

Bella modell / BA 1402 ; Használati útmutató



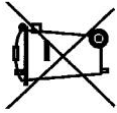
Tartalomjegyzék

1. Hogyan működik a testanalizáló mérleg?	2.
2. Használati feltételek	2.
3. Üzembe helyezés	3.
4. Programozás / Személyes adatok bevitelle	oldal
5. Mérés funkció (csak súlymérés)	oldal
6. Testanalízis	oldal
7. Hibajelzések	oldal
8. Műszaki adatok	oldal
9. Garancia	oldal

Törvényes rendelkezések az elemek selejtezési kötelezettségéhez

Az elemek nem valók a háztartási hulladék közé. Felhasználóként Önt törvény kötelezi az elhasznált elemek leadására. Az elhasznált elemeket a környezetben lévő nyilvános gyűjtőhelyen adhatja le, vagy bárhol, ahol az adott típusú elemeket árusítják.

Megjegyzés:



Ezek a jelek találhatók az elemeken:

az elem lítiumot

Li = tartalmaz

az elem lúgot

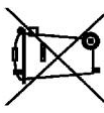
Al = tartalmaz

az elem mangánt

Mn = tartalmaz

CR (Li); A (Al, Mn); AA (Al, Mn); AAA (Al, Mn);

Elektromos és elektronikus készülékek eltávolítása



Az áthúzott keretes személtartály szimbóluma a készüléken vagy a csomagoláson azt jelenti, hogy a terméket nem szabad a háztartási hulladék közé dobni, hanem az elektromos és elektronikai hulladékok számára kialakított gyűjtőállomáson kell leadni. További információkat a lakóhely kommunális hatóságától kaphat, vagy az üzletben, ahol a terméket beszerezte.

Üdvözléssel
ADE (GmbH & Co.)



Garancia - 3 év a testanalizáló mérlegre

- Feladó
- Reklamáció oka

_____	_____
_____	_____
_____	_____

- Vásárlás dátuma

Kérjük ezt a részt küldje vissza a vásárlást igazoló számlával együtt a kereskedőnek.



KÖRPERFETT



KÖRPERWASSER



MUSKELMASSE



KNOCHENMASSE

Köszönjük, hogy emellett a jó minőségű testanalizáló mérleg mellett döntött. Kérjük, olvassa el ezt a használati útmutatót a termék első használatba vétele előtt gondosan, és őrizze meg jól, hogy a benne található információk szükség esetén mindig rendelkezésre álljanak.

1. Hogyan működik a testanalizáló mérleg?

Ezzel az új, forradalimian új mérleggel információkat kaphat a test-összetételről, a súly, testszír hányad (%), testvíz hányad (%), izomtömeg (%) és csonttömeg (kg) tekintetében. Először egyszerű alkalommal meg kell adni a személyes memóriahelyén az Ön adatait, ilyenek a nem (férfi vagy nő), testmagasság és személyes adatok. Ezután a mérés ugyanolyan egyszerű, mint egy teljesen normális mérleggel. Mindössze ki kell választania a személyes memóriahelyét, fel kell állnia a mérlegre és néhány másodpercen belül megjelenik az Ön aktuális test-státusza. Méréshez egy gyenge áramot használ, ami méri az ellenállást. A leginkább az izomzatban tárolódott víz nagyon jól vezet, ellenben a zsír blokkol. A mért ellenállás és a tárolt adatok figyelembe vételével a testanalizáló mérleg nagyon pontosan képes kiszámolni a test-összetevőket.

2. Használati feltételek:

A mérést lehetőleg ruha nélkül és mindig mezíteláb kell végezni.

Mivel a test természetes ingadozásokon megy át (pl.a sport közben vagy szaunázás utáni vízvesztés által, étel- és folyadék bevitelkor), az a szabály, hogy a mérésekkor a lehető legállandóbb feltételeket tartsuk, hogy az értékek összehasonlíthatók legyenek.

