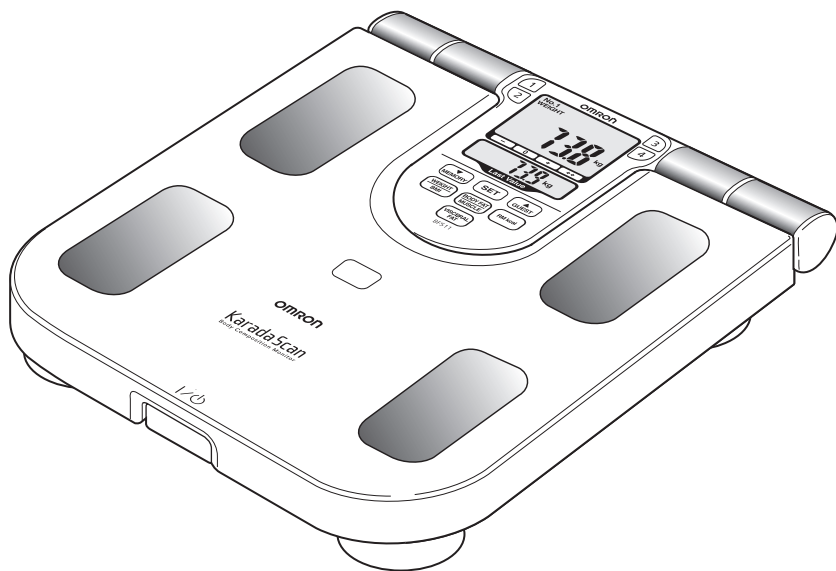


Poštovani korisniče,



Zahvaljujemo Vam na kupovini OMRON-ovog proizvoda. Možete biti sigurni da ste napravili dobar izbor. Kupovinom aparata BF511 izabrali ste izuzetno kvalitetan sistem za određivanje telesnog sastava. Pomoću njega moći ćete da precizno izmerite sledeće parametre telesnog sastava i odmah vidite dobijene rezultate:

- telesna masnoća (u procentima - %),
- visceralna masnoća (do 30 nivoaa),
- indeks telesne mase (BMI - *body mass index*) i
- skeletni mišići (u procentima - %).

Takođe, proračun osnovnog metabolizma (izražen u kilokalorijama, tj. kcal) određuje dnevnu potrebu kalorija i služi kao polazna tačka za dijetu ili program smanjenja telesne težine.

Jedinstvena Omronova tehnologija "8 senzora" koristeći obe ruke i stopala obezbeđuje najtačnije metode merenja telesnog sastava.

Sistem za određivanje telesnog sastava Omron BF511 mogu koristiti deca od 6 godina (i starija), odrasli i osobe teške do 150 kilograma.

Ukoliko imate pitanja u vezi upotrebe ili načina rada aparata nemojte se ustručavati da nam se obratite na priložene adrese. Biće nam drago da od Vas čujemo i predloge za poboljšanje naše ponude proizvoda i servisa.

Želimo Vam dobro zdravlje i sve najbolje u budućnosti.

*Sa prijateljskim pozdravima,
PRIZMA, Kragujevac*

PRE UPOTREBE APARATA

Važne bezbednosne informacije	3
Šta bi trebalo da znate prilikom upotrebe aparata	5

UPUTSTVO ZA KORIŠĆENJE

1. Upoznajte Vaš aparat	8
2. Ubacivanje i zamena baterija	9
3. Podešavanje i čuvanje ličnih podataka	10
4. Merenje	13
5. Merenje težine	18

ODRŽAVANJE I ČUVANJE

6. Poruke o grešci	19
7. Otklanjanje grešaka i problema	19
8. Održavanje i čuvanje aparata	20
9. Tehnički podaci	21

Važne bezbedonosne informacije

Navedeni simboli imaju sledeća značenja:

 Opasnost	Nepravilna upotreba može dovesti do smrti ili teških povreda
 Upozorenje	Nepravilna upotreba može dovesti do moguće smrti ili teških povreda
 Oprez	Nepravilna upotreba može dovesti do povrede ili oštećenja imovine

OPASNOST!

Nikada nemojte koristiti ovaj aparat u kombinaciji sa elektronskim medicinskim aparatima:

- (1) **Medicinskim elektronskim implantima, kao što je pejsmejker.** 
- (2) Elektronskim sistemima za održavanje životnih funkcija, kao što su veštačko srce ili veštačka pluća.
- (3) Prenosnim elektronskim medicinskim uređajima, kao što je elektrokardiograf.
 - Ovaj aparat može prouzrokovati da gore navedeni uređaji loše funkcionišu i da time predstavljaju zdravstveni rizik za njihove korisnike.

UPOZORENJE!

- Nemojte započinjati terapije smanjivanja telesne težine ili vežbanja bez prethodnog dogovora sa doktorom ili specijalistom.
- Nemojte koristiti aparat na pločicama ili drugim klizavim površinama, kao što je vlažan pod.
- Aparat držite van domašaja male dece.
- Nemojte skakati po aparatu.
- Nemojte koristiti aparat kada su Vam telo i/ili stopala mokra, na primer posle kupanja.
- Stanite na aparat bosih nogu. Ukoliko stanete na aparat u čarapama, možete se okliznuti i povrediti.
- Nemojte stajati na ivici aparata, niti na displeju.
- Osobama sa hendikepom ili koje su slabog zdravlja, neophodna je pomoć druge osobe prilikom korišćenja ovog aparata.
- Ukoliko tečnost iz baterija dođe u kontak sa očima, **odmah** isperite oči sa dosta čiste vode i konsultujte doktora.

OPREZ!

- Nemojte rastavljati, popravljati ili prepravljati displej na aparatu ili sam aparat.
- Ne koristite mobilni telefon u blizini aparata ili displeja.
- Vodite računa kada vraćate deo sa displejom u telo aparata. Možete zaglaviti prste između rukohvata i tela aparata ukoliko pritisnete isuviše jako.

- Ne koristite baterije koje nisu namenjene za ovaj aparat. Prilikom ubacivanja baterija vodite računa o njihovom polaritetu (oznake "+" i "-").
- Istrošene baterije odmah zamenite novim.
- Ne bacajte baterije u vatru.
- Ukoliko tečnost iz baterija dođe u kontak sa kožom ili odećom, **odmah** isperite ta mesta sa dosta čiste vode.
- Izvadite baterije iz aparata ukoliko ga nećete koristiti duži vremenski period (3 meseca i duže).
- Ne koristite više različitih tipova baterija u isto vreme.
- Ne koristite stare i nove baterije zajedno.
- Izvadite displej iz tela aparata pre nego što stanete na aparat. Ukoliko probate da izvadite displej pošto ste stali na aparat, možete izgubiti ravnotežu i pasti.

