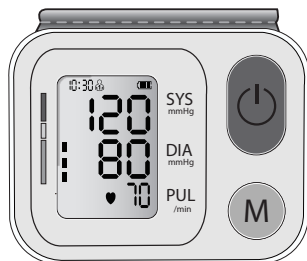


Automatic Digital

Blood Pressure Wrist Monitor

Model # 01-574



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

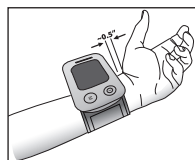
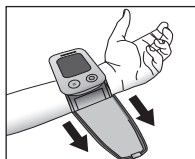
Before applying your blood pressure cuff, be sure your wrist is within the appropriate range:

Wrist Circumference Range Suitable for 5.3" – 7.6" (13.5 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. Be seated with your feet flat on the floor and legs uncrossed, Fig. 1.

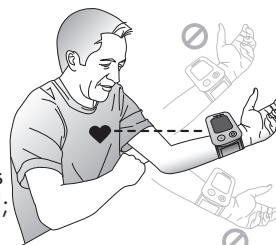


Fig. 1

2. Press and release the **POWER** button to turn on device. The unit will run a self-test, Fig. 2.
3. The user bank (1 or 2) will flash at the top of the display; press **M** to select the desired user bank. To keep the selected user bank, do not press any buttons; the device will automatically start measurements after a few seconds, Fig. 3.

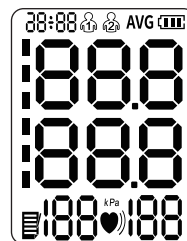


Fig. 2



Fig. 3

4. The display will briefly flash 0 0 and inflation will begin.
5. When the inflation has reached optimum level, the display will begin to show the decreasing pressure while you feel the pressure of the cuff decrease.
6. When the measurement is complete, your blood pressure measurement and pulse will display separately on the screen, Fig. 4.

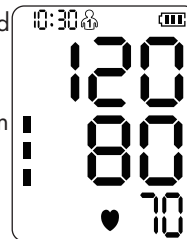


Fig. 4

7. Consult the included Instruction Manual for information on interpreting your reading results.
8. Select **POWER** to turn the unit off and conserve energy and battery life.

Please Note:

- You can stop the inflation or deflation process of the cuff at any time by pressing the **POWER** 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 # 01-574



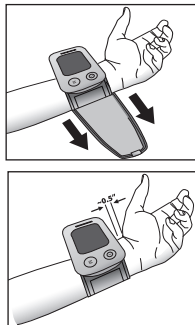
ESTA GUÍA DE REFERENCIA RÁPIDO SE PIENSA COMO SUPLEMENTO AL MANUAL DE LA INSTRUCCIÓN. LEA EL MANUAL COMPLETO ANTES DEL PRIMER USO.

Antes de colocarse el brazalete de presión arterial, asegúrese de que la muñeca esté dentro del rango de brazalete correspondiente: circunferencia de la muñeca 5.3" – 7.6" (13.5 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. Descansar el codo sobre una superficie sólida con la palma hacia arriba. Elevar el brazo para que el brazalete esté al mismo nivel que su corazón. Asegúrese de que el manguito se eleva hasta el nivel apropiado; Usted puede elegir apoyar su mano con una toalla doblada o un libro. Relaja tu mano izquierda, Fig. 1.

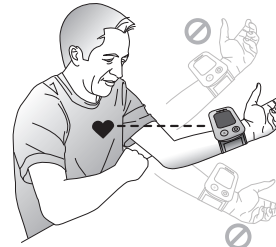


Fig. 1

2. Presione y suelte el botón **POWER** para encender el dispositivo. La unidad realizará un autodiagnóstico (Fig. 2).

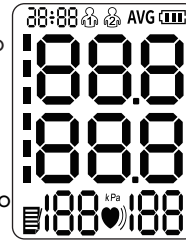


Fig. 2

3. El banco de usuario (1 o 2) aparecerá en la parte superior de la pantalla; presione el botón **M** para seleccionar el banco de usuario que desea. Para mantener el banco de usuario seleccionado, no presione ningún botón; el dispositivo empezará mediciones automáticamente después de algunos segundos (Fig. 3)



Fig. 3

4. La pantalla mostrará brevemente 0 y el inflado empezará.
5. Cuando el inflado haya alcanzado un nivel óptimo, la pantalla mostrará la presión decreciente mientras usted siente que la presión disminuye en el brazalete.

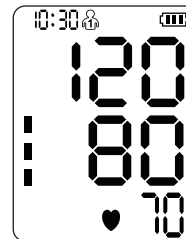


Fig. 4

6. Una vez completada la medición, en la pantalla se mostrarán por separado la lectura de su presión arterial y su pulso (Fig. 4).
7. Consulte el manual de instrucciones incluido para obtener información sobre cómo interpretar los resultados de su lectura.
8. Seleccione el botón **POWER** (encendido/apagado) para apagar la unidad y conservar la energía y la duración de la batería.

Tenga en Cuenta lo Siguiente

- Para interrumpir el proceso de inflado o desinflado en cualquier momento, presione el botón **POWER**.
- 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.