Down During Measurement

- a. Lie on your back.
- b. Place your arm straight along your side with your hand palm-side up.
- c. The cuff should be level with your heart.



### Apply the Cuff

- Pull the cuff end through the metal loop, positioning it outward (away from your body).
- Place a bare arm through the cuff with the red arrow facing up and position the cuff  $1/2''$  (1-2cm) above the elbow joint.
- Tighten the cuff by pulling it towards your body, securing it closed with the Velcro fastener.
- While seated, place your hand, palm-side up, in front of you on a flat surface such as a desk or table. Position the monitor in the middle of your arm so that it is aligned with your middle finger.
- The cuff should fit comfortably, yet snugly around your arm. You should be able to insert one finger between your arm and the cuff.



### Remember to:

- Make sure that the appropriate cuff size is used; refer to the cuff circumference range in the Specifications section of this manual.
- Measure on the same arm each time.
- Stay still during a measurement. Do not move your arm, body or the monitor.

4. Stay still and calm for one to one and half minutes before taking a blood pressure measurement. Prolonged over-inflation of the cuff may cause bruises on your arm.

Press the "START/STOP" button at any time to interrupt a measurement.

Press the "START/STOP" button for 2 seconds to turn off the monitor manually.

### **Auto Connect Option**

The auto connect option allows the monitor to find the last used iOS device and re-establish the connection automatically. The auto connect option can be enabled in the App.

### **Taking Measurements with Multiple iOS Devices**

Turn off the Bluetooth of the last used iOS device if the Auto Connect option is enabled in your App, then follow the Set Up Instructions in the Quick Start Guide.

### **Measuring without an iOS Device**

Enable the Offline Measurement function on the App. Apply the cuff, follow the "Measurement Procedures", and then press the "START/STOP" button to begin measurement. All offline measurements will be uploaded to the App automatically upon the next successful **Bluetooth** connection.

For answers to frequently asked questions, please visit [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com)

**Note:** Physical activity, eating, drinking, smoking, excitement, stress, and many other factors influence blood pressure results.

Visit [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) to obtain additional product information. For Customer Service:

USA: Tel: +1-855-816-7705

Europe: Tel: +33-144-940-488

# iHealth®

## Tensiomètre sans fil (BP5)

### GUIDE DE DÉMARRAGE RAPIDE

Le guide de démarrage rapide vous explique comment configurer votre appareil, effectuer la connexion **Bluetooth** et mesurer votre tension artérielle. Veuillez suivre les instructions ci-dessous pour commencer votre processus de mesure.



## PROCÉDURE DE MISE EN MARCHÉ

### Téléchargez gratuitement l'application iHealth

Avant la première utilisation, téléchargez et installez "iHealth MyVitals" de l'App Store.

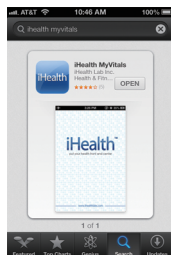
Pour appareil Android: Avant la première utilisation, téléchargez et installez "iHealth MyVitals" de Google Play.

Suivez les instructions affichées à l'écran pour vous inscrire et créer votre compte personnel.

### Accéder au compte iHealth Couverture

Votre compte iHealth vous donne également accès au service de cloud sécurisé et gratuit iHealth.

Aller à [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) et cliquez sur "Se connecter" pour l'accès une fois que votre compte



a été créé

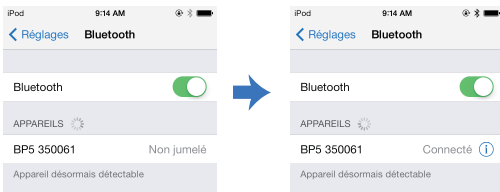
## Charger la Batterie Avant la Première Utilisation

Connectez le moniteur à un port USB à l'aide du câble fourni, jusqu'à ce que le voyant vert s'estabilise.



## Connectez à un appareil iOS via Bluetooth

- Enfillez le brassard ou appuyez sur la touche START/STOP, le voyant **Bluetooth** commencera à clignoter.
- Activez le **Bluetooth** sous le menu «Réglages» sur l'appareil iOS.
- Attendez jusqu'à ce que le nom du modèle imprimé sur l'écran, (c'est-à-dire "BP5 xxxxxx") et "Non jumelé" apparaissent dans le menu **Bluetooth**, puis sélectionnez le nom du modèle "BP5xxxxxx" pour appairier et connecter. L'indicateur **Bluetooth** restera stable au cas où la connexion est établie. Lors de la première utilisation du moniteur, votre appareil iOS pourra prendre jusqu'à 30 secondes pour détecter le signal **Bluetooth**.
- À chaque utilisation ultérieure du moniteur, "Connecté" s'affichera à côté de "BP5 xxxxxx" dans le menu Bluetooth.
- Lancez l'application "iHealth MyVitals" pour commencer à utiliser votre moniteur.
- Veuillez répéter ces étapes lorsque vous passez à un autre appareil iOS avec le moniteur.



## Connexion à un périphérique Android via Bluetooth

- Appliquer le brassard ou appuyez sur le bouton START / STOP, l'indicateur **Bluetooth** clignote.
- Dans le menu de réglage, tournez le **Bluetooth**.
- Lorsque vous utilisez l'écran pour la première fois, vous devez coupler le moniteur à l'appareil Android. Attendez jusqu'à ce que le nom de modèle imprimé sur l'écran, (c'est à dire "BP5xxxxxx") apparaît dans le menu **Bluetooth**, puis sélectionnez le nom de modèle "xxxxxx BP5" jumeler. il peut prendre jusqu'à 30 secondes pour votre appareil Android pour détecter le signal **Bluetooth**.
- Lancez l'application "iHealth MyVitals" pour commencer à utiliser votre moniteur.
- S'il vous plaît répétez ces étapes lorsque vous passez à un autre appareil Android avec le moniteur.

État du moniteur	Indicateur Bluetooth
En attente de connexion	Voyant bleu clignotant
Connecté et prise de mesure en cours	Voyant bleu fixe
Prise de mesure terminée et prêt à être déconnecté	Voyant s'éteignant peu à peu

## PROCÉDURES POUR LA PRISE DE MESURE

La tension artérielle peut être affectée par la position du brassard et votre état physiologique. Il est très important que le brassard soit placé au même niveau que le cœur.

### Posture du corps

#### S'asseoir confortablement pendant la prise de mesure

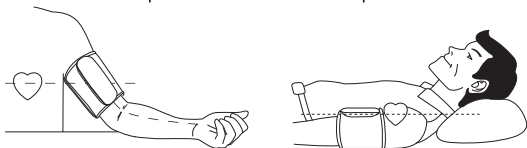
- a. Asseyez-vous et mettez vos pieds à plat au sol, sans croiser les jambes.
- b. Placez la paume de votre main vers le haut et en face de vous sur une surface plane, comme un bureau ou une table.
- c. Le milieu du brassard doit se situer au niveau de l'oreillette droite du cœur.

#### En position couchée pendant la prise de mesure

- a. Allongez-vous sur le dos.

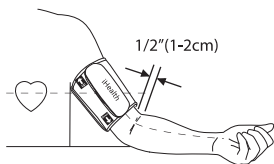


- b. Placez votre bras droit le long du côté de votre corps et ayant la paume de votre main vers le haut.
- c. Le brassard doit être placé au même niveau que le coeur.