OPŠTE INFORMACIJE I SAVETI

- Ne stavljajte aparat na mekane podloge, kao što su tepih ili prostirke. Tačno merenje u tom slučaju možda neće biti moguće.
- Ne stavljajte aparat u prostorije sa visokom vlažnošću i zaštitite ga od vode.
- Ne stavljajte aparat blizu izvora toplote i ispod klima uređaja. Izbegavajte izlaganje aparata direktnim sunčevim zracima.
- Ne koristite aparat za namene koje nisu opisane u ovom uputstvu.
- Nemojte na silu povlačiti kabl koji spaja displej sa telom aparata.
- Kako je ovo veoma precizan instrument, ne izlažite ga jakim udarcima, vibracijama i padovima.
- Odlaganje iskorišćenih baterija obavite u skladu sa važećim državnim propisima o odlaganju baterija na otpad.
- Nemojte prati ili polivati displej i aparat vodom.
- Nemojte čistiti aparat benzenom, benzinom, razređivačem, alkoholom ili drugim agresivnim supstancama.
- Nemojte ostavljati aparat izložen hemikalijama ili korozivnim isparenjima.
- Ne koristite mobilne telefone, mikrotalasne pećnice i druge uređaje koji stvaraju jaka električna ili elektromagnetna polja, blizu medicinskih aparata. To može dovesti do nepravilnog rada aparata.

Pažljivo pročitajte ovo uputstvo pre upotrebe aparata i koristite ga u daljem radu zbog boljeg razumevanja pojedinačnih funkcija aparata.

Sačuvajte ovo uputstvo kao podsetnik!

Šta bi trebalo da znate prilikom upotrebe aparata

Principi izračunavanja telesnog sastava

Telesna masnoća ima slabu električnu provodljivost

BF511 određuje procenat masnoće u telu putem Bioelektričnog otpora (*Bioelectrical Impedance - BI*). Mišići, krvni sudovi i kosti su telesna tkiva sa visokim sadržajem vode, i kao takva lako provode elektricitet. Telesna masnoća ima slabu električnu provodljivost. BF511 šalje kroz Vaše telo veoma slabu struju, od 50KHz i manje od 500 μ A, da bi odredio količinu masnog tkiva. Ova električna struja ne može da se oseti tokom rada BF511.

Da bi tačno odredio telesni sastav, aparat koristi električni otpor zajedno sa Vašim podacima o visini, težini, godinama starosti i polu, i izračunava rezultate bazirane na OMRON-ovim podacima o telesnom sastavu.

Merenje kompletnog tela radi izbegavanja uticaja promena u organizmu

Tokom dana, količina vode u telu se vremenom pomera iz gornjih ka donjim udovima. Zato u večernjim satima može doći do oticanja nogu i članaka. Odnos vode u gornjem i donjem delu tela je različit ujutru i uveče, što znači da i električni otpor tela takođe varira. Kako BF511 prilikom merenja koristi elektrode i za ruke i za stopala, uticaj ovih promena je smanjen.

Preporučena doba dana za merenje

Razumevanje promena u količini masnoće u Vašem telu može Vam pomoći u prevenciji ili sprečavanju gojaznosti. Kada shvatite kako se količina masnoće menja u toku dana, moći ćete preciznije da pratite količinu masnoće u dužem vremenskom periodu. Preporučuje se da se aparat koristi uvek u istom okruženju i uslovima (pogledati ilustraciju desno).

Uslovi pod kojima treba izbegavati merenje

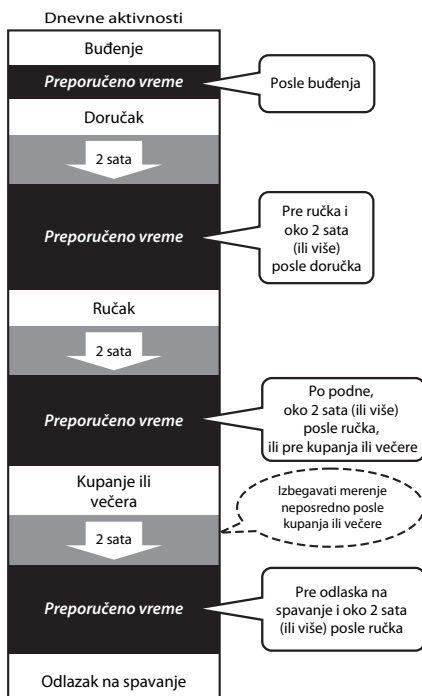
Ukoliko se merenje obavlja pod sledećim fizičkim uslovima, izračunati procenat masnoće u telu se može značajno razlikovati od stvarnog procenta, zbog promene količine vode u telu.

Izbegavati merenje:

- neposredno posle dosta vežbanja

Sačekati 1 do 2 sata:

- posle kupanja ili saune
- posle konzumiranja alkohola
- posle konzumiranja veće količine tečnosti
- posle obroka.



Šta je BMI?

BMI je skraćenica od **Body Mass Index (Indeks telesne mase)**. Ovaj index se dobija korišćenjem jednostavne matematičke formule da pokaže odnos između težine i visine:

$$\text{BMI} = \text{težina (kg)} / \text{visina (m)} / \text{visina (m)}$$

Omron BF511 koristi informaciju o Vašoj visini, koju ste uneli u lični profil i sačuvali pod određenim brojem korisnika (ili u "gost" načinu rada), da bi izračunao klasifikaciju BMI.

Ukoliko BMI pokazuje nivo masnoće viši od međunarodnog standarda, postoji povećana verovatnoća oboljevanja od pojedinih bolesti. Ipak, BMI ne otkriva sve tipove masnoće.

Šta je procenat masnoće u telu?

Procenat masnoće u telu predstavlja količinu telesnog masnog tkiva u odnosu na celokupnu telesnu težinu, izraženu kao procenat.

BF511 upotrebljava BI (*Bioelectrical Impedance - Bioelektrični otpor*) radi izračunavanja procenta masnoće u telu, koristeći sledeću matematičku formulu:

$$\text{Procenat masnoće u telu (\%)} = \{\text{količina telesne masnoće (kg)} / \text{telesna težina (kg)}\} \times 100$$

U zavisnosti od toga kako je masnoća raspoređena po telu, razlikujemo visceralnu i potkožnu masnoću.

