

INSTRUKCJA OBŚŁUGI

UM-076



WPROWADZENIE

Dziękujemy za zakup naszego sprzętu. Mamy nadzieję, że spełni on Państwa oczekiwania.

Instrukcja obsługi przedstawi procedury konfiguracji i zarys najważniejszych funkcji.

Produkty Tanita uwzględniają najnowsze badania kliniczne oraz innowacje technologiczne, aby wyczerpująco sprostać Państwa wymaganiom.

Dodatkowe informacje na temat zdrowego stylu życia można znaleźć na stronie internetowej www.tanita.com

Uwaga: Przeczytaj ten podręcznik dokładnie i przechowaj instrukcje, która może być przydatna w przyszłości.



ŚRODKI OSTROŻNOŚCI



Należy pamiętać, że ludzie z elektronicznymi implantami medycznymi, takim jak stymulator serca, nie powinni używać Analizatora składu ciała, sygnał elektryczny przechodzący przez ciało może zakłócić funkcję implantu.

Kobiety w ciąży powinny korzystać z funkcji wagi. Wszystkie inne funkcje nie są przeznaczone dla kobiet w ciąży.

Nie umieszczaj tego sprzętu na śliskiej powierzchni, takich jak np. mokra podłoga. Unikaj nagłych zmian temperatur oraz nie narażaj na wibracje. Nie rzucaj przedmiotów na analizator oraz nie skacz na platformę.

Jeśli analizator jest używany niepoprawnie lub jest narażony na przepięcia zasilania elektrycznego zapisane dane mogą zostać utracone.

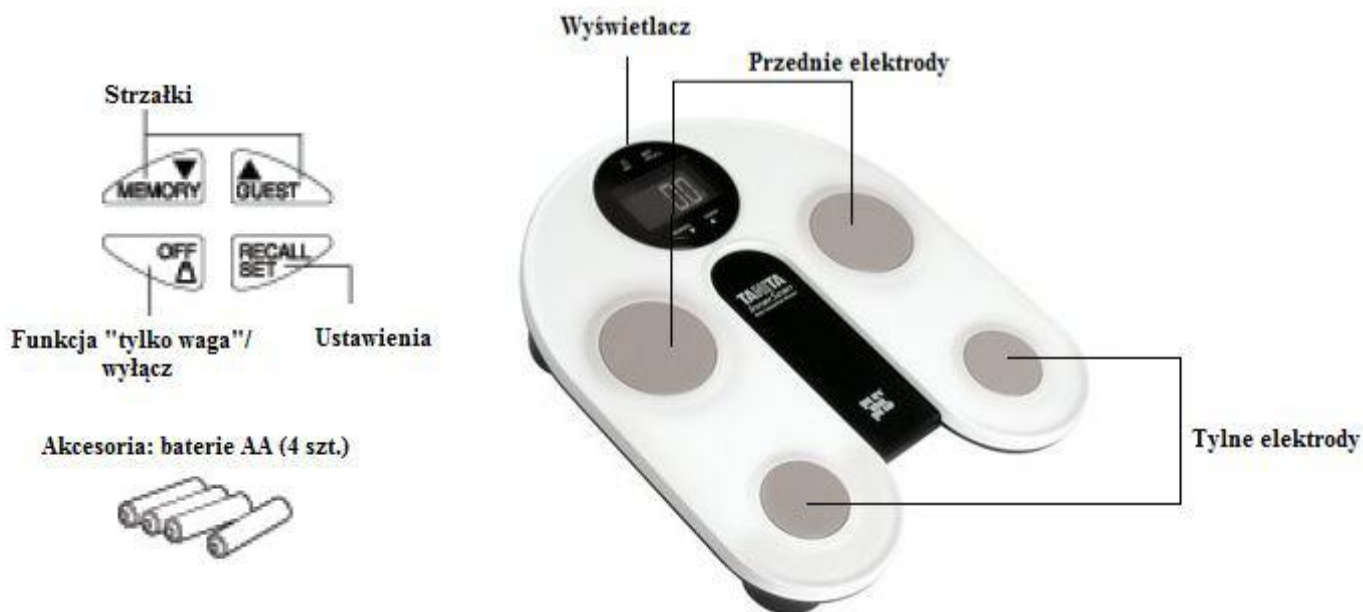
Tanita nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek szkody spowodowanej przez utratę zapisanych danych.

