

beurer

BF 1000 Super Precision



**Діагностичні ваги
Інструкція з
користування
приладом**



Бойерер Гмбх • Софлінгер штрассе 218 • 89077 УЛМ, Німеччина
Тел.: +49 (0)731/39 89-144 • Факс: +49 (0)731/39 89-255
www.beurer.com • Ел. пошта: kd@beurer.de
Дистрибутор в Україні ТОВ «Хелс Менеджер»
Тел.: (044) 501-31-25, 501-31-24, (067) 676-69-69
www.beurer.com.ua • Ел. пошта: ofis@beurer.kiev.ua





Шановний покупець!

Дякуємо, що придбали німецьку техніку **Beurer**. Компанія **Beurer** – європейський лідер у категорії високоякісних приладів для краси і здоров'я.

Надійні електрогрілки, точні кухонні, підлогові та смарт ваги, якісні очищувачі та зволожувачі повітря. Якісні масажери для тіла і ніг, а також б'юті прилади для догляду за обличчям, тілом та волоссям.

Beurer дарує здоров'я та красу, забезпечує комфорт і затишок у Вашому домі.

Щоб користуватись цим приладом надійно та із задоволенням, уважно прочитайте інструкцію. Дотримуйтесь правил користування, і ця техніка служитиме вам довго. Будь-ласка, зберігайте інструкцію в доступному місці.

**З найкращими побажаннями,
компанія Beurer.**

Інформація для ознайомлення

Функції приладу

Електронні ваги використовуються для зважування та визначення Ваших фітнес-параметрів. Вони призначені лише для індивідуального використання.

Ваги обладнані функціями, які можуть використовувати щонайбільше 10 осіб:

- вимірювання маси тіла;
- визначення жирової частки маси;
- частки вісцерального жиру (жирові накопичення в органах/черевної порожнини);

- визначення вмісту води;
- м'язова маса;
- кісткова маса;
- визначення рівня основного обміну речовин і обміну речовин із урахуванням фізичної активності користувача.

Крім цього, ваги мають також такі функції.

- Сегментний аналіз, тобто подання окремих ділянок тіла (руки, ноги, корпус) завдяки перехресному вимірюванню з 8 електродами.
- Інноваційна навігація по меню на великому дисплеї (на одній із 5 мов).
- Перемикання між одиницями вимірювання: кілограм (kg), фунт (lb) або стоун (st).
- Індикація заміни батарейки при слабкому заряді.
- Автоматичне визначення користувача.
- Зберігання 30 останніх вимірювань для 10 осіб у випадку неможливості перенесення даних в додаток.
- Гостьовий режим GUEST_MODE (без функції пам'яті).

Принцип вимірювання

В основі механізму дії цих ваг лежить принцип ВІА (біоімпедансометрія). За лічені секунди за допомогою непомітного та абсолютно безпечного електричного імпульсу можна визначити склад тіла людини.

Вимірювання електричного опору (імпеданс) та використання постійних коефіцієнтів або індивідуальних параметрів (вік, ріст, стать, рівень активності) дає змогу визначити жирову частку тіла й інші параметри. М'язова тканина та рідина мають хорошу електричну провідність і, відповідно, низький опір. Кістки та жирова тканина, навпаки, мають низьку провідність, оскільки жирові

клітини та кістки через високий електричний опір погано проводять струм.

Електричний контакт з тілом оптимізований за допомогою 4 електродів для рук та 4 електродів для ніг, що підвищує точність вимірювань і аналізу. Завдяки такій чутливості вимірювальної техніки, при повторних вимірюваннях значення можуть відрізнитися незначним чином. Причиною цього є відхилення під час вимірювання опору (наприклад, зміна електричного контакту рук і ніг з електродами, інший розподіл рідини в тілі).

Зверніть увагу, що значення, отримані за допомогою діагностичних ваг, є лише приблизними відносно реальних даних медичних аналізів. Тільки лікар-спеціаліст, використовуючи медичні методи (наприклад, комп'ютерна томографія), може дати точний висновок про жирову частку, вміст води, м'язову та кісткову масу.

Зміст








- | | |
|--|--|
| 1. Комплект постачання | 9. Аналіз виміряних значень |
| 2. Пояснення символів | 10. Оцінювання результатів |
| 3. Вказівки з техніки безпеки | 11. Передача виміряних значень через додаток |
| 4. Опис приладу | 12. Додаткова інформація |
| 5. Підготовка до користування приладом | 13. Чищення приладу та догляд |
| 6. Налаштування діагностичних ваг через додаток | 14. Утилізація |
| 7. Інший варіант: налаштування діагностичних ваг без додатку | 15. Що робити при виникненні несправностей? |
| 8. Проведення вимірювання | 16. Технічні характеристики |
| | 17. Гарантія/сервісне обслуговування |





1. Комплект постачання

- Діагностичні ваги з дисплеєм на високій алюмінієвій ніжці
- 4 батарейки 1,5 В, типу АА
- Інструкція з користування приладом
- 2 коротких посібники
- Набір для монтажу (4 гвинти з 2 запасними гвинтами + ключ для гвинтів із внутрішнім шестикутником)

2. Пояснення символів

На приладі, в інструкції з користування приладом, на упаковці і табличці з технічними даними приладу використовуються наступні символи:

	ПОПЕРЕДЖЕННЯ Попереджає про небезпеку травмування або завдання шкоди здоров'ю.
	УВАГА Вказує на можливі пошкодження приладу.
	Вказівка Важлива інформація
	Забороняється використання приладу особами с встановленими медичними імплантатами (наприклад, кардіостимуляторами). В іншому випадку може порушитися робота імплантату.
	Маркування CE Цей виріб відповідає вимогам чинних європейських і національних директив.
	Продукція гарантовано відповідає вимогам нормативно-технічної документації ЄАЕС.
	Не утилізуйте разом із побутовим сміттям батарейки, що містять токсичні речовини

