

(请在使用前, 务必先认真阅读使用说明)

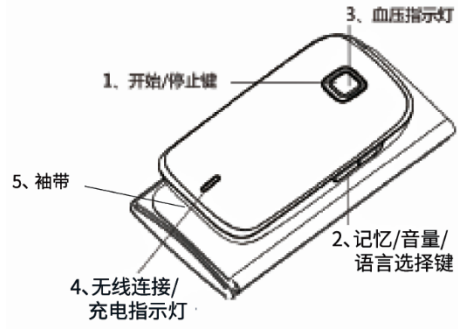
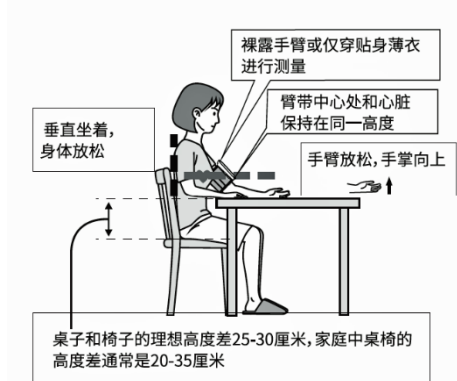
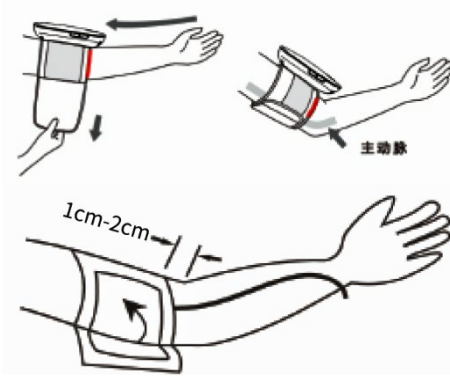
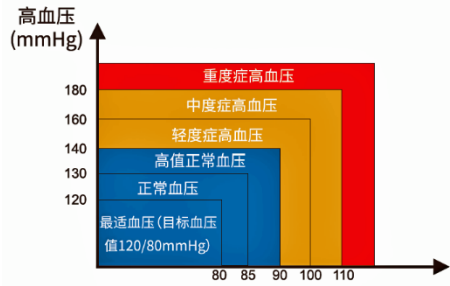
特别说明:

- 1、本产品有内置蓝牙无线模块, 但因 APP 有待升级无法使用, 因此本批次为不带 APP 及服务的特惠售服产品, 后续 APP 及服务正式上线后, 可免费下载和使用。望广大顾客朋友海涵。
- 2、请广大顾客朋友至少在享有的 1 个月免费体验期内保护好产品和保管好原厂包装; 若在 1 个月免费体验期内有需要退货或换货的, 务必要退回状态良好的及原厂包装的产品, 最好退回快递取件时能拍些照片或视频留底, 以规避争议, 往来快递费由寄方承担 (默认选择京东、EMS、顺丰)。
- 3、本产品为外销作内销的库存良品, 出厂时每台均经过实测 (除 APP 及服务), 质保期 (仅限制造性缺陷, 不含人为性因素导致的不良如不当使用、外观磨损等) 为购买日期起 24 个月 (含 1 个月免费体验期)。长按 3 秒开机时“蓝灯闪烁”为提示连接蓝牙 APP, 但因本批次产品不含 APP 及服务, 因此可直接再短按一下“开始/停止”键开始测量 (注: 要先佩戴好袖带, 血压计高度与心脏水平, 心情愉悦且自然平静, 建议连续 2-3 个不同的日子里同等条件下、同个手臂位置、同个时段每天连测三次或以上 (每次间隔 5-10 分钟) 作为参考 (世界卫生组织 WHO: 如果在两个不同的日子测量血压, 而两天的收缩压都 ≥ 140 和/或两天的舒张压都 ≥ 90 , 即可诊断为高血压), 出厂默认中文语音播报和中档音量, 测量结果仅作为健康管理参考不能作为医学诊断或用药治疗的直接依据)。
- 4、产品细节、详细说明书、图片、视频、公告、消息等会发布在网站 <https://homietec.com/shopping-1#> 上, 若有需要可自行上网查阅下载。(特别提示: 本产品内置 3.7V/600mA 的充电电池, 应远离水、火、孕妇、孩童、动物及其他不适用人群或环境, 禁止摔、落、丢、压、敲等行为, 一旦发现异常应立刻停止使用并及时联系商家 service@homietec.com 寻求帮助)

一 组成:

 <p>原厂彩盒 (图 1)</p>	 <p>血压计(含袖带) (图 2)</p>	 <p>USB 充电线 (图 3)</p>	 <p>警告/WARNING 使用前 阅读使用说明 READ THE OPERATION MANUAL BEFORE USE 简要使用说明 (图 4)</p>	 <p>盖章的收据质保单 (图 5)</p>
---	---	--	---	---

