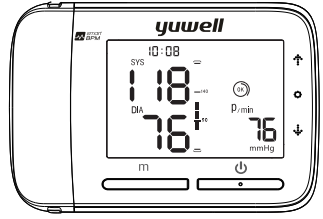
JIANGSU YUYUE MEDICAL EQUIPMENT & SUPPLY CO., LTD.
NO.1 Baisheng Road Development Zone, Danyang, Jiangsu 212300 CHINA
www.yuwell.com

730109-2C

yuwell



YE8900A

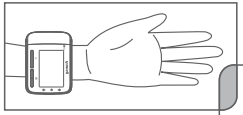
เครื่องวัดความดันโลหิตอิเล็กทรอนิกส์

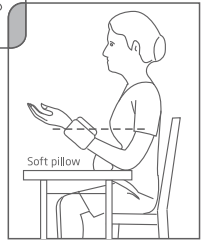
คู่มือการใช้งาน

กรุณาศึกษาคู่มือก่อนการใช้งาน

วิธีการใช้งาน

- ใส่เครื่องที่ข้อมือตามรูป
- ขนาดข้อมือที่เหมาะสมสำหรับการใช้เครื่อง : 13.5 – 19.5 ซม.





ท่านั่งในการตรวจวัด

- นิ่งๆเป็นเวลา 5 นาที
- ให้ตัวเครื่องและหัวใจอยู่ในระดับเดียวกัน

การตรวจวัด

- กดปุ่ม " ⏻ " เพื่อเริ่มการตรวจวัด
- ห้ามสนทนา หรือเคลื่อนไหวขณะตรวจวัด
- ห้ามกิน, สูบบุหรี่, ดื่มเครื่องดื่ม, อาบน้ำ หรือ ออกกำลังกายอย่างหนักก่อนทำการตรวจวัด 30 นาที

สารบัญ

ข้อมูลสำคัญ 01
ขอบเขตการใช้งานและข้อควรใส่ใจ 02
คุณสมบัติ และพารามิเตอร์ทางเทคนิค 04
ส่วนประกอบ 07
การติดตั้งแบตเตอร์รี่ 09
วิธีการใส่สายรัดต้นแขน 11
ท่านั่งในการตรวจวัด 12
เริ่มต้นการตรวจวัด 14
ฟังก์ชันหน่วยความจำ 19
การตั้งค่าเวลาและวันที่ 21
การตั้งค่าหน่วยการวัด 23
โหมดคงที่ 24
คำถามทั่วไปของการตรวจวัดความดันโลหิต 27
ปัญหาและการแก้ไขปัญหา 32
การบำรุงรักษา 34
ไดอารี่สุขภาพ 36

ให้ความสำคัญต่อสัญลักษณ์ที่ปรากฏเพื่อป้องกันการเกิดอันตรายหรือความเสียหายต่อผู้ใช้งาน

สัญลักษณ์	คำอธิบาย
	ให้ความสนใจ มิเช่นนั้นอาจเกิดการเสียหาย
	ห้าม
	ข้อมูลสำคัญ
	ประเภท BF application part
	ศึกษาคู่มือการใช้งาน
	วางตั้ง
	แตกง่าย
	เก็บไว้ในที่แห้ง

1. ขอบเขตการใช้งาน

โรคเบาหวาน, ไขมันในเลือดสูง, ความดันโลหิตสูง จะทำให้หลอดเลือดแข็งตัวเร็วขึ้น และทำให้เกิดภาวะdysaemia ที่ปลายประสาท แนะนำให้ผู้ป่วยเหล่านี้และผู้สูงอายุใช้เครื่องวัดความดันแบบต้นแขน ในการตรวจวัดความดัน

2. ข้อควรใส่ใจ

- ⚠ ข้อควรระวัง: กรุณาให้ความสนใจและปฏิบัติตามคำแนะนำ เพื่อป้องกันการผิดพลาดในการตรวจวัด
- ❗ ควรนั่งนิ่งๆเป็นเวลา 5 นาทีก่อนทำการวัด
- ⊘ ห้ามตรวจวัดขณะยืน, เดิน หรือขณะที่ร่างกายถูกกดทับ
- ⊘ ห้ามวัดภายใน 1 ชั่วโมงหลังสูบบุหรี่ ดื่มเครื่องดื่มมึนเมา หรือกาแฟ(ชาดำ)
- ⊘ ห้ามวัดหลังจากเล่นกีฬาหรืออาบน้ำ
- ⊘ ห้ามพูด, เคลื่อนไหวในขณะทำการตรวจวัด
- ⊘ ห้ามเขย่าแขน, งอนิ้ว ในขณะทำการตรวจวัด
- ⊘ ห้ามทำการวัดในสภาวะที่อุณหภูมิสูงหรือต่ำเกินไป