	<p>Утилізація приладу повинна здійснюватися відповідно до вимог Директиви ЄС про утилізацію електричного та електронного обладнання (WEEE, Waste Electrical and Electronic Equipment).</p>
	<p>Сертифікат відповідності Великобританії</p>
	<p>Виробник</p>
	<p>Видаліть елементи упаковки та утилізуйте їх відповідно до місцевих приписів.</p>
	<p>Прочитайте інструкцію з користування приладом.</p>
	<p>Маркування для ідентифікації пакувального матеріалу. A = скорочене позначення матеріалу, B = номер матеріалу: 1-7 = пластик, 20-22 = папір та картон</p>
	<p>Встановіть ваги на тверду рівну поверхню. Не ставте ваги на килим.</p>
	<p>Зніміть упаковку з виробу та утилізуйте її відповідно до місцевих приписів.</p>
	<p>Існує небезпека ковзання! Не ставайте на вологі ваги.</p>
	<p>Існує небезпека перекидання! Не ставайте на край ваг.</p>

3. Вказівки з техніки безпеки



ПОПЕРЕДЖЕННЯ



- **Забороняється користуватися вагами з установленими медичними імплантатами (наприклад, електростимулятор серця). В іншому випадку може порушитися робота імплантату.**
- Ваги не призначені для використання вагітними жінками.
- Не можна ставати на одну сторону ваг із самого краю: існує небезпека перекидання!
- Батарейки містять речовини, які можуть становити небезпеку для життя у випадку потрапляння в організм. Прослідкуйте, щоб батарейки та ваги були недоступні для маленьких дітей. При проковтуванні батарейки слід негайно звернутися до лікаря.
- Не давайте дітям пакувальні матеріали (існує небезпека удушення).
- **Увага!** Не ставайте на ваги мокрими

ногами та не ставайте на мокру поверхню ваг: Ви можете послизнутися!

Вказівки щодо використання батарейок

- У разі контакту електроліту зі шкірою або очима, промийте уражену ділянку великою кількістю води та зверніться до лікаря по допомогу.
- ⚠ **Небезпека удушення!** Маленькі діти можуть проковтнути батарейку, що спричинить удушення. Зберігайте батарейки в недоступному для дітей місці!
- При розташуванні батарейок дотримуйтеся правильної полярності (+/-).
- Якщо батарейка потекла, очистіть відділення для батарейок сухою серветкою, попередньо вдягнувши захисні рукавички.
- Захищайте батарейки від перегріву.
- ⚠ **Небезпека вибуху!** Не кидайте батарейки у вогонь.
- Батарейки не можна заряджати повторно

- та піддавати їх короткому замиканню.
- Виймайте батарейки з приладу, якщо протягом тривалого періоду часу ним ніхто не користується.
 - Використовуйте батарейки однакового типу.
 - Завжди замінійте весь комплект батарейок.
 - Не використовуйте акумуляторні батарейки!
 - Не розбирайте батарейки, не відкривайте та не подрібнюйте їх.



ПОПЕРЕДЖЕННЯ

- Цей прилад можуть використовувати діти у віці від 8 років та особи з обмеженими фізичними, чуттєвими або розумовими можливостями або з недостатністю досвіду й знань, якщо вони перебувають під постійним наглядом або їх проінструктовано щодо безпечного використання приладу та вони розуміють можливі небезпеки.
- Не дозволяйте дітям гратися з

приладом.

- Чищення та технічне обслуговування не дозволяється проводити дітям без нагляду.
- Ніколи не використовуйте засоби для чищення, що містять розчинник.

і Загальні вказівки

- Зверніть увагу, що з технічних причин діапазон похибки вимірювання ваги не є задовільним для професійного використання ваг із медичною метою.
- Допустиме максимальне навантаження на ваги становить 200 кг (440 фунтів, 31 стоун). При вимірюванні ваги результати відображаються кроком 50 г (0,1 фунта).
- Результати визначення жирової частки, вмісту води та м'язової маси відображаються з кроком 0,1 %.
- Потреба в калоріях відображається з кроком 1 ккал.
- Заводське налаштування для одиниць вимірювання – «см» і «кг». На початку експлуатації за допомогою додатку можна змінювати налаштування одиниць виміру.
- Поставте ваги на рівну тверду поверхню. Твердість поверхні є необхідною умовою для правильного вимірювання.
- Ремонтні роботи мають виконуватися тільки в сервісному центрі Veuger або авторизованій майстерні. У випадку виникнення збоїв у роботі приладу спочатку перевірте батарейки. За потреби замініть їх.

Зберігання та догляд

Точність результатів вимірювання і термін служби приладу залежать від дбайливого використання:

УВАГА

- Періодично необхідно чистити прилад. Не використовуйте абразивні миючі засоби та ні в якому разі не занурюйте прилад у воду.
- Переконайтеся, що на ваги не потрапила рідина. Ніколи не занурюйте прилад у воду. Ніколи не мийте прилад під проточною водою.
- Якщо ваги не використовуються, не ставте на них жодних предметів.
- Не натискайте на кнопки гострими предметами або зі значним зусиллям.
- Не піддавайте ваги впливу високих температур або сильних електромагнітних полів (наприклад, мобільні телефони).
- Захищайте прилад від ударів, впливу вологи, пилу, хімічних агентів, сильних коливань температури. Не ставте

прилад поруч із джерелами тепла (печі, нагрівальні прилади).

Загальні поради

- Для отримання результатів, необхідних для порівняння, якщо можливо, зважуйте в один і той же час доби (краще вранці), натщесерце, без одягу, відвідавши туалет.
- Важливо під час вимірювання. Частина жирової маси може визначатися лише вручну та без взуття, при цьому підошви стопи мають бути злегка зволожені.
- Якщо підошви ступень будуть повністю сухі з ороговілістю, результат вимірювання може бути неправильним через низьку провідність.
- Під час вимірювання стійте прямо та не рухайтесь.
- Після незвичних для тіла навантажень зачекайте кілька годин.
- Вранці, встаючи з ліжка, зачекайте приблизно 15 хвилин, щоб наявна в тілі рідина рівномірно розподілилася.
- Важливо: що це все має значення тільки за умови достатньо тривалого спостереження. Короткочасні відхилення маси в межах кількох днів, як правило, обумовлені втратою рідини; вміст води має дуже важливе значення для здоров'я.