### Installation du brassard

- a. Tirez le bout du brassard au travers de la boucle métallique, le positionnant vers l'extérieur (loin de votre corps).
- b. Passez un bras dénudé au travers du brassard et placez le brassard à 1/2 po (1-2 cm) au-dessus de l'articulation du coude.
- c. Serrez le brassard en le tirant vers votre corps, le maintenant bien en place et fermé à l'aide de la bande Velcro.
- d. Tout en restant assis, placez la paume de votre main vers le haut et en face de vous sur une surface plane, comme un bureau ou une table. Placez le tensiomètre au milieu de votre bras de manière à ce qu'il soit aligné avec votre doigt du milieu.
- e. Le brassard doit être bien ajusté autour de votre bras et s'adapter confortablement. Vous devriez pouvoir passer un doigt entre votre bras et le brassard.



### Rappelez-vous de :

1. Assurez-vous que la taille de brassard appropriée est utilisée, reportez-vous à l'écart de circonférence du brassard dans la section SPÉCIFICATIONS de ce guide.
2. Prenez les mesures sur le même bras à chaque fois.
3. Restez immobile pendant la prise de mesure. Ne bougez pas le bras, le corps ou le tensiomètre.

4. Restez immobile et calme pendant 60 à 90 secondes avant de prendre une mesure de la tension artérielle. L'inflation prolongée du brassard peut causer de petits hématomes sur votre bras. Appuyez sur le bouton " START/STOP " pour arrêter la prise de mesure. Appuyez sur le bouton " START/STOP " pendant 2 secondes pour éteindre le moniteur manuellement.

### **Option Auto Connect**

L'option Auto connect permet au moniteur de trouver le dernier appareil iOS utilisé et rétablir la connexion avec votre appareil iOS automatiquement. L'option Auto connect peut être activée dans l'App.

### **Prise de Mesure avec Plusieurs Appareils iOS**

Si l'option Auto Connect est activée dans votre App, désactivez le Bluetooth sur le dernier Appareil iOS utilisée puis suivez les instructions d'installation dans le Guide de démarrage rapide.

### **Prise de mesure sans un Appareil iOS**

Activer la fonction Prise de Mesure Hors Connexion dans l'Application. Portez le brassard, suivez les instructions de prise de mesure puis appuyez sur la touche «TART/STOP» pour commencer la prise de mesure. Toutes les mesures prises hors connexion seront téléchargées sur l'App automatiquement lorsque la prochaine connexion **Bluetooth** sera établie.

Pour obtenir des instructions détaillées sur le fonctionnement, veuillez visiter [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com)

**Note:** Toute activité physique, y compris manger, boire et fumer ainsi que l'émotion, le stress et de nombreux autres facteurs influencent les résultats de tension artérielle.

Visitez [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) pour obtenir des informations supplémentaires sur le produit. Pour le service à la clientèle, veuillez appeler  
USA: Tel: +1-855-816-7705  
L'Europe: Tél: +33-144-940-488

# iHealth®

## Misuratore di pressione wireless (BP5)

### GUIDA ALL'AVVIO RAPIDO

La Guida all'avvio rapido spiega come configurare il proprio dispositivo, connettersi al **Bluetooth** e misurare la propria pressione sanguigna. Per iniziare il processo di misurazione seguire le istruzioni fornite a continuazione.



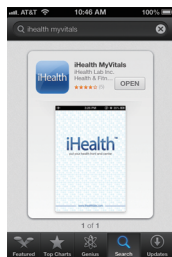
## PROCEDURE DI CONFIGURAZIONE

### Scaricare l'App iHealth gratuita

Prima del primo utilizzo, scaricare e installare "iHealth MyVitals" dall'App Store. Per il dispositivo Android: Prima del primo utilizzo, scaricare e installare "iHealth MyVitals" dal Google Play. Seguire le istruzioni a schermo per registrarsi e configurare il proprio account personale.

### Accedi al Conto iHealth Nube

Il tuo account iHealth dà anche accesso al servizio cloud iHealth gratuito e sicuro. Vai a [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) e clicca su "Accedi" per l'accesso una volta che il tuo account è stato creato.



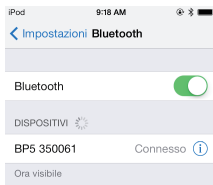
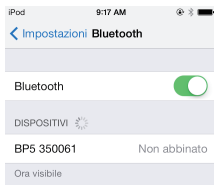
## Caricare la batteria prima del primo utilizzo

Collegare il misuratore a una porta USB utilizzando il cavo di ricarica in dotazione fino a quando la luce dell'indicatore verde si stabilizza.



## Connettere il dispositivo iOS via Bluetooth

- Applicare il polsino oppure premere il tasto START/STOP, la spia dell'indicatore **Bluetooth** inizierà a lampeggiare.
- Selezionare l'opzione "On" del Bluetooth alla voce "Impostazioni" del Menu sul dispositivo iOS.
- Attendere fino a quando il nome del modello stampato sul misuratore, (ad es., "BP5 xxxxxx") e l'adicitura "Non abbinato" appariranno nel Menu **Bluetooth**, quindi selezionare il nome del modello "BP5 xxxxxx" per sincronizzare e connettere. La spia del **Bluetooth** rimarrà fissa dopo che la connessione sarà stata eseguita con successo. Al momento del primo utilizzo del misuratore, il dispositivo iOS potrebbe impiegare fino a 30 secondi per rilevare il segnale **Bluetooth**.
- Ogni volta successiva in cui si userà il misuratore, l'adicitura "Connesso" apparirà accanto al nome del modello "BP5 xxxxxx" nel Menu **Bluetooth**.
- Avviare l'app "iHealth MyVitals" per iniziare a utilizzare il monitor.
- Ripetere questi passaggi quando si passa a un altro dispositivo iOS con il misuratore.



## Connettersi al dispositivo Android via Bluetooth

- Applicare il bracciale o premere il pulsante START / STOP, l'indicatore **Bluetooth** inizierà lampeggiare.
- Nel menu di impostazione, accendere il **Bluetooth**.
- Quando si utilizza il monitor per la prima volta, è necessario abbinare il monitor al dispositivo Android. Attendere che il nome del modello stampato sul monitor, (vale a dire "BP5 xxxxxx") appare nel menu **Bluetooth** e selezionare il nome del modello "BP5 xxxxxx" per accoppiare. può richiedere fino a 30 secondi per il vostro dispositivo Android per rilevare il segnale **Bluetooth**.
- Avviare l'app "iHealth MyVitals" per iniziare a utilizzare il monitor.
- Si prega di ripetere queste operazioni quando si passa a un altro dispositivo Android con il monitor.

Stato del monitor	Indicatore Bluetooth
In attesa di connessione	Luce blu lampeggiante
Connesso e in fase di misurazione	Luce blu fissa
Misurazione completata e pronto per la disconnessione	Luce che si dissolve gradualmente

## PROCEDURE DI MISURAZIONE

La pressione sanguigna può essere influenzata dalla posizione del polsino e dalla propria condizione fisiologica. È molto importante che il polsino venga posizionato allo stesso livello del proprio cuore.

### Postura del corpo

#### Stare seduti comodamente durante la misurazione

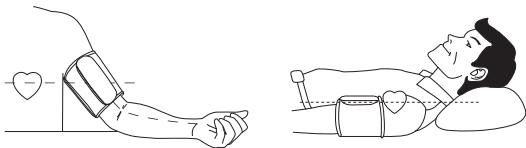
- a. Stare seduti con i piedi piani sul pavimento, senza accavallare/incrociare le gambe.
- b. Posizionare il palmo della mano verso l'alto di fronte a sé su una superficie piana quale un banco o un tavolo.
- c. Il centro del polsino deve trovarsi a livello dell'atrio destro del cuore.

#### Stare distesi durante la misurazione

- a. Stare distesi sulla schiena.
- b. Posizionare il braccio dritto lungo il lato del proprio corpo con il palmo della mano rivolto verso l'alto.

