

## Návod k použití – SA-M-1800-BX - Měřicí funkce 6 in 1 digitální váha

Výrobek používejte pouze tak, jak je popsáno v tomto návodu k obsluze, a to výhradně s příslušenstvími doporučenými výrobcem. V případě jakékoliv závady opravu výrobku svěťte vždy odbornému servisu!

Váha kromě zjištění tělesné hmotnosti ukáže také obsah tělesného tuku, vody, svaloviny a hmotnosti kostí (obsah minerálů v kostech) vašeho organismu, resp. jejich dočasné změny. V závislosti na těchto údajích váha ukáže i doporučený denní příjem kalorií a přispívá tím k zachování vašeho zdraví.

### Vlastnosti přístroje

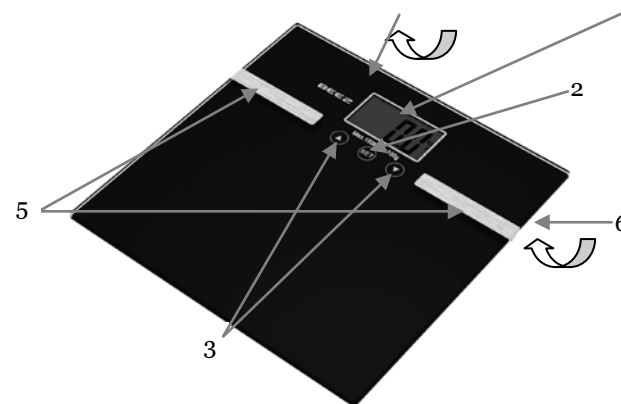
- 4 senzory s vysokou přesností
- Tvrzený skleněný povrch
- Rozsah měření do 150 kg
- Přesnost po 0,1 kg
- LCD displej extra velkých rozměrů (38mm x 72mm)
- Podsvícení modré barvy
- Ovládání dotykovými tlačítky
- Jednoduché a pohodlné zapínání (STEP ON)
- Datová paměť pro 10 různých uživatelů – osoba provádějící měření může napřed uložit do paměti přístroje své údaje (pohlaví, tělesná výška, stáří), jejichž hodnoty budou přístrojem zapamatovány.
- Výběr jednotek hmotnosti (kg/lb/st)
- Automatické nastavení nulové hodnoty: přístroj nastaví nulovou hodnotu při každém zapnutí
- Automatické vypínání: přístroj automaticky vypne, uplyne-li 10 vteřin po měření. Přidržením zapínacího tlačítka můžete přístroj vypínat i manuálně.
- Signalizace slabé baterie a přetížení
- Měřicí funkce 6 in 1 (tělesná hmotnost, obsah tělesného tuku, vody, svaloviny, hmotnost kostí a doporučený denní příjem kalorií), která Vám umožňuje poznat jediným měřením tělesnou hmotnost, obsah tělesného tuku, vody, svaloviny a hmotnost kostí vašeho organismu spolu s doporučeným denním příjmem kalorií

### Součásti výrobku

1. Displej
2. Tlačítko zapnutí a nastavení ('SET')
3. Tlačítka NAHORU/DOLŮ
4. Tlačítko pro přepnutí jednotek hmotnosti (kg/libra/stone)
5. Elektronické senzory (pro měření a analýzu tělesných hodnot)
6. Příslušenství: 2 ks baterie AAA 1,5V

**Upozornění** Přečtěte si pozorně následující pokyny a dodržujte je pro udržování dlouhodobé funkčnosti produktu:

- Přístroj nerozmontujte
- Přístroj nevystavujte bezprostřednímu slunečnímu záření, vysokému obsahu vlhkosti ve vzduchu nebo extrémním teplotám, neukládejte v blízkosti zdrojů tepla
- Nevkládejte do vody, neupouštějte, nevystavujte otřesům nebo úderům
- Pro přesné měření volte vždy vodorovnou, stabilní a netřesoucí se plochu
- Čištění elektrod provádějte alkoholem, k čištění skleněných ploch používejte čisticí prostředek na sklo a navlhlý hadřík – vyhýbejte se použití mýdla.
- Nenastupujte na měřicí plochu, pokud máte mokré nohy, nebo plocha je mokrá, protože hrozí nebezpečí uklouznutí.
- Nikdy nestůjte na kraji váhy.
- Použití váhy není doporučeno osobám, které mají v těle implantovaný zdravotnický přístroj (např. pacemaker).
- Výsledky měření touto váhou jsou pouze orientační, výrobek není vhodný pro přesná lékařská měření.
- Dávejte pozor, aby přístroj neupadl na zem, nesmíte skákat na ní nebo upustit jakýkoliv předmět na váhu.
- Nedovolte dětem, aby samostatně obsluhovaly přístroj nebo si hrály s výrobkem.