Обмеження

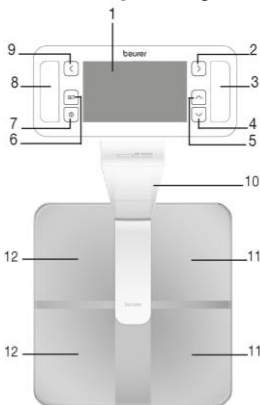
Під час визначення жирової частки й інших значень результати вимірювання можуть бути неточними або недостовірними для наступних категорій.

- Для дітей молодше 10 років.
- Для осіб з підвищеною температурою тіла, осіб, що


проходять лікування діалізом, а також тих, хто має симптоми набрякості або остеопорозу.

- Для людей, які приймають лікарські препарати для серцево-судинної системи.
- Для людей, які приймають препарати, що розширюють або звужують судини.
- Для людей зі значними анатомічними особливостями (занадто довгі або занадто короткі у порівнянні зі зростом ноги).
- Для професійних спортсменів і тих, хто займається бодібілдингом.


4. Опис приладу





1. Дисплей

2.  Меню: кнопка «Вправо»
(Сенсорна кнопка)

3. Електроди, права рука

4.  Меню: кнопка «Вниз»
(Сенсорна кнопка)

5.  Меню: кнопка «Угору»
(Сенсорна кнопка)

6.  Кнопка налаштування, підтвердження введення даних (Сенсорна кнопка)

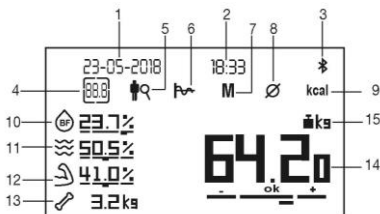
7.  Кнопка ON/OFF (Увімк./Вимк.) (Сенсорна кнопка)

8. Електроди, ліва рука

9.  Меню: кнопка «Вліво» (Сенсорна кнопка)

10. Алюмінієва ніжка
11. Електроди для ніг, права нога
12. Електроди для ніг, ліва нога

Дисплей



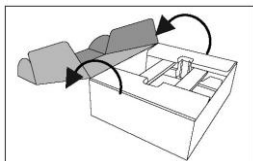
1. Дата	9. Витрата калорій
2. Час	10. Частка жиру в організмі з інтерпретацією
3. <i>Bluetooth</i> [®]	11. Частка тканинної рідини з інтерпретацією
4. Загальний огляд	12. Частка м'язової маси з інтерпретацією
5. Сегментний аналіз	13. Кісткова маса з інтерпретацією
6. Графічне відображення	14. Маса тіла з інтерпретацією ІМТ
7. Користувальницька пам'ять	15. Одиниця вимірювання ваги (кг, фунт або стоун)
8. Середні значення	

5. Підготовка до користування приладом

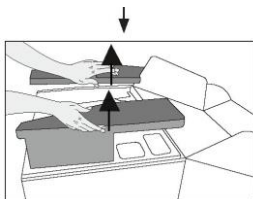
Розміщення ваг

Помістіть ваги на рівну та тверду поверхню. Тверда поверхня є необхідною умовою для точного вимірювання.

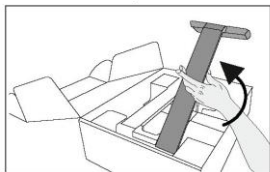




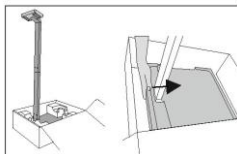
1. Відкрийте коробку.



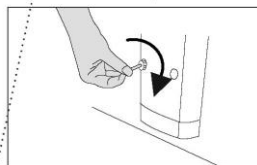
2. Вийміть захисні вставки із пінополістиролу, розташовані ліворуч і праворуч у коробці.



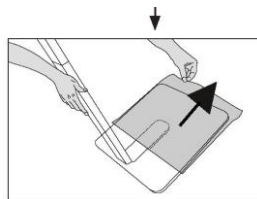
3. Одночасно відкиньте верхню та нижню частину алюмінієвої ніжки.



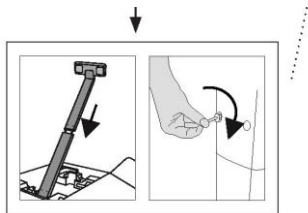
5. Встановіть алюмінієву ніжку у коробці у вертикальному положенні. Посуньте ваги до краю.



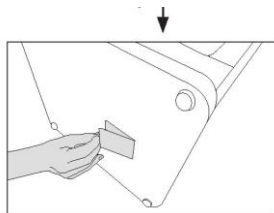
6. ...і пригвинтіть унизу.



7. Однією рукою утримуйте ніжку, а іншою зніміть плівку.



4. Вставте верхню частину алюмінієвої ніжки у нижню частину та пригвинтіть її зверху.



8. Встановіть батарейки відповідно до полярності (+/-) у нижній частині ваг. Потім розмістіть ваги на рівній поверхні та поставте їх на ребро.

6. Налаштування діагностичних ваг через додаток

Для визначення жирової частки й інших параметрів тіла необхідно спочатку ввести особисті дані користувача.

У вагах передбачені комірки пам'яті для 10 користувачів, таким чином можна зберігати та знову робити запит про особисті дані для кожного члена сім'ї.

Додатково користувачі можуть підключатися за допомогою мобільних пристроїв з встановленим додатком «beurer HealthManager» або шляхом зміни профілю користувача в додатку (див. налаштування додатку).

Щоб під час підготовки приладу до роботи з'єднання Bluetooth® залишалось активним, тримайте смартфон на достатньо близькій відстані від ваг.

- **Активуйте в налаштуваннях смартфона функцію Bluetooth®.**
- **Завантажте безкоштовний додаток «beurer HealthManager» в Apple App Store (iOS) або Google**

Play (Android™).

- **Відкрийте додаток і дотримуйтесь вказівок.**

– У додатку «beurer HealthManager» повинні бути вибрані наступні налаштування.