Ügyelni kell arra, hogy a mérést mindig ugyanabban a napszakban végezzük. Reggelenre, közvetlenül felkelés után a víz még nem oszlik el az egész testben. Ez azt jelenti, hogy az ellenállás a test még rossz vezetőképessége miatt relatív magas. A nap folyamán növekvő mozgás által a víz eloszlik, a test vezetőképessége nő, az ellenállás és így a zsírhányad is kevesebbnek jön ki. A test-összetevők tényleges változásának megállapításához ezért fontos, hogy mindig ugyanabban az időben végezze a mérést. A leggyeszerűbb, ha betartja azt, hogy mindig reggel, negyed órával a felkelés után, mindig a mosdoba menet előtt vagy után végzi a mérést.

A minimális áramerősség ellenére sem használhatják azok a személyek a testanalizáló mérleget, akik szivritmus szabályozóval vagy más olyan implantátummal rendelkeznek, ami frekvenciát bocsát ki. Olyan implantátumnál, mint pl. egy titán lap a könyökben, nincs semmilyen veszély. Viszont a fémek az áramot extrém jól vezetik, aminek az a következménye, hogy a testszír értékek "megszépülve" jelennek meg, tehát a tényleges zsírhányad magasabb, mint amit a mérleg mutat. A tendenciák viszont ugyanolyan jól megállapíthatók. A nőknél a periodikus befolyások hatással vannak a mérési eredményre,

7. Hibaüzenetek

„EEEE“ = Túlterhelés jelző - A mérleg maximális kapacitásának (180 kg) túllépését jelenti. Vegye le azonnal a terhelést a mérlegről, különben a mérőcellák tönkremehetnek.

Vagy: Hibás mérlegelés-/mérési folyamat, ha pl. a mérleg nem áll stabilan vagy Ön nem áll nyugodtan a mérőfelületen.

„Lo“ = Az elemek lemerültek - Cserélje ki az elemeket a mérleghez alkalmas elemtípusokra (4 db mikroelem).

„Err“ = A testszír hányad vagy túl alacsony (5% alatti értékek nem jelennek meg) vagy a testszír hányad túl magas (50% feletti érték nem jeleníthető meg).

8. Műszaki adatok:

Teherbírás x felbontás:	Max. 180 kg x 100 g
A kijelzés felbontása:	Testszír hányad: 0,1%
A kijelzés felbontása:	Testvíz hányad: 0,1%
A kijelzés felbontása:	Izomtömeg hányad: 0,1 %
A kijelzés felbontása:	Csonttömeg: 100 g
Személyes memóriahelyek:	10
Életkor-beadás:	10 – 85 év
Testmagasság	75 – 225 cm
megadás:	kb. 305 mm x 305 mm x 22 mm
Méretetek:	4 db 1,5 V-os AAA mikroelem (nem szállítjuk vele)
Elemek:	

A műszaki változtatások joga fenntartva!

9. Garancia

Az ADE cég garantálja a véteitől számított 3 évre a hibák kijavítását, amelyeknek oka anyag- vagy gyártási hiba, - javítással vagy csere útján. Kérjük, a vásárlásnál a garancialevelet töltesse ki és pecsételtesse le az eladóval. Garanciális esetben a mérleget a garancialevéllel és a reklamáció okának megadásával adja vissza a kereskedőnek.

CE-konformitás A jelen készülék zavarmentesített az érvényes EU 2004/108/EK irányelvnek megfelelően.



Megjegyzés: Extrém elektromágneses befolyás, pl. egy rádiókészülék működése a mérleg közvetlen közelében befolyásolhatja a kijelzett érték helyességét. A zavaró hatás megszüntetése után a termék ismét rendeltetészerűen használható, adott esetben egy újbóli bekapcsolás szükséges.

A testsírány mutatja a zsír százalékos értékét a test teljes tömegéhez képest. Erre az értékre nincs általános érvényű ajánlás, mivel ez jellemzően a nemtől (a különböző testfelépítés miatt) és az életkortól függ. A testsír életfontosságú a napi testfunkciók számára. Védi a szerveket, kipárnázza az ízületeket, szabályozza a testhőmérsékletet, tárolja a vitaminokat, és a test számára az energiatároló feladatát látja el. A nők esetében 10 – 13% közötti testsírány szükséges az élethez, és 2–5% a férfiak esetében, kivéve a versenysportolókat.