Šta je nivo visceralne masnoće?

Visceralna masnoća - masnoća koja okružuje unutrašnje organe

Smatra se da je previše visceralne masnoće povezano sa povišenim nivoima masnoće u krvi. To može dovesti do uobičajenih bolesti, kao što su hiperlipidemija i dijabetes, što umanjuje sposobnost insulina da prenosi energiju iz krvotoka i koristi je u ćelijama. Da bi sprečili nastanak ovakvih oboljenja, važno je smanjiti nivo visceralne masnoće na prihvatljiv nivo. Osobe sa visokim nivoima visceralne masnoće obično imaju velike stomake. Međutim, to nije uvek slučaj jer visok nivo visceralne masnoće može dovesti i do "skriveno masnoće"



Primer visceralne masnoće

Šta je potkožna masnoća?

Potkožna masnoća - masnoća ispod kože

Potkožna masnoća se ne sakuplja samo oko stomaka, već i na nadlakticama, oko kukova i butina, i može dovesti do promene telesnih proporcija. Iako ne utiče direktno na pojavu oboljenja, smatra se da povećava pritisak na srce i izaziva druge komplikacije. Potkožna masnoća se ne prikazuje ovim aparatom, ali je uključena u prikaz procenta masnoće u telu.



Primer potkožne masnoće

Šta su skeletni mišići?

Mišići su podeljeni u dve vrste: mišići unutrašnjih organa (kao što je srce), i skeletni mišići (mišići koji su povezani na kosti i služe za pokretanje tela). Masa skeletnih mišića može se povećati vežbanjem i drugim aktivnostima.

Povećavanje mase skeletnih mišića znači da telo može lakše da sagoreva energiju, što znači da je manja verovatnoća da se pretvore u masnoću, i da lakše možete voditi energičan način života.

Šta je osnovni metabolizam?

Bez obzira na nivo Vaših aktivnosti, minimalan nivo energije je neophodan za održavanje svakodnevnih funkcija organizma. Osnovni metabolizam predstavlja količinu kalorija potrebnu za snabdevanje tela minimalnim nivoom energije. Razlikuje se od osobe do osobe, u zavisnosti od godina starosti, telesne težine, telesnog sastava i trošenja energije.

Razlozi zašto se dobijeni rezultati mogu razlikovati od stvarnog procenta masnoće u telu

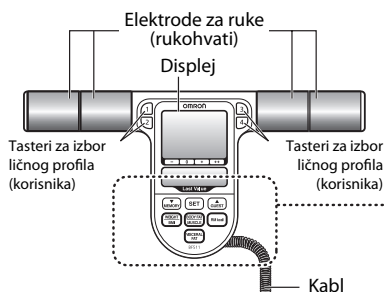
Procentat masnoće u telu izmeren ovim aparatom može se značajno razlikovati od stvarnog procenta masnoće u sledećim slučajevima:

starije osobe (preko 81 godina starosti), osobe pod povišenom telesnom temperaturom, bodi-bilderi i osobe koje puno fizički treniraju, pacijenti pod dijalizom, pacijenti koji boluju od osteoporoze (zbog smanjene gustine koštane mase), trudnice, osobe pod otokom.

Ove razlike mogu biti izazvane promenom odnosa telesnih tečnosti i/ili telesnog sastava.

1. Upoznajte Vaš aparat

Deo sa displejom



Tasteri

Taster Dole/Memorija

Taster SET

▼ MEMORY

SET

▲ GUEST

Taster Gore/Gost

Taster Težina/BMI

WEIGHT BMI

BODY FAT

MUSCLE

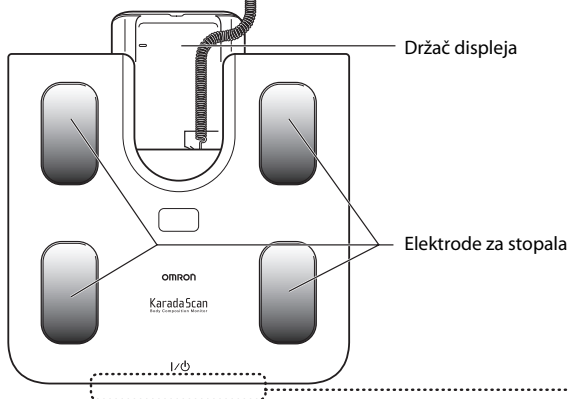
Taster Osnovni metabolizam

Taster Visceralna m.

RM RMR

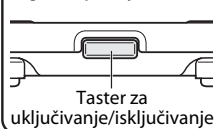
ISCERAL FAT

Taster Telesna masnoća/mišići



Telo aparata (platforma za merenje)

Pogled sa prednje strane

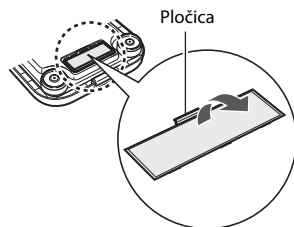


2. Ubacivanje i zamena baterija

1. Skinite poklopac za baterije sa zadnje strane tela aparata.

1) Pritisnite pločicu poklopca odeljka za baterije u smeru strelice da bi oslobodili poklopac.

2) Povucite pločicu poklopca na gore i skinite poklopac.



2. Ubacite baterije kao što je prikazano.

Vodite računa da se polariteti baterija (+/-) poklapaju sa polaritetima (+/-) naznačenim u odeljku za baterije.



3. Vratite poklopac odeljka za baterije.

Vek trajanja baterija i njihova zamena

Kada se pojavi obaveštenje o istrošenim baterijama (), zamenite istovremeno sve 4 baterije novim AA baterijama.

Podaci sačuvani u memoriji se ne brišu iako se baterije izvade iz aparata.

- Baterije zamenite pošto ste isključili aparat.
- Odlaganje baterija obavite u skladu sa važećim lokalnim propisima.

Radni vek baterija

- 4 AA baterije će trajati oko godinu dana (kada se merenje vrši 4 puta dnevno)
- Pošto su priložene baterije samo radi probe, mogu imati kraći radni vek.

3. Podešavanje i čuvanje ličnih podataka

Za merenje telesnog sastava, neophodno je podesiti Vaše lične podatke (godine, pol i visinu).

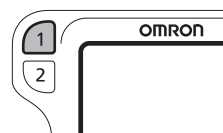
1. Uključite aparat.

Na ekranu će prvo treptati "CAL", a zatim se prikaz menja u "0.0 kg".

