

# Manuel d'utilisation Tensiomètre bras

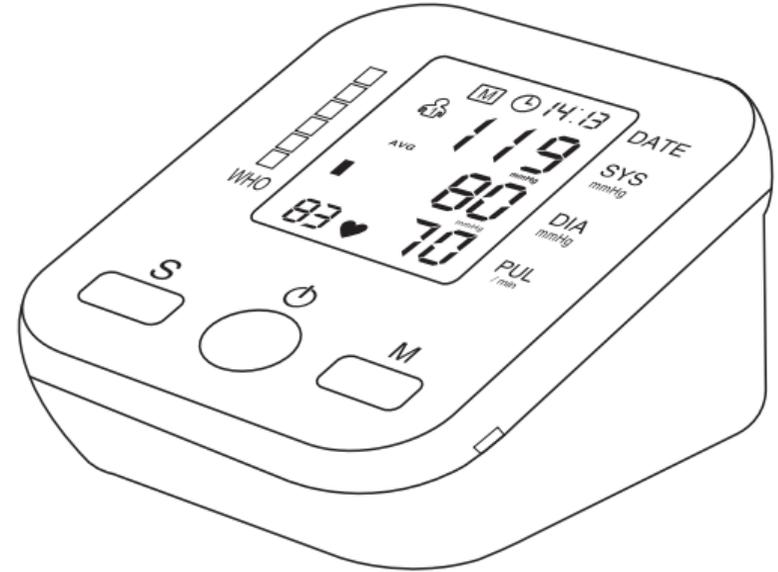
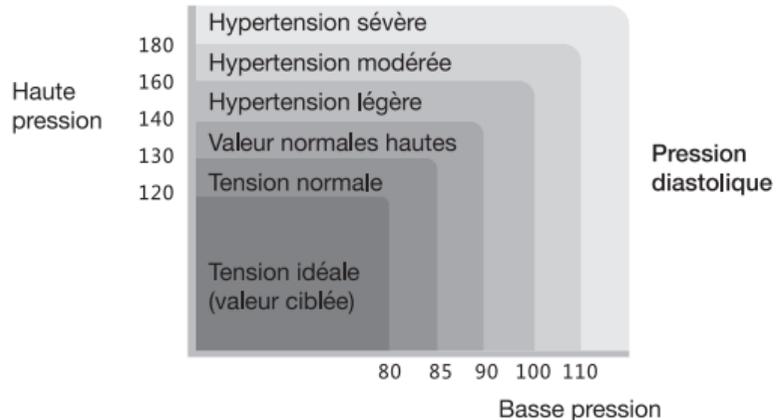
ZK-B969YA

La norme de tension artérielle établie par l'OMS et l'ISH doit être suivie, comme indiquée dans le diagramme suivant

## Note :

Habituellement les personnes dont la pression artérielle ne dépasse pas 100mmHg (13.3kPa) sont appelés Hypotendus.

Pression systolique



Merci d'avoir choisi notre produit.  
Veuillez lire attentivement ce manuel  
avant d'utiliser le tensiomètre.  
Veuillez conserver précieusement ce manuel.

Version n° 01  
Date de publication : Février 2017

<b>Sommaire</b>	
Précautions de sécurité	2
Nom des pièces	5
<b>Préparation</b>	
Placement des piles	7
Comment utiliser l'alimentation secteur AC	8
<b>Mode d'emploi</b>	
Fixation du brassard	9
Manuel mesures	10
Comment effectuer une mesure	11
Enregistrer les mesures	12
Réglages	13
Après utilisation	14
<b>Autre</b>	
Notice	15
Questions et Réponses	16
Prévention des pannes	17
Dépannage	18
Spécifications	19
A propos de la pression sanguine	20

## Précautions de sécurité

Veuillez lire attentivement ce manuel avant d'utiliser le tensiomètre afin de l'utiliser correctement.

Référez-vous aux précautions de sécurité pour être sûr d'utiliser le produit en toute sécurité.

Par soucis de sécurité soyez sûr d'observer les précautions de sécurité.



Attention



II équipement



Interdiction



Pièces de type B



Cet appareil ne comporte pas de substances toxiques ou douteuses, il est respectueux de l'environnement et peut être recyclé. Ne jetez pas cet appareil n'importe où, conformez-vous à votre réglementation locale sur le traitement des déchets.