- ⃠ ห้ามทำการวัดบนยานพาหนะที่กำลังเคลื่อนที่
- ⃠ ห้ามทำการวัดต่อเนื่อง (เว้นช่วงเวลา 2-3นาที หรือเว้นช่วงเวลาในการตรวจวัด
- ⃠)
- ⃠ ห้ามทำการวัดภายใน1ชั่วโมงหลังอาหาร
- ❗ ห้ามใช้โทรศัพท์มือถือใกล้กับอุปกรณ์
- ❗ โปรดติดตั้งแบตเตอรี่ใหม่และเปิดเครื่องใหม่ หากไม่สามารถตรวจวัดได้
- ⃠ สำหรับผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ ผลการวัดอาจไม่ถูกต้อง
- ⚠ อย่าเก็บสายรัดต้นแขนไว้ในสภาวะอากาศเป็นเวลานาน
  อย่าวินิจฉัยโรคหรืออาการ ด้วยการวัดจากเครื่องวัดความดันโลหิต

หากไม่เก็บตัวเครื่องไว้ตามเงื่อนไขอุณหภูมิและความชื้นที่โรงงานกำหนด
เครื่องอาจจะทำการวัดไม่ได้ตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้

1. ข้อสรุป

เป็นอุปกรณ์สำหรับใช้ตรวจวัดความดันโลหิตสำหรับคน (เหมาะสำหรับผู้ใหญ่ที่มีอายุมากกว่า12ปีขึ้นไป ไม่เหมาะกับเด็กแรกเกิด) เป็นอุปกรณ์ที่เหมาะสำหรับการดูแลสุขภาพประจำวัน สามารถทำการตรวจวัดได้ทุกที่ ทุกเวลา
Contraindication: NONE

2. คุณสมบัติ

การออกแบบที่เล็กกระทัดรัด
หน้าจอ LCD และตัวอักษรขนาดใหญ่
หน่วยความจำ 60 กลุ่ม
แสดงค่าเฉลี่ยในการตรวจวัด 3 ครั้งล่าสุด
หน่วยการวัด kPa & mmHg

หลักการตรวจวัด

ผลิตภัณฑ์นี้ใช้หลักการวัดความดันโลหิตแบบสั่น หลักการคือ โปรแกรมจะคำนวณค่าความดัน และชีพจรโดยอัตโนมัติในกระบวนการพองตัวของผ้าพันแขน

3. ข้อมูลทางเทคนิค

หน้าจอแสดงผล: หน้าจอ LCD
หลักการตรวจวัด: หลักการออสซิลโลเมตริก
ขอบเขตการวัด:
ขอบเขตช่วงความดัน: 0~300mmHg (0-40.0kPa)
อัตราการเต้นของชีพจร: 40-200 ครั้ง/นาที
ความแม่นยำ:
ความดัน ± 3mmHg(± 0.4kPa)
อัตราการเต้นชีพจร: ± 5% จากค่าที่วัดได้
ระบบการทำงาน: Continuous operation
การจำแนกประเภทไฟฟ้า: อุปกรณ์ขับเคลื่อนภายใน
การแบ่งประเภท: ประเภท BF application part
เซ็นเซอร์ความดัน: เซ็นเซอร์ความดันเซมิคอนดักเตอร์
แรงดัน: แรงดันอัตโนมัติ
การปล่อยแรงดัน: ปล่อยแรงดันอัตโนมัติ
กำลังไฟฟ้า: แบตเตอรี่ AAA จำนวน2ก้อน
อายุการใช้งานของแบตเตอรี่: ประมาณ 300 ครั้ง
ความยาวรอบแขนที่เหมาะสม: 13.5-19.5 ซม.
น้ำหนัก: ประมาณ 90 กรัม

4. เงื่อนไขการใช้งาน:

อุณหภูมิขณะใช้งาน: +5℃~+40℃
ความชื้นขณะใช้งาน: 15%~80%RH
ความดันบรรยากาศขณะทำงาน: 80kPa~105kPa

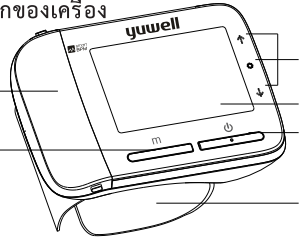
เงื่อนไขสภาพแวดล้อม:

หลีกเลี่ยงการรบกวนทางแม่เหล็กไฟฟ้า, การกระแทกอย่างรุนแรง และสภาพแวดล้อมที่มีเสียงรบกวน