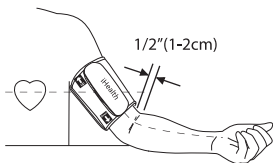
c. Il polsino deve essere posizionato allo stesso livello del proprio cuore.

**Nota:** la pressione sanguigna può essere influenzata dalla posizione del polsino e dalla propria condizione fisiologica.



### Applicare il polsino

- Tirare l'estremità del polsino attraverso l'anello di metallo, posizionandolo verso l'esterno (lontano dal corpo).
- Inserire il braccio nudo nel polsino e posizionare quest'ultimo 1/2" (1-2 cm) sopra l'articolazione del gomito.
- Stringere il polsino e chiuderlo tirandolo verso il corpo, fissandolo con la chiusura a velcro.
- Stando seduti, posizionare il palmo della mano verso l'alto di fronte a sé su una superficie piana quale un banco o un tavolo. Posizionare il misuratore a metà del braccio, allineandolo con il dito medio.
- Il polsino deve essere indossato comodamente, ma in modo stretto attorno al braccio. Si deve essere in grado di infilare un dito tra il braccio e il polsino.



### Ricordare di

- Assicurarsi che sia utilizzata la corretta dimensione del polsino; fare riferimento all'intervallo di circonferenza del polsino indicato nella sezione SPECIFICHE del presente manuale.
- Effettuare la misurazione sullo stesso braccio ogni volta.
- Rimanere fermi durante la misurazione. Non spostare il braccio, il

corpo o il misuratore.

4. Rimanere fermi e calmi per circa un minuto, un minuto e mezzo prima di effettuare la misurazione della pressione. Una prolungata gonfiatura eccessiva del polsino può causare ecchimosi sul braccio. Premere il tasto “START/STOP” per interrompere la misurazione. Premere il tasto “START/STOP” per 2 secondi per spegnere il misuratore manualmente.

### **Opzione di Connessione automatica**

L'opzione di connessione automatica consente al misuratore di trovare l'ultimo dispositivo iOS utilizzato e di ristabilire automaticamente la connessione con tale dispositivo iOS. L'opzione di disconnessione automatica può essere abilitata nell'App.

### **Effettuare misurazioni con più dispositivi iOS**

Spegnere il Bluetooth sull'ultimo dispositivo iOS utilizzato se l'opzione di connessione automatica è abilitata sull'App, quindi seguire le istruzioni di configurazione nella Guida all'avvio rapido.

### **Misurazione senza un dispositivo iOS**

Abilitare la funzione Misurazione offline sull'App. Applicare il polsino, seguire le istruzioni di misurazione, quindi premere il tasto “START/STOP” per iniziare la misurazione. Tutte le misurazioni offline saranno caricate all'App automaticamente al momento della successiva connessione **Bluetooth**.

Per istruzioni di funzionamento dettagliate, visitare il sito [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com)

**Nota:** L'attività fisica compreso mangiare, bere e fumare, nonché stati di eccitazione, stress e molti altri fattori influenzano i risultati della pressione sanguigna.

Visitare il sito [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) per maggiori informazioni sul prodotto. Per l'assistenza clienti, chiamare il numero  
USA: Tel: +1-855-816-7705  
Europe: Tel: +33-144-940-488

## iHealth®

## Monitor inalámbrico de presión arterial (BP5) GUÍA DE INICIO RÁPIDO

La guía de inicio rápido le explicará el modo de configuración de su dispositivo, la conexión a **Bluetooth**, y la medición de su presión arterial. Siga estas instrucciones para iniciar el proceso de medición.



### PROCEDIMIENTOS DE CONFIGURACIÓN

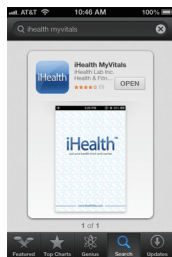
#### Descargue la aplicación gratuita de iHealth

Antes de su primer uso, descargue e instale "iHealth MyVitals" de la App Store.

Para el dispositivo Android: Antes del primer uso, descargar e instalar "iHealth MyVitals" en el Google Play. Siga las instrucciones en pantalla para registrarse y configurar su cuenta personal.

#### Acceder a la cuenta iHealth Nube

Su cuenta iHealth también le da acceso al servicio en la nube gratuito y seguro iHealth. Ir a [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) y haga clic en "Sign In" para el acceso una vez que su cuenta ha sido creada.





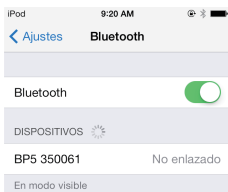
## Cargue la batería antes del primer uso

Conecte el monitor a un puerto USB con el cable de carga incluido hasta que el testigo verde quede fijo.



## Conecte al dispositivo iOS por Bluetooth

- Coloque el manguito o pulse el botón START/STOP y el indicador **Bluetooth** comenzará a parpadear.
- Active el **Bluetooth** en el menú "Configuración" del dispositivo iOS.
- Espere a que aparezca el nombre de modelo impreso en el monitor (p.ej. "BP5 xxxxxx") y "Noenlazado" en el menú **Bluetooth**, seleccione el nombre de modelo "BP5 xxxxxx" para emparejar y conectar. El indicador **Bluetooth** quedará fijo cuando se consiga una conexión correcta. Cuando use el monitor por primera vez, el dispositivo iOS puede tardar hasta 30 segundos en detectar la señal **Bluetooth**.
- Cuando vuelva a usar el monitor otras veces, se mostrará "Conectado" al lado de "BP5 xxxxxx" en el menú de **Bluetooth**.
- Inicie la aplicación "iHealth MyVitals" para comenzar a utilizar el monitor.
- Repita estos pasos cuando use otro dispositivo iOS con el monitor.



## **Conectar a un dispositivo Android a través de Bluetooth**

- Coloque el brazalete o pulse el botón START / STOP, el indicador **Bluetooth** empezará a parpadear.
- En el menú de configuración, desactiva el **Bluetooth** encendido.
- Al utilizar el monitor por primera vez, debe emparejar el monitor a un dispositivo Android. Espere hasta que el nombre de modelo impreso en el monitor, (es decir, "xxxxxx BP5") aparece en el menú **Bluetooth** y seleccione el nombre del modelo "xxxxxx BP5" a dúo. puede tardar hasta 30 segundos para que el dispositivo Android para detectar la señal **Bluetooth**.
- Inicie la aplicación "iHealth MyVitals" para comenzar a utilizar el monitor.
- Repita estos pasos al cambiar a otro dispositivo Android con el monitor.

<b>Estado del monitor</b>	<b>Indicador de Bluetooth</b>
Esperando para conectar	Luz azul intermitente
Conectado y midiendo	Luz azul constante
Medición finalizada y listo para desconectar	Luz apagándose gradualmente

## **PROCEDIMIENTOS DE MEDIDA**

La presión arterial puede verse afectada por la posición del manguito y su estado fisiológico. Es muy importante colocar el manguito a la altura del corazón.

### **Postura corporal**

#### **Sentarse cómodamente durante la medición**

- a. Siéntese con los pies asentados en el suelo y sin cruzar las piernas.
- b. Coloque la mano con la palma hacia arriba delante de usted sobre una superficie plana, como un escritorio o mesa.
- c. El centro del manguito debe estar al nivel de la aurícula derecha del corazón.

#### **Tumbarse durante la medición**

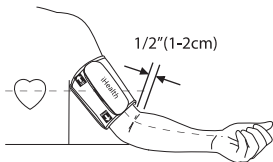
- a. Túmbese sobre su espalda.