Дані користувача	Значення												
Ініціали	Макс. 3 знаки (A-Z, 0-9)												
Стать	Чоловіча (♂), Жіноча (♀)												
Зріст	Від 100 до 250 см (від 3' 03" до 8' 02")												
Дата народження	Рік, місяць, день												
Рівень фізичної активності	Для вибору рівня фізичної активності має значення середньо та довготривале спостереження.												
	<table border="1"><thead><tr><th></th><th>Фізична активність</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>Немає.</td></tr><tr><td>2</td><td>Низька: низьке або легке фізичне навантаження (наприклад, прогулянки, легка праця в саду, гімнастика).</td></tr><tr><td>3</td><td>Середня: фізичне навантаження з періодичністю щонайменше 2-4 рази на тиждень по 30 хвилин.</td></tr><tr><td>4</td><td>Висока: фізичне навантаження з періодичністю щонайменше 4-6 рази на тиждень по 30 хвилин.</td></tr><tr><td>5</td><td>Дуже висока: інтенсивні фізичні навантаження, інтенсивні тренування або тяжка фізична праця щоденно протягом не менше 1 години.</td></tr></tbody></table>		Фізична активність	1	Немає.	2	Низька: низьке або легке фізичне навантаження (наприклад, прогулянки, легка праця в саду, гімнастика).	3	Середня: фізичне навантаження з періодичністю щонайменше 2-4 рази на тиждень по 30 хвилин.	4	Висока: фізичне навантаження з періодичністю щонайменше 4-6 рази на тиждень по 30 хвилин.	5	Дуже висока: інтенсивні фізичні навантаження, інтенсивні тренування або тяжка фізична праця щоденно протягом не менше 1 години.
		Фізична активність											
	1	Немає.											
	2	Низька: низьке або легке фізичне навантаження (наприклад, прогулянки, легка праця в саду, гімнастика).											
	3	Середня: фізичне навантаження з періодичністю щонайменше 2-4 рази на тиждень по 30 хвилин.											
4	Висока: фізичне навантаження з періодичністю щонайменше 4-6 рази на тиждень по 30 хвилин.												
5	Дуже висока: інтенсивні фізичні навантаження, інтенсивні тренування або тяжка фізична праця щоденно протягом не менше 1 години.												

Цільова вага	кг (kg)/фунти (lb)/стоуни (st) (для графічного відображення)
--------------	--

– Додаток закріпить за Вами наступну вільну комірку пам'яті користувача (Від 1 до 10).

– Проведення вимірювання: для автоматичного розпізнавання користувача при першому вимірюванні необхідно ввести дані. Дотримуйтеся інструкцій в додатку. Уважно вивчіть розділ «8. Проведення вимірювання».

7. Інший варіант: налаштування діагностичних ваг без додатку

Ми рекомендуємо здійснювати підготовку до використання та налаштування ваг через додаток. Див. розділ «6. Налаштування діагностичних ваг через додаток». Налаштування ваг може також виконуватися безпосередньо на приладі.

Налаштуйте прилад/час/користувача на блоці керування.

Для вибору використовуйте кнопки [] або [] та підтвердіть його натисканням кнопки [SET].

а) Налаштування часу


[SET] → SET_TIME → [SET]

Послідовність	Значення
Дата	Рік, місяць, день
Час	Години, хвилини

б) Налаштування приладу

[SET] → SET_UNIT → [SET]

Послідовність	Значення
Мова	DE EN FR ES IT
Одиниця вимірювання	кг (kg), фунти (lb), стоуни (st)
Час	24 год/12 год

Гостьовий режим	ON – OFF
Bluetooth®	ON – OFF  При OFF, з'єднання через Bluetooth® можливе, тільки коли ваги увімкнені. Це доцільно для збільшення терміну служби батарей і уникнення небажаного радіовипромінювання.

в) Введення даних користувача

[SET] → SET_USER → [SET]


Дані користувача	Значення
Ініціали	Макс. 3 знаки (A-Z, 0-9)
Стать	Чоловіча (♂), Жіноча (♀)
Зріст	Від 100 до 250 см (від 3' 03" до 8' 02")
Дата народження	Рік, місяць, день
Рівень фізичної активності	Від 1 до 5 (див. розділ 7)
Цільова вага	кг (kg)/фунти (lb)/стоуни (st) (для графічного відображення)
PIN-код користувача	Генерується автоматично для можливого подальшого використання Bluetooth®. Ця інформація використовується лише при подальшому налаштуванні додатку, коли під час наступного встановлення додатку додаються створені користувачі ваг.

Наступна реєстрація у додатку

Якщо підготовка ваг до використання проводилася без додатку, Ви можете додати створеного користувача ваг до додатку «beurer HealthManager». Для цього потрібно ввести 4-значний PIN-код користувача – PIN. Цей порядок роботи описується у додатку.


8. Проведення вимірювання

8.1 Вимірювання маси тіла

- Натисніть кнопку  на блоці керування. На дисплеї з'явиться індикація 0.0 кг.
- Прилад готовий до вимірювання ваги. Встаньте на ваги, рівномірно розподіляючи вагу на обидві ноги. Показники ваги не будуть збережені; призначення користувачів буде неможливим, оскільки вимірювання BIA через руки та ноги не виконується.


8.2 Виконання вимірювання у гостьовому режимі


При одноразовому вимірюванні або коли не потрібно збереження даних користувача. Для цього потрібно увімкнути в налаштуваннях приладу гостьовий режим.

 → Guest → [SET] або увімкнути ваги

Дані користувача	Значення
Стать	Чоловіча (♂), Жіноча (♀)
Зріст	Від 100 до 250 см (від 3' 03" до 8' 02")
Дата народження	Рік, місяць, день
Рівень фізичної активності	Від 1 до 5 (див. розділ 7)

8.3 Вимірювання показників користувача із діагностикою всього організму

– Натисніть кнопку  на блоці керування. На дисплеї з'явиться індикація 0.0 кг.

 У разі активації гостьового режиму (GUEST_MODE) в налаштуваннях ваг, ставайте на ваги, коли вони знаходяться у вимкненому стані.

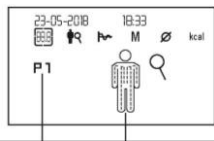
– Встаньте на ваги босоніж і міцно тримайте в руках блок керування. Тримайте пульт керування так, щоб нижня частина великого пальця лежала на передньому електроді, а решта пальців притискала задні електроди.

– Стійте на вагах спокійно, рівномірно розподіливши вагу тіла на обидві ноги. Слідкуйте, щоб ступні, ноги, ікри та стегна не торкалися.