Ce symbole de contrôle de la pollution des produits électroniques signifie que l'EFUP de ce produit est de 5 ans, il peut être recyclé à l'exception des piles.

 <b>Attention</b>	
 <b>Attention</b>	Consultez votre médecin si vous souffrez de mauvaise circulation et que le brassard vous provoque une gêne.
	N'essayez jamais de réparer vous-même le tensiomètre.

②



**Attention**



**Interdictions**

L'automédication est dangereuse, n'interprétez pas vos résultats vous-même. Consultez votre médecin avant de modifier ou non votre traitement. Certaines maladies peuvent perturber la valeur des mesures, consultez votre médecin.

N'utilisez pas le tensiomètre à d'autres fins que de prendre la tension. Autrement cela pourrait causer des accidents ou des malfunctions.

Utilisez l'adaptateur secteur AC fourni avec le tensiomètre. Autrement cela pourrait créer un court-circuit voire même un incendie.

Utilisez l'adaptateur secteur uniquement sur une prise murale. Autrement cela pourrait créer un court-circuit voire même un incendie.

Pendant la mesure n'utilisez pas d'appareil qui produit des interférences électromagnétiques, comme un téléphone portable... cela pourrait avoir un impact sur l'utilisation normale du tensiomètre comme un manque de précision.



Ne démontez pas, n'essayez pas de réparer ou de modifier le tensiomètre. Cela pourrait entraîner un accident ou une malfunction.

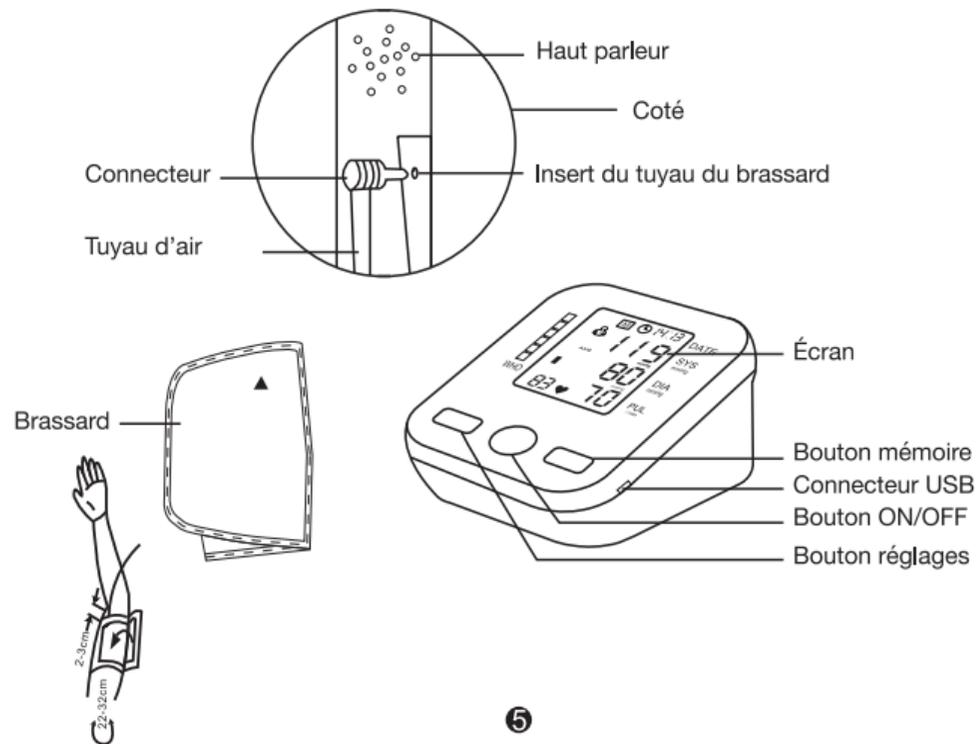
※ Conservez ce manuel précieusement.

