

Ръководство на потребителя за диагностична везна Beurer BF 850



1. ФУНКЦИИ НА ВЕЗНАТА

Диагностичната везна за баня измерва вашето тегло и изчислява вашите фитнес данни. Предназначена е за домашна употреба. Има следните функции които могат да се използват от до 8 различни човека:

- Измерване на телесно тегло и индекс на телесна маса
- Измерване на процента телесна мазнина
- Водно съдържание на тялото
- Процент мускулна маса
- Костна маса
- Основно метаболитно ниво и активно метаболитно ниво

Допълнителни функции:

- Превключване между мерни единици килограм, паунд и стоун
- Автоматично изключване
- Индикатор за слаба батерия
- Автоматично разпознаване на потребител
- Съхранение на последните 30 измервания на 8 потребителя, ако данните не могат да бъдат прехвърлени в приложението
- Продуктът използва Bluetooth® нискоенергийна технология, честотна лента 2 402 – 2 480 GHz, предавателна мощност max 0 dBm

Системни изисквания: iOS ≥ 10.0, Android™ ≥ 5.0, Bluetooth® ≥ 4.0

2. ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- Везната не трябва да се използва от хора с медицински импланти (като пейсмейкъри), защото това може да окаже влияние върху нейната функционалност.

- Да не се използва по време на бременност.
- Не стъпвайте само с един крак върху края на везната, за да предотвратите преобръщане.
- Пазете батериите далече от деца. Поглъщането на батерии може да бъде изключително опасно.
- Не стъпвайте върху везната с мокри крака поради опасност от подхлъзване.
- Съблюдавайте + и – поляритета на батериите.
- Ако батерия протече, използвайте ръкавици и почистете отделението за батерия със суха кърпа. Ако кожата или очите ви влязат в контакт с течност от батерии, измийте веднага с вода и потърсете лекар.
- Пазете батериите от силна топлина.
- Не хвърляйте батериите в огън – опасност от експлозия.
- Ако везната няма да се използва продължително време, извадете батериите.
- Сменявайте всички батерии накуп като използвате същия тип батерии.
- Не използвайте зарядни батерии.
- Не излагайте везната на високи температури и силни електромагнитни полета.

Общи препоръки:

- Мерете се приблизително по едно и също време на деня (най-добре сутрин, след посещение на тоалетната, на гладно и без дрехи).
- Измерването на телесна мазнина може да се прави само на бос крак. Може да си навлажните леко ходилата – резултатите може да не са задоволителни при напълно сухи или задебелени крака поради недостатъчна проводимост.
- Не допирайте кожата на стъпалата, краката, прасците или бедрата си, за да е точно измерването.
- Стойте изправени и не мърдайте докато се мерите.
- Изчакайте няколко часа след физическо натоварване преди да се мерите.
- Изчакайте около 15 минути след ставане, за да се разнесе акумулираната в тялото ви вода.

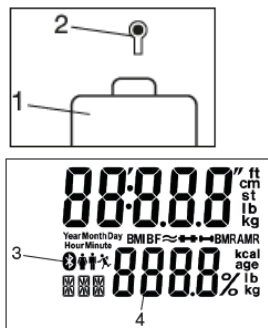
3. ОПИСАНИЕ НА ВЕЗНАТА

Отзад

1. Отделение за батерии
2. МЕ/Изчистване/Изтриване бутон

Дисплей

3. Bluetooth® символ за връзка между везната и смартфон
4. Мерки



4. ПЪРВОНАЧАЛНО ИЗПОЛЗВАНЕ НА ВЕЗНАТА С ПРИЛОЖЕНИЕ

Трябва да вкарате личните си данни в уреда. Има място за съхранение на данните на 8 потребителя. Можете да активирате потребители и чрез мобилни устройства с инсталирано приложение **Beurer HealthManager**.

Дръжте смартфона близо до везната при първо използване за поддържане на активна Bluetooth® връзка.

- Активирайте Bluetooth® в настройките на смартфона.
- Поставете батериите и сложете везната върху гладка и равна повърхност.
- Свалете си безплатното приложение **Beurer HealthManager** от Apple App Store (iOS) или от Google Play (Android).
- Стартирайте приложението и следвайте инструкциите.
- Въведете следните данни за BF 850 в приложението:

Данни за потребителя	Стойности
Инициали	Макс. 3 символа (A-Z, 0-9)
Пол	Male (мъж), Female (жена)
Ръст	100 – 220 см
Рождена дата	Година, месец, ден
Ниво на активност	1 – 5 1: Никакво 2: Ниско – малки и леки упражнения (разходки, градинарство, гимнастика) 3: Средно – упражнения поне 2-4 пъти седмично за около 30 минути 4: Високо – упражнения поне 4-6 пъти седмично за около 30 минути

5: Много високо – интензивни физически упражнения или тежка физическа работа всеки ден поне за 1 час
--

Приложението задава за вас следващата свободна потребителска позиция (P-01 до P-08). За автоматично разпознаване на потребител, първото ви измерване трябва да бъде вкарано за вашия потребител. Приложението ще ви подкани да го направите. Продължете към глава 6. ИЗМЕРВАНЕ.