– Якщо ваги розпізнали Вас автоматично, після вимірювання ваги виконується вимір опору (імпедансу) для аналізу. Про це сигналізує значок сканованого тіла.

– Після завершення діагностики всього організму з'являється огляд результатів. Виміряне значення буде автоматично збережено.



Ініціали Сегментний
аналіз

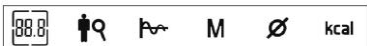
 Вказівка: результат вимірювання може не зберегтися з таких причин.

– Користувач не розпізнаний автоматично. Це станеться, якщо виміряна вага відрізнятиметься на ± 3 кг від останнього виміру або у іншого користувача будуть

схожі значення з різницею ± 3 кг. Тоді натисніть кнопку [^], щоб вибрати користувача вручну та виконати нове вимірювання.

- Користувач стоїть на вагах у взутті.
- Користувач не взяв у руки блок керування.

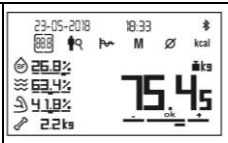
9. Аналіз виміряних значень



Оцінка результатів відбувається автоматично після вимірювання або після вибору користувача вручну на блоці керування. Виберіть свої дані користувача натисканням кнопки [^]. Підтвердіть свій вибір натисканням кнопки [SET] або зачекайте 3 секунди.

Загальний огляд

До або після діагностики всього організму на дисплеї відображається огляд результатів.



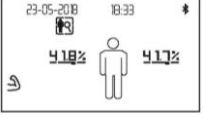


Сегментний аналіз показників жирової та м'язової маси

а) Жирова маса лівої та правої руки



– Натискайте кнопку меню [>], доки не буде позначено символ . На екрані з'являться результати сегментного аналізу показників жирової маси лівої та правої руки.




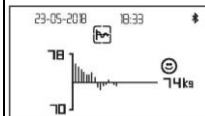
<p><u>б) Жирова маса лівої та правої ноги</u></p> <p>– Натискайте кнопку [] для детального відображення показників жирової маси лівої та правої ноги.</p>	
<p><u>в) Жирова маса корпусу</u></p> <p>– Натискайте кнопку [] для детального відображення показників жирової маси у корпусі.</p>	
<p><u>г) Вісцеральний жир (жирові накопичення в органах/черевній порожнині)</u></p> <p>– Натискайте кнопку [] для детального відображення показників вісцерального жиру.</p>	
<p><u>д) Частка м'язової маси лівої та правої руки</u></p> <p>– Натискайте кнопку [] для детального відображення показників м'язової маси лівої та правої руки.</p>	
<p><u>е) Частка м'язової маси лівої та правої ноги</u></p> <p>– Натискайте кнопку [] для детального відображення показників м'язової маси лівої та правої ноги.</p>	
<p><u>ж) Частка м'язової маси корпусу</u></p> <p>– Натискайте кнопку [] для детального відображення показників м'язової маси у корпусі.</p>	

Графічне відображення



а) Маса тіла

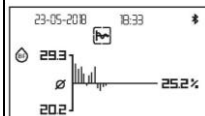
– Натискайте кнопку меню [], доки не буде позначено символ . Зміна ваги тіла відображається на дисплеї. Відображається зміна ваги тіла від вимірювання до вимірювання. Нові вимірювання додаються праворуч. Лінія порівняння означає цільову вагу.

 Цільову вагу можна змінити в будь-який час у даних користувача.





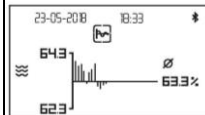
б) Жирова маса

– За допомогою кнопки [] перейдіть до відображення жирової маси . Відображається зміна жирової маси тіла від вимірювання до вимірювання. Лінія відліку означає усереднений показник всіх вимірювань жирової маси, стовпчики означають збільшення чи зменшення значень.





в) Частка рідини

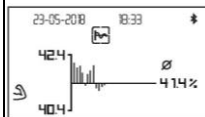
– За допомогою кнопки [] перейдіть до відображення частки рідини . Відображається зміна частки рідини тіла від вимірювання до вимірювання. Лінія відліку означає усереднений показник всіх вимірювань частки рідини, стовпчики означають збільшення чи зменшення значень.





г) Частка м'язової маси

– За допомогою кнопки  перейдіть до відображення м'язової маси .



Відображається зміна частки м'язової маси тіла від вимірювання до вимірювання. Лінія відліку означає усереднений показник всіх вимірювань частки м'язової маси, стовпчики означають збільшення чи зменшення значень.

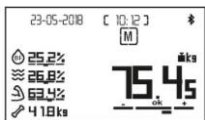


М Відображення збережених результатів



– Натискайте кнопку меню , доки не буде позначено символ . На дисплеї з'явиться останній збережений результат вимірювання.

Зверху вказується дата вимірювання та номер осередку пам'яті (03-03), наприклад третій = останній осередок пам'яті із 3 заповнених осередків.

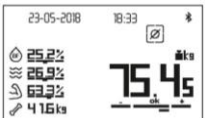
– За допомогою кнопок ,  можна перемикатися між осередками пам'яті.



Середні значення


– Натискайте кнопку меню , доки не буде позначено символ . На дисплеї відображаються всі середні значення збережених результатів вимірювань.

 Зверху вказується дата першого та

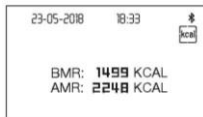


останнього вимірювання.


kcal Витрата калорій

– Натискайте кнопку меню [>], доки не буде позначено символ **kcal**.

Теоретично розрахований основний обмін речовин (BMR), а також обмін речовин з урахуванням фізичної активності (AMR) відображаються у ккал.



Вимкнення ваг (режим очікування)

– Зачекайте, доки дисплей не вимкнеться самостійно, або натисніть кнопку [] на блоці керування, щоб вимкнути дисплей вручну. Дата та час залишаються видимими.

10. Оцінювання результатів

Частка жирової маси

Значення жирової маси відображаються на дисплеї та оцінюються за допомогою гістограми. Нижче наведено нормативні значення жирової маси тіла у % (для детальнішої інформації зверніться до лікаря).

