

Instruction Manual

2

OMRON

Automatic Upper Arm Blood Pressure Monitor M3 (HEM-7154-E)



Intellisense

IM2-HEM-7154-E-E3-02-10/2019

All for Healthcare

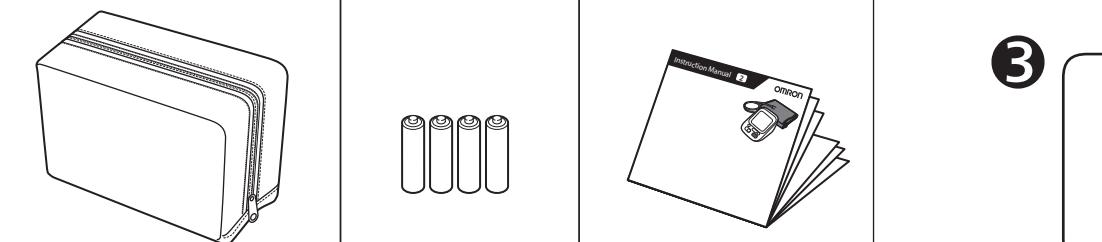
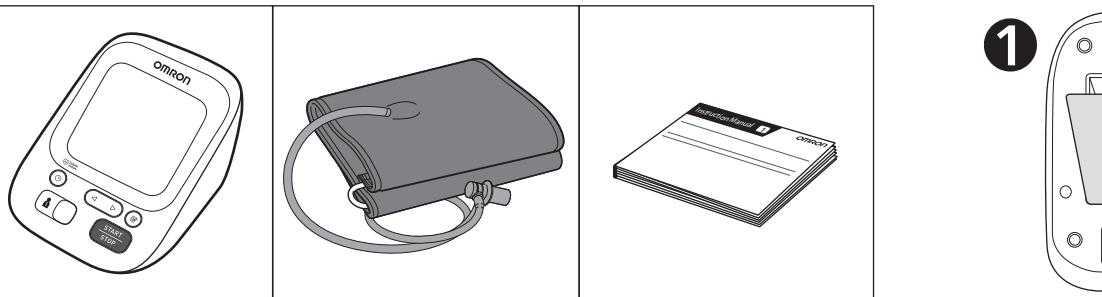
Read Instruction manual ① and ② before use.

ET Enne kasutamist lugege läbi kasutusjuhendid ① ja ②.
LV Pirms lietošanas izlasiet lietošanas instrukciju ① un ②.
LT Prieš naudodami, perskaitykite naudojimo instrukciją ① ir ②.
BG Преди употреба прочетете ръководството за употреба ① и ②.
SR Pre upotrebe pročitajte uputstvo za upotrebu ① i ②.
RO Citiți manualul de instrucțiuni ① și ② înainte de utilizare.

1 Package Contents

ET Pakendi sisu
LV Iepakojuma saturs
LT Pakuočių turinys

BG Съдържание на комплекта
SR Sadržaj pakovanja
RO Conținutul pachetului



2 Preparing for a Measurement

ET Möötmiseks valmistumine
LV Sagatavošanās mērišanai
LT Pasiruošimas matavimui

BG Подготовка за измерване
SR Priprema za merenje
RO Pregătirea pentru măsurare

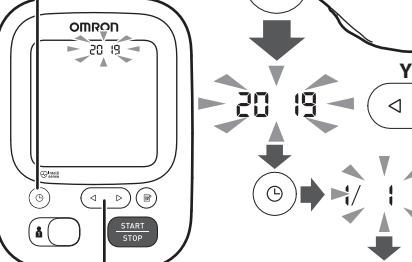
30 minutes before

ET 30 minutit enne
LV 30 minūtes pirms mērījumu veikšanas
LT 30 minučių prieš
BG 30 минуты перед това
SR 30 minute pre merenja
RO Cu 30 de minute înainte



5 minutes before: Relax and rest.

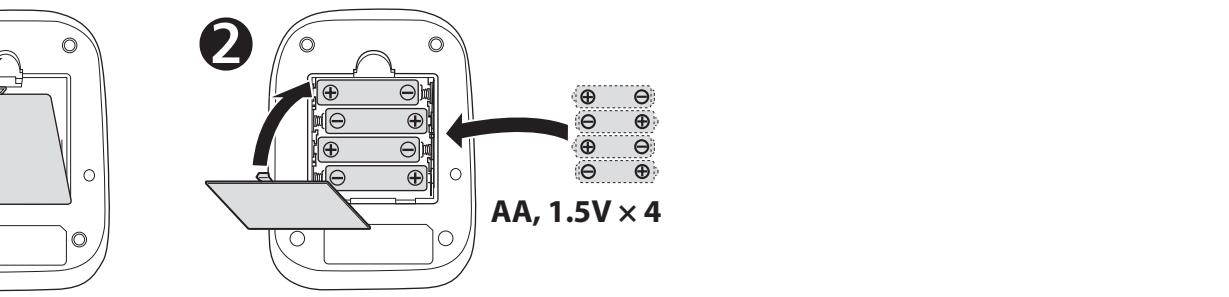
ET 5 minutit enne: lõõgastuge ja puhake.
LV 5 minūtes pirms mērījumu veikšanas: atlābinieties un atpūtieties.
LT 5 minutės prieš: atsipalaiduokite ir pailskite.
BG 5 минути пред това: Отмиснете се и починете.
SR 5 minute pre merenja: opustite se i odmorite.
RO Cu 5 minute înainte: relaxați-vă și odihniți-vă.



3 Installing Batteries

ET Patareide paigaldamine
LV Bateriju ieviešana
LT Baterijų įdėjimas

BG Поставяне на батерии
SR Postavljanje baterija
RO Instalarea bateriilor