* Sačekajte dok se na displeju ne pojavi "0.0 kg".



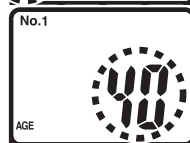
2. Pritisnite odgovarajući taster za izbor ličnog profila (1, 2, 3 ili 4).



1) Izabrani broj korisnika će treptati na displeju.



2) Pritisnite SET taster da bisite potvrdili izbor. Na ekranu će se pojaviti fabričko podešavanje za broj godina korisnika.



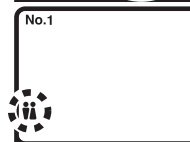
3. Podešavanje godina korisnika

Podešavanje je moguće u rasponu od 6 do 80 godina starosti.

1) Pritiskajte tastere ▲ i ▼ da biste podesili vrednost za godine.



2) Pritisnite SET taster da bisite potvrdili izbor. Na ekranu će se pojaviti ikonica za pol korisnika.

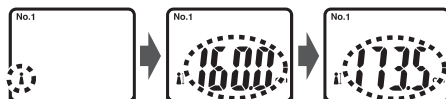


4. Podešavanje pola i visine korisnika

Izaberite pol  (muški) ili  (ženski), zatim podesite visinu korisnika na isti način kao i u prethodnom koraku.

Kada potvrdite sva podešavanja, na displeju će se ponovo prikazati "0.0 kg".

Ovim završavate podešavanja.



Podešavanje mernih jedinica

Možete promeniti merne jedinice za visinu i težinu.

1. Uključite aparat.

Na ekranu će prvo treptati "CAL", a zatim se prikaz menja u "0.0 kg".

* Sačekajte dok se na displeju ne pojavi "0.0 kg"

2. Držite pritisnut taster ▼ dok na displeju ne počnu da trepću oznake "lb" i "kg".



3. Pritiskajte tastere ▲ i ▼ da biste izabrali "kg" ili "lb".

Ovim ćete automatski izvršiti izmenu između "cm" i "in".

4. Pritisnite SET taster da biste potvrdili izbor.

Sva merenja visine i težine će biti prikazana u novim mernim jedinicama. Tako će ostati do eventualne ponovne izmene mernih jedinica.

Promena ličnih podataka

1. Uključite aparat.

Na ekranu će prvo treptati "CAL", a zatim se prikaz menja u "0.0 kg".

* Sačekajte dok se na displeju ne pojavi "0.0 kg"

2. Pritisnite odgovarajući taster za izbor ličnog profila (1, 2, 3 ili 4).

1) Izabrani broj korisnika će treptati na displeju.

2) Pritisnite SET taster da biste potvrdili izbor. Na ekranu će se pojaviti fabričko podešavanje za broj godina korisnika.



3. Pritiskanjem tastera ▲ i ▼ promenite izabrani podatak, a zatim to potvrdite pritiskom na SET taster. Prikaz na displeju se menja sledećim redosledom:

godine starosti → pol → visina.

Brisanje ličnih podataka

1. Uključite aparat.

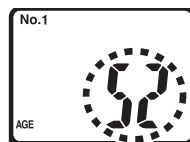
Na ekranu će prvo treptati "CAL", a zatim se prikaz menja u "0.0 kg".

* Sačekajte dok se na displeju ne pojavi "0.0 kg"

2. Pritisnite odgovarajući taster za izbor ličnog profila (1, 2, 3 ili 4).

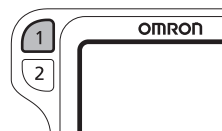
1) Izabrani broj korisnika će treptati na displeju.

2) Pritisnite SET taster da biste potvrdili izbor. Na ekranu će se pojaviti fabričko podešavanje za broj godina korisnika.

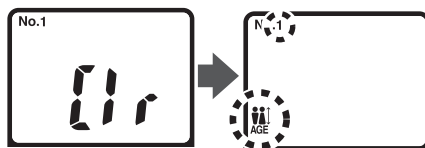


3. Izbrišite lične podatke o korisniku.

Pritisnite odgovarajući taster za izbor ličnog profila korisnika i držite ga pritisnutim više od 2 sekunde.



Kada se na displeju pojavi "Clr" pustite taster; lični podaci o izabranom korisniku su izbrisani iz memorije aparata.



Dugme za uključivanje/isključivanje aparata

Aparat će se automatski isključiti u sledećim slučajevima:

1. ako se aparat ne koristi više od jednog minuta od pojavljivanja poruke "0.0 kg" na displeju.
2. ako se prilikom unosa ličnih podataka ne unese nijedna informacija duže od 5 minuta.
3. ako se aparat ne koristi više od 5 minuta od trenutka prikazivanja izmerenih rezultata na displeju.
4. ako se aparat ne koristi više od 5 minuta od trenutka prikazivanja izmerenog rezultata na displeju (kada se meri samo težina).

4. Merenje

Merenje treba obaviti na ravnoj i tvrdoj podlozi.

1. Pritisnite taster za uključivanje aparata.

“CAL” će treptati na displeju, a zatim će se pojaviti 0.0 kg.

Ukoliko stanete na platformu za merenje pre nego što se na displeju pojavi 0.0 kg, aparat će javiti poruku o grešci “Err”.



2. Kada se 0.0 kg pojavi na displeju, uzmite deo sa displejom u ruke.

Napomena: nemojte uzimati deo sa displejom dok se 0.0 kg ne pojavi na displeju. U tom slučaju će se težina displeja dodati na vašu telesnu težinu i dobićete netačan rezultat.

3. Izaberite broj ličnog profila korisnika.

Dok držite deo sa displejom pritisnite taster za izbor ličnog profila korisnika. Izabrani broj će trepnuti jedanput i pojaviti se na displeju. Ako prikaz na displeju izgleda kao na desnoj ilustraciji, to znači da lični podaci korisnika nisu sačuvani pod tim brojem. Pogledajte poglavlje 3 u vezi unosa ličnih podataka.



Ukoliko nemate sačuvan nijedan lični profil korisnika (GOST način rada)

1. Dok držite deo sa displejom pritisnite gost (Guest) taster.
2. Indikator “gost” načina rada će se pojaviti na displeju u obliku slova “G”.
3. Unesite lične podatke (godine starosti, pol i visinu). Pogledajte korake 3 do 4, u poglavlju 3, “Podešavanje i čuvanje ličnih podataka”.

