

# Automatic Digital Blood Pressure Wrist Monitor

Model # 01-540



**THIS QUICK START GUIDE IS INTENDED AS A SUPPLEMENT TO THE INSTRUCTION MANUAL. PLEASE READ THE COMPLETE MANUAL PRIOR TO FIRST USE.**

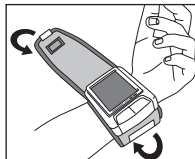
Before applying your blood pressure cuff, be sure your wrist is within the appropriate range:

**Wrist** Circumference Range Suitable for 5.5" – 7.6" (14 cm – 19.5 cm)

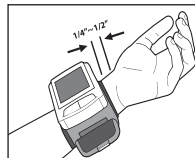
A 15 minute resting period is needed to stabilize the body prior to taking a reading. No eating, drinking or smoking while resting.

## Applying the Wrist Cuff

1. Be seated at a table or desk with your feet flat on the floor. Hold your left arm in front of you with your palm facing upward.



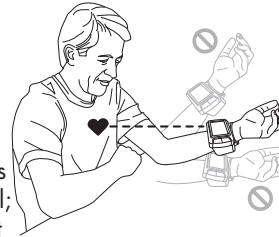
2. Apply the preformed cuff to your left wrist so that the digital display face is positioned on the inside area of your wrist facing you.



3. Adjust the cuff approximately 0.5" from the edge of the head of the ulna bone. The cuff should fit comfortably, yet snugly around your wrist.

## Taking the Measurement

1. Rest your elbow on a solid surface with your palm facing upward. Elevate your arm so that the cuff is at the same level as your heart. Be certain that cuff is elevated to the proper level; you may choose to support your hand with a folded towel or book. Relax your left hand.



2. Press the **START** button to turn the unit on; the unit will run a selftest, Fig 1.

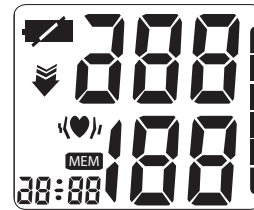


Fig. 1

3. The cuff will automatically inflate to approximately 190mmHg or 40 mmHg higher than the last systolic pressure reading stored in memory.

4. When the measurement is complete, your blood pressure measurement and pulse will display separately on the screen alternating repeatedly every 2-3 seconds, Fig 2. The systolic and diastolic readings will display at the same time.



Fig. 2

5. Consult the included Instruction Manual for information on interpreting your reading results.
6. The results will automatically be stored in memory up to 60 readings.



Fig. 3

7. Select **START** to turn the unit off and conserve energy and battery life. The unit will automatically shut-off and revert to time/date mode after approximately 1 minute.

## Please Note:

- You can stop the inflation or deflation process of the cuff at any time by pressing the **START** button.
- Many factors such as genetics, age, sex, altitude, physical activity, anxiety, muscular development, certain medications or even the time of day can influence blood pressure.
- Blood pressure varies from moment to moment; even readings taken after proper rest periods can vary. Home blood pressure readings may vary as much as 10-20 points from ones taken at your doctor's office.
- Variations in your individual readings should only be interpreted by your physician or trained health care professional.
- We encourage you to consult with your physician to achieve the maximum benefit from your blood pressure monitor.

**IF YOU HAVE ANY QUESTIONS OR ARE EXPERIENCING DIFFICULTIES, PLEASE CALL THE TOLL-FREE CUSTOMER SERVICE HELP LINE FOR FURTHER ASSISTANCE AT 1-866-326-1313.**

# Digitales Automáticas

Monitor de la Muñeca de la Presión Arterial

Modelo # 01-540



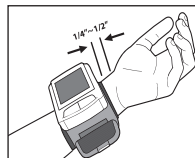
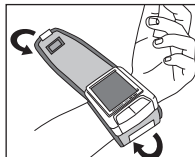
**ESTA GUÍA DE REFERENCIA RÁPIDO SE PIENSA COMO SUPLEMENTO AL MANUAL DE LA INSTRUCCIÓN. LEA EL MANUAL COMPLETO ANTES DEL PRIMER USO.**

Antes de colocarse el brazalete de presión arterial, asegúrese de que la muñeca esté dentro del rango de brazalete correspondiente: circunferencia de la muñeca 5.5" – 7.6" (14 cm – 19.5 cm)

Es necesario un período de descanso de 15 minutos para estabilizar el cuerpo antes de tomarse la presión. No coma, no beba ni fume mientras descansa.