WAŻNE INFORMACJE DLA UŻYTKOWNIKÓW

Analizator ten jest przeznaczony dla dorosłych i dzieci (w wieku 7-17), prowadzących nieaktywny, umiarkowany oraz aktywny tryb życia, a także dla dorosłych o sportowym typie ciała.

Tanita definiuje typ sylwetki: "sportowiec" jako osobę zaangażowaną w intensywnej aktywności fizycznej przez ok. 10 godzin tygodniowo i której tętno w spoczynku wynosi około 60 uderzeń na minutę lub mniej. Typ sylwetki „sportowiec” obejmuje również osobę, która ćwiczy mniej niż 10h tygodniowo, ale od wielu lat. Funkcja pomiaru tkanki tłuszczowej nie jest przeznaczona dla kobiet w ciąży, kulturystów.

Uwaga: Szacunkowy odsetek zawartości tkanki tłuszczowej będzie się różnić w zależności od ilości wody w organizmie i może być naruszony przez odwodnienie lub zbyt duże nawodnienie z powodu takich czynników, jak spożywanie alkoholu, menstruacja, choroba, intensywne ćwiczenia, itp.



Montaż baterii

Otwórz pokrywę baterii w tylnej części platformy pomiarowej. Włóż baterie znajdujące się w zestawie. Zamknij pokrywę.

Uwaga: Upewnij się, że biegunowość baterii jest ustawiona prawidłowo, z nieprawidłowo ustawionych baterii może wyciekać płyn i uszkodzić podłogę. Jeśli nie masz zamiaru korzystać z tego urządzenia przez długi okres czasu, zaleca się wyjąć baterie przed przechowywaniem.



Ustaw platformę pomiarową na twardej, płaskiej powierzchni, unikaj wibracji w celu zapewnienia bezpiecznego i dokładnego pomiaru.

Uwaga: Aby uniknąć ewentualnego uszkodzenia, nie stawaj na krawędzi platformy.



W celu zapewnienia dokładności, odczyty powinny być wykonywane bez odzieży, przy zachowaniu prawidłowych warunków nawodnienia. Należy zawsze usunąć skarpetki lub pończochy, oraz upewnić się czy podeszwy stóp są czyste.

Jeżeli stopy będą większe od długości platformy, pomiar również będzie odczytany dokładnie.

Najlepiej jest dokonywać odczytów w tej samej porze dnia. Najlepiej odczekać ok. 3h po zjedzeniu lub piciu. W celu monitorowania postępów, porównywania masy ciała, zawartości tkanki tłuszczowej, należy wykonywać pomiary w tych samych warunkach i przez pewien okres czasu.

Urządzenie wyłącza się automatycznie, gdy:

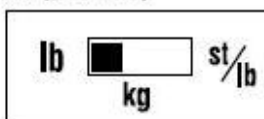
- Pomiar zostanie przerwany. Urządzenie wyłączy się po 10 – 20 sekundach w zależności od rodzaju operacji.
- Jeśli zostanie przekroczone maksymalne obciążenie wagi.
- Podczas programowania, jeśli w ciągu 60 sekund nie zostanie przyciśnięty żaden klawisz.
- Po zakończeniu pomiaru

Można zmienić jednostki za pomocą przełącznika na tylnej platformy, jak pokazano na rysunku.

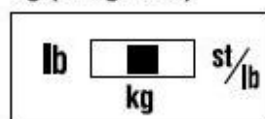
Uwaga: Jeśli tryb wagi jest ustawiona na lb lub st- lb, jednostka wysokości zostanie automatycznie ustawiona na stopy i cale.

Podobnie, jeśli jest ustawiony na kg, wysokość zostanie automatycznie ustawiona na cm.

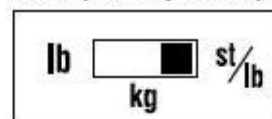
lb (pounds)



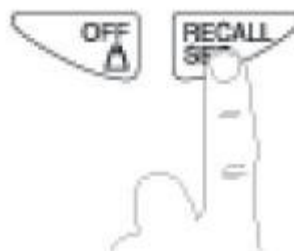
kg (kilograms)



st-lb (stone pounds)



Odczyt danych otrzymasz tylko wtedy, gdy został zaprogramowany na jeden z osobistych numerów lub tryb gościa.



1. Włącz urządzenie

Naciśnij przycisk SET, aby włączyć urządzenie. Dźwięk będzie sygnalizował potwierdzenie włączenia aplikacji. Na wyświetlaczu zaczną migać cyfry.