การรบกวนความถี่วิทยุ:

อาจมีความเสี่ยงที่คลื่นความถี่วิทยุจะรบกวนระหว่างอุปกรณ์ และอุปกรณ์อื่นๆ หากมี โปรดค้นหาปัญหาและดำเนินการตามวิธีต่อไปนี้:
(1) ปิดอุปกรณ์ และเปิดอีกครั้ง
(2) เปลี่ยนตำแหน่งของอุปกรณ์
(3) วางผลิตภัณฑ์ให้ห่างจากอุปกรณ์รบกวน

ส่วนประกอบหลักของเครื่อง



ฝาปิดแบตเตอรี่

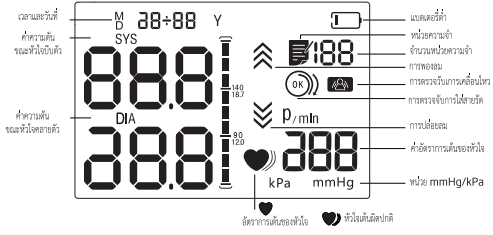
ปุ่มหน่วยความจำ

ไฟแสดงตำแหน่ง

หน้าจอแสดงผล

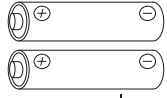
ปุ่มเปิด/ปิด

สายรัดต้นแขน



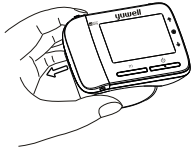
อุปกรณ์เสริม

- แบตเตอรี่ AAA 2 ก้อน
- คู่มือการใช้งาน, ใบรับประกัน



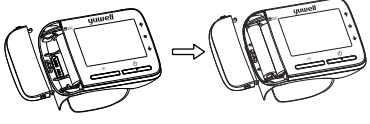
แบตเตอรี่

1. เปิดฝาครอบแบตเตอรี่ตามลูกศร

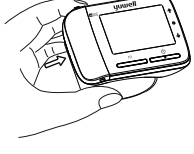


⚠ **หมายเหตุ:** จับด้านข้างของฝาครอบให้แน่นและดึงฝาออก

2. ใส่แบตเตอรี่ ขนาด AAA จำนวน 2 ก้อน



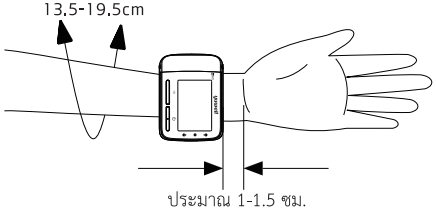
3. ปิดฝาแบตเตอรี่



- หากเกิดอุบัติเหตุ อิเล็กโทรไลต์ในแบตเตอรี่เข้าดวงตา ผิวหนัง หรือผ้า ให้ล้างด้วยน้ำปริมาณมาก
- หาก" " ปรากฏขึ้นหมายความว่า แบตเตอรี่ใกล้หมด กรุณาเปลี่ยนแบตเตอรี่ใหม่ทั้งสองก้อน
- โปรดถอดแบตเตอรี่ออกหากไม่ได้ใช้งานเป็นเวลานาน (มากกว่า 3 เดือน)
- ⊘ กรุณาอย่าใช้แบตเตอรี่ใหม่กับแบตเตอรี่เก่าคู่กัน
- ทิ้งแบตเตอรี่ที่ใช้แล้วลงในขยะอิเล็กทรอนิกส์

วิธีการใส่สายรัดต้นแขน

1. สวมผ้าพันข้อมือโดยที่ไม่หลวมหรือแน่นเกินไป อย่าให้มีอุปกรณ์หรือสิ่งของใดอยู่ระหว่างตัวเครื่องและข้อมือ
2. ระยะห่างระหว่างข้อมือและตัวเครื่องควรห่างประมาณ 1-1.5 ซม



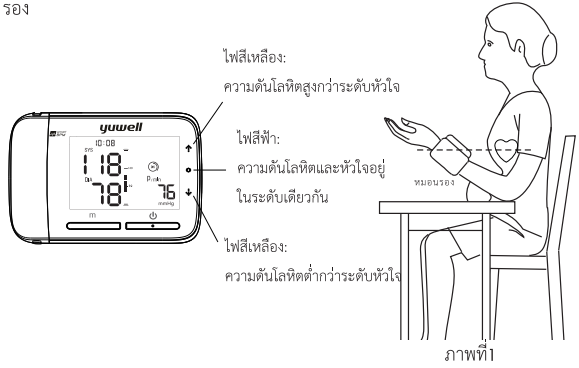
3. สวมเครื่องที่ข้อมือให้กระชับ หากหลวมเกินไปอาจส่งผลต่อผลการตรวจวัด
4. ปรับสายรัดต้นแขนให้พร้อมสำหรับการใช้งาน