4. Započnite merenje.

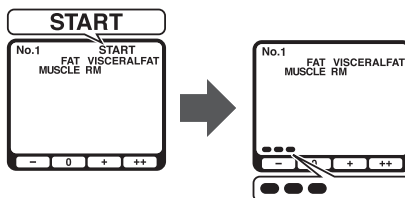
- 1) Stanite na aparat i postavite stopala na elektrode, vodeći računa da vam je težina ravnomerno raspoređena na obe elektrode.

Displej će pokazati Vašu težinu, a zatim će rezultat trepnuti dva puta. Aparat zatim počinje da meri procenat masnoće u telu, nivo visceralne masnoće, procenat skeletnih mišića, BMI i osnovni metabolizam.



- 2) Kada se na displeju pojavi “START”, ispružite ruke pravo ispred sebe pod uglom od 90° u odnosu na telo.

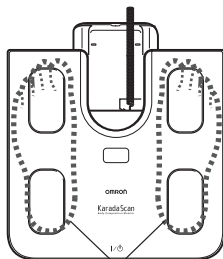
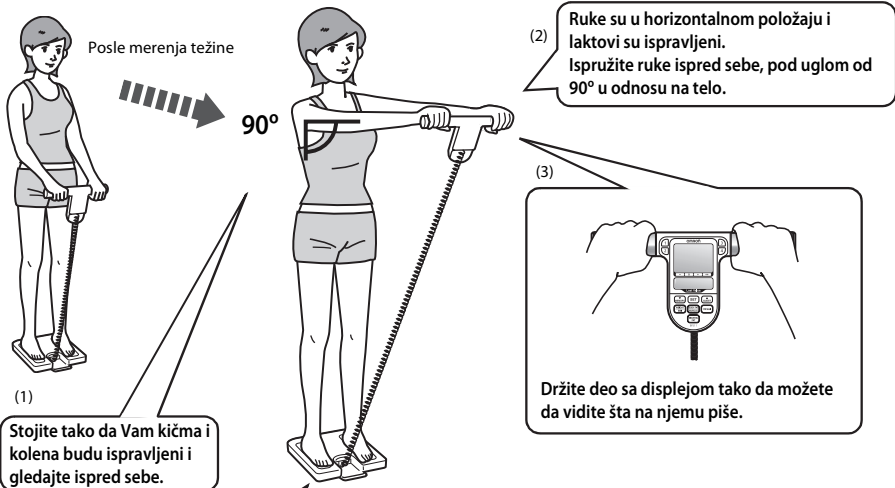
Indikatori napredovanja procesa merenja u donjem delu displeja će se polako pojavljivati, s leva na desno.



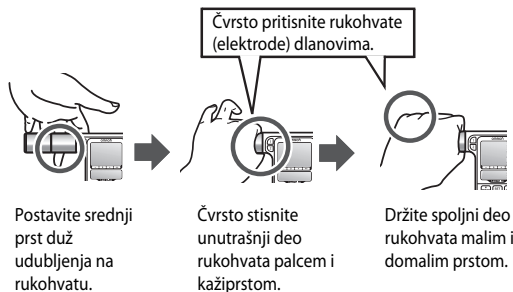
- 3) Kada se merenje završi, na displeju će se ponovo pojaviti rezultat merenja Vaše telesne težine. Sada možete sići sa aparata.



Pravilan položaj tokom merenja



Proverite da li su Vam pete postavljene pravilno na elektrode za pete. Stojite tako da Vam težina bude ravnomerno raspoređena na platformi za merenje.



Položaji koje treba izbegavati tokom merenja

Pomeranje tokom merenja

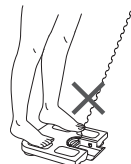
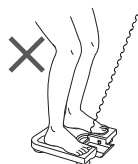
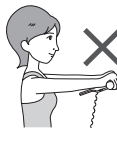
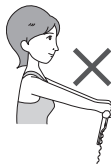
Savijene ruke

Podignute ili spuštene ruke

Displej postavljen na gore

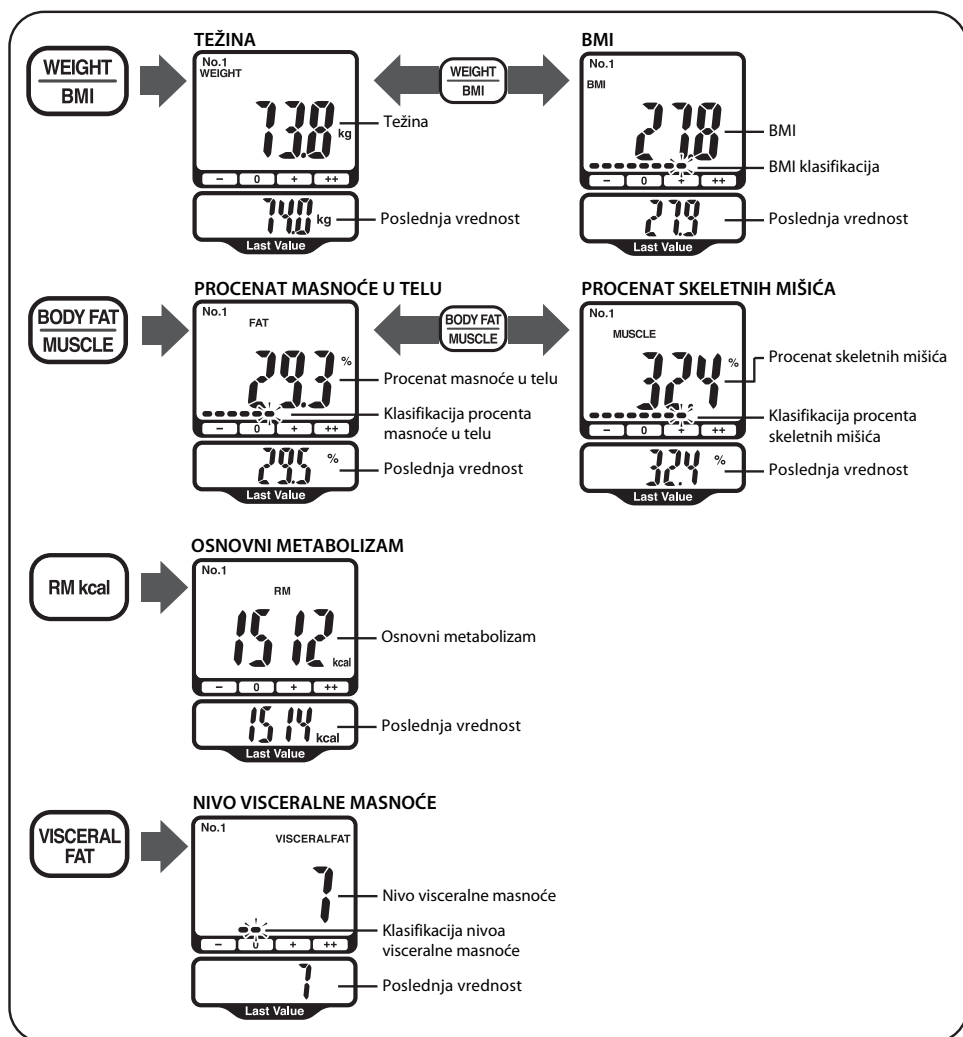
Savijena kolena

Stajanje na ivici aparata



5. Proverite rezultate merenja.

Pritisnite odgovarajući taster da biste videli željene rezultate. Rezultati prethodnog merenja su prikazani u delu displeja "poslednja vrednost" (ilustracija dole).