5. ПЪРВОНАЧАЛНО ИЗПОЛЗВАНЕ НА ВЕЗНАТА БЕЗ ПРИЛОЖЕНИЕ

Препоръчваме при първото измерване да използвате приложението и да зададете всички настройки. Вижте глава 4. ПЪРВОНАЧАЛНО ИЗПОЛЗВАНЕ НА ВЕЗНАТА С ПРИЛОЖЕНИЕ. Но можете и без него.

1. Извадете батериите от опаковката и го сложете във везната.
2. Поставете везната на равна и твърда повърхност.
3. Натиснете бутон **SET**.
4. Задайте година/месец/ден и час/минути с бутони $\vee/\wedge$ като потвърдите настройките с бутон **SET**.
5. Везната показва “00”. Натиснете бутон **SET** отново и се показва “P-01” или последния съхранен потребител. Изберете вашия потребител със стрелките и натиснете **SET**.
6. Въведете вашите данни като потвърждавате всяка настройка с натискане на **SET**. В края се появява PIN, който ще ви е нужен за влизане в приложението. След това се показва “00”.

За автоматично разпознаване на потребител, първото ви измерване трябва да бъде вкарано за вашия потребител. Стъпнете върху везната боси с двата крака върху електродите, разпределете теглото си равномерно и не мърдайте.

Можете по-късно да използвате приложението като:

- Си свалите безплатното приложение **Beurer HealthManager** от Apple App Store (iOS) или от Google Play (Android).
- Стартирате приложението и следвате инструкциите.

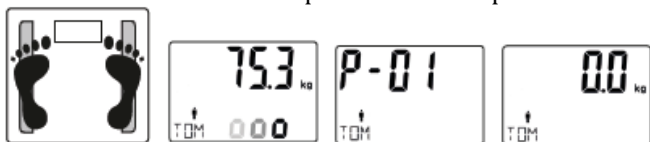
6. ИЗМЕРВАНЕ

6.1. Диагностични функции

Стъпете върху везната боси с двата крака върху електродите, разпределете теглото си равномерно и не мърдайте. Първо се показва теглото.

По време на анализа на биоимпеданса се показва "0000". Ако има зададен потребител, показват се неговите инициали и се съхраняват следните данни: индекс на телесна маса, телесна мазнина (%), водно съдържание (% ≈), мускулна маса (% ⇐), костна маса (kg ⇐), основно метаболично ниво kcal (BMR) и активно метаболично ниво kcal (AMR).

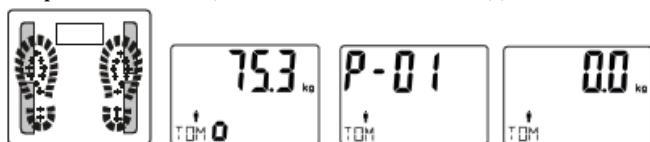
Забележка: Ако не бъде разпознат потребител, няма инициали и може да се измери само теглото. Стойностите няма да се запишат. Това може да стане, ако теглото ви се разминава с предишното с ± 3 кг или има друг потребител с ± 3 кг разлика с вашето тегло. Повторете измерването като включите везната и изберете вашия потребител с "∧".



6.2. Тегло

Стъпете върху везната с обувки с двата крака върху електродите, разпределете теглото си равномерно и не мърдайте. Първо се показва теглото.

На дисплея се показва "0". Няма анализ на биоимпеданса. Ако има зададен потребител, инициалите се показват на дисплея и теглото се запамятава.



7. РАЗЧИТАНЕ НА РЕЗУЛТАТИТЕ

Индекс на телесна маса (BMI/ИТМ)

Тази стойност се използва за преценка на теглото. Тя се изчислява от телесното тегло и височината по формулата:

$$\text{ИТМ} = \text{тегло} \div \text{височина}^2 \quad (\text{Мерната единица е кг/м}^2)$$

Според ИТМ, теглото на лица над 20 години се изчислява така:

Категория	ИТМ / BMI
-----------	-----------

Поднормено тегло	Силно поднормено тегло	<16
	Поднормено тегло	16-16.9
	Леко поднормено тегло	17-18.4
Нормално тегло		18.5-24.9
Наднормено тегло	Наднормено тегло	25-29.9
Затлъстяване	Затлъстяване клас 1	30-34.9
	Затлъстяване клас 2	35-39.9
	Затлъстяване клас 3	≥40