A testsírhányad nem egyértelmű jelzője az egészségnek. A túl nagy testsúly és a magas testsírhányad összefüggésbe hozható számos civilizációs betegség fellépésével, ilyen például a cukorbetegség, a szív-érrendszeri betegségek, stb. Gyakran a mozgáshiány és a helytelen táplálkozás az oka ezeknek a betegségeknek. Nyilvánvaló összefüggés van a túlsúly és a mozgáshiány között.

Az emberi test jelentős hányada vízből áll. Ez a testvíz a teljes testben eloszlik különbözően. A sovány izomszövet mintegy 75%-a víz, a vérmek kb. 83%-a víz, a testsír kb. 25%-a víz, és a csontok mintegy 22%-a víz.

A férfiak testtömegének a kb. 60%-a víz. A nők esetében ez az érték kb. 55% (a nagyobb testsírány miatt). Ebből a teljes testvízből kb. kétharmadrész a sejtekben van tárolva, és emiatt intracelluláris (sejten belüli) víznek nevezik. A maradék egyharmad az extracelluláris (sejten kívüli) víz.

nők					
életkor	testsír				testvíz
	sovány	normális	enyhe túlsúly	túlsúly	
10-16	< 18 %	18-28 %	29-35 %	> 35 %	normális 57-67 %
17-39	<20%	20-32%	33-38%	>38%	47-57%
40-55	<23%	23-35%	36-41%	>41%	42-52%
56-85	<24%	24-36%	37-42%	>42%	37-47%

férfiak					
életkor	testsír				testvíz
	sovány	normális	enyhe túlsúly	túlsúly	
10-16	10%	10-18%	19-23%	>23%	normális 58-72%
17-39	<12%	12-20%	21-25%	>25%	53-67 %
40-55	<13%	13-21%	22-26%	>26%	47-61%
56-85	<14%	14-22%	23-27%	>27%	42-56%

Az izomtömegre nincsenek általános irányelvek.

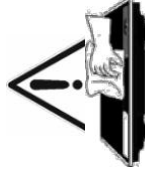
Ugyanis a hormonális eltérések befolyásolják a test vízháztartását. Ha sok víz van a testben, akkor a zsírtartalom alacsonyabb, kevesebb víz mellett pedig kissé magasabb. A várandós nők esetén nem jelent veszélyt a születendő gyerekre. Az értékeket azonban annyira torzítja a vízvisszatartás a terhesség alatt, hogy a mérésnek nincs értelme.

Az ADE cég nem vállal felelősséget olyan károkért vagy veszteséget, amiket a testanalizáló mérleg okozott, sem harmadik fél követelése miatt. A termék kizárólag privát használatra van tervezve. Nem professzionális használatra terveztek kórházakban vagy egészségügyi létesítményekben.

3. Üzembe helyezés

Biztonsági tudnivalók:

A készülék rendeltetészerű használata nem korlátozott fizikai, érzékszervi vagy mentális képességekkel rendelkező, vagy tapasztalat és ismeretekkel nem rendelkező személyek (beleértve a gyermekeket is) számára szól, kivéve, ha azokat a biztonságáért felelős személyek utasítják, vagy a készülék használatához utasítást kapnak. Gondoskodni kell arról, hogy a gyermekek ne játsszanak a készülékkel.



Nem alkalmas elektronikus implantátumokkal rendelkező személyeknek (szívritmus-szabályozók stb.).

Helyezze a mérleget egy sima és szilárd felületre (csempé, parketta stb.). Helytelen mérések fordulhatnak elő a szőnyegeken.

Figyelem! Fennál a csúszás veszélye, ha a mérleg felülete nedves vagy nedves lábbal állunk rá.

Ügyeljen arra, hogy ne essen semmilyen tárgy a mérlegre, különben az üveg összetörhet.

A készüléket csak nedves kendővel tisztítsa. Ne használjon oldószert vagy súrolószert. Ne merítse vízbe.

Előkészületek

Nyissa fel a mérleg alján lévő elemtartó fedelét és helyezze be a vele szállított elemeket (4 db 1,5 V-os mikroelem). Kérjük, vigyázzon a helyes pólusokra (+/-).

A mérleg alján, az elemtartó felett van egy kis gomb az országsspecifikus beállításához (kg = kilogramm / lb = font / st = kő). Vigyázzon arra, hogy a mérleg az Ön számára mértékadó súly mértékegységre legyen beállítva.