③

 <b>Attention</b>	
 <b>Prohibition</b>	N'utilisez pas l'adaptateur secteur si il est endommagé. Autrement cela pourrait créer un court circuit voir même un incendie.
	Ne marchez pas sur l'adaptateur secteur. Autrement cela pourrait créer un court circuit voir même un incendie.
	Branchez l'adaptateur secteur soigneusement. Autrement cela pourrait créer un choc électrique.
	Cessez de l'utiliser si vous observez quelque chose d'annormal. Cela pourrait créer un choc électrique, un court circuit voir même un incendie.
	Ne tordez pas, ne tirez pas sur le fil de l'adaptateur secteur AC. N'utilisez pas de transformateur de tension avec l'adaptateur secteur cela pourrait créer un choc électrique ou un incendie.
 <b>Prohibition</b>	Ne mouillez pas le tensiomètre ou l'adaptateur secteur, cela pourrait entrainer un choc électrique ou un incendie.
	Débranchez l'adaptateur secteur lorsque vous changez les piles. Ne jamais brancher ou débrancher l'adaptateur secteur si vous avez les mains mouillées.
	Maintenez l'adaptateur secteur et le tensiomètre à l'abri de l'eau et de la poussière. Autrement cela pourrait créer un choc électrique ou un incendie.

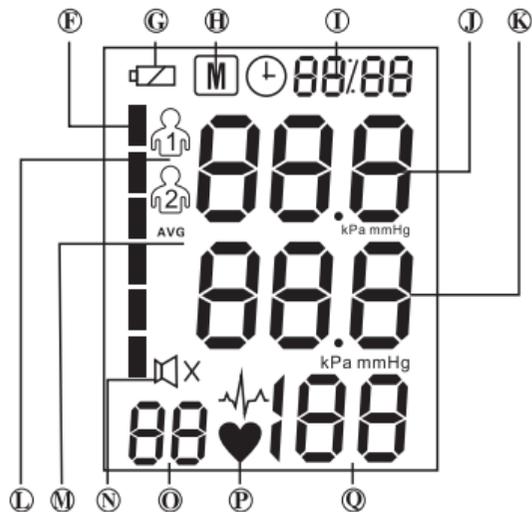
adaptateur non fourni\*

4

**Nom des pièces :**

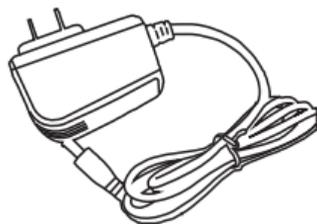
5

# Écran

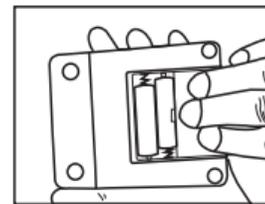
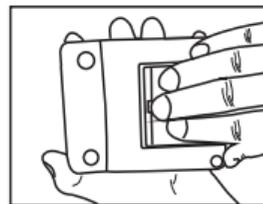


- Ⓐ Pression artérielle
- Ⓑ Piles faibles
- Ⓒ Symbole mémoire
- Ⓓ Heure
- Ⓔ Haute pression (Systolique)
- Ⓕ Basse pression (Diastolique)
- Ⓖ Utilisateur
- Ⓜ Indicateur de valeur moyenne
- Ⓝ Symbole voix
- Ⓢ Groupe mémoire
- Ⓟ Symbole Battements cardiaques
- Ⓠ Battements cardiaques

Adaptateur secteur AC  
Modèle : RCL-065003c  
Entrée : AC 90-260V  
Sortie : 5V  $\overline{\text{---}}$  1000 mA



## Placer les piles :



1. Retournez le tensiomètre, appuyez sur la partie  $\triangle$  du couvercle, retirez le en tirant dans la direction de la flèche.
2. Placez les piles en vérifiant bien le sens de polarité +/-.
3. Refermez le couvercle.



### Attention



### Attention

- Assurez-vous de suivre le contenu
- Placez les piles dans le bon sens de polarité +/-
- Retirez immédiatement les piles quand l'indicateur piles faibles apparait.
- Retirez les piles si vous n'utilisez pas l'appareil pendant une longue période. Si vous ne le faites pas, cela peut entraîner une surchauffe, une fuite et causer des dommages.

