

Biomer Pro W1 (2021)

Манжетные часы для измерения давления
и пульса от ®Healthband



Экспресс-гид по управлению

О модели

Biomer Pro W1 – это, по своей сути, обычный запястный тонометр в виде часов с соответствующей функцией отображения времени и возможностью синхронизации со смартфоном через приложение с целью:

- 1) Корректировки часового пояса и времени
- 2) Сохранения истории измерений в электронном журнале
- 3) Включения режима автоматического мониторинга данных

Biomer Pro W1 измеряет давление обычным осциллометрическим методом, то есть с помощью манжеты сдавливает артерии, в результате чего точность получаемых данных будет максимально высокой – наравне с обычным манжетным запястным медицинским тонометром.

Главное – соблюдайте правила проведения замера. Об этом далее в инструкции будет всё подробно прописано.

Зарядка часов

В комплекте у часов есть магнитный USB-кабель для зарядки. Откройте USB-карман на задней части часов и вставьте Micro-USB штекер в гнездо для зарядки. Другую часть провода вставьте в сетевой USB-адаптер, в USB-порт компьютера или в Power Bank (портативное зарядное устройство).



Используйте для зарядки USB-порт компьютера, портативное зарядное устройство или сетевой блок, чьи параметры **НЕ** превышают **5V, 2A**.

Рекомендуемые параметры сетевого блока – 5V, 1A

Тонкости, которые нужно помнить!

ТОНКОСТЬ №1. Измерение нужно запускать через 2-3 минуты после перехода в сидячее положение. Связано это с тем, что в движении давление всегда повышается. И когда человек идёт, давление всегда выше, чем в сидячем положении. Отсюда нужно сделать вывод, что если замер произвести сразу после того, как Вы сели, часы покажут более высокие цифры, нежели Вы рассчитывали увидеть и можно сделать ошибочный ввод, что давление высокое и начать принимать лекарства. Однако, в таком случае давление ещё просто не успело стабилизироваться после движения. Поэтому, чтобы понять, какое на самом деле давление у Вашего организма в данный промежуток времени, нужно дождаться, пока пройдет остаточный эффект физической нагрузки. Однако, помните, что если человек испытал перегрузку в движении, то абсолютно нормальным будет повышенное давление на протяжении длительного промежутка времени. В остальных случаях, если перегрузки нет, давление должно войти в норму, за исключением случаев возникновения гипертонии по иным причинам, не связанным с физической активностью.

ТОНКОСТЬ №2. Уровень артериального давления в области запястья и в области плечевой части будет отличаться. Это относится практически к любому человеку, а подтвердить это заключение можно, проведя эксперимент, измерив давление на плече и в области запястья в один промежуток времени и увидеть разницу. Учтявая, что Biomer Pro W1 измеряет давление именно с запястья, то Вы можете провести эксперимент и сравнить данные с плечевым или с другим запястным тонометром, чтобы выявить корреляцию данных и учитывать возможные отклонения. Однако, самое главное – помните, что важно следить за изменениями. Если часы показали, что давление сильно (для Вас) подросло – это не просто так – проверьте еще давление в области плеча, чтобы принять решение о приеме соответствующих препаратов.

Подготовка к работе с часами

В комплекте с устройством идет сантиметровая лента. Сначала нужно измерить охват запястья в месте, как указано на рисунке, а именно – сразу за выпирающей (слева у левой руки и справа у правой) сбоку «гороховидной» косточкой.



Измерьте длину охвата запястья и узнайте с помощью памятки, указанной ниже, на каком отверстии Вам нужно фиксировать часы.

Длина охвата запястья	135-140	141-147	148-157	158-167	168-178	179-184	185-192	193-200	201-208	209-215
Номер отверстия	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13



Правильная поза при проведении замера

Сидите прямо,
выпрямив спину.



Манжета должна
находиться на уровне
сердца.



Не поддерживайте манжету
другой рукой. Это может
привести к неточным
результатам измерений.

Расслабьте запястье и кисть.



Не отклоняйте
запястье назад



Не сжимайте
кулак



Не наклоняйте
запястье вперед.

Управление часами

Часы оснащены двумя механическими кнопками.

1. Кнопка **START / STOP**

- Включение часов (длительное нажатие)
- Ручной запуск измерения давления и пульса

2. Кнопка **MEM**

- Просмотр истории измерений на экране

Экран у устройства работает по умолчанию в постоянном режиме. Выключение происходит только при полной разрядке устройства, в остальное время экран будет работать.

Работа с приложением

Скачайте приложение «KingHealth» в магазине приложений или с помощью данных QR-кодов:

Для Android



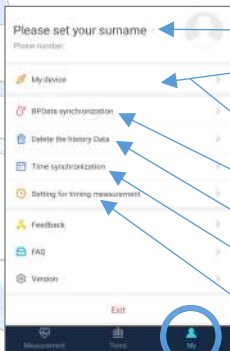
Для iOS



Для привязки часов к приложению:

- 1) Включите на смартфоне GPS (определение местоположения)
- 2) Включите на смартфоне Bluetooth
- 3) Войдите в приложение и нажмите: **My > My Device >** и нажмите на устройство **BPW1 (Biomer Pro W1)**, которое предварительно нужно включить кнопкой **START**.

Раздел «МЯ»



Нажмите для заполнения
личных данных

Нажмите для подключения
часов BPW1 (Biomer Pro W1)



Провести синхронизацию
истории замеров давления

Очистить историю замеров

Провести синхронизацию
времени

Установить
автоматических измерений.

Часы автоматически могут включаться с указанным Вами интервалом. Однако, если в момент замера поза будет неправильной - велика вероятность получения некорректных данных, однако эта опция прекрасно подходит для людей, находящихся в лежачем положении.

Раздел «Trend»

В данных разделах Вы можете смотреть историю измерений пульса и давления

Общий график



График давления

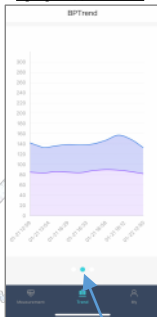


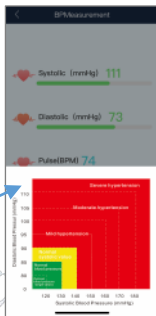
График пульса



Перелистывание графиков производится нажатием на эти кружочки

Раздел «Measurement»

Запустить измерение давления и пульса можно со смартфона из раздела Measurement нажатием на кнопку «Start Measurement». По окончании замера данные с результатами появятся на экране.



Шпаргалка с данными о норме артериального давления раскрывается после нажатия на эту кнопку.

®HEALTHBAND