二 功能及使用:

 <p>(图 6)</p>	 <p>(图 7)</p>	 <p>(图 8)</p>
<p>Q: 什么时候是测量血压的最佳时间?</p> <p>A: 测量血压的最佳时间为早晨起床后1小时内, 或晚上就寝之前。如果早晨测量, 请在起床后1小时内、早餐前、排尿后进行。测量前, 请在座位上休息放松15分钟后, 再开始测量。如果正在服用降压药, 则请在服药前进行测量。如果晚上测量, 建议在就寝前进行。测量前, 请在座位上休息15分钟后再开始测量。如果是其他时间段, 则在身体和心情都处于稳定状态时测量为好。另外, 建议每天在同一时间段进行测量。</p> <p>建议测量时间为早晨起床后 1 小时内 和 晚上就寝前, 放松 15 分钟后再测, 取 3 次或以上均值作为参考(图 9)</p>	<p>A: 血压会因各种原因的影响而波动。即使是在自家测量, 下列情况下测量结果也将出现变化。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 饭后1小时之内 ● 吸烟之后 ● 运动之后 ● 测量过程中谈话 ● 温度突然变化时 ● 饮酒、喝咖啡、浓茶之后 ● 沐浴之后 ● 大、小便之后 ● 因紧张、不安引起心烦躁时 ● 测量场地或环境与往日不同时 <p>A: 持续测量引起淤血时, 会影响测量值。测量时, 由于手臂收到压迫, 有时会导致手指尖部血液流通不畅而引起淤血。淤血时, 请取下袖带, 将上臂高举, 并反复做握拳和松拳的动作15次左右, 就能疏通淤血。</p> <p>影响血压的因素有多种, “正确佩戴、正确姿势、自然平静”很重要(图 10)</p>	 <p>资料来源: 世界卫生组织 1999</p> <p>*根据2010版《中国高血压防治指南》, 中国家庭自测血压值 $\geq 135/85\text{mmHg}$ 时将诊断为高血压。</p> <p>(图 11)</p>

1、佩戴: 打开彩盒(图 1), 取出血压计(图 2), 参考(图 7)和(图 8)示意图正确地佩戴血压计到手臂上。

a) 袖带适用的手臂周长为 23-36 厘米。

b) 把袖带缠绕在手臂上, 绑紧袖带, 红色布标朝下且靠近手臂内侧的主动脉。

c) 测量姿势: 自然挺直坐在椅子上, 根据自身体格特征调节好桌子、椅子的舒适高度, 双脚自然平放在地板上, 手臂自然伸直放在桌面上, 掌心朝上, 使袖带的中心位置与心脏保持在同一水平线上。

d) 测量前, 请在座位上休息放松 15 分钟后, 再开始测量。

2、开机测量: 关机状态下, 长按“开始/停止”键 3 秒开机进入待测状态, 蓝色 LED 指示灯闪烁是提示连接 APP (本批次产品请忽略跳过), 可再短按一下“开始/停止”键开始测量。测量过程中, 不要移动、不要说话、不要前倾、自然平静、心情愉悦, 可参考(图 9)、(图 10)。

注意: 若长按 3 秒无法开机 (即蓝色 LED 灯无闪烁), 有可能是充电电池没电或故障, 请先尝试给充电电池充满电, 然后再使用。

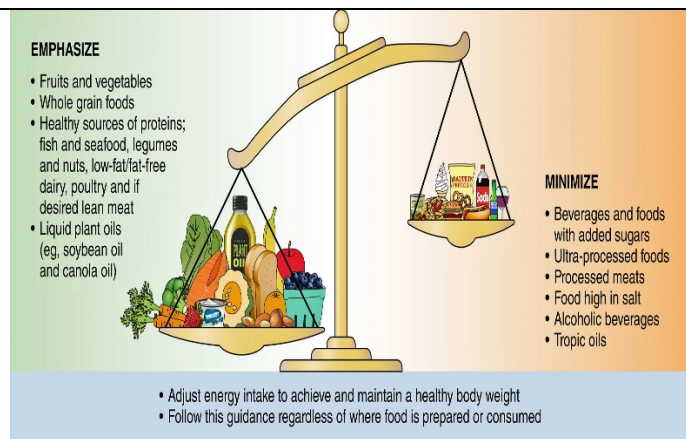
3、测量结果：语音播报测量结果（默认中文播报；默认中档音量）后，“开始/停止”键周边LED光圈会出现“蓝灯（正常）、黄灯（偏高）、红灯（超高）”，**建议连续2-3个不同的日子里同等条件下、同个手臂位置、同个时段每天连测三次或以上（每次间隔5-10分钟）作为参考。**正常血压值为“收缩压120/舒张压80”左右，“中国高血压防治指南”把“**血压值超过收缩压135/舒张压85”定义为高血压。**可参考(图11)。