## Préparation, remplacez les piles

### Changer les piles



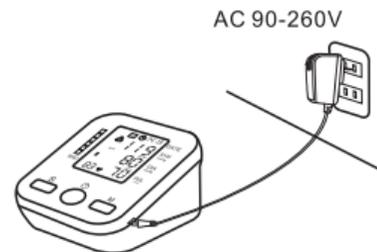
Pendant la mesure, il s'affiche comme l'image de gauche. appuyez sur "marche / arrêt", affiche tout puis disparaît. appuyez sur "on / off" et n'affiche rien

- Un nouveau jeu de piles alcalines fournira 1500 mesures et peut-être utilisé pendant 5 mois (température 22°C, pressurisé à 170 pressions artérielles 22,7 kPa, circonférence du bras environ 30 cm).
- La durée de vie des piles sera plus faible si vous utilisez l'appareil à de basses températures.
- Utilisez des piles de type alcalines ou la durée de vie des piles sera plus faible.
- Un nouveau jeu de piles Zn-Mn peut être utilisé environ 140 fois.
- Lorsque vous remplacez les piles veillez à remplacer les 4 piles en même temps et utilisez des piles de même marque.
- Retirez les piles si vous n'utilisez pas le tensiomètre pendant une longue période pour éviter que les piles ne fuient ou ne surchauffent et éviter une détérioration du tensiomètre.
- Ne jetez pas les piles, conformez vous aux législation en vigueur dans votre localité.

### Comment utiliser un adaptateur secteur AC ?

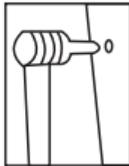
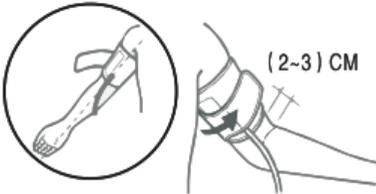
 <b>Attention</b>	
 <b>Attention</b>	 Assurez-vous d'utiliser l'adaptateur secteur spécialement prévu, dans le cas contraire, cela pourrai des malfunctions.

1. Connectez l'adaptateur secteur AC à une prise de courant compatible.
2. Connectez l'adaptateur secteur AC dans l'emplacement prévu sur le tensiomètre.

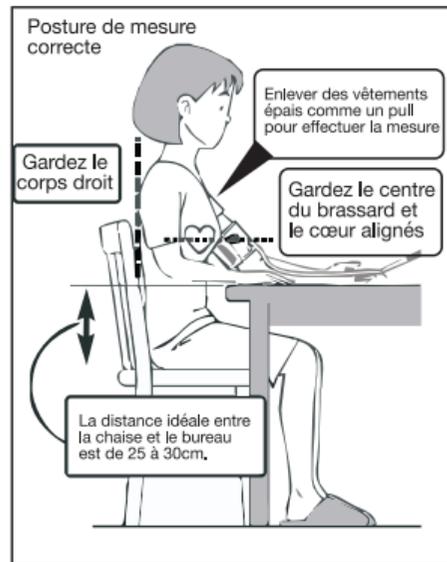


AC 90-260V

### Comment utiliser le brassard ?

 1. Connectez le tuyau d'air à la sortie d'air du tensiomètre.	<b>Mesure sur bras gauche</b>  Maintenez un alignement de la trachée au petit doigt
<b>Mesure sur bras droit</b>  (2-3) CM 3. Vous devez pouvoir passer un doigt sous le brassard une fois mis en place.	<b>Bande velcro</b>  2. Enroulez la bande velcro autour de votre bras  Les mesures peuvent être effectuées sur le bras gauche ou droit mais les mesures peuvent varier d'un bras à l'autre. Veuillez effectuer les mesures toujours avec le même bras.

## Effectuez la mesure lorsque vous êtes calme et détendu.



Restez silencieux pendant au moins 5 minutes avant la mesure. Corps détendu, bras et doigts, sans activité musculaire. Ne parlez pas pendant la mesure. Effectuez une nouvelle mesure 4 à 5 minutes après si vous avez besoin de plusieurs référentiels.

1. Placez le coude sur le bureau
2. Placez le tensiomètre à la même hauteur que le cœur.
3. Paume vers le haut et détendez vous

Effectuez les mesures à la même heure de la journée, avec la même posture. Un changement de position du brassard causera des variations dans les mesures.

Il est préférable de mesurer votre tension le matin au réveil. Ne touchez pas l'instrument pendant la mesure et restez silencieux et détendu.