- b. Coloque el brazo recto a lo largo de su costado con la palma de la mano hacia arriba.
- c. El manguito debe colocarse a la altura del corazón.



### Colocación del manguito

- a. Pase el extremo del manguito por el aro metálico, colocándolo hacia fuera (alejándolo del cuerpo).
- b. Coloque un brazo desnudo por el manguito y coloque el manguito 1/2" (1-2 cm) por encima de la articulación del codo.
- c. Apriete el manguito tirando de él hacia su cuerpo, cerrándolo con el velcro.
- d. Sentado, coloque la mano con la palma hacia arriba delante de usted sobre una superficie plana, como un escritorio o mesa. Coloque el monitor en el centro del brazo de forma que quede alineado con el dedo corazón.
- e. El manguito debe colocarse cómodamente pero ajustado al brazo. Debería poder introducir un dedo entre el brazo y el manguito.



### Recuerde:

1. Asegúrese de usar la talla de manguito adecuada; consulte la gama de circunferencias del manguito en la sección ESPECIFICACIONES de este manual.
2. Mida siempre en el mismo brazo.

3. Quéedese quieto durante la medición. No mueva el brazo, el cuerpo ni el monitor.
  4. Quéedese quieto y en calma entre un minuto y un minuto y medio antes de realizar una medición de presión arterial. Un exceso de hinchado durante un tiempo prolongado de la cámara puede provocar un equimoma en el brazo.
- Pulse el botón "START/STOP" para detener la medición. Pulse el botón "START/STOP" durante 2 segundos para apagar manualmente el monitor.

### **Opción de conexión automática**

La opción de conexión automática permite que el monitor encuentre el último dispositivo iOS y establezca la conexión con él automáticamente. La opción de conexión automática puede habilitarse en la aplicación.

### **Realizar mediciones con múltiples dispositivos iOS**

Apague el Bluetooth del último dispositivo iOS si la opción de desconexión automática está activada en la aplicación y siga las instrucciones de configuración de la guía de inicio rápido.

### **Medir sin un dispositivo iOS**

Active la función de medición sin conexión en la aplicación. Coloque el manguito, siga las instrucciones de medición, y pulse el botón "START/STOP" para iniciar la medición. Las mediciones sin conexión se cargarán en la aplicación automáticamente con la siguiente conexión **Bluetooth** correcta.

Para obtener instrucciones detalladas de uso, visite [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com)

**Nota:** La actividad física, incluyendo comer, beber y fumar, así como la excitación, el estrés y muchos otros factores, influyen en los resultados de presión arterial.

Visite [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) para obtener información adicional del producto. Para el Servicio de Atención al Cliente, llame al EE.

UU.: Tel.: +1-855-816-7705

Europa: Tel: +33-144-940-488

## iHealth®

## Drahtloses Blutdruckmessgerät (BP5)

## KURZANLEITUNG

Die Kurzanleitung zeigt Ihnen, wie Sie Ihr Gerät einrichten, die Verbindung zu **Bluetooth** herstellen und Ihren Blutdruck messen. Bitte den untenstehenden Anweisungen folgen, um den Messvorgang zu starten.



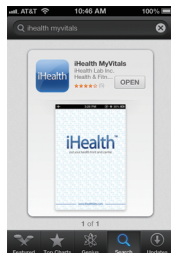
## EINRICHTEN

**Laden Sie die kostenlose iHealth-App herunter**

Vor der Erstverwendung muss "iHealth MyVitals" vom App-Store heruntergeladen und installiert werden. Für Android-Gerät: Vor dem ersten Gebrauch herunterladen und zu installieren "iHealth MyVitals" aus dem Google Play. Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, um sich zu registrieren und Ihr persönliches Konto einzurichten.

**Besuchen Sie das iHealth Wolken Konto**

Ihre iHealth Konto haben Sie Zugang zu den freien und sicheren iHealth Cloud-Service. Zum



www.ihealthlabs.com und klicken Sie auf "Anmelden" für den Zugang, sobald Ihr Konto wurde erstellt.

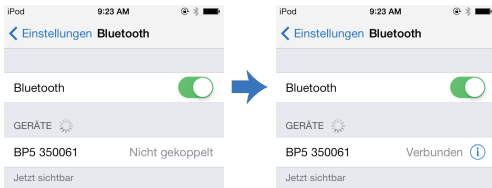
### **Vor der Erstverwendung die Batterie aufladen**

Schließen Sie das Messgerät mithilfe des mitgelieferten Ladekabels an einen USB-Port an, bis die grüne Anzeigelampe stetig leuchtet.



### **Via Bluetooth an ein iOS-Gerät anschließen**

- Legen Sie die Manschette an oder drücken Sie auf die START-/STOPP-Taste; die **Bluetooth**-Anzeige beginnt zu blinken.
- Schalten Sie **Bluetooth** unter dem Menü "Einstellungen" auf dem iOS-Gerät "An".
- Warten Sie bitte, bis der auf dem Messgerät aufgedruckte Modellname (d. h. "BP5 xxxxxx") und "Nicht gekoppelt" im **Bluetooth**-Menü erscheint, und wählen Sie den Modellnamen "BP5 xxxxxx" zum Paaren und Verbinden aus. Nach erfolgreicher Verbindung leuchtet die **Bluetooth**-Anzeige stetig. Wenn das Messgerät zum ersten Mal verwendet wird, kann es bis zu 30 Sekunden dauern, bis Ihr iOS-Gerät das **Bluetooth**-Signal erkennt.
- Bei jeder darauffolgenden Verwendung des Messgeräts wird im **Bluetooth**-Menü neben "BP5xxxxx" "Verbunden" angezeigt.
- Starten Sie die "iHealth MyVitals"-App, um mit Ihrem Monitor.
- Bitte wiederholen Sie diese Schritte, wenn Sie mit dem Messgerät zu einem anderen iOS-Gerät wechseln.



## Verbindung zum Android-Gerät über Bluetooth

- Legen Sie die Manschette oder drücken Sie die START / STOP-Taste, wird die **Bluetooth**-Anzeige zu blinken.
- Im Einstellungs Menü, schalten Sie die **Bluetooth**-Funktion.
- Wenn Sie den Monitor zum ersten Mal, sollten Sie den Monitor mit dem Android-Gerät koppeln. Warten Sie, bis der Modellname auf dem Bildschirm gedruckt, im **Bluetooth**-Menü erscheint (zB "BP5 xxxxxx") und wählen Sie den Modellnamen "BP5 xxxxxx" zu koppeln. es kann bis zu 30 Sekunden für Ihr Android-Gerät, um die **Bluetooth**-Signal erkennen zu nehmen.
- Starten Sie die "iHealth MyVitals"-App, um mit Ihrem Monitor.
- Bitte wiederholen Sie diese Schritte, wenn Sie zu einem anderen Android-Gerät mit dem Monitor zu wechseln.

Messgerätstatus	Bluetooth-Anzeige
Auf Verbindung warten	Blinkendes blaues Licht
Verbunden und eine Messung vornehmend	Stetig leuchtendes blaues Licht
Messung abgeschlossen und bereit zum Trennen	Stufenweise erlöschendes Licht

## MESSUNGEN VORNEHMEN

Der Blutdruck kann von der Position der Manschette und Ihrer körperlichen Verfassung beeinflusst werden. Es ist sehr wichtig, dass sich die Manschette in Höhe Ihres Herzens befindet.