注意：根据测量结果进行自我诊断、治疗、用药等是很危险的，请务必接受专业医师的指导！若测量结果为红灯或血压值达到收缩压180/舒张压110（重度症高血压）时，请务必及时就医！

参考：爱护心脏，饮食开始；2021年11月2日，美国心脏协会（American Heart Association, AHA）发表了《2021年改善心血管健康的饮食指南》中的10条建议如下，希望对顾客朋友能有所帮助：(详情链接 <https://homietec.com/recommended>)



(图12)



(图13)

a) 调整摄入和消耗的能量，保持健康体重	f) 使用液态植物油来代替热带油和部分氢化脂肪
b) 多摄入多种类的蔬菜和水果	g) 选择低/未加工食物而非精加工食物
c) 首选全谷物的食物及制品	h) 减少每日含糖饮料和食品的摄入
d) 首选全谷物的食物及制品	i) 烹饪和购买食物时尽量少盐或无盐
e) 选择健康来源的蛋白质	j) 能不喝酒就不喝酒，非要喝酒尽量少喝

4、音量/记忆/语言：如(图6)，

4-1、音量调节：待机状态下，短按“+”或“-”来调节音量，有三档音量，出厂默认“中档音量”

4-2、记忆读取：待机状态下，长按“+”，进入记忆模式；共可存120组测量记录值（不分用户）；

若记忆组 ≥ 3 ，则播报最新三组的平均值；若 < 3 ，则播报最新一组的记忆值；（例：M1为最新一组，

M3 为最早一组)，再次短按则按历史记录顺序播报，播到终点返回到最新一笔，按此循环播报。

记忆模式下，同时长按 3 秒 “+” 和 “-”，则删除所有记忆值；

记忆模式下，短按 “+”，则播报最新一组记忆值，依次往历史记忆值播报；

记忆模式下，短按 “-”，则播报最早一组记忆值，依次往最新记忆值播报；

4-3、语言选择：待机状态下，长按 “-”，听到 “DI” 的一声后即切换成另外一种语言的播报语音，可选择中文语音播报或英文语音播报，出厂默认中文语音播报；

5、电池充电：正常彻底没电后约 3-4 个小时可充满，充满后正常可测约 150 次或待机时长约 7~21 天；低于 3.5V +/- 0.1V 时 红灯闪烁及语音播报，低于 3.3V +/- 0.1V 时会自动关机；开机或关机状态下，均可充电，**充电时不能测血压**；充电过程中，红灯闪烁，（开机/待机）充满后绿灯常亮；

开机充电时，进入待机状态，不能测量血压；但可进行音量调节、记忆值读取、语言选择等操作；通过短按 “开始/停止” 键，可从记忆模式退出到音量调节和语言选择；

关机充电时，不能测量血压，短按 “+” / “-” 进入记忆模式播报；再短按 “开始/停止” 键进入待机状态但仍不能测量血压，可进行音量调节、语言选择的操作；若再长按 “+”，或长按 “开始/停止” 键再短按 “+” / “-” 可进入记忆模式；

注意：充电时或电量不足时，请勿使用血压计。电池勿近火源或水源等。电池远离婴童、动物等。

6、错误代码：操作错误或设备故障，会语音播报错误代码，错误代码对应下表问题：

故障排查			质保及售后
在使用中如有以下异常现象，可参照下述方法自行处理：			1、感谢您购买本公司的手臂式电子血压计（型号HTH-005/B61T）。从购买之日起，凭购买发票享受二年的免费保修。如您发现本设备因制造工艺或原材料所引起的性能故障，请及时联系客服中心。购买时，请填写：质保卡和联络卡（或网页上详细填写），尤其是留下有效的手机号码和邮箱账号，并向本公司索取购买凭证（如发票），以作为保修凭证。 2、本公司对因下列购买者或使用者的原因而造成的故障将不提供免费保修服务。例外条款如： a) 擅自拆装、改装该设备而造成的故障； b) 在使用、搬运的过程中不慎摔落而造成的故障； c) 因缺乏合理的保养而造成的故障； d) 没有按照使用说明书的正确指示进行操作而造成的故障； e) 因非本公司授权的维修店的不当修理而造成的故障等。 3、保修范围外的修理服务，将按规定收费。 4、在要求提供保修服务时，请联系客服中心。
异常现象	检查事项	处理方法	
按“开始/停止”键后无加压测量	电池是否电量不足	充电或更换电池	
错误1	传感器震荡异常	请检查气泵是否有充气，如果有充气判断为传感器异常，请联系客服中心	
错误2	检测不到足够的心跳或算不出血压	请检查泄气阀是否泄气过慢，或重新绑好袖带重新测量，若还有问题请联系客服中心	
错误3	检测结果异常	请绑好袖带重测	
错误4	袖带过松或漏气（10秒内加压不到30mmHg）	请绑好袖带重测	
错误5	气管被堵住	请绑好袖带重测	
错误6	测量时压力波动大	请确认测量时是否移动或说话；若是，测量时请不要移动或说话	
错误7	压力超过上限	请联系客服中心	
错误8	标定数据异常或未标定	请联系客服中心	