## Cómo Colocar el Brazalete Para Muñeca

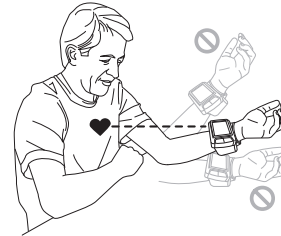
1. Permanezca sentado a una mesa o escritorio, con los pies planos sobre el suelo. Sosténgase el brazo izquierdo frente a usted, con la palma hacia arriba.
2. Colóquese el brazalete preformado en la muñeca izquierda de manera tal que la cara del visor digital quede posicionada del lado interno de la muñeca, mirando hacia usted.



3. Ajuste el brazalete aproximadamente 0.5" desde el borde de la cabeza del hueso ulna. El brazalete debe sentirse cómodo, aunque ajustado, alrededor de la muñeca.

## Taking la medición

1. El codo debe descansar sobre una superficie sólida, con la palma de la mano hacia arriba. Levante el brazo hasta que el brazalete quede al mismo nivel de su corazón. Asegúrese de que el brazalete quede elevado al nivel correcto; puede apoyar la mano sobre una toalla doblada o un libro. Relaje su mano izquierda.



2. Oprima el botón de encendido **START** para encender la unidad; la unidad realizará una prueba automática, Fig 1.
3. El brazalete se inflará automáticamente hasta alcanzar aproximadamente 190mmHg ó 40 mmHg más que la última lectura de presión sistólica almacenada en la memoria.
4. Cuando haya terminado de medir, la medición de su pulso y presión arterial se exhibirán por separado en el visor, alternándose varias veces cada 2 a 3 segundos, Fig 2. Las lecturas sistólica y diastólica se exhibirán simultáneamente.

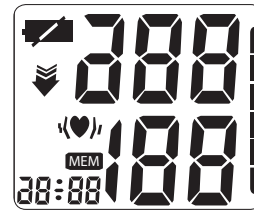


Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

5. Para información acerca de la interpretación de los resultados de las lecturas, consulte el Manual de Instrucciones que se incluye.
6. La lectura se almacenará automáticamente en la memoria, hasta un máximo de 60 lecturas.
7. Seleccione **START** para apagar la unidad y ahorrar energía y la vida útil de las baterías. La unidad se apagará automáticamente y volverá al modo de fecha/hora después de aproximadamente 1 minuto.

## Tenga en Cuenta lo Siguiente

- Para interrumpir el proceso de inflado o desinflado en cualquier momento, presione el botón **START**.
- Muchos factores pueden influir en la presión arterial, como por ejemplo genética, edad, sexo, altitud, actividad física, ansiedad, desarrollo muscular, determinada medicación o, incluso, la hora del día.
- La presión arterial varía de un momento al otro; incluso las lecturas tomadas después de períodos de descanso adecuados pueden variar. Las lecturas de presión arterial en el hogar pueden diferir en 10 a 20 puntos de las tomadas en el consultorio del médico.
- Las variaciones en sus lecturas individuales sólo debe interpretarlas su médico o un profesional de cuidados médicos capacitado.
- Lo instamos a que consulte con su médico para lograr el óptimo beneficio de su monitor de presión arterial.

**SI TIENE ALGUNA DUDA O EXPERIMENTA PROBLEMAS, LLAME A LA LÍNEA GRATUITA DE ASISTENCIA AL CLIENTE PARA OBTENER ASISTENCIA ADICIONAL, 1-866-326-1313.**