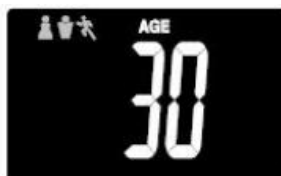
3. Używając strzałek, należy wybrać cyfrę, którą chcemy przypisać do danego użytkownika. Naciśnij SET.



4. Używając strzałek, wprowadź wiek (7- 99). Naciśnij SET.



5. Wybierz płeć: Kobieta (♀) lub Mężczyzna (♂)
lub Kobieta/ Atleta, Mężczyzna/ Atleta. Naciśnij SET.



6. Wprowadź wzrost. Naciśnij SET.





Wybierz cyfrę przypisaną do danej osoby (użyj strzałek).
(Zwolnij przycisk w ciągu 3 sekund, jeśli tego nie zrobisz, na wyświetlaczu pojawi się "Error".)
Urządzenie wyda sygnał dźwiękowy i na wyświetlaczu pojawi się zaprogramowana data.
Urządzenie ponownie wyda sygnał i na wyświetlaczu pojawi się "0.0". Wejdź na platformę.

Odczytaj wyniki

Na wyświetlaczu jako pierwsza pojawi się masa ciała. Następnie będzie pojawiać się „0000”, oznacza to, że trwa analiza składu ciała. Po skończonym pomiarze na wyświetlaczu pojawią się wyniki analizy oraz czarny pasek na dole ekranu obrazujący poziom zawartości tkanki

tłuszczowej,

Nie schodź z platformy gdy wyświetla się procentowa zawartość tłuszczu.



% BF- Procentowa zawartość tłuszczu w ciele



% TBW- całkowita zawartość wody w ciele



Masa mięśniowa



BMR- Podstawowa przemiana materii (PPM)



Wisceralna tkanka tłuszczowa

Funkcja przypomnienia (recall) daje możliwość odczytu następujących wyników:

Masa ciała

Tkanka tłuszczowa w %

Zawartość wody w organizmie w %

Masa mięśniowa

BMR (kcal/ kj)

Poziom tłuszczu trzewnego

Aby uzyskać poprzednie odczyty, naciśnij przycisk SET. Aby zobaczyć inne poprzednie odczyty, użyj strzałek.

Naciśnij ponownie przycisk SET, aby powrócić do obecnych wyników.

Uwaga: W przypadku dzieci (w wieku-5-17), urządzenie wyświetli tylko poprzednią masę ciała i % tłuszczu.



Tryb gości pozwala na programowanie urządzenia do jednorazowego użycia, bez przypisywania osobistego numeru. Naciśnij przycisk, aby włączyć urządzenie. A następnie używając strzałek wprowadź: Wiek, płeć, wysokość ciała. Gdy na wyświetlaczu pojawi się „0.0” wejdź na platformę.



Naciśnij przycisk z funkcją „tylko waga” (jak na rysunku). Po 2- 3 sekundach na wyświetlaczu pojawi się „0.0”. Wejdź na platformę. Pojawi się pomiar masy ciała. Po zejściu z platformy urządzenie wyłączy się po 5 sekundach.

- Pojawia się niewłaściwa jednostka- przejść do ustawień jednostek w instrukcji obsługi.

- Na wyświetlaczu pojawia się „Lo”, lub wszystkie dane, które po chwili znikają- stan baterii niski. Kiedy pojawia się ten komunikat, należy niezwłocznie wymienić baterie, ponieważ słabe baterie mogą mieć wpływ na poprawność pomiarów. Należy zmienić wszystkie baterie w tym samym czasie.

Uwaga: Ustawienia nie zostaną usunięte z pamięci po wyjęciu baterii.

- Podczas pomiaru pojawia się „Error”- należy wykonać pomiar ponownie, nie wykonując niepotrzebnych ruchów.

- Nie można otrzymać pomiaru zawartości tkanki tłuszczowej lub pojawia się "-----"- sprawdź czy twoje dane osobowe zostały zaprogramowane. Upewnij się, że skarpetki lub pończochy są zdjęte, a podeszwy stóp czyste i właściwie dopasowane do elektrod.

- Podczas pomiaru pojawia się „OL” – przekroczono maksymalne obciążenie.

- Podczas pomiaru pojawia się „Error %”- Urządzenie nie może odczytać procentowej zawartości tłuszczu, ponieważ jest ona wyższa od 75%.