คำแนะนำ

สามารถทำการวัดได้ทั้งสองข้อมือ

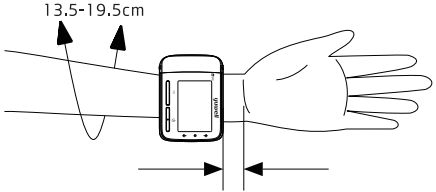
ท่านั่งในการตรวจวัด

1. นั่งตัวตรงและผ่อนคลาย (ดังภาพที่1)
   ⃠ ห้ามงอหรือเอียงตัวไปด้านหน้า
2. หายใจลึกๆ 3-4 ครั้ง และผ่อนคลายไหล่ และแขนก่อนการตรวจวัด
3. ให้ระดับเครื่องและหัวใจอยู่ระดับเดียวกัน อย่าพูด ขยับเขย่าแขนหรืองอนิ้วขณะวัด แนะนำให้หลังมีที่พิงและแขนมีหมอนรอง



ภาพที่1

ท่าวัดที่ถูกต้อง(ดังภาพที่2)



ภาพที่2

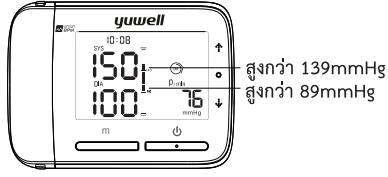
⚠ ผ่อนคลายนิ้วมือให้อยู่ในท่าผ่อนคลาย

ท่าวัดที่ไม่ถูกต้อง

1. การกำมืออาจทำให้ความดันสูงขึ้น
2. อย่าจับสายรัดต้นแขนด้วยมืออีกข้าง
3. อย่าจับแขนแรงขณะทำการตรวจวัด หากจำเป็นให้ใช้หมอนรอง

นั่งพักเป็นเวลา 5 นาที ก่อนทำการตรวจวัด

1. หลังจากใส่แบตเตอรี่เรียบร้อย ให้กดปุ่ม " ⏻ " เพื่อเริ่มการตรวจวัด

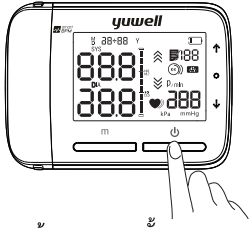


- หากค่าความดันขณะหัวใจบีบตัวสูงกว่า 139 mmHg หรือ ค่าความดันขณะหัวใจคลายตัวสูงกว่า 89 mmHg ควรไปพบแพทย์
- แถบแสดงค่าความดันโลหิตสามารถชี้ให้เห็นถึงค่าความดันโลหิตตามความจริงได้

1. ห้ามขยับหรือพูดจนกว่าจะตรวจวัดเรียบร้อย
2. ปรับตำแหน่งสายรัดต้นแขนให้อยู่ในระดับเดียวกันกับหัวใจ
3. เริ่มวัดใหม่หากผ้าพันข้อมือหลวมขณะวัด
4. กด " ⏻ " เพื่อหยุดเครื่อง หากเครื่องไม่ทำงาน และถอดสายรัดออก

⚠ ค่าความดันสูงสุดที่เครื่องจะพองลมเพื่อบีบข้อมือได้ คือ 300mmHg/40.0kPa อย่าให้เครื่องพองลมเพื่อบีบเป็นเวลานาน เพื่อหลีกเลี่ยงความเสียหาย

5. ควรเว้นระยะห่างในการตรวจวัด 2-3 นาที



หน้าจอแสดงผลทั้งหมด

▶ เครื่องจะเริ่มทำงานโดยอัตโนมัติเมื่อกดปุ่ม " ⏻ " และสัญลักษณ์ " ♥ " จะกระพริบ และค่าความดันจะสูงขึ้นตามลำดับ

โปรดรักษาตำแหน่งในระหว่างการวัดและอย่าพูดหรือขยับร่างกายหรือมือ



หน้าจอขณะวัด

2. เสร็จสิ้นการตรวจวัด

หลังสิ้นสุดการตรวจวัด หน้าจอจะแสดงผลค่าความดันขณะหัวใจบีบตัว(SYS) ค่าความดันขณะหัวใจคลายตัว(DIA) และอัตราการเต้นของหัวใจ และสายรัดต้น