## Mauvaise posture de mesure



## A ne pas faire

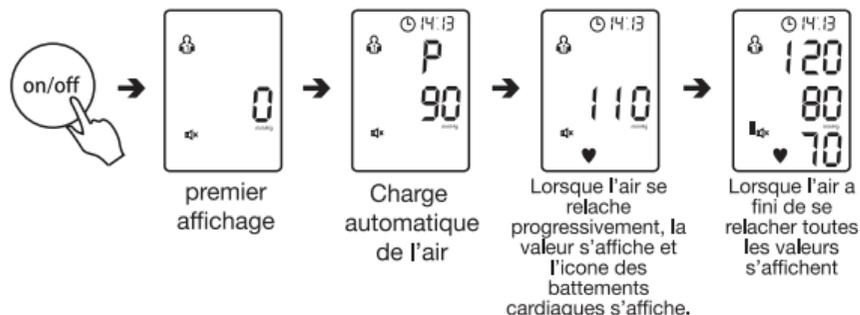
- ▶ Avoir les jambes croisées pendant la mesure.
- ▶ Être avachi ou avoir le corps penché en avant.
- ▶ Être assis sur un canapé ou une chaise basse.
- ▶ Avoir le corps courbé.
- ▶ Avoir le tensiomètre placé plus bas que le cœur. (Tous ces éléments pourraient créer une pression négative qui mènerait à des mesures imprécises et erronées)

La distance idéale entre l'assise de la chaise et le bureau ou la table est de 25 à 30cm.

## Méthode de mesure



Appuyez sur le bouton ON/OFF et le tensiomètre va commencer à se charger pour effectuer une mesure. Pendant une mesure, ne bougez pas et ne parlez pas. (Si mmHg est affiché, l'unité de mesure sera le mmHg, si kPa est affiché, l'unité de mesure sera le kPa)



### 1. Effacer une valeur mémorisée

En mode mémoire, maintenez le bouton ON/OFF jusqu'à ce que «DEL» s'affiche au centre de l'écran, ensuite appuyez sur le bouton mémoire pour effacer une valeur.

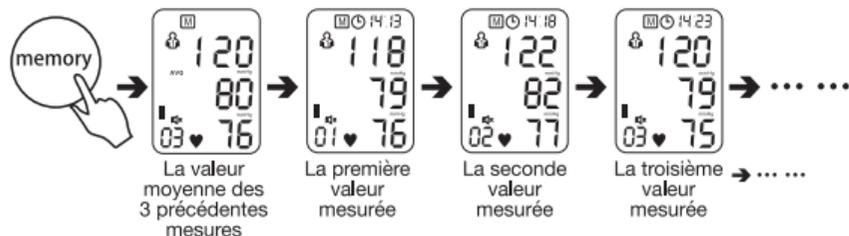
### 2. Effacer toutes une valeur mémorisée

Maintenez le bouton «Memory» pendant 3 secondes en mode veille. Appuyez ensuite sur le bouton «Settings», l'écran affiche «EE», relâchez le bouton, toutes les valeurs sont effacées.

Le mode veille signifie tensiomètre allumé mais rien n'est affiché. Le mode mémoire signifie avoir appuyé sur le bouton «memory» en mode veille.

## Sauvegarder les valeurs enregistrée

Le tensiomètre peut stocker 99 mesures. Après chaque mesure le tensiomètre stockera automatiquement la valeur. Quand les 99 plages de mémoires sont pleines, la dernière valeur remplace la plus ancienne. Les valeurs mesurées peuvent être consultées en appuyant sur le bouton «Memory»



## Réglages

A. Réglages utilisateur et Date Heure :

1. Sélection utilisateur

Maintenez le bouton «settings» pendant 3 secondes jusqu'à ce que l'icone clignote. Appuyez sur le bouton «memory» pour choisir l'utilisateur ou ...

2. Réglages Date Heure

Maintenez le bouton 3 secondes en mode veille jusqu'à ce que l'icone clignote. Ensuite Année, Mois, Date, Heure, Minute doivent être sélectionnées en appuyant sur le bouton «settings» à chaque fois. Appuyez sur le bouton «memory» pour ajuster et sur le bouton «settings» pour confirmer. Si la date et l'heure ne sont pas réglées les tensiomètre affichera des valeurs par défaut.