### Körperhaltung

#### Während der Messung bequem sitzen

- a. Setzen Sie sich mit auf dem Boden aufgestellten Füßen hin, ohne die Beine zu überschlagen.
- b. Legen Sie Ihre Hand mit der Handfläche nach oben vor sich auf eine flache Oberfläche, wie z. B. einen Schreibtisch oder Tisch.
- c. Die Manschettenmitte sollte sich auf Höhe des rechten Herzvorhofs befinden.

#### So liegen Sie während der Messung richtig

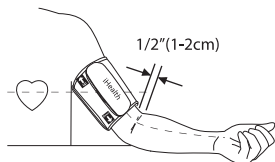
- a. Legen Sie sich auf den Rücken.

- b. Legen Sie Ihren Arm mit der Handfläche nach oben seitlich an Ihren Körper.
- c. Die Manschette sollte sich in Höhe Ihres Herzens befinden.



### So legen Sie die Manschette an

- a. Ziehen Sie das Manschettende durch die Metallschleufe und legen Sie sie nach außen (vom Körper entfernt).
- b. Schieben Sie die Manschette über den entblößten Arm und positionieren Sie die Manschette 1/2 Zoll (1–2cm) über dem Ellbogengelenk.
- c. Ziehen Sie die Manschette fest, indem Sie sie in Richtung Ihres Körpers ziehen, und fixieren Sie sie mithilfe des Klettverschlusses.
- d. Legen Sie im Sitzen Ihre Hand mit der Handfläche nach oben vor sich auf eine flache Oberfläche, wie z. B. einen Schreibtisch oder Tisch. Legen Sie das Messgerät auf die Mitte Ihres Arms, sodass es mit Ihrem Mittelfinger eine Linie bildet.
- e. Die Manschette sollte bequem anliegen und sich um Ihren Arm schmiegen. Es sollte ein Finger zwischen Ihren Arm und die Manschette passen.



### Folgendes ist zu beachten:

1. Vergewissern Sie sich, dass Sie die richtige Manschettengröße verwenden; siehe Manschettenumfang unter "TECHNISCHEDATEN" in diesem Handbuch.
2. Messen Sie jedes Mal am selben Arm.



3. Halten Sie sich während der Messung ruhig. Bewegen Sie weder Ihren Arm noch Ihren Körper oder das Messgerät.
4. Sitzen Sie für eine bis anderthalb Minuten vor einer Blutdruckmessung still und ruhig. Ein zu starkes Aufblasen des Manschettenbalgs über einen zu langen Zeitraum kann an Ihrem Arm ein Ekchymom verursachen.

Drücken Sie zum Beenden der Messung auf die " START-/STOPP "-Taste  
Drücken Sie auf die "START-/STOPP "-Taste, um das Messgerät manuell auszuschalten.

### **Die Option automatische Verbindung**

Die Option automatische Verbindung ermöglicht es dem Messgerät, das zuletzt verwendete iOS-Gerät zu finden und die Verbindung zu Ihrem iOS-Gerät erneut automatisch herzustellen. Die Option automatische Verbindung kann in der App aktiviert werden.

### **Das Vornehmen von Messungen mit mehreren iOS-Geräten**

Schalten Sie Bluetooth auf dem zuletzt verwendeten iOS-Gerät aus, wenn die automatische Verbindung in Ihrer App aktiviert ist, und folgen Sie anschließend den Anweisungen zum Einrichten in der Kurzanleitung.

### **Messungen ohne iOS-Gerät**

Aktivieren Sie in der App die Funktion Offline-Messung. Legen Sie die Manschette an, folgen Sie den Messanweisungen und drücken Sie anschließend zum Starten der Messung auf die "START-/STOPP "-Taste. Alle Offline-Messungen werden nach der nächsten erfolgreichen **Bluetooth**-Verbindung automatisch auf die App hochgeladen.

Für detaillierte Bedienungshinweise besuchen Sie bitte [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com)

**Anmerkung:** Körperliche Aktivitäten einschließlich Essen, Trinken und Rauchen sowie Aufregung, Stress und viele andere Faktoren beeinflussen Blutdruckergebnisse.

Besuchen Sie [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com), um zusätzliche Produktinformationen zu erhalten. Den Kundendienst erreichen Sie unter

USA: Tel.: +1-855-816-7705

Europa: Tel.: +33-144-940-488

## iHealth®

## Monitor sem fios da tensão arterial (BP5) Guia de início rápido

Guia de Início Rápido ensina como configurar o seu dispositivo móvel, ligue para **Bluetooth**, e medir sua pressão arterial. Por favor, siga as instruções abaixo para iniciar o seu processo de medição.



### Instruções de Instalação da primeira vez

#### Descarregar a aplicação gratuita iHealth

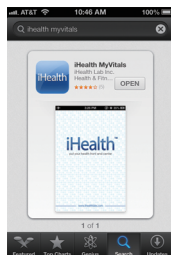
Antes da primeira utilização, descarregue e instale "iHealth MyVitals" na App Store.

Para dispositivo Android: Antes da primeira utilização, baixe e instale "iHealth MyVitals" do Google Play.

Siga as instruções no ecrã para registar e configurar a sua conta pessoal.

#### Acesse a Conta iHealth Nuvem

Sua conta iHealth também dá acesso ao serviço de nuvem iHealth livre e seguro. Ir para [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) e clique em "Entrar" para acesso uma vez que sua conta foi criada.



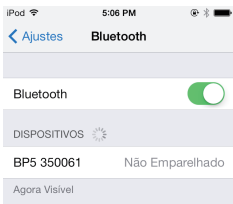
## Carregar a pilha antes da primeira utilização

Ligue o monitor à porta USB utilizando o cabo de carregamento fornecido, até que a luz indicadora verde estabilize.



## Ligar-se ao dispositivo iOS via Bluetooth

- Aplique a braçadeira ou pressione o botão START/STOP; o indicador do **Bluetooth** começará a piscar.
- Ligue o **Bluetooth** em "On" no menu "Definições" do dispositivo iOS.
- Espere até que o nome do modelo gravado no monitor, (ou seja, "BP5 xxxxxx") e "Não Emparelhado" apareçam no menu do **Bluetooth** e selecione o nome do modelo "BP5 xxxxxx" para emparelhar e ligar. O indicador do **Bluetooth** permanecerá estável se a ligação for bem-sucedida. Ao utilizar o monitor pela primeira vez, pode demorar até 30 segundos para que o seu dispositivo iOS detete o sinal do **Bluetooth**.
- Depois, cada vez que utilizar o monitor, "Conectado" será exibido junto ao "BP5 xxxxxx" no menu do **Bluetooth**.
- Inicie o app "iHealth MyVitals" para começar a usar o seu monitor.
- Repita estes passos quando comutar o seu dispositivo iOS com o monitor.



## Conecte-se ao dispositivo Android via Bluetooth

- Aplicar o manguito ou pressione o botão START / STOP, o indicador **Bluetooth** começará apiscar.
- No menu de configuração, desligue o **Bluetooth**.
- Quando utilizar o monitor pela primeira vez, você deve emparelhar o monitor para o dispositivo Android. Aguarde até que o nome do modelo impresso no monitor, (ou seja, "xxxxxx BP5") aparece no menu **Bluetooth**, e selecione o modelo de nome "xxxxxx BP5" para emparelhar. pode demorar até 30 segundos para o seu dispositivo Android paradedectar o sinal **Bluetooth**.
- Inicie o app "iHealth MyVitals" para começar a usar o seu monitor.
- Por favor, repita essas etapas quando você alternar para outro dispositivo Android com oMonitor.

Estado do monitor	Indicador de Bluetooth
A aguardar para ligar	Luz azul a piscar
Ligado e a medir	Luz azul estável
Medição concluída e pronto para desligar	Luz a extinguir-se gradualmente

## PROCEDIMENTOS PARA A MEDIÇÃO

A tensão arterial pode ser afetada pela posição da braçadeira e pela sua condição psicológica. É muito importante que conserve o seu pulso no nível do seu coração.