Чоловіки

Вік				
	-			+
10-14	Низька < 11 %	Нормальна 11-16 %	Велика 16,1-21 %	Дуже велика > 21 %
15-19	< 12 %	12-17 %	17,1-22 %	> 22 %
20-29	< 13 %	13-18 %	18,1-23 %	> 23 %
30-39	< 14 %	14-19 %	19,1-24 %	> 24 %
40-49	< 15 %	15-20 %	20,1-25 %	> 25 %

50-59	< 16 %	16-21 %	21,1-26 %	> 26 %
60-69	< 17 %	17-22 %	22,1-27 %	> 27 %
70-100	< 18 %	18-23 %	23,1-28 %	> 28 %

Жінки

Вік				
	Низька	Нормальна	Велика	Дуже велика
10-14	< 16 %	16-21 %	21,1-26 %	> 26 %
15-19	< 17 %	17-22 %	22,1-27 %	> 27 %
20-29	< 18 %	18-23 %	23,1-28 %	> 28 %
30-39	< 19 %	19-24 %	24,1-29 %	> 29 %
40-49	< 20 %	20-25 %	25,1-30 %	> 30 %
50-59	< 21 %	21-26 %	26,1-31 %	> 31 %
60-69	< 22 %	22-27 %	27,1-32 %	> 32 %
70-100	< 23 %	23-28 %	28,1-33 %	> 33 %

Для спортсменів часто визначається занижене значення. Залежно від виду спорту, інтенсивності тренувань і конституції тіла значення можуть виявитися нижчими, ніж вказано в нормативних таблицях. Проте зверніть увагу, якщо ваші значення будуть дуже низькими, це може бути небезпечно для здоров'я.

Вісцеральний жир (жирові накопичення в органах/черевній порожнині)

Вісцеральний жир – це жир, що оточує внутрішні органи в черевній порожнині. Вважається, що вісцеральний жир сприяє розвитку таких хвороб, як гіпертонія чи цукровий діабет.

Показник вісцерального жиру відображається на дисплеї від 1 до 59.

Показник частки вісцерального жиру	Оцінка
1-12	Частка вісцерального жиру у Вашому організмі перебуває у нормальному діапазоні.
13-59	Частка вісцерального жиру у Вашому організмі надто висока.

Вміст води

Нормативні значення вмісту води в тілі у %.

Чоловіки

	-	±	+
Вік	Погано	Добре	Дуже добре
10-100	< 50 %	50-65 %	> 65 %

Жінки

	-	±	+
Вік	Погано	Добре	Дуже добре
10-100	< 45 %	45-60 %	> 60-%

Жирова частка містить відносно невелику кількість рідини. Тому в людей із високою часткою жировою часткою тіла вміст води в організмі може бути нижче норми. Для витривалих спортсменів нормою навпаки є низька жирова частка та висока м'язова частка.

На основі визначення вмісту води за допомогою цих ваг не можна робити медичні висновки про вікові проблеми із затримкою рідини.

За потреби проконсультуйтеся з лікарем. Як правило, це особливо важливо при високому значенні вмісту води.

М'язова маса

При визначенні м'язової маси вимірюється м'язово-скелетна маса. М'язи внутрішніх органів не

харчування (особливо споживання кальцію і вітаміну D) і регулярної фізичної активності ви можете уповільнити цей процес. За допомогою цілеспрямованого збільшення м'язової маси Ви можете додатково підвищити стабільність Вашого скелету. Зверніть увагу, що ці ваги відображають вміст мінеральних речовин у кістках.

На масу кісток практично неможливо вплинути, проте вона здатна змінюватися під впливом деяких факторів (вага, зріст, вік, стать). Нормативних значень і рекомендацій немає.



Увага

Не плутайте поняття кісткової маси та щільності кісток. Щільність кісток визначається тільки під час медичного обстеження (наприклад, комп'ютерна томографія або ультразвукове обстеження). Тому за допомогою цих ваг не можна робити медичні висновки про захворювання кісток і їх щільність (наприклад, остеопороз).

Основний обмін речовин (BMR)

Основний обмін речовин (BMR – Metabolic Rate) – це кількість енергії, яка необхідна організму у стані повного спокою для підтримки основних життєвих функцій (наприклад, при постільному режимі протягом 24 годин). Це значення в основному залежить від ваги, росту та віку. Діагностичні ваги відображають це значення в

одиницях «ккал/день», яке вираховується за формулою Міффліна-Сан Жеора.

Це така кількість енергії, яка необхідна вашому організму в будь-якому випадку, і має бути відновлена під час харчування. Отримання недостатньої кількості енергії протягом тривалого періоду може негативно вплинути на здоров'я.

Обмін речовин із урахуванням фізичної активності (ARM)

Обмін речовин із урахуванням фізичної активності (ARM, Active Metabolic Rate) – це кількість енергії, яка необхідна організму для підтримки активної життєдіяльності протягом дня. Витрати енергії збільшуються пропорційно до фізичної активності людини. Діагностичні ваги визначають це значення відповідно до налаштованого ступеня активності (1-5).

Щоб підтримувати поточну масу тіла, необхідно відновити витрачену енергію під час харчування. Якщо протягом тривалого часу енергії споживається менше, ніж витрачається, організм відновлює енергію за рахунок відкладених жирів. Маса тіла при цьому зменшується. І навпаки, якщо протягом тривалого періоду споживання енергії більше, ніж розраховане значення обміну речовин з урахуванням фізичної активності (AMR), організм отримує надлишок енергії, який в результаті забезпечує збільшення жирової маси. Маса тіла при цьому збільшується.

Часовий зв'язок результатів



Зверніть увагу, що це все має значення тільки за умови достатньо

тривалого спостереження. Короткочасні відхилення маси в межах кількох днів, як правило, обумовлені втратою рідини.

Пояснення результатів здійснюється на основі змін загальної маси тіла, відсоткового співвідношення жирової частки, вмісту води та м'язової частки тіла, і залежить від проміжку часу, за який ці зміни відбулися. Короткочасні зміни протягом дня можуть значно відрізнятися від середньострокових (протягом тижнів) і довгострокових (протягом місяців) змін.