## B. Réglages Voix et Unités

1. Modèle de voix (Si l'appareil ne possède pas la fonction Voix, allez directement à l'étape 2)

Une fois le réglage Date/Heure terminé, appuyez sur le bouton «settings» pour arriver au mode sélection des sons (SP mode). «OFF» signifie que le son est coupé, «ON» signifie que le son est activé.

Appuyez ensuite sur le bouton «memory» pour sélectionner, appuyez sur le bouton «settings» pour confirmer et arriver au mode Unité de mesure de la tension.

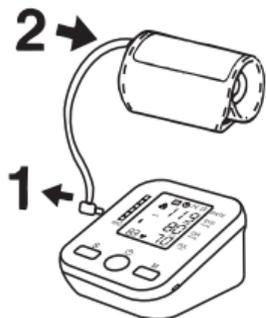
2. Choix de l'unité de mesure de la tension.

Le mode de sélection de l'unité de mesure de la tension (PA mode) :

«OFF» signifie que l'unité de mesure est le mmHg, ON signifie que l'unité de mesure est le kPa. Appuyez ensuite sur le bouton «memory» pour sélectionner, appuyez sur le bouton «settings» pour confirmer.

Le mode veille signifie tensiomètre allumé mais rien n'est affiché.

## Après utilisation



### Pour ranger le tensiomètre

1. Retirez le tuyau d'air du tensiomètre.
2. Enroulez le brassard sans trop le serrer et mettez le tuyau à air à l'intérieur du brassard.

N'enroulez pas le tuyau d'air autour du tensiomètre.

N'étirez et ne tordez pas le tuyau à air, cela pourrait entraîner des malfunctions.

## La mesure de la tension ne sera pas précise dans les cas suivants



## Questions / Réponses

Q	Quelle différence entre la tension mesurée à l'hôpital ou à domicile ?
A	La tension change constamment, la température ambiante, les émotions, le sport, causeront des variations. En hôpital, il existe un phénomène appelé «hypertension en blanc», une tension mesurée à l'hôpital est généralement plus élevée qu'à domicile à cause de l'anxiété.

Si la tension est plus élevée à domicile qu'à l'hôpital, attention aux points suivants :



Vérifiez que vous n'avez pas trop serré le brassard ou placé celui-ci sur l'avant bras. Référez vous à la page 9-10 pour le positionnement.



Si vous vous sentez inconfortable ou anxieux. Prenez 2 ou 3 grande respirations et relaxez vous 4 à 5 minutes avant de refaire une mesure.

Q. Pourquoi la tension est différente à chaque fois ?



1. La tension change constamment à cause de différents paramètres, effectuez vos mesures le plus possible dans des conditions similaires.
2. Chez les personnes prenant des médicaments «Hypo-tenseurs», la tension varie significativement.
3. Attendez 4 à 5 minutes avant d'effectuer une seconde mesure.

Q. La tension mesurée sur le bras droit ou gauche est-elle identique ?



A Vous pouvez mesurer votre tension sur le bras gauche ou droit, mais il est fortement conseillé d'effectuer les mesures toujours sur le même bras.

Prévenir des fausses mesures ?

Ne faites pas tomber le tensiomètre cela pourrait l'endommager.



Ne pas utiliser le tensiomètre si il était dans une zone ou la température était <0°C, il ne pourrait présumer normalement.

Temp < 0°C



Ne pas exposer le tensiomètre à la poussière ou a des objets pointus, cela pourrait l'endommager.



Utilisez un chiffon doux légèrement humide pour nettoyer le tensiomètre. Pas d'alcool ou de solvants.



Ne pas exposer le tensiomètre au soleil ou à l'humidité.



Ne pas nettoyer le brassard.



## Pannes

Affichage	Phénomène anormal	Raisons et solutions
Er 1	La pressurisation s'arrête	Vérifier votre posture voir page 9-10
Er 2	♥ clignote occasionnellement	Vérifier le brassard voir page 9-10
Er 3	Le résultat est très bas	Vérifier votre posture voir page 9-10
Er P	La pressurisation ne s'effectue pas	Vérifier le tuyau d'air voir page 9
HI	La pression affiche 280	Vérifier la méthode de mesure voir page 9-10