หน้าจอแสดงผลหน่วย mmHg



หน้าจอแสดงผลหน่วย kPa

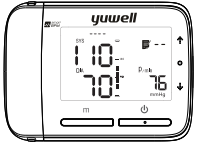
3. ถอดสายรัดออก

4. ปิดเครื่อง

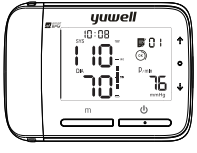
ให้กดปุ่ม " ⏻ " เพื่อทำการปิดเครื่อง หรือเครื่องจะทำการปิดอัตโนมัติ ภายใน120วินาที หากไม่มีการใช้งาน

1. กดปุ่ม " M " เพื่อเรียกดูหน่วยความจำ

A. กดปุ่ม " m " หน้าจอจะแสดงผลค่าเฉลี่ย 3 ครั้งล่าสุด



B. กดปุ่ม" m "อีกครั้ง หน้าจอจะแสดงผลการวัดครั้งล่าสุด พร้อมกับแสดงตัวเลขกลุ่มข้อมูล 1-60 โดยที่ 1 คือกลุ่มข้อมูลที่ทำการวัดครั้งสุดท้าย และ 60 คือกลุ่มข้อมูล เริ่มแรกที่ทำการตรวจวัด



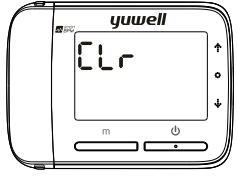
คำแนะนำ ข้อมูลกลุ่มที่ 60 จะถูกแทนที่ด้วยกลุ่มข้อมูล 59 เมื่อหน่วยความจำเต็ม และข้อมูลกลุ่มที่ 1 จะถูกแทนที่ด้วยข้อมูลกลุ่มใหม่

C. เลือกดูข้อมูลหน่วยความจำ โดยการกดปุ่ม " M " โดยแสดงเป็นลำดับ 1, 2,...,60 (ลำดับสูงสุด)

D. กดปุ่ม " M " ค้างไว้เพื่อเรียกดูข้อมูลที่เร็วขึ้น

2.การลบหน่วยความจำ

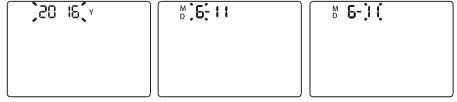
ให้ทำการกดปุ่ม " ⏻ " และ " m " จนกว่าหน้าจอจะแสดงดังภาพด้านล่าง ซึ่งหมายถึงกลุ่มข้อมูลได้ถูกลบ



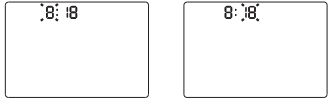
⚠ **หมายเหตุ:** วิธีนี้จะเป็นการลบกลุ่มข้อมูลทั้งหมด

ข้อมูลการตรวจวัดจะถูกจัดเก็บโดยอัตโนมัติตามระบบของเครื่อง จะต้องทำการตั้งค่าเวลาและวันที่ในทุกครั้ง หากมีการติดตั้งแบตเตอรี่ใหม่ โปรดทำตามขั้นตอนต่อไปนี้ (ตัวอย่างเช่น ต้องการตั้งค่าเวลาและวันที่: 08:18 2016-6-11)

1.ตั้งค่าปี: กดปุ่ม " m " และ " ⏻ " เป็นเวลา 3 วินาที จนกว่าตัวเลขจะกระพริบ
2.กดปุ่ม " m " เพื่อลดตัวเลขปี และกดปุ่ม "M" เพื่อเพิ่มตัวเลข
3.กดปุ่ม "⏻" เพื่อเปลี่ยนไปตั้งค่า เดือน
4.ทำขั้นตอนนี้จนจบกระบวนการตั้งค่า

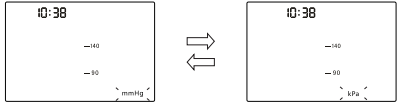


ตัวอักษร ปี กระพริบ | ตัวอักษร เดือน กระพริบ | ตัวอักษร วันที่ กระพริบ



ตัวอักษร ชั่วโมง กระพริบ | ตัวอักษร นาที กระพริบ

หลังเสร็จสิ้นการตั้งค่าวันที่ และเวลาให้กดปุ่ม" ⏻ " เพื่อเข้าสู่การตั้งค่าหน่วย mmHg/kPa โดยให้กดปุ่ม " m " เพื่อเลือกหน่วยการวัด หลังจากเสร็จสิ้นให้กดปุ่ม " ⏻ "



เป็นฟังก์ชันสำหรับผู้เชี่ยวชาญในการเข้าสู่โหมดคงที่ เพื่อเข้าสู่การตรวจสอบความดันที่มาตรฐาน