### Posição do corpo

#### Sentar-se de maneira confortável durante a medição

- a. Esteja sentado(a) com os seus pés pousados no chão, sem cruzar as pernas.
- b. Posicione a palma da sua mão para cima e voltada para si sobre uma superfície plana, como uma secretária ou mesa.
- c. O meio da braçadeira deve estar no nível do átrio direito do seu coração.

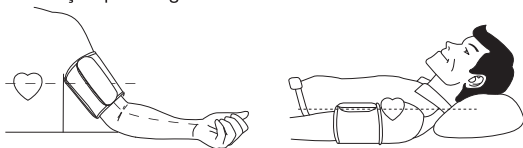
#### Deitar-se durante a medição

- a. Deite-se de costas.
- b. Coloque seu braço pousado ao longo de seu corpo com a palma da

sua mão virada para cima.

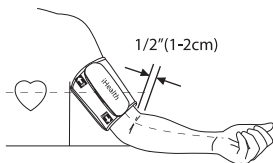
c. A braçadeira deve estar situada no mesmo nível que o coração.

**Nota:** A tensão arterial pode ser afetada pela posição da braçadeira e pela sua condição psicológica.



### Aplicar a braçadeira

- Puxe a extremidade da braçadeira através do anel de metal, posicionando-a para fora (afastada do seu corpo).
- Coloque um braço na braçadeira e posicione 1/2" (1-2cm) acima do cotovelo.
- Aperte a braçadeira puxando-a em direção ao seu corpo, fechando-a com o Velcro.
- Depois de ajustada, posicione a palma da sua mão para cima e voltada para si sobre uma superfície plana, como uma secretária ou mesa. Posicione o monitor no meio do seu braço para que possa estar alinhado com o seu dedo médio.
- A braçadeira deve encaixar confortavelmente em torno do seu braço. Deverá ser capaz de introduzir um dedo entre o seu braço e a braçadeira.



### Lembre-se que:

- Certifique-se que é utilizado um tamanho apropriado da braçadeira; consulte a escala de circunferência da braçadeira na seção de Especificações deste manual.
- Meça sempre o mesmo braço de cada vez.

3. Permaneça imóvel durante a medição. Não mova o seu braço, corpo ou o monitor.
4. Permaneça imóvel e calmo por um minuto ou minuto e meio antes de realizar a medição da tensão arterial. A insuflação demasiado prolongada do balonete pode causar hematoma no seu braço. Pressione o botão "START/STOP" para parar a medição. Pressione o botão "START/STOP" por 2 segundos para desligar o monitor manualmente

### **Opção de ligação automática**

A opção de ligação automática permite ao monitor encontrar o último dispositivo iOS utilizado e restabelecer automaticamente a ligação com o seu dispositivo iOS. A opção de ligação automática pode ser ativada na aplicação.

### **Efetuar medições com múltiplos dispositivos iOS**

Desligue o Bluetooth no último dispositivo iOS utilizado se a opção de ligação automática estiver ativada na sua aplicação; depois siga as instruções de configuração do guia rápido de início.

### **Medição sem um dispositivo iOS**

Ative a função de medição offline na aplicação. Aplique a braçadeira, siga as instruções para a medição e depois pressione o botão "START/STOP" para começar a medição. Todas as medições offline serão carregadas automaticamente na aplicação na próxima ligação

**Bluetooth** efetuada com êxito.

Para instruções detalhadas sobre o funcionamento, visite [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com)

**Nata:** Atividades físicas incluindo comer, beber e fumar, bem como excitação, cansaço e muitos outros fatores podem influenciar nos resultados da tensão arterial.

Visite [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) para obter informações adicionais sobre o produto. Para atendimento ao cliente:

EUA: Tel: +1-855-816-7705

Europa: Tel: +33-144-940-488

# iHealth®

## Draadloze bloeddrukmeter (BP5) SNELSTARTGIDS

Quick Start Guide vertelt u hoe u uw mobiele apparaat, verbinding maken met **Bluetooth**, en meet uw bloeddruk. Volg de onderstaande instructies om uw meting te starten.



### Eerste Installatie-instructies

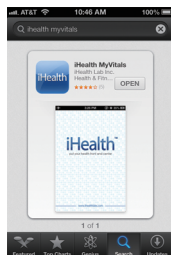
#### Download de gratis iHealth-app

Voor iOS apparaten: Download en installeer voor gebruik de "iHealth MyVitals" app uit de App Store. Voor Android apparaten: voor het eerste gebruik download en installeer "iHealth MyVitals" van de Google Play Store.

Volg de instructies op het scherm om te registreren en uw persoonlijke account te configureren.

#### Toegang tot de iHealth Cloud Account

Uw iHealth account biedt u ook toegang tot de vrije en veilige iHealth cloud service. Ga naar [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) en klik op "Aanmelden" om toegang zodra uw account is aangemaakt.



## Laad de batterij op voor het eerste gebruik

Sluit de meter aan op een USB-poort met de meegeleverde oplaadkabel tot het groene indicatorlampje blijft branden.



## Verbinden met iOS-apparaat via Bluetooth

- Breng de manchet aan, of druk op de START/STOPknop, waarna de **Bluetooth**-indicator begint te knipperen.
- Zet Bluetooth "Aan" in het "Instellingen"-menu op het iOS-apparaat.
- Wacht tot de typenaam van de meter (bijv. "BP5 xxxxxx") en "Niet gekoppeld" verschijnen in het **Bluetooth**-menu en selecteer de typenaam "BP5 xxxxxx" om te koppelen en te verbinden. De **Bluetooth**-indicator lampje blijft branden bij een succesvolle verbinding. Wanneer de meter voor het eerst wordt gebruikt, kan het tot 30 seconden duren voordat uw iOS-apparaat het **Bluetooth**-signaal detecteert.
- Elke volgende keer dat u de meter gebruikt, wordt "Verbonden" weergegeven naast de "BP5xxxxxx" in het **Bluetooth**-menu.
- Start de "iHealth MyVitals" app om te beginnen met uw monitor.
- herhaal deze stappen wanneer u van iOS-apparaat wisselt.





## Verbind met Android apparaten via Bluetooth

- Breng de band aan of druk op de START/STOP toets, de **Bluetooth** indicatie zal beginnen te knipperen.
- Schakel **Bluetooth** aan op uw Android apparaat.
- Wanneer u de monitor voor het eerst gebruikt moet u de monitor verbinden met uw Android apparaat. Wacht tot de model naam van het typeplaatje in uw **Bluetooth** menu display verschijnt (b.v. "BP5 xxxxx") en selecteer de "BP5 xxxxx" om te verbinden. Het kan zo'n 30 seconden duren voor dat uw Android apparaat het **Bluetooth** signaal detecteert.
- Start de "iHealth MyVitals" app om te beginnen met uw monitor.
- Herhaal deze installatie stappen wanneer u met een ander Android apparaat wilt verbinden.

Meterstatus	Bluetooth-indicator
Wachten op verbinding	Knipperend blauw lampje
Verbonden en meten	Brandend blauw lampje
Meting voltooid en klaar om verbinding te verbreken	Geleidelijk uitdovend lampje

## MEETPROCEDURES

De bloeddruk kan worden beïnvloed door de plaats van de manchet en uw fysieke conditie. Het is belangrijk dat u uw pols op harthoogte houdt.