Toujours anormal

Symptômes	Causes possibles
Plus haut que la valeur Max Plus bas que la valeur Mini	Le brassard est trop bas Le brassard est trop haut Le brassard est mal fixé Vous avez bougé pendant la mesure
Tension extrêmement haute ou basse	Vous avez changé de posture voir page 9-10
Tension différente de la mesure du médecin	Changement d'état mental avant la prise de mesure prise par le médecin. Effectuer une nouvelle mesure 4 à 5 minutes plus tard.
Tension différente à chaque mesure	
Pas d'affichage après avoir appuyé sur le bouton ON/OFF	Les piles sont faibles
L'affichage disparaît après avoir appuyé sur le bouton ON/OFF	
Quand il y a une panne	Ne réparez pas vous même le tensiomètre

Toujours anormal

Demandez conseil à votre médecin

## Spécifications :

Nom	Tensiomètre ZK-B969YA
Alimentation	DC6V 4 piles AAA
Affichage	Affichage LCD
Méthode de mesure	Oscillométrique
Échelle de mesure	Pression : 20-280 mmHg (2.7-37 kPa) Pouls : 40-160 battements/min
Précision	Pression : 15°C~25°C à ±3 mmHg (±0,4 kPa) 5°C~40°C (n'inclut pas 15°C~25°C) ±6 mmHg (±0,8kPa) Battements cardiaques : ±5%
Température normale de fonctionnement	5°C~40°C 85% HR
Température normale de stockage	5°C~40°C 85% HR
Pression d'air opérationnelle	85kPa~105kPa
Pression d'air de stockage	50kPa~105kPa
Circonférence du bras	de 20cm~34cm
Poids	222g (piles exclues)
Dimensions	126x100x53mm
Classification de sécurité	II partie d'application de l'alimentation interne de type B
Méthode de remplissage d'air	Automatique
Méthode d'échappement rapide	Valve électroniques de déchargement
Fuite d'air	Valve de déchargement
Alimentation	DC <500mA courant statique<30mA courant de mise hors tension<20uA
Mémoire	99 plages mémoires (2 utilisateurs)
Unités	mmHg et kPa (par défaut mmHg)
Valeurs affichées	Haute pression / basse pression / battements cardiaques
Protection contre la surpression	>295mmHg (20MS), décharge automatique
Mise en veille	Mise en veille automatique au bout d'une minute.

## Information importante à propos de la tension

Qu'est-ce que la tension artérielle ?

La pression artérielle indique la pression supportée par les parois vasculaires artérielles lorsque le sang coule à travers les artères. Pendant le cycle cardiaque, la pression vasculaire de l'artère change constamment.

La pression la plus élevée pendant le cycle cardiaque est appelée valeur de haute pression (pression systolique); la pression la plus basse est appelée valeur de basse pression (pression diastolique).

Les valeurs de haute et basse pression sont une base nécessaire pour le diagnostic de la pression artérielle des patients par les médecins.

Qu'est-ce qu'une onde de pouls irrégulière?

Une onde de pouls irrégulière indique que le rythme instantané des battements de cœur détecté dépasse 25% de la plage du rythme cardiaque moyen lorsque le tensiomètre est utilisé pour mesurer les valeurs de haute et basse pression.

S'il y a une onde de pouls irrégulière, veuillez consulter un médecin.



### Qu'est-ce que l'arythmie ?

L'arythmie est un dysfonctionnement du système nerveux du cœur avec comme résultat un rythme cardiaque anormal.

Les symptômes typiques.

- \* Palpitations (sensation de battements cardiaques sautés, palpitations ou «flip-flops», ou sensation que le cœur «s'enfuit»).
- \* Battant dans votre poitrine.
- \* Étourdissements ou sensation de tête légère.
- \* Évanouissement.
- \* Essoufflement.
- \* Inconfort thoracique.
- \* Faiblesse ou fatigue (sensation de fatigue).

Pourquoi est-il bon de mesurer la tension artérielle à la maison?

Votre tension artérielle sera affectée par les mouvements du corps, l'anxiété et les moments différents de la journée. Vous devez la mesurer au moins deux fois et obtenir une valeur moyenne pour plus de précision. Par conséquent, il est préférable de mesurer la pression artérielle à la même heure chaque jour pour obtenir des signes précis de changement de tension artérielle. Généralement la tension artérielle mesurée le matin est relativement faible, et augmente progressivement de l'après-midi à la nuit. De plus, la pression artérielle est relativement basse en été et relativement élevée en hiver.