Napomena: za decu (6 do 17 godina starosti), ovaj aparat prikazuje težinu, klasifikaciju procenta masnoće u telu, procenat skeletnih mišića, BMI, klasifikaciju BMI i osnovni metabolizam.

Tumačenje rezultata za procenat masnoće u telu

Donja tabela je zasnovana na istraživanju HD NcCarthy et al, u *International Journal of Obesity*, Vol. 30, i Gallagher et al., *American Journal of Clinical Nutrition*, Vol. 72, iz septembra 2000. godine; klasifikovano u 4 nivoa od strane Omron Healthcare-a.

Pol	Starost	- (nizak)	0 (normalan)	+ (visok)	++ (veoma visok)
Ženski	6	< 13.8%	13.8 - 24.9%	25.0 - 27.0%	≥ 27.1%
	7	< 14.4%	14.4 - 27.0%	27.1 - 29.6%	≥ 29.7%
	8	< 15.1%	15.1 - 29.1%	29.2 - 31.9%	≥ 32.0%
	9	< 15.8%	15.8 - 30.8%	30.9 - 33.8%	≥ 33.9%
	10	< 16.1%	16.1 - 32.2%	32.3 - 35.2%	≥ 35.3%
	11	< 16.3%	16.3 - 33.1%	33.2 - 36.0%	≥ 36.1%
	12	< 16.4%	16.4 - 33.5%	33.6 - 36.3%	≥ 36.4%
	13	< 16.4%	16.4 - 33.8%	33.9 - 36.5%	≥ 36.6%
	14	< 16.3%	16.3 - 34.0%	34.1 - 36.7%	≥ 36.8%
	15	< 16.1%	16.1 - 34.2%	34.3 - 36.9%	≥ 37.0%
	16	< 15.8%	15.8 - 34.5%	34.6 - 37.1%	≥ 37.2%
	17	< 15.4%	15.4 - 34.7%	34.8 - 37.3%	≥ 37.4%
	18 - 39	< 21.0%	21.0 - 32.9%	33.0 - 38.9%	≥ 39.0%
	40 - 59	< 23.0%	23.0 - 33.9%	34.0 - 39.9%	≥ 40.0%
	60 - 80	< 24.0%	24.0 - 35.9%	36.0 - 41.9%	≥ 42.0%
Muški	6	< 11.8%	11.8 - 21.7%	21.8 - 23.7%	≥ 23.8%
	7	< 12.1%	12.1 - 23.2%	23.3 - 25.5%	≥ 25.6%
	8	< 12.4%	12.4 - 24.8%	24.9 - 27.7%	≥ 27.8%
	9	< 12.6%	12.6 - 26.5%	26.6 - 30.0%	≥ 30.1%
	10	< 12.8%	12.8 - 27.9%	28.0 - 31.8%	≥ 31.9%
	11	< 12.6%	12.6 - 28.5%	28.6 - 32.6%	≥ 32.7%
	12	< 12.3%	12.3 - 28.2%	28.3 - 32.4%	≥ 32.5%
	13	< 11.6%	11.6 - 27.5%	27.6 - 31.3%	≥ 31.4%
	14	< 11.1%	11.1 - 26.4%	26.5 - 30.0%	≥ 30.1%
	15	< 10.8%	10.8 - 25.4%	25.5 - 28.7%	≥ 28.8%
	16	< 10.4%	10.4 - 24.7%	24.8 - 27.7%	≥ 27.8%
	17	< 10.1%	10.1 - 24.2%	24.3 - 26.8%	≥ 26.9%
	18 - 39	< 8.0%	8.0 - 19.9%	20.0 - 24.9%	≥ 25.0%
	40 - 59	< 11.0%	11.0 - 21.9%	22.0 - 27.9%	≥ 28.0%
	60 - 80	< 13.0%	13.0 - 24.9%	25.0 - 29.9%	≥ 30.0%

Tumačenje rezultata za nivo visceralne masnoće

Nivo visceralne masnoće	Nivo klasifikacije
1 - 9	0 (normalan)
10 - 14	+ (visok)
15 - 30	++ (veoma visok)

Izvor: Omron Healthcare

Tumačenje rezultata za BMI

BMI	BMI (Odrednice Svetske zdravstvene Organizacije)	BMI klasifikacija				BMI vrednost
		-	0	+	++	
manje od 18.5	- (niska gojaznost)	■■■■■				7.0 - 10.7 10.8 - 14.5 14.6 - 18.4
18.5 ili više i manje od 25	0 (normalna gojaznost)	■■■■■	■■■■■			18.5 - 20.5 20.6 - 22.7 22.8 - 24.9
25 ili više i manje od 30	+ (pred-gojaznost)	■■■■■	■■■■■	■■■■■		25.0 - 26.5 26.6 - 28.2 28.3 - 29.9
30 ili više	++ (gojaznost)	■■■■■	■■■■■	■■■■■	■■■■■	30.0 - 34.9 35.0 - 39.9 40.0 - 90.0

Gore navedene oznake odnose se na vrednosti za procenu gojaznosti, propisane od strane WHO (World Health Organization - Svetska zdravstvena organizacija)

Tumačenje rezultata za procenat skeletnih mišića (za odrasle)

Pol	Godine	- (nizak)	0 (normalan)	+ (visok)	++ (veoma visok)
Ženski	18-39	< 24.3%	24.3 - 30.3%	30.4 - 35.3%	≥ 35.4%
	40-59	< 24.1%	24.1 - 30.1%	30.2 - 35.1%	≥ 35.2%
	60-80	< 23.9%	23.9 - 29.9%	30.0 - 34.9%	≥ 35.0%
Muški	18-39	< 33.3%	33.3 - 39.3%	39.4 - 44.0%	≥ 44.1%
	40-59	< 33.1%	33.1 - 39.1%	39.2 - 43.8%	≥ 43.9%
	60-80	< 32.9%	32.9 - 38.9%	39.0 - 43.6%	≥ 43.7%

Izvor: Omron Healthcare

6. Posle pregleda dobijenih rezultata, isključite aparat.
- Napomena: ako zaboravite da isključite aparat, on će se automatski isključiti posle 5 minuta. Vratite deo sa displejom u odeljak za njegovo čuvanje u telu aparata kao što je opisano u poglavlju 4.