### Lichaamshouding

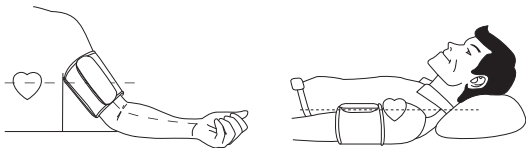
#### Comfortabel zitten tijdens de meting

- a. Zit met uw voeten plat op de vloer zonder uw benen te kruisen.
- b. Plaats uw hand met de handpalm omhoog voor u op een plat oppervlak zoals een bureau of tafel.
- c. Het midden van de manchet dient zich ter hoogte van de rechter boezem van uw hart te bevinden.

#### Liggen tijdens de meting

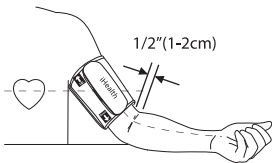
- a. Ga op uw rug liggen.

- b. Plaats uw arm recht langs uw lichaam met uw handpalm omhoog.
- c. De manchet dient zich ter hoogte van uw hart te bevinden.



### Breng de manchet aan

- a. Haal de manchet door de metalen lus en richt deze naar buiten (weg van het lichaam).
- b. Steek een ontblote arm door de manchet en plaats de manchet 1-2 cm (1/2 inch) boven de elleboog.
- c. Trek de manchet strakker aan door deze naar uw lichaam toe te trekken en zet deze vast met het klittenband.
- d. Plaats terwijl u zit uw hand met de handpalm omhoog voor u op een plat oppervlak zoals een bureau of tafel. Plaats de meter in het midden van uw arm, zodat deze op één lijn zit met uw middelvinger.
- e. De manchet moet comfortabel, maar strak rond uw arm zitten. U moet één vinger tussen uw arm en de manchet kunnen steken.



### Denk eraan:

1. Zorg dat de juiste manchetmaat wordt gebruikt; zie de manchetomtrek in het hoofdstuk Specificaties in deze handleiding.
2. Meet altijd op dezelfde arm.
3. Beweeg niet tijdens het meten. Beweeg uw arm, lichaam, of de meter niet.

4. Blijf anderhalve minuut stil en rustig voordat u uw bloeddruk meet.  
Langdurige hoge druk op uw blaas kan uw arm doen zwellen.

**LET OP:** u kunt het meetproces op elk moment stoppen door de "START/STOP"-knop 2 seconden ingedrukt te houden.

### **Automatisch verbinden**

Met de optie Auto Connect (Automatisch verbinden) zoekt de meter automatisch het laatst gebruikte iOS-apparaat en herstelt de verbinding. De optie Auto Connect (Automatisch verbinden) kan in de app worden ingeschakeld.

### **Metten met meerdere iOS-apparaten**

Schakel de Bluetooth van het laatst gebruikte iOS-apparaat uit, als de optie Auto Connect (Automatisch verbinden) is ingeschakeld in uw app en volg de instellingsinstructies in desnelstartgids.

### **Metten zonder iOS-apparaat**

Schakel de functie Offline Measurement (Offline meten) in in de app. Breng de manchet aan, volg de meetinstructies en druk op de "START/STOP"-knop om de meting te starten. Alle offline metingen worden automatisch naar de app geüpload bij de volgende succesvolle Bluetoothverbinding.

Ga voor gedetailleerde gebruiksinstructies naar [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com).

**Opmerking:** fysische activiteit, waaronder eten, drinken en roken en opwinding, stress en vele andere factoren beïnvloeden bloeddrukmetingen.

Bezoek [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) om extra productinformatie te verkrijgen.

Voor Klantenservice:

USA: Tel: +1-855-816-7705

Europa: Tel: +33-144-940-488

iHealth®

## Ασύρματο Πιεσόμετρο (BP5) Οδηγός άμεσης εκκίνησης

Οδηγός γρήγορης εκκίνησης σας λέει πώς να ρυθμίσετε το κινητό σας τηλέφωνο, σύνδεση με Bluetooth, και να μετρήσει την αρτηριακή σας πίεση. Παρακαλούμε ακολουθήστε τις παρακάτω οδηγίες για να ξεκινήσετε τη διαδικασία των μετρήσεων σας.



### Οδηγίες εγκατάστασης Πρώτη

#### Download de gratis iHealth-app

Πριν από την πρώτη χρήση κατεβάστε και εγκαταστήστε το "iHealth MyVitals" από το App Store. Android συσκευή: Πριν από την πρώτη χρήση, κατεβάστε και να εγκαταστήσετε το "iHealth MyVitals" από το Google Play.

Ακολουθήστε τις οδηγίες στην οθόνη για να πραγματοποιήσετε εγγραφή και να ρυθμίσετε τον προσωπικό σας λογαριασμό.

#### Δείτε το Λογαριασμό iHealth Cloud

Ο λογαριασμός σας iHealth σας δίνει επίσης πρόσβαση στην ελεύθερη και ασφαλή iHealth υπηρεσία cloud. Πηγαίνετε στο [www.ihealth-labs.com](http://www.ihealth-labs.com) και κάντε κλικ στο κουμπί "Σύνδεση" για πρόσβαση στιγμή που έχει δημιουργηθεί ο λογαριασμός σας.



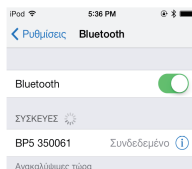
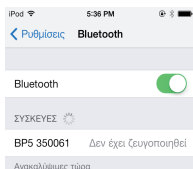
## Φορτίστε τη μπαταρία πριν από την πρώτη χρήση

Συνδέστε τον μετρητή σε μια θύρα USB χρησιμοποιώντας το καλώδιο φόρτισης έως ότου σταθεροποιηθεί η πράσινη φωτεινή ένδειξη.



## Συνδεθείτε σε μια συσκευή iOS μέσω Bluetooth

- Φορέστε το περικάρπιο ή πιέστε το κουμπί START/STOP, η ένδειξη Bluetooth θα αρχίσει να αναβοσβήνει
- Ενεργοποιήστε το Bluetooth "On" από το μενού "Settings" της συσκευής iOS.
- Περιμένετε έως ότου εμφανιστεί το όνομα του μοντέλου στη συσκευή, (π.χ. "BP5 xxxxxx") και η ένδειξη "Δεν έχει ζευγοποιηθεί" στο μενού του **Bluetooth**, και επιλέξτε το όνομα του μοντέλου "BP5 xxxxxx" για να πραγματοποιήσετε σύζευξη και σύνδεση. Η ένδειξη **Bluetooth** ιθα παραμείνει σταθερή μόλις επιτευχθεί σύνδεση. Κατά την πρώτη χρήση του μετρητή, μπορεί να χρειαστούν έως και 30 δευτερόλεπτα για τον εντοπισμό του σήματος **Bluetooth** από την συσκευή iOS σας.
- Κάθε φορά που χρησιμοποιείτε το μετρητή, η ένδειξη "Συνδεδεμένο" θα εμφανίζεται δίπλα στο "BP5 xxxxxx" ιστο μενού του **Bluetooth**.
- Ξεκινήστε το "iHealth MyVitals" app για να αρχίσετε να χρησιμοποιείτε την οθόνη σας.
- Παρακαλούμε επαναλάβετε τα παραπάνω βήματα κάθε φορά που χρησιμοποιείτε κάποια άλλη συσκευή iOS.