Процент мазнини

Мъж

Жена

Възраст	Нисък	Нормален	Висок	Много висок	Възраст	Нисък	Нормален	Висок	Много висок
10-14	<11%	11-16%	16.1-21%	>21%	10-14	<16%	16-21%	21.1-26%	>26%
15-19	<12%	12-17%	17.1-22%	>22%	15-19	<17%	17-22%	22.1-27%	>27%
20-29	<13%	13-18%	18.1-23%	>23%	20-29	<18%	18-23%	23.1-28%	>28%
30-39	<14%	14-19%	19.1-24%	>24%	30-39	<19%	19-24%	24.1-29%	>29%
40-49	<15%	15-20%	20.1-25%	>25%	40-49	<20%	20-25%	25.1-30%	>30%
50-59	<16%	16-21%	21.1-26%	>26%	50-59	<21%	21-26%	26.1-31%	>31%
60-69	<17%	16-22%	22.1-27%	>27%	60-69	<22%	22-27%	27.1-32%	>32%
700-100	<18%	18-23%	23.1-28%	>28%	700-100	<23%	23-28%	28.1-33%	>33%

Водно съдържание на тялото

Мъж

Жена

Възраст	Ниско	Добро	Мн. добро	Възраст	Ниско	Добро	Мн. добро
10-100	<50%	50-65%	>65%	10-100	<45%	45-60%	>60%

Мускулна маса

Мъж

Жена

Възраст	Ниско	Нормално	Високо	Възраст	Ниско	Нормално	Високо
10-14	<44%	44-57%	>57%	10-14	<36%	36-43%	>43%
15-19	<43%	43-56%	>56%	15-19	<35%	35-41%	>41%
20-29	<42%	42-54%	>54%	20-29	<34%	34-39%	>39%
30-39	<41%	41-52%	>52%	30-39	<33%	33-38%	>38%
40-49	<40%	40-50%	>50%	40-49	<31%	31-36%	>36%
50-59	<39%	39-48%	>48%	50-59	<29%	29-34%	>34%
60-69	<38%	38-47%	>47%	60-69	<28%	28-33%	>33%
70-100	<37%	37-46%	>46%	70-100	<27%	27-32%	>32%

Костна маса

Костите преминават през естествени процеси на растеж, разпадане и стареене. Костната маса се увеличава бързо през детството и достига своя връх между 30 и 40 години. С напредване на възрастта костната маса започва постепенно да намалява. Ако се храните здравословно (особено калций и витамин D) и тренирате редовно, можете да забавите този процес. Също така можете да укрепите стабилността на вашата скелетна структура, като насочено работите по мускулатурата си. Моля, обърнете внимание, че тази везна измерва минералите на костите. Костната маса е много трудна за модифициране, но се различава леко в резултат на влияещите фактори (тегло, височина, възраст, пол).

Основно метаболитно ниво (BMR)

Основното метаболитно ниво е количеството енергия, което се изисква от организма при пълна почивка, за да се запазят неговите основни функции (например, когато лежи в леглото 24 часа на ден). Тази стойност зависи основно от теглото, височината и възрастта.

То се показва в диагностичната везна в единица ккал/ден и се изчислява с помощта на научно признатото уравнение на Харис-Бенедикт.

Това количеството енергия трябва да се доставя на тялото под формата на храна. Ако вашият енергиен прием е под това ниво в дългосрочен план, може да доведе до увреждане на здравето.

Активно метаболитно ниво (AMR)

Активното метаболитно ниво е количеството енергия, което активното тяло консумира всеки ден. Енергийните нужди на индивида нарастват, когато нивото на физическа активност се увеличава. Диагностичната везна изчислява това чрез въведеното ниво на активност (1-5).

За да се поддържа текущото тегло, енергията, която тялото използва, трябва да бъде заменена под формата на храна и напитки.

Ако в продължение на дълъг период от време се взима по-малко енергия, отколкото се използва, тялото взема разликата от мастните депа с произтичаща загуба на тегло. Обаче, ако количеството на енергията, което се приема, надвишава изчисленото активно метаболитно ниво за по-дълъг период, тялото не може да изгори излишната енергия. Излишъкът се съхранява в тялото като мазнина, което води до увеличаване на теглото.

8. ДОПЪЛНИТЕЛНА ИНФОРМАЦИЯ

Съхраняване на мерките и прехвърляне в приложението

Ако приложението не е отворено, новите измервания се запазват във везната. Общо 30 измервания на потребител могат да бъдат записани във везната. Запометените измервания се прехвърлят автоматично в приложението, когато го отворите приложението в Bluetooth обхвата.