(图 14)

(图 15)

注意：在不了解或不能解决的情况下，请勿自行拆卸检修，请联系客服 service@homietec.com。

7、规格及重要性:

本血压计的规格	
设备名称	手臂式电子血压计
设备型号	HTH-005(B61T)
记忆功能	血压计记忆组数120组
测量范围	血压 0~280mmHg/0~37.3kPa, 脉率 40~199次/分
允许误差	静态压力 ± 3 mmHg(0.4kPa), 脉率 $\pm 5\%$
使用环境	大气压力范围 80kPa~105kPa 温度+5°C~+40°C, 相对湿度10%~80%
运输存储环境	大气压力范围 500kPa~1060kPa 温度-20°C~+55°C, 相对湿度93%
测量方法	示波法
工作电压	D.C. 3.7V / 600mA (可充电锂电池)
适用臂围	23cm~36cm
机器重量	约237.3G(含袖带/电池)
血压计尺寸	121*67*28mm
运输要求	防止 重压、潮湿、阳光直射、雨淋、摔落、脚踩、靠近火源
血压计无操作自动关机时间	60秒
运行方式	连续运行
按防电击类型分类	II类、内部电源设备
按防电击程度分类	BF型应用部分
按对进液的防护程度分类	普通设备
按运行模式分类	属于连续运行设备

生产日期: 2019年2月, 正常使用年限为5年
(按日均6次) (图16)

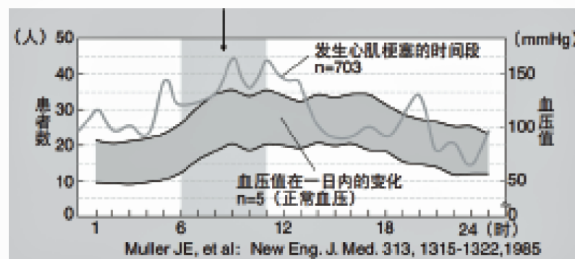
家庭测量血压的重要性

从清晨到正午, 人体的自律神经趋向于活跃, 因此血压变高, 血液也变得容易凝固。这也被认为是脑溢血以及心肌梗塞等危险疾病容易在此时间段发病的原因之一。

不仅要在医疗机构中测量血压, 家庭血压也是发现清晨血压偏高的重要手段之一, 因此必须重视家庭血压的测量。

多发于清晨的心肌梗塞与血压上升时间

心肌梗塞的发作开始被认为与此时间段的血压上升有关。



Q: 血压管理的关键是什么?

A: 请一并记录服药情况以及生活状态等。

测量记录每天的血压可以更清楚地了解血压的变化倾向, 从而更加有助于健康管理。

(图17)

主要认证 (含但不限于): 美国、欧盟、中国的医疗器械3认证



8、电池与保养:

电池使用安全注意事项:	保养需知
<ul style="list-style-type: none"> ● 请不要超过推荐的电池期限使用, 请务必选用本公司规定的专用电池, 否则可能会导致测量不准或发生风险(如过热、爆炸)。 ● 请勿将电池投入火中, 也不要靠近火源或水源。 ● 电池有可能会破裂、漏液。万一电池中的电解液不慎进入眼中, 万一电池中的电解液不慎粘在皮肤或衣服上, 请立即用大量清水冲洗; 严重的, 需立即到就近医院治疗。 ● 请把电池放到婴幼儿、新生儿接触不到的地方, 否则可能导致中毒或误食而窒息。 ● 电池使用完后, 请按当地法律进行正确的处理。 <p>(图18)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 请勿将本血压计放置在温度过高或过低、潮湿或阳光直射的地方。 ● 请勿用水清洗袖带或弄湿袖带和血压计。 ● 请勿自行拆卸本血压计。 ● 请勿强烈冲击、震动本血压计, 或使本血压计摔落在地上。 ● 请勿使用挥发性液体清洁本血压计, 请使用干的软布擦拭主体。 ● 请在必要时清洁本血压计。 ● 请使用柔软的湿布或肥皂清洁袖带。 ● 本血压计不使用时, 请将其装入包装盒中保管。 ● 每周一次对操作者或使用者常接触部位进行必要的清洁或消毒。 ● 按本说明书要求进行预防性检查、保养。 ● 定期对设备进行校准。 ● 建议使用者每3个月保养一次。 <p>(图19)</p>