⚠ **คำเตือน:** ผู้ใช้งานทั่วไปไม่จำเป็นต้องใช้หรือดำเนินการฟังก์ชันนี้ บริษัทผู้ผลิตจะไม่รับผิดชอบ กรณีเกิดการเสียหายจากการดำเนินการ

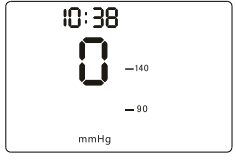
1. การปรับปรุงระบบ

กดปุ่ม " ⏻ " ทันทีที่ใส่แบตเตอรี่เสร็จ หลังจากนั้นหน้าจอจะแสดงสัญลักษณ์ " ⩔ " ซึ่งหมายถึงระบบกำลังทำการตรวจสอบเพื่อปรับปรุงระบบ และสัญลักษณ์ " ⩔ " จะหายไปในเวลาต่อมา ซึ่งในขณะเดียวกันจะมีการพองลมแสดงให้เห็นว่าสิ้นสุดการตรวจสอบระบบ ให้กดปุ่ม " ⏻ " เพื่อหยุดการพองลม และถอดแบตเตอรี่ออกเพื่อเข้าสู่ขั้นตอนต่อไป

⚠ **หมายเหตุ:** จำเป็นต้องปรับปรุงระบบ ก่อนการเข้าสู่โหมดคงที่ เพื่อป้องกันการเสียหายของเครื่อง

2. เข้าสู่โหมดคงที่

กดปุ่ม " m " ค้างไว้ประมาณ 3 วินาที ในขณะที่ใส่แบตเตอรี่พร้อมกัน หลังจากนั้นให้ปล่อยปุ่ม " m " หลังจากนั้นหน้าจอจะแสดงค่าความดัน" " วันที่ และเวลา ซึ่งหมายถึงว่าเครื่องได้ปรับปรุงระบบและเข้าสู่โหมดคงที่แล้ว ให้เริ่มทำการทดสอบโหมดคงที่ได้



คำแนะนำ

- หลังเข้าสู่โหมดคงที่แล้วหากหน้าจอไม่แสดง " " กรุณาเริ่มขั้นตอนการปรับปรุงระบบอีกครั้งและติดต่อตัวแทนจำหน่ายหากเครื่องยังคงไม่ทำงาน

- อุปกรณ์จะปิดอัตโนมัติ หากไม่มีการดำเนินการภายใน 4 นาที

ความดันโลหิตที่ข้อมือ

เมื่ออาบน้ำที่มีอุณหภูมิสูง จะทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้น แต่หากอาบด้วยน้ำอุ่น ความดันโลหิตก็จะลดลง และความดันโลหิตที่ข้อมือจะลดลงมากกว่าที่ต้นแขน

ความรู้เกี่ยวกับความดันโลหิตบนข้อมือและต้นแขน

โรคเบาหวาน, ไขมันในเลือดสูง, ความดันโลหิตสูง จะกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดแข็งและทำให้เกิดภาวะปลายประสาทเสื่อม

ความดันโลหิตที่ข้อมือและต้นแขนอาจมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญกับผู้ป่วยแม้ในสภาวะที่ไม่เหมาะสม รวมถึงคนที่มีสุขภาพดีอาจมีค่าความดันที่แตกต่างได้โดยประมาณ 20 mmHg (2.6kPa) ดังนั้น ไม่ควรวินิจฉัยอาการหรือโรคด้วยตัวเอง โปรดปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

โดยปกติความดันที่ข้อมือกับต้นแขนจะเท่ากัน แต่อาการหลอดเลือดผิดปกติอาจทำให้มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญได้ โปรดปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

ในคนที่มีสุขภาพดีจะมีความแตกต่างกันของค่าความดันโลหิตบริเวณข้อมือและต้นแขนประมาณ 20 mmHg (2.6kPa)

ท่าที่ถูกต้องในการตรวจวัด

หากระดับข้อมือและหัวใจไม่เท่ากัน ความดันโลหิตจะเปลี่ยนไปตามน้ำหนักของเลือด เมื่อข้อมือสูงกว่าหัวใจ ค่าที่วัดได้จะลดลงและจะสูงขึ้นในทางกลับกัน และในทุกๆ 10 ซม.จะเปลี่ยนไป 8 mmHg (1kPa)

1. ความดันโลหิตคืออะไร

ความดันโลหิตคือแรงที่เลือดกระทำต่อผนังหลอดเลือดแดง ความดัน Systolic เกิดขึ้นเมื่อหัวใจบีบตัว ความดัน Diastolic เกิดขึ้นเมื่อหัวใจคลายตัว ความดันโลหิตมีหน่วยวัดเป็นมิลลิเมตรปรอท (mmHg)