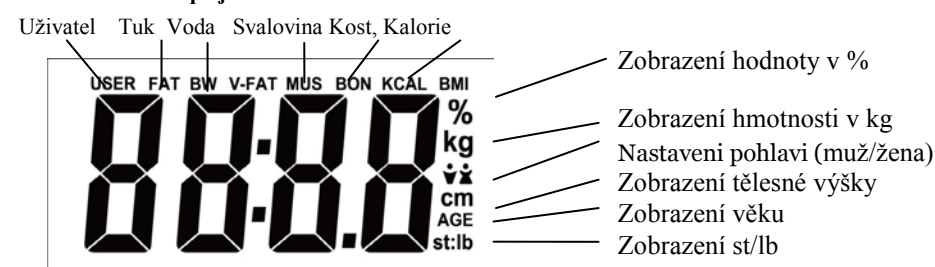
### Použití

Sejměte kryt prostoru baterie umístěný na spodní straně váhy. Vytáhněte izolační proužek. Na nízký stav baterie upozorňuje ikonka na displeji. Zobrazí-li se nápis „Lo“, přístroj se automaticky vypne. V takovém případě vyměňte baterie. Baterie měňte vždy obě ve stejnou dobu a dbejte na správnou polaritu.

**Upozornění:** Jestliže nebudete kuchyňskou váhu používat delší dobu, vždy vyjměte baterie.

**Poznámka:** uložené hodnoty zůstávají v paměti i po odstranění baterií.

### Přehled funkcí displeje



### Zapnutí

Zapnutí přístroje může být prováděno dvojím způsobem:

Pokud si přejete zjistit pouze svoji tělesnou hmotnost, nastupte na váhu, která se automaticky zapne. V tomto případě přístrojem bude naměřena pouze tělesná hmotnost.

Pro zjištění tělesné hmotnosti a ostatních údajů stiskněte tlačítko 'SET'. V tomto případě po naprogramování přístroje můžete naměřit i ostatní vaše parametry.

### Měření tělesné hmotnosti

Před vážením zkontrolujte na displeji nastavení jednotky hmotnosti (základní nastavení: kg). Pokud si přejete zjistit pouze svoji hmotnost, jednoduše nastupte na váhu, která po okamžitém zapnutí ukáže vaši aktuální hmotnost (hodnota dvakrát blikne, potom zůstane na displeji plynule zobrazena). **Důležité:** Pokud chcete změřit jen tělesnou hmotnost, netiskněte žádné tlačítko a nenastavujte údaje.

### Měření všech parametrů

*Pokud si přejete zjistit kromě své tělesné hmotnosti také údaje o obsahu tělesné vody, tělesného tuku, hmotnosti kostí a svaloviny, dále doporučený denní příjem kalorií, nejdříve uložte své osobní údaje do paměti přístroje!*

**Pro měření všech parametrů nastupte na váhu vždy bosýma nohama, chodidla se musejí dotýkat elektrod nainstalovaných na skleněné desce, v opačném případě měření bude neúspěšné a na displeji se objeví chybové hlášení!**

**Uložení osobních údajů do paměti**

### 1.) Zapnutí

**Pro zapnutí přístroje stiskněte tlačítko 'SET'. Poznámka:** Pokud jste už dříve uložili údaje, na displeji se automaticky objeví osobní údaje uložené v paměťové pozici, která byla pro uložení naposledy použita

## 2.) Nastavení jednotky hmotnosti

Přístroj v základním nastavení hmotnost měří v jednotce kg, pokud si přejete změnit jednotku, pomocí přepínače na zadní straně váhy nastavte požadovanou jednotku: kg, lb (libra), ST (stone).