Як правило, короткочасні зміни майже завжди пов'язані зі зміною вмісту рідини в організмі, в той час як середньострокові та довгострокові зміни можуть стосуватися також зміни частки жирової та м'язової маси.

- Короткочасне зменшення маси й одночасне збільшення або незмінна кількість жирової частки спричинені виключно зниженням вмісту рідини в організмі, наприклад, у результаті тренування, відвідування сауни або за умови швидкої втрати маси внаслідок дотримання дієти.
- Якщо відбувається середньострокове збільшення маси при зменшенні або незмінній кількості жирової частки, можливо, збільшилася м'язова частка.
- Якщо одночасно зменшуються загальна маса та жирова маса, дієта працює – ви втрачаєте жирову масу.
- Ідеальним є поєднання дієти з фізичною діяльністю, заняттям фітнесом або силовими навантаженнями. У цьому випадку може збільшуватися м'язова маса.
- Не можна сумувати жирову масу, вміст води або

м'язову масу, оскільки м'язові тканини також містять рідину, яка враховується у загальний вміст води.

11. Передача вимірних значень через додаток




Якщо додаток не відкрито, нові присвоєні значення зберігаються в пам'яті ваг. На вагах можна зберегти до 30 значень для кожного користувача. Збережені вимірні значення автоматично передаються в додаток, якщо Ви відкриєте її в межах дії *Bluetooth*[®]-з'єднання.


Автоматична передача даних при вимкнених вагах можлива, якщо у налаштуваннях приладу увімкнено *Bluetooth*[®].

12. Додаткова інформація

Видалення даних із пам'яті ваг

а) Видалення користувача з усіма налаштуваннями та збереженими результатами

- Після увімкнення виберіть свої дані користувача натисканням кнопки . Якщо потрібно, натисніть кнопку кілька разів і підтвердіть натисканням [SET],
- Коли на дисплеї з'явиться 0.0, натисніть кнопку [SET] і утримуйте її протягом 12 секунд, щоб видалити користувача.
- Виберіть за допомогою кнопок ,  пункт YES та підтвердіть запит кнопкою [SET]. Якщо Ви не бажаєте видалити користувача, виберіть пункт NO і підтвердіть вибір кнопкою [SET],

 Усі збережені значення та налаштування цього користувача будуть видалені.

б) Видалення окремого результату користувача

- Виберіть у пам'яті користувача  вимірне значення

та швидко натисніть кнопку [SET] на блоці керування, щоб видалити відображений збережений результат.

- Це можна зробити також одразу після вимірювання.
- Виберіть за допомогою кнопок [↕, ↕] пункт YES та підтвердіть запит кнопкою [SET], Якщо Ви не бажаєте видаляти результат, виберіть NO і підтвердіть вибір кнопкою [SET],

в) Видалення всіх збережених результатів користувача

- Викличте пам'ять користувача [M] і натисніть кнопку [SET] на блоці керування, утримуючи її протягом приблизно 5 секунд, щоб видалити всі значення.
- Виберіть за допомогою кнопок [↕, ↕] пункт YES та підтвердіть запит кнопкою [SET], Якщо Ви нічого не бажаєте видаляти, виберіть NO і підтвердіть вибір кнопкою [SET],

Заміна батарейок

Блок керування оснащений індикатором заміни батарейок. Якщо батарейки розрядилися, на дисплеї відображається LOW_BATTERY. В цьому випадку батарейки слід замінити. Після цього виконайте повторне з'єднання з додатком. Час оновиться.

❗ ВКАЗІВКА

- При заміні батарейок використовуйте батарейки того ж типу, тієї ж марки і такої ж ємності.
- Не використовуйте акумуляторні батарейки.
- Використовуйте батарейки, які не містять важких металів.

13. Чищення приладу та догляд

Періодично необхідно чистити прилад.

Для чищення використовуйте вологу ганчірку, за потреби нанесіть на неї м'який засіб.

УВАГА

- Не використовуйте сильнодіючі розчинники та засоби для чищення!
- Ніколи не занурюйте прилад у воду!
- Не мийте прилад у посудомийній машині!

14. Утилізація

Використані, повністю розряджені батарейки необхідно викидати в контейнери зі спеціальним маркуванням або здавати в пункти прийому спеціальних відходів чи магазини електрообладнання.

За законом утилізація батареек є обов'язковою.

Ці знаки попереджають про наявність у батарейках таких токсичних речовин:

Pb = батарейка містить свинець,

Cd = батарейка містить кадмій,

Hg = батарейка містить ртуть.

В рамках охорони навколишнього середовища після завершення терміну служби приладу заборонено утилізувати його разом з побутовими відходами.

Утилізація може здійснюватися через відповідні місцеві приймальні пункти.



Прилад необхідно утилізувати відповідно до директиви ЄС щодо відходів електричного та електронного обладнання (WEEE, Waste Electrical and Electronic Equipment). В разі виникнення запитань звертайтеся до місцевої комунальної служби, відповідальної за утилізацію відходів. Утилізація упаковки відповідно до приписів з охорони навколишнього середовища.



15. Що робити при виникненні несправностей?

Якщо під час зважування сталася помилка, на дисплеї відображається одне з таких повідомлень.

Індикація на дисплеї	Причина	Способи усунення
ERROR:_ OVERLOAD	Перевищено максимальне допустиме навантаження 200 кг.	Вага не має перевищувати 200 кг.
LOW_BATTERY	Батарейки майже розряджені.	Замініть батарейки (див. розділ «Заміна батарейок»).
MEMORY_FULL	Збережено 30 результатів вимірювань.	Перенесіть результати вимірювань.
ERROR:_ CONTACT ERROR	Електричний опір між електродами та підошвами ніг занадто високий (наприклад, при наявності великих мазолів).	Виконайте вимірювання повторно босоніж. За потреби злегка зволожите ступні ніг. За потреби видаліть мазолі та зроговілу