5. Merenje težine

1. Pritisnite taster za uključivanje aparata.

"CAL" će treptati na displeju, a zatim će se pojaviti 0.0 kg.

Ukoliko stanete na platformu za merenje pre nego što se na displeju pojavi 0.0 kg, aparat će javiti poruku o grešci "Err".

2. Kada se 0.0 kg pojavi na displeju, stanite na aparat.

Napomena: ostavite deo sa displejom u držaču u telu aparata.



3. Proverite dobijeni rezultat.

Rezultat za težinu će biti prikazan na displeju i trepnuće dvaput označavajući da je merenje završeno.

Napomena: u ovom trenutku možete proveriti rezultat merenja ako uzmete deo sa displejom i na njemu pogledate rezultat.

4. Kada je merenje završeno, siđite sa aparata i isključite ga.

6. Poruke o grešci

Poruka o grešci	Uzrok	Ispravka
	Vaši dlanovi ili tabani nisu u dobrom kontaktu sa elektrodama	Pravilno prislonite dlanove i tabane na elektrode, zatim izvršite merenje (pogledajte poglavlje 4)
	Položaj za merenje nije bio dobar ili dlanovi i tabani nisu u dobrom kontaktu sa elektrodama	Ne pomerajte ruke ili tabane tokom merenja (pogledajte poglavlje 4)
	Dlanovi ili tabani su isuviše suvi	Ovlažite dlanove i tabane mokrim peškirom i pokušajte ponovo.
	Izmerene vrednosti telesnog sastava su izvan mernog raspona navedenog u specifikacijama	• Proverite da li su podešavanja za visinu, godine starosti i pol u dozvoljenom rasponu (pogledajte poglavlje 9) • Aparat ne može da meri van opsega merenja iako su uneti podaci dobri.
	Dogodila se greška u funkcionisanju aparata	Ponovo ubacite baterije i ponovite merenje. Ako se ova greška ponavlja, kontaktirajte ovlašćeni Prizmin servis
	Stali ste na platformu za merenje pre nego što se na displeju pojavilo 0.0 kg	Sačekajte da se na displeju pojavi 0.0 kg pre nego što stanete na platformu
	Aparat je pomeren pre nego što se na displeju pojavilo 0.0 kg	Ne pomerajte aparat dok se ne pojavi 0.0 kg na displeju
	Pomerili ste se tokom merenja	Ne pomerajte se dok traje merenje
	Vaša težina je veća od 150 kg	Aparat mogu koristiti samo osobe lakše od 150 kg

7. Otklanjanje grešaka i problema

Problem	Uzrok	Ispravka
Izmerene vrednosti telesnog sastava su veoma visoke ili niske	Pogledajte "Informacije o telesnom sastavu"	
Aparat se ugasi otprilike 5 minuta pošto je izmerena težina i pre celokupnog postupka merenja telesnog sastava	Niste pritisnuli odgovarajući taster za izbor korisnika ili Guest/Memory taster. (Broj izabranog korisnika ili "G" nisu prikazani na displeju).	Pritisnite odgovarajući taster za izbor korisnika ili Guest/Memory taster (pogledajte u poglavlju 4).
Ništa se ne pojavljuje na displeju kada se pritisne taster za uključivanja aparata	Baterije nisu ubačene u aparat	Ubacite baterije
	Baterije nisu pravilno postavljene	Pravilno postavite baterije
	Baterije su istrošene	Zamenite sve 4 baterije novim baterijama (poglavlje 2)
	Kabl koji povezuje displej i telo aparata je oštećen ili pokvaren	Kontaktirajte Prizmin servis

8. Održavanje i čuvanje aparata

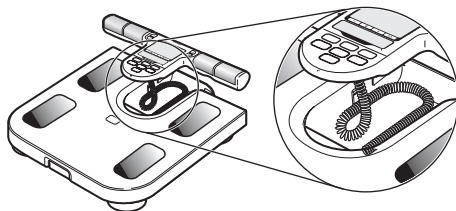
Ovaja aparat ne zahteva nikakvo posebno održavanje.

Čišćenje aparata

- Uvek održavajte aparat čistim.
- Obrišite aparat suvom, mekom krpom. Ukoliko je potrebno, upotrebite krpu malo navlaženu vodom ili blagim deterdžentom i dobro je iscedite pre čišćenja aparata, a zatim ga prebrišite suvom krpom.
- Alkohol za čišćenje možete koristiti za čišćenje elektroda, ali ne i za ostale delove aparata.
- Nemojte koristiti benzin, benzen ili razređivače za čišćenje aparata.

Čuvanje i održavanje

- Deo sa displejom čuvajte u odeljku za njegovo čuvanje u telu aparata, kao što je prikazano na ilustraciji dole.
- Kada stavljate deo sa displejom u odeljak za njegovo čuvanje, vodite računa da preterano ne savijate kabl.



- Nemojte čuvati aparat pod sledećim okolnostima:
 - visoka vlažnost vazduha, mesta gde voda ili tečnost mogu dospeti u bilo koji deo aparata.
 - visoke temperature, direktna izloženost sunčevom svetlu, prašina.
 - mesta gde može biti izložen jakom udaru ili vibracijama.
 - mesta gde se čuvaju hemikalije ili postoji prisustvo korozivnih gasova.
- Nemojte sami vršiti bilo kakve prepravke ili popravke na aparatu. Ako dođe do kvara ili oštećenja, javite se najbližem Prizminom servisu.