## Συνδεθείτε με το Android συσκευών μέσω Bluetooth

- Εφαρμόστε την περιχειρίδα ή πατήστε το κουμπί START/STOP, η ενδεικτική λυχνία Bluetooth θα αρχίσει να αναβοσβήνει.
- Στο μενού ρύθμισης, γυρίστε το Bluetooth.
- Όταν χρησιμοποιείτε την οθόνη για πρώτη φορά, θα πρέπει να αντιστοιχίσετε την οθόνη με τη συσκευή Android. Περιμένετε έως ότου το όνομα του μοντέλου αναγράφεται στην οθόνη, (δηλαδή "BP5 xxxxxx") εμφανίζεται στο μενού Bluetooth και επιλέξτε το όνομα του μοντέλου "BP5 xxxxxx" στο ζευγάρι. μπορεί να χρειαστούν μέχρι και 30 δευτερόλεπτα για το Android συσκευή σας για να ανιχνεύσει το σήμα Bluetooth.
- Ξεκινήστε το "iHealth MyVitals" app για να αρχίσετε να χρησιμοποιείτε την οθόνη σας.
- Παρακαλούμε να επαναλάβετε αυτά τα βήματα όταν μεταβαίνετε σε άλλη συσκευή Android με την οθόνη.

Κατάσταση Μετρητή	Ένδειξη Bluetooth
Αναμονή Σύνδεσης	Μπλέ φως που αναβοσβήνει
Συνδεδεμένο και κατά τη μέτρηση	Σταθερό Μπλέ Φως
Ολοκληρωμένη μέτρηση και αποσύνδεση	Φως που σβήνει σταδιακά

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ

Η πίεση του αίματος μπορεί να επηρεαστεί από τη θέση του cuff και φυσιολογική κατάσταση σας. Είναι πολύ σημαντικό ότι η περιχειρίδα τοποθετείται στο επίπεδο της καρδιάς σας κατά τη διάρκεια των μετρήσεων της πίεσης του αίματος.

### Στάση σώματος

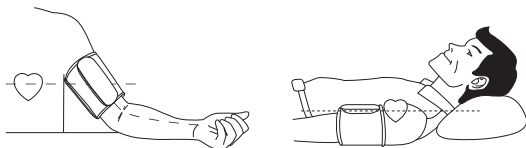
#### Καθισμένος άνετα Κατά τη διάρκεια της μέτρησης

- Καθίστε με τα πόδια σας να ακουμπούν στο πάτωμα, χωρίς να διασχίζουν τα πόδια σας.
- Τοποθετήστε το χέρι σας την παλάμη προς τα πάνω μπροστά σας σε μια επίπεδη επιφάνεια, όπως ένα γραφείο ή ένα τραπέζι
- Το κέντρο του πετάλου θα πρέπει να είναι στο ύψος της καρδιάς σας.

#### Ξαπλωμένη Down Κατά τη διάρκεια της μέτρησης

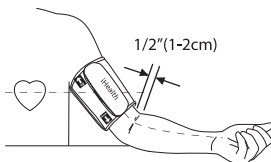
- Ξαπλώστε στην πλάτη σας.
- Τοποθετήστε το χέρι σας κατ' ευθείαν κατά μήκος της πλευράς σας με το χέρι σας την παλάμη προς τα πάνω.

c. Η περιχειρίδα θα πρέπει να είναι επίπεδο με την καρδιά σας



### Εφαρμόστε την περιχειρίδα

- Τραβήξτε το άκρο cuff μέσα από το μεταλλικό βρόχο, τοποθετώντας προς τα έξω (μακριά από το σώμα σας).
- Τοποθετήστε ένα γυμνό χέρι μέσα από την περιχειρίδα με το κόκκινο βέλος στραμμένο προς τα επάνω και τοποθετήστε την περιχειρίδα 1/2" (1-2 εκ.), πάνω από την άρθρωση του αγκώνα.
- Σφίξτε την περιχειρίδα τραβώντας το προς το σώμα σας, εξασφαλίζοντας ότι έκλεισε με την ταινία Velcro.
- Ενώ κάθονται, βάλτε το χέρι σας, την παλάμη προς τα πάνω, μπροστά σας σε μια επίπεδη επιφάνεια, όπως ένα γραφείο ή τραπέζι. Τοποθετήστε την οθόνη στη μέση του βραχίονα σας, έτσι ώστε να ευθυγραμμιστεί με το μεσαίο δάχτυλο.
- Η μανσέτα πρέπει να ταιριάζει άνετα, αλλά άνετα γύρω από το χέρι σας. Θα πρέπει να είναι σε θέση να εισαγάγετε ένα δάχτυλο μεταξύ του βραχίονα και την περιχειρίδα.



### Θυμηθείτε να:

- Βεβαιωθείτε ότι το κατάλληλο μέγεθος περιχειρίδας χρησιμοποιείται? ανατρέξτε στη σειρά περιφέρεια ταινίας στην ενότητα Προδιαγραφές του παρόντος εγχειριδίου.
- Μετρήστε την ίδια βραχίονα κάθε φορά.
- Μείνε ακίνητος κατά τη διάρκεια της μέτρησης. Μην μετακινείτε το χέρι, το σώμα σας ή την οθόνη.

4. Μείνετε ακίνητοι και ήρεμοι για ένα προς ένα και μισό λεπτά πριν από τη λήψη μιας μέτρησης της αρτηριακής πίεσης. Παρατεταμένη υπερ-πληθωρισμού της ουροδόχου κύστης μπορεί να προκαλέσει μώλωπες του χεριού σας.

Πιέστε το κουμπί "START/STOP" για να σταματήσετε τη μέτρηση Πιέστε το κουμπί "START/STOP" για 2 δευτερόλεπτα για να απενεργοποιήσετε χειροκίνητα το μετρητή.

### **Επιλογή Αυτόματης Σύνδεσης**

Η επιλογή αυτόματης σύνδεσης επιτρέπει στο μετρητή να εντοπίσει τη συσκευή iOS που χρησιμοποιήθηκε τελευταία και να επανασυνδέεται με αυτή αυτόματα. Η επιλογή αυτόματης σύνδεσης μπορεί να ενεργοποιηθεί από την εφαρμογή.

### **Πραγματοποιώντας μετρήσεις με πολλές συσκευές iOS**

Απενεργοποιήστε το Bluetooth στην συσκευή iOS που χρησιμοποιήσατε τελευταία εάν έχετε ενεργοποιημένη την επιλογή αυτόματης σύνδεσης στην εφαρμογή σας, έπειτα ακολουθήστε τις οδηγίες εγκατάστασης που θα βρείτε στο Γρήγορο Οδηγό.

### **Μέτρηση χωρίς συσκευή iOS**

Ενεργοποιήστε τη λειτουργία μέτρησης χωρίς σύνδεση στην εφαρμογή. Φορέστε το περικάρπιο, ακολουθήστε τις οδηγίες μέτρησης, και πιέστε το κουμπί "START/STOP" για να ξεκινήσετε τη μέτρηση Όλα τα αποτελέσματα μετρήσεων χωρίς σύνδεση θα σταλούν στην εφαρμογή αυτόματα κατά την επόμενη επιτυχή σύνδεση Bluetooth.

Για λεπτομερείς οδηγίες χρήσης, παρακαλούμε επισκεφθείτε το [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com).

**Σημείωση:** Η φυσική δραστηριότητα συμπεριλαμβανόμενου του φαγητού, του ποτού, και του καπνίσματος καθώς και ο ενθουσιασμός, το άγχος, και πολλοί άλλοι παράγοντες επηρεάζουν τα αποτελέσματα μέτρησης της αρτηριακής πίεσης.

Επισκεφθείτε [www.ihealthlabs.com](http://www.ihealthlabs.com) να λάβει επιπλέον πληροφορίες για το προϊόν. Για Εξυπηρέτησης Πελατών:

ΗΠΑ: Τηλ.: +1-855-816-7705

Ευρώπη: Τηλ.: +33-144-940-488