ความดันโลหิตตามธรรมชาติของบุคคลนั้นแสดงโดยความดันพื้นฐาน ซึ่งสามารถวัดได้เป็นอย่างแรกในตอนเช้าในขณะที่ยังคงพักผ่อนและก่อนรับประทานอาหาร

2. ความดันโลหิตสูงคืออะไร และควบคุมได้อย่างไร

ความดันโลหิตสูง เป็นภาวะความดันโลหิตสูงผิดปกติ หากปล่อยทิ้งไว้โดยไม่ดูแล อาจทำให้เกิดปัญหาสุขภาพ รวมถึงโรคหลอดเลือดสมอง และหัวใจวาย

ความดันโลหิตสูงสามารถควบคุมได้โดยการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต การหลีกเลี่ยงความเครียด และการใช้ยาภายใต้การดูแลของแพทย์

เพื่อป้องกันความดันโลหิตสูง สามารถควบคุมได้โดย: ห้ามสูบบุหรี่ ออกกำลังกายเป็นประจำ ลดการบริโภคเกลือ ไขมัน ตรวจร่างกายเป็นประจำ และรักษาน้ำหนักตัวให้เหมาะสม

3. ทำไมต้องตรวจวัดความดันโลหิตที่บ้าน

การตรวจวัดความดันโลหิตที่คลินิกหรือที่โรงพยาบาล อาจทำให้เกิดอาการวิตกกังวล และอาจทำให้ค่าที่ได้สูงขึ้น ซึ่งสูงกว่าการวัดที่บ้านประมาณ 25-30 มิลลิเมตรปรอท

การวัดที่บ้านจะช่วยลดผลกระทบของอิทธิพลภายนอก ต่อการอ่านค่าความดัน

4. การแบ่งประเภทความดันโลหิตตาม WHO

มาตรฐานในการจัดประเภทความดันโลหิตสูงโดยไม่คำนึงถึงอายุได้ถูกคิดขึ้นโดยองค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) ตามตารางด้านล่าง

อาการ	ค่าความดัน Systolic kPa/mmHg	ค่าความดัน Diastolic kPa/mmHg	ข้อปฏิบัติ
ความดันโลหิตต่ำ	<12.0/90	<8.0/60	ปรึกษาแพทย์
ความดันโลหิตปกติ	12.0/90~18.5/139	8.0/60~11.9/89	ดูแลสุขภาพตัวเอง
ความดันโลหิตสูง	18.7/140~21.2/159	12.0/90~13.2/99	ปรึกษาแพทย์
ความดันโลหิตสูงระดับกลาง	21.3/160~23.9/179	13.3/100~14.5/109	ปรึกษาแพทย์
ความดันโลหิตสูงอย่างรุนแรง	≥24.0/180	≥14.7/110	อันตราย รีบไปโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด

⚠ **หมายเหตุ:** ไม่มีคำจำกัดความเกี่ยวกับภาวะ hypopiesia และโดยทั่วไป SYS (ค่าความดันขณะหัวใจบีบตัว) น้อยกว่า 90 mmHg หรือ DIA (ค่าความดันขณะหัวใจคลายตัว) น้อยกว่า 60mmHg เรียกว่าความดันเลือดต่ำ

5. การเปลี่ยนแปลงความดันโลหิตคืออะไร

ความดันโลหิตของแต่ละบุคคลจะแตกต่างกันในแต่ละวัน อาจแตกต่างกันถึง 30-50 mmHg เนื่องจากสภาวะต่างๆในระหว่างวัน

ในบุคคลที่มีความดันโลหิตสูง โดยปกติแล้วจะเพิ่มขึ้นขณะทำงานหรือเล่น และจะลดลงถึงระดับต่ำสุดระหว่างการนอนหลับ ดังนั้นไม่ควรกังวลเกินไปกับผลลัพธ์ของการวัดเพียงครั้งเดียว

โดยปกติแล้วจะแนะนำให้ทำการตรวจวัดในเวลาเดียวกันทุกวัน โดยศึกษาจากคู่มือการใช้งาน และปรึกษาแพทย์เพื่อตีความผลการตรวจวัดที่ได้

หมายเหตุ: ต้องคืนค่าระบบก่อนเข้าสู่โหมดคงที่ ไม่เช่นนั้นอาจทำให้เกิดผลลัพธ์ที่ไม่ถูกต้อง

6. เวลาที่ดีที่สุดในการตรวจวัด

- หลังการปัสสาวะ, ก่อนอาหารเช้า
- ก่อนเข้านอนตอนกลางคืน
- ก่อนทานยา
- โปรดรักษาสภาพร่างกายและจิตใจให้มั่นคงทุกครั้งที่ทำการตรวจวัด และควรตรวจวัดเวลาเดียวกันในแต่ละครั้ง