## 3.) Volba paměťové pozice

Stiskněte tlačítko SET, na displeji se rozblíká číslo paměťové pozice. Pomocí tlačítek NAHORU/DOLŮ vyberte jednu z paměťových pozic, kam chcete uložit své parametry, potom pro potvrzení volby znovu stiskněte tlačítko SET. Teď se na displeji rozblíká ikona pro „nastavení pohlaví“.

## 4.) Nastavení pohlaví

Pomocí tlačítek NAHORU/DOLŮ navolte vaše pohlaví, potom pro potvrzení volby stiskněte tlačítko SET. Teď se rozblíká hodnota pro nastavení tělesné výšky.

## 5.) Nastavení tělesné výšky

Pomocí tlačítek NAHORU/DOLŮ navolte vaši tělesnou výšku (hodnota může být v rozmezí 100 – 220 cm), potom pro potvrzení volby stiskněte tlačítko SET. Teď se rozblíká hodnota pro nastavení věku.

## 6.) Nastavení věku

Pomocí tlačítek NAHORU/DOLŮ navolte hodnotu vašeho věku, potom pro potvrzení volby stiskněte tlačítko SET. (hodnota věku může být v rozmezí 10 – 80 let).

**Poznámka:** V případě, že jste v průběhu nastavování udělal nějakou chybu, zopakujte proces nastavování od bodu Nastavení paměťové pozice. V případě, že v průběhu nastavování po dobu 20 sekund nestisknete žádné tlačítko, váha se automaticky vypne.

Po nastavení osobních údajů přístroj je připraven k měření. Vyhodnocení údajů zobrazených na displeji po vážení je uvedeno v odstavci **Odečtení naměřené hodnoty**.

### Zjištění všech parametrů navolením paměťové pozice

Pokud si přejete zjistit všechny své parametry, pro zapnutí přístroje stiskněte tlačítko SET. Potom pomocí tlačítek NAHORU/DOLŮ navolte paměťovou pozici, které chcete pro měření použít, na displeji se objeví vaše dříve naprogramované údaje. Když při navolení najdete požadovanou programovou pozici, na displeji se zobrazují Vaše naprogramované údaje jeden po druhém. V momentu, když se na displeji objeví hodnota „0.00“, můžete nastoupit na váhu. Během měření stůjte klidně. Měření je ukončeno, jakmile se naměřené hodnoty po sobě objevují na displeji.

**Upozornění!** V zájmu úspěšného zjištění všech parametrů vždy provádějte měření bosýma nohama a přitom dbejte na to, abyste se chodidly dotýkali všech elektrod. Nastoupíte-li na váhu ještě předtím, než se objeví hodnota „0.0“, měření bude neúspěšné. Pokud nenastoupíte na měřicí plochu váhy během 10 sekund po rozblíknutí hodnoty „0.00“, přístroj se automaticky vypne.

### Odečtení naměřených hodnot

Při provádění měření všech parametrů jako první z údajů se zobrazí tělesná hmotnost. Za pár sekund se objeví na displeji čtyři nuly (‘0000’), které následně v pořadí zleva doprava zmizí z displeje. Přístroj teď měří obsah tělesného tuku a tělesné vody, hmotnost kostí, podíl svalové hmoty vašeho organismu a provádí kalkulaci denního příjmu kalorií doporučený pro Vás. Tyto hodnoty /obsah tělesného tuku (%), podíl tělesné vody (%), hmotnost kostí (kg), podíl svalové hmoty (%), kalorie (kcal), tělesná hmotnost/ se zobrazí ve dvou cyklech postupně za sebou, potom se přístroj automaticky vypne.

**Upozornění!** Při měření pokaždé počkejte, až se na displeji přístroje postupně objeví naměřené hodnoty a jen potom sestupte z váhy! V opačném případě může dojít k nesprávným výsledkům.

### Obecné vyhodnocení obsahu tělesné hmotnosti\*

věk (roky)	ženy (%)				muži (%)			
	alacsony	ideális	magas	elhízott	alacsony	ideális	magas	elhízott
10-39	14-20	21-25	26-31	32-38	11-17	18-23	24-29	30-36
40-55	15-21	22-26	27-32	33-38	12-18	19-24	25-30	31-37
56-80	16-22	23-27	28-33	34-38	13-19	20-25	26-31	32-38