Възможно е автоматично да се прехвърлят данни, когато везната е изключена.

Изтриване на данни

Изтриване на всичко: Стъпнете върху везната за кратко. Появява се “00”. Задръжте бутона ME/Изчистване/Изтриване на задната част за около 5 секунди. На дисплея се появява “CLR”. Всички запомнени стойности и настройки се изтриват. След това отново трябва да извършите действията в глава 4 (Задаване на потребител).

Изтриване на потребител: Стъпнете върху везната за кратко. Появява се “00”. Изберете вашия потребител с “V ^” и потвърдете с бутон SET. Когато се появи “00” и вашите инициали, задръжте ME/Изчистване/Изтриване бутона на задната част за около 3 секунди. На дисплея се появява “DEL”. Всички запомнени стойности и настройки се изтриват. След това отново трябва да извършите действията в глава 4 (Задаване на потребител).

Почистване на везната

Почистването на уреда трябва да се извършва с влажна кърпа и, ако е необходимо, малко количество мек миеш препарат. Не използвайте абразивни продукти за почистване, не потапяйте везната във вода и не почиствайте в миялна машина.

9. РЕГУЛАТОРНА ИНФОРМАЦИЯ



По закон празните батерии трябва да се изхвърлят на специално обозначените за целта места, в пунктовете за рециклиране или при търговците на електроника. Кодовете по-долу са отпечатани на батерии, съдържащи вредни вещества:

Pb = Батерията съдържа олово
Cd = Батерията съдържа кадмий
Hg = Батерията съдържа живак



Поради екологични съображения не изхвърляйте устройството в битовите отпадъци след края на експлоатационния му живот. Изхвърлете устройството в пункт за събиране или рециклиране.

Изхвърляйте устройството в съответствие с WEEE директивата на ЕС (Отпадно електрическо и електронно оборудване).



Опаковката изхвърлете по начин, опазващ околната среда.

10. КОРИГИРАНЕ НА ГРЕШКИ

Дисплей	Причина	Решение
Показва се само тегло, без инициали	Неизвестно измерване, тъй като е извън въведените потребители или не се разпознава потребителя.	Изберете потребител с "A" или повторете задаването на потребител.
Egg	Процентът мазнини е извън обхвата на измерване (<4% или >65%).	Повторете измерването боси или леко си навлажнете стъпалата. Ако все още се показва Egg, данните са извън обхвана на измерване.
Old	Надвишен е максимумът от 180 кг тегло.	Теглото не трябва да надвишава 180 кг.
Показва се неправилно тегло	Повърхността не е гладка и равна.	Поставете везната върху гладка и равна повърхност.
	Не стойте мирно.	Стойте мирно без да мърдате.
	Неправилно нулиране на везната.	Извакайте везната да се изключи. Включете я. може да се изпише "E". Извакайте да се появи "0.0" и повторете измерването.
Няма Bluetooth® връзка (липсва символ )	Устройството е извън обхвата.	Обхватът на открито е около 10 м. Стените го намаляват. Други радиовълни могат да попречат на предаването. Затова не позиционирайте везната близо до Wi-Fi рутери, микровълни фурни, индукционни плотове и т.н.
	Връзката отнема дълго време.	Свързването е по-бързо при включена везна: Стъпнете леко върху везната.

	Няма връзка с приложението.	Затворете напълно приложението. Изключете и отново включете Bluetooth®. Изключете и отново включете смартфона. Извадете батериите за кратко и отново ги сложете.
FULL	Паметта е пълна. Новите измервания се презаписват върху старите.	Отворете приложението. Данните ще се прехвърлят автоматично за до 1 минута.
Lo	Батериите са изхабени.	Сменете батериите.

11. ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ:

В случай на гаранционни оплаквания, обърнете се към вашия търговец или оторизиран сервис. Ако връщате уреда, прикачете копие от касовата бележка и кратко описание на дефекта. Приложими са следните гаранционни условия:

- Гаранционният период е 5 години, считано от датата на покупката. В случай на гаранционни оплаквания, датата на покупка трябва да бъде удостоверена с касова бележка или фактура.
- Поправки на уреда или части от него не удължават периода на гаранцията.
- Гаранцията се смята за невалидна в следните случаи:
 - ❖ Неправилна употреба (неспазване на инструкциите за употреба).
 - ❖ Опити за поправка от страна на потребителя или неоторизирани трети лица.
 - ❖ Транспортни повреди от производителя към клиента или по време на транспорт до сервисния център.
 - ❖ Гаранцията не важи за аксесоари, предмет на нормално износване (маншети, батерии).
- Beurer не носи отговорност за преки или косвени загуби, предизвикани от продукта, дори ако повредата му е призната гаранционно.

Повече информация за продукта ще намерите на www.polycomp.bg.