9. Tehnički podaci

Ime:	BF511
Proizvod	Sistem za određivanje telesnog sastava
Model:	HBF-511B-E / HBF-511T-E
Displej	Težina: 0.0 do 150.0 kg sa korakom od 100 g (0.0 do 330.0 lb sa korakom od 0.2 lb) Procenat masnoće u telu: 5.0 do 60.0 % sa korakom od 0.1% Procenat skeletnih mišića: 5.0 do 50.0 % sa korakom od 0.1% BMI: 7.0 do 90.0 sa korakom od 0.1 Osnovni metabolizam: 385 do 3999 kcal sa korakom od 1 kcal Nivo visceralne masnoće: 30 nivoa sa korakom od 1 nivoa BMI klasifikacija: "–" (Nedovoljna težina) / "0" (Normalan) / "+" (Pred-gojaznost) / "++" (Gojaznost) • 4 nivoa, svaki nivo sa 3 podnivoa Klasifikacija procenta masnoće u telu/procenta skeletnih mišića: "–" (Nizak) / "0" (Normalan) / "+" (Visok) / "++" (Veoma visok) • 4 nivoa, svaki nivo sa 3 podnivoa Klasifikacija nivoa visceralne masti: "0" (Normalan) / "+" (Visok) Memorija: pre 1 dan / pre 7 dana / pre 30 dana / pre 90 dana
Raspon podešavanja	Visina: 100 do 199.5 cm Godine starosti: 6 do 80 godina Pol: muški/ženski * Merne jedinice: kg (cm) / lb (stope, inči) * za procenat masnoće u telu, klasifikaciju procenta masnoće u telu, procenat skeletnih mišića, BMI, klasifikaciju BMI i osnovni metabolizam raspon godina je od 6 do 80 godina. * za nivo visceralne masnoće, klasifikaciju visceralne masnoće i klasifikaciju procenta skeletnih mišića raspon godina je od 18 do 80 godina.
Preciznost merenja težine	0.0 kg do 40.0 kg: ± 400 g (0.0 lb do 88.2 lb: ± 0.88 lb) 40.1 kg do 150.0 kg: $\pm 1\%$ (88.2 lb do 330.0 lb: $\pm 1\%$)
Preciznost merenja komponenti telesnog sastava (S. E. E.)	Procenat masnoće u telu: 3.5% Procenat skeletnih mišića: 3.5% Nivo visceralne masnoće: 3 nivoa
Napajanje	4 AA baterije - R6 (možete koristiti i alkalne baterije - AA LR6)
Vek trajanja baterija	oko godinu dana (sa manganskim baterijama, kada se aparat koristi 4 puta dnevno)
Radna temperatura / vlažnost:	+10°C do +40°C / 30% do 85% RVV
Temperatura / vlažnost čuvanja / vazdušni pritisak:	-20°C do +60°C / 10% do 95% RVV / 700 hPa - 1060 hPa
Spoljne dimenzije	deo sa displejom - oko 300 (š) x 35 (v) x 147 (d) telo aparata - oko 303 (š) x 55 (v) x 327 (d)
Masa aparata	oko 2,2 kg (sa baterijama)
Sadržaj paketa	aparat, 4 AA baterije (R6), uputstvo za upotrebu, garancija

Napomena: Predmet tehničkih izmena bez prethodnog obaveštavanja.



= Type BF

CE 0197

Ovaj uređaj ispunjava odredbe EC direktive 93/42/EEC (Direktiva o medicinskim uređajima).

Važne informacije u vezi Elektromagnetske kompatibilnosti (EMC)

Sa povećanim brojem elektronskih uređaja (PC, mobilni telefoni...), medicinski aparati mogu biti podložni uticaju elektromagnetskih smetnji od strane drugih uređaja. To može dovesti do nepravilnog rada medicinskih aparata i stvoriti potencijalno opasnu situaciju.

Medicinski aparati takođe ne bi trebalo da smetaju drugim uređajima.

Radi regulisanja zahteva za EMC (Elektromagnetsku kompatibilnost) sa ciljem da se preduprede opasne situacije, implementiran je IEC60601-1-2 standard. Ovaj standard definiše nivoe zaštićenosti od elektromagnetskih smetnji, kao i maksimum elektromagnetnog emitovanja medicinskih aparata.

Ovaj medicinski aparat proizveden od strane OMRON-a zadovoljava IEC60601-1-2:2001 standard, i za zaštitu i za emitovanje.

Ipak, specijalne mere zaštite nekad moraju biti razmotrene:

- Ne koristite mobilne telefone i druge uređaje koji stvaraju jako električno ili elektromagnetno polje, blizu medicinskih aparata. To može dovesti do nepravilnog rada medicinskih aparata i stvoriti potencijalno opasnu situaciju. Preporučena je razdaljina od minimum 7 metara. Za manje razdaljine proverite tačan rad uređaja.

Obimnija dokumentacija u skladu sa IEC60601-1-2:2001 u OMRON-ovom Evropskom predstavništvu, na adresi naznačenoj u ovom uputstvu, kao i na internet adresi: www.omron-healthcare.com.

**Pravilo odlaganje na otpad ovog proizvoda
(Električni i elektronski otpad)**

Ova oznaka na nekom proizvodu ili njegovoj literaturi, označava da on ne bi trebao da se odlaže zajedno sa običnim kućnim otpadom, na kraju svog radnog veka. Da bi ste sprečili eventualnu štetu po okolinu ili ljudsko zdravlje, molimo da ga odvojite od ostalih vrsta otpada, da bi mogao da se reciklira radi ponovnog korišćenja kao materijalni resurs.

Kućni korisnici bi trebalo da kontaktiraju lokalnu vladinu kancelariju, za detalje gde i kako mogu odložiti ovaj proizvod radi bezbednog recikliranja.

Poslovni korisnici trebaju da kontaktiraju svog dobavljača i provere uslove i obaveze iz ugovora o kupovini. Ovaj proizvod ne bi trebalo da se meša sa ostalim vrstama komercijalnog otpada.

Ovaj proizvod ne sadrži nijednu opasnu supstancu.



Podružnica	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes MK 15 0DG, United Kingdom	
Podružnica	OMRON Medizintechnik Handelsgesellschaft m.b.H. Windeckstraße 81a D-68163 Mannheim, Germany; www.omron-medizintechnik.de	
Podružnica	OMRON SANTÉ FRANCE , 14, rue de Lisbonne, F-93561 Rosny-sous-Bois Cedex, France	
Proizvođač	OMRON HEALTHCARE CO., LTD. 24, Yamanouchi Yamanoshitacho, Ukyoku, Kyoto, 615-0084 Japan	
EU-zastupnik	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Kruisweg 577,2132NA Hoofddorp, The Netherlands www.omron-healthcare.com	
Predstavnik za Srbiju	PRIZMA , Kragujevac, Kumanovska 8, 34000 Kragujevac, Srbija, www.prizma.co.rs	