		шкіру на стопах. Притискайте ручні електроди пальцями ззаду та долонями спереду.
ERROR:_DATA	Вимір BIA пройшов успішно, проте частка жирової маси виходить за межі діапазону вимірювання (менше 3% або більше 65%).	Повторіть вимірювання босоніж або за потреби трохи зволожите підошви ступень. За потреби змініть налаштування ступеня активності.
Індикація відсутня	Батарейки повністю розряджені.	Замініть батарейки (див. розділ «Заміна батарейок»).
	Батарейки вставлені неправильно.	Перевірте полярність (див. розділ «Підготовка до користування приладом» -> «Заміна батарейок»).
Відображається лише вага, діагностика відсутня	Невідоме вимірювання (значення вимірювання виходить за межі відповідності користувачу або	Виберіть користувача на вагах за допомогою кнопки  або виконайте повторне присвоєння користувача в

	взаємно-однозначна відповідність неможлива).	додатку. Тримайте електроди блоку керування та стійте на платформі босоніж.
--	--	--

Невірне вимірювання ваги

Можливі помилки	Шляхи усунення
Неправильна нульова позначка шкали ваг.	Увімкніть ваги, за потреби зачекайте 5 секунд і повторіть вимірювання.
Ваги стоять на килимі.	Встановіть ваги на тверду рівну поверхню. Сійте максимально близько до краю, не перекидаючи ваги.
Відображається неправильна вага	Сійте якомога спокійніше та рівно.
Відображається неправильна вага	Зачекайте, доки ваги знову вимкнуться. Повторіть вимірювання.

Відсутнє з'єднання *Bluetooth*[®] (символ відсутній)

Можливі помилки	Шляхи усунення
Радіозв'язок	Мінімальний радіус дії у вільному просторі близько 10 м. Стіни і стелі обмежують радіус дії. Передачу даних можуть порушити інші радіохвилі. Тому не ставте ваги поблизу таких пристроїв, як WIFI-маршрутизатор, мікрохвильова піч, індукційна панель.
З'єднання	Повністю вимкніть додаток (в т. ч. у

<i>Bluetooth</i> [®] не встановлено.	фоновому режимі). Вимкніть і знову увімкніть <i>Bluetooth</i> [®] . Перезапустіть смартфон. Ненадовго вийміть з ваг батарейки та знову вставте. Перегляньте розділ FAQ на сайті www.beurer.com .
Встановлення з'єднання триває надто довго.	Більш короткий інтервал передачі даних по <i>Bluetooth</i> [®] при увімкнених вагах.

16. Технічні характеристики

Розмір ваг	380 x 390 x 1 000 мм
Батарейки для ваг	4 батарейки 1,5 В, типу AA
Діапазон вимірювання	Від 8 до 200 кг
Ціна поділки d:	Можливість зчитування показників дисплея з кроком 0,05 кг.
Точність при повторних вимірюваннях:	Похибка при повторних вимірюваннях становить +/- 0,3 кг (серія вимірювань: вимірювання виконані поспіль на тих самих вагах з максимально ідентичним положенням ваги та людини).
Абсолютна точність:	Вимірне значення у порівнянні з еталонною вагою становить +/- 0,5 % +0,05 кг. Наприклад, для 50 кг відхилення складе +/- 0,3 кг, для 100 кг +/- 0,55 кг.
Передача даних за допомогою	У приладі використовується технологія <i>Bluetooth</i> [®] low energy

бездротової технології <i>Bluetooth</i> [®]	technology, діапазон частоти 2,402-2,480 ГГц, потужність передавача макс. 0 дБм, сумісний зі смартфонами та планшетами з <i>Bluetooth</i> [®] 4.0
--	--

Список сумісних смартфонів, необхідна інформація та програмне забезпечення, а також деталі роботи приладу доступні за наступним посиланням:
connect.beurer.com.



Системні вимоги додатку «beurer HealthManager»	iOS ≥ 10.0, Android™ ≥ 5.0 <i>Bluetooth</i> [®] ≥ 4.0
--	---

Можливі технічні зміни.

Цим підтверджуємо, що даний виріб відповідає вимогам європейської директиви RED 2014/53/EC.

З декларацією про відповідність директивам ЄС для даного приладу можна ознайомитись, перейшовши за посиланням: <https://www.beurer.com/web/web-landingpages/de/cededarationofconformity.php>

17. Гарантія/сервісне обслуговування

Гарантійний термін на прилад складає ' * місяців з дати придбання приладу, що має бути підтверджено документально (наявність чеку). Гарантія

розповсюджується на несправності, що виникли з вини виробника (виробничі дефекти).

Гарантія не розповсюджується на наступні несправності:

- Пошкодження, що виникли у зв'язку з порушенням правил використання;
- Користування приладом не за призначенням;
- випадкові пошкодження (дефекти, спричинені користувачем);
- пошкодження в результаті стихійного лиха;
- пошкодження через неправильне підключення приладу до електромережі.
- Гарантія не розповсюджується на елементи живлення (батарейки), а також на природне зношення приладу та на аксесуари, запасні частини і витратні деталі.

Гарантія є недійсною, якщо:

- серійний номер на приладі був видалений або змінений;
- наявні сліди механічного пошкодження приладу;
- всередині приладу присутні рідини або сторонні предмети;
- наявні сліди несанкціонованого відкриття або ремонту приладу;
- гарантійний талон був заповнений неправильно або неповністю (відсутня частина даних або штамп/підпис фірми-продавця);
- прилад, призначений для особистого побутового використання був задіяний у підприємницькій діяльності / масово експлуатувався та / або застосовувався в інших цілях, що не відповідають його прямому призначенню;
- відсутній документ, що підтверджує оплату у

відповідності до законодавства України (чек);
З метою забезпечення прав споживачів строк служби
цього приладу встановлено рівним гарантійному строку.

При настанні гарантійного випадку покупець має
звернутися до:

Сервісний Центр ERC, м. Київ, вул. Марка Вовчка 18А
0(800) 300-345 (безкоштовно з мобільного)

Telegram | Viber | WhatsApp +38 (067) 624-98-68 чат,
тільки для повідомлень

e-mail: service@erc.ua, сайт: service.erc.ua

або Фірми-продавця, у якої було придбано цей прилад;
або Дистриб'ютора в Україні :

ТОВ «Хелс Менеджер», Тел.:(044) 501-31-25, 501-31-24,
(067) 676-69-69, www.beurer.com.ua,

Ел. пошта: ofis@beurer.kiev.ua

В інструкції можливі неточності та зміни.