### Obsah tělesné vody\*

věk (roky)	malá		ideální a vysoká postava		otlyl/-á	
	ženy	muži	ženy	muži	ženy	muži
10-15	<57	<58	57-67	58-72	>67	>72
16-30	<47	<53	47-57	53-67	>57	>67
31-60	<42	<47	42-52	47-61	>52	>61
61-80	<37	<42	37-47	42-56	>47	>56

### Standardní hodnoty hmotnosti svaloviny a kostí \*

věk (roky)	ženy		muži	
	svaly %	kostí kg	svaly %	kostí kg
6-11	24-34%	1,4-2	25-36%	1,5-2,2
12-15	28-38%	2-2,4	32-44%	2-2,7
16-49	30-38%	2,7	38-44%	2,7-3,5
50-60	30-36%	2-2,4	36-42%	2,2-2,8
60 felett	28-34%	1,9-2,2	34-40%	2-2,6
sportovec 16-50	30-41%	2,6-3	40-50%	3-4

### Denní příjem kalorií potřebný k docelení ideální tělesné hmotnosti \*

Magasság	ideální tělesná hmotnost		sedavý životní styl / kalorie		nedostatek fyzické aktivity / kalorie		aktivní životní styl / kalorie	
	ženy	muži	ženy	muži	ženy	muži	ženy	muži
152 cm	40 kg	48 kg	1300	1377	1500	1590	1700	1802
155 cm	47 kg	50 kg	1365	1456	1575	1680	1785	1903
160 cm	52 kg	56 kg	1495	1612	1725	1860	1955	2109
165 cm	56 kg	61 kg	1625	1769	1875	2040	2125	2312
170 cm	61 kg	66 kg	1755	1925	2025	2220	2295	2517
175 cm	65 kg	72 kg	1885	2080	2175	2400	2465	2720
180 cm	70 kg	77 kg	2015	2236	2325	2580	2635	2925
185 cm	74 kg	83 kg	2145	2393	2475	2760	2805	3130
190 cm	78 kg	88 kg	2275	2578	2625	2940	2975	3331

**\* Upozornění!** Hodnoty uvedené v tabulce slouží pouze jako srovnávací hodnoty. Pokud máte jakýkoliv dotaz, nebo stížnost v souvislosti s vaším zdravotním stavem, obraťte se, prosím na svého lékaře!

### Signalizace závad

Na displeji se mohou objevit následující signály

- „Lo“: je třeba vyměnit baterie
- „ERR“: přetížení: měřicí rozsah váhy je rozmezí 2 – 150 kg
- Err2%: měření obsahu tělesného tuku a tělesné vody bylo neúspěšné. V případě, že obsah tělesného tuku je mimo intervalu 5 – 85%, hodnota tohoto parametru nemůže být naměřena.
- Může se stát, že výsledkem měření bude zjištěna nevyhodnotitelná hodnota, nebo se zobrazí chybové hlášení. V případě, že k tomu dojde opakovaně i po provedení několika měření, může to svědčit o nadprůměrně tloušťce pokožky chodidel, nebo jejím vysušení, popřípadě o jiném onemocnění.
- Pokud na displeji vidíte nevyhodnotitelné údaje, než byste se obrátili na servis, předtím proveďte několik dalších měření také u jiných osob. Pomoc v servisu vyhledejte nebo se na distributora obraťte pouze poté, že jste při každém měření zjistili špatné výsledky.

- Pokud na displeji nevidíte nic (popřípadě rozblíká hodnota Lo) a přístroj nelze zapnout, vyměňte baterie za nové

### Upozornění

Přístroj není určen pro

- nemocné osoby s horečkou a srdečním edémem, které berou léky na srdeční cévy
- osoby trpící osteoporózou nebo podstupující léčbu dialýzou
- ženy v jiném stavu
- osoby denně vykonávající intenzivní sportovní aktivitu

### Výsledky měření ovlivňují následující okolnosti:

- hodnoty zjištěné po koupání, sprchování, koupeli nohou mohou být nižší;
- hodnoty zjištěné po jídle nebo pití mohou být vyšší;
- u žen v období menstruace lze spatřit kolísání hodnot;
- naměřené hodnoty u lidí s nízkým tepem (<60/za minutu) mohou být odlišné od skutečných hodnot

### Beez Amsterdam Kft.

Cím: 1118 Budapest, Kelenhegyi út 7-9.

Tel./fax: +36-1-3610377

E-mail: info@beez.hu

www.beez.hu