อาการ	วิธีแก้ไข
เครื่องไม่ทำงานหลังจากกดปุ่ม " ⏻ " และได้ติดตั้งแบตเตอรี่แล้ว	ตรวจสอบว่ามีการติดตั้งแบตเตอรี่อย่างถูกต้อง
	เปลี่ยนแบตเตอรี่ใหม่
เกิดการวัดล้มเหลวหลายครั้ง หรือค่าที่วัดได้สูงหรือต่ำผิดปกติ	ตรวจสอบการเชื่อมต่อและผ้าพันข้อมือว่าใส่ถูกต้องหรือไม่
	ตรวจสอบว่าผ้าพันข้อมือรัดแน่นหรือหลวมเกินไปหรือไม่ ให้ถอดเสื้อออกหากพับแขนเสื้อแน่นเกินไป
	วัดในขณะที่เงียบ ร่างกายผ่อนคลาย หายใจเข้าลึกๆ
เครื่องอยู่ในสภาพที่ดีแต่ผลการวัดออกมาแตกต่างกันในแต่ละรอบ	อ่านเรื่องความหลากหลายของค่าความดันโลหิต
ค่าที่วัดได้แตกต่างจากค่าที่วัดที่คลินิกหรือสถานพยาบาล	บันทึกค่าที่วัดได้ทุกวันและปรึกษาแพทย์
ปั๊มลมทำงานแต่ค่าความดันไม่ขึ้น	ตรวจสอบว่าผ้าพันข้อมือเชื่อมต่อถูกต้อง

ตารางแสดงสัญลักษณ์ข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้น ที่มา และวิธีแก้ไข

สัญลักษณ์ที่แสดง	อาการ	วิธีแก้ไข
Err 4	ไม่สามารถทำการตรวจวัดความดัน	รัดผ้าพันข้อมือให้แน่นขึ้นก่อนการวัด
Err 5	เกิดข้อผิดพลาดในการบีบข้อมือ	ตรวจสอบว่ามีอากาศหรือออกมากจากผ้าพันข้อมือหรือไม่
Err 6	เกิดข้อผิดพลาดในการบีบข้อมือจากการขยับตัวหรือแขน	นั่งนิ่งๆและทำการวัดใหม่
Err 7	ผ้าพันข้อมือหลวม	ใส่ผ้าพันข้อมือให้แน่นขึ้น
Err 8	ค่าความดันสูงถึงค่าสูงสุด (300 mmHg)	ทำการวัดใหม่
แสดงแบตเตอรี่ต่ำ	แบตเตอรี่ต่ำ	เปลี่ยนแบตเตอรี่

โปรดปฏิบัติตามคำแนะนำด้านล่างต่อไปนี้ เพื่อเป็นการรักษาอุปกรณ์และรักษามาตรฐานการวัดได้อย่างแม่นยำ

- ● โปรดเก็บเครื่องและอุปกรณ์เสริมตามสภาวะที่แนะนำในคู่มือการใช้งาน
- ⊘ ห้ามวางเครื่องและอุปกรณ์เสริมในที่อุณหภูมิสูง, ความชื้นสูง, มีฝุ่น หรือที่มีแดด ผ้าพันข้อมือมีถุงลมนิรภัยด้านใน ห้ามพับ ดึง หรือบิด
- ● ห้ามซ่อมแซมอุปกรณ์ โดยไม่ได้รับการอนุญาต
- ⊘ ห้ามถอดประกอบอุปกรณ์ โดยไม่ได้รับการอนุญาต
- ⊘ ทำความสะอาดตัวเครื่องด้วยผ้าแห้งนุ่ม หากจำเป็นให้ชุบน้ำหรือสารทำความสะอาดที่เป็นกลาง
- ● ใช้สำลีชุบแอลกอฮอล์ เช็ดเบาๆ เพื่อทำการฆ่าเชื้อ โดยห้ามใช้ผงซักฟอกในการทำความสะอาด
- ⊘ ระวังอย่าให้น้ำซึมเข้าตัวเครื่อง

คำแนะนำ

แนะนำให้นำเครื่องสอบเทียบตามกฎหมายและระเบียบข้อบังคับของประเทศนั้นๆ(อย่างน้อยปีละครั้ง)

เงื่อนไขในการขนส่งและจัดเก็บ

อุณหภูมิ: -20℃~ +55℃
ค่าความชื้นสัมพัทธ์:15%~80%RH, ไม่มีการควบแน่น
ความดันบรรยากาศ: 80kPa ~ 105kPa