4. Programozás / Személyes adatok bevitel

Az első használat előtt a személyes adatait, mint a nem (férfi vagy nő), életkorát és magasságát be kell írni, és a P0 - P9 memóriahelyre kell menteni (legfeljebb 10 ember számára). A mérleg rendkívül érzékeny érzékelőgombokkal rendelkezik (Sensor Touch). Az érintőgombok a kijelző alatt találhatóak. A személyes adatok beviteléhez használja a SET (bekapcsolás-/tároló gomb), (plusz), (mínusz) gombokat és a következőpontokat:

1. Érintse meg enyhén a SET gombot. A kijelzőn villog a "P0" kiírás. A kívánt memóriahely (P0 – P9) kiválasztásához érintse meg a - vagy - gombot és tárolja el a SET gomb megnyomásával.
2. Miután kiválasztotta a memóriahelyet (pl.a P3 memóriahelyet) a szimbólum villog a nemhez. A kívánt nem (♂férfi vagy ♀nő) kiválasztásához, érintse meg a - vagy - gombot majd tárolja el a SET gomb megérintésével.
3. Miután kiválasztotta a nemépl. ♀férfi), a kijelzőn a korhoz tartozó kijelzés villog (előbeállítás 30). A korának megadásához érintse meg a - vagy - gombot és tárolja el ezután a SET gomb megérintésével.
4. Miután megadta a korát, a kijelzőn a testmagassághoz tartozó kijelzés villog (előbeállítás 170 cm). A testmagasságának megadásához érintse meg a - vagy - gombot és tárolja el ezután a SET gomb megérintésével.

Miután befejezte a bevitelt, a kijelzőn "0.0 kg" jelenik meg. A mérleg ekkor üzemmész és elvégezheti a testanalízist. További aktivitás nélkül a mérleg néhány másodperc eltelével automatikusan kikapcsol. Személyes adatai tárolódnak.

Ha az első bejegyzés után 2 másodpercen belül megérinti a SET gombot, azonnal beírhatja más személyek adatait, vagy megismételheti a fenti lépéseket egy új bejegyzéshez.

5. Mérés funkció (csak súlymérés)

1. A mérleg egy Step-on funkcióval rendelkezik. Álljon fel egyszerűen a mérlegre, álljon nyugodtan és ne feszítse meg magát.
2. Miután a mérleg stabilizálódott, a súlya egymás után háromszor megjelenik majd kb. 10 másodpercig stabilan látható.

4

3. Mérés után lépjen le a mérlegről. Néhány másodperc eltelével a mérleg automatikusan kikapcsol.

6. Testanalízis

Analízise csak meztlenül van lehetőség. A személyes adatokat előre meg kell adni (ld. 4. oldalon).

1. Kapcsolja be a mérleget a SET gomb megérintésével. A kijelzőn először a legutolsó beállítás személyes adatai jelennek meg. Ha ezek nem az Ön személyes adatai, a - vagy -gombbal válassza ki azt a memóriahelyet, ahova az Ön személyes adatait mentette. A személyes adatai megjelennek. Hagyja jóvá ezeket a SET gomb megérintésével, ezután a mérleg a "0.00 kg" kijelzéshez visszatér.

2. Ezután óvatosan meztlenül álljon fel a jobb és bal oldali nemesacél csikra (mérőegységekre) a mérlegre és álljon nyugodtan.

3. Először a testsúlya jelenik meg. Ezután, miközben a testanalízise folyamatban van, a kijelzőn a "0" jel fut végig. Maradjon továbbra is nyugodtan állva. A mérést követően a kijelzőn a következő értékek jelennek meg:

Folyamatosan a testsúlya kg-ban

1. A testszír hányad %-ban (FAT) ***
2. A testvíz hányad %-ban (TBW)
3. Izomtömeg %-ban (MUS)
4. Csonttömeg kg-ban (BONE)

*** A testszír hányad kijelzése közben a kijelző legeljánt egy

értékelés jelenik meg = zsírhányad túl alacsony,

0 = zsírhányad az egészséges tartományban,

+ = zsírhányad magas

+ + = zsírhányad túl magas

Ezt követően a mért értékek (súly, testszír, testvíz, izomtömeg és csonttömeg) egymás után háromszor jelennek meg.

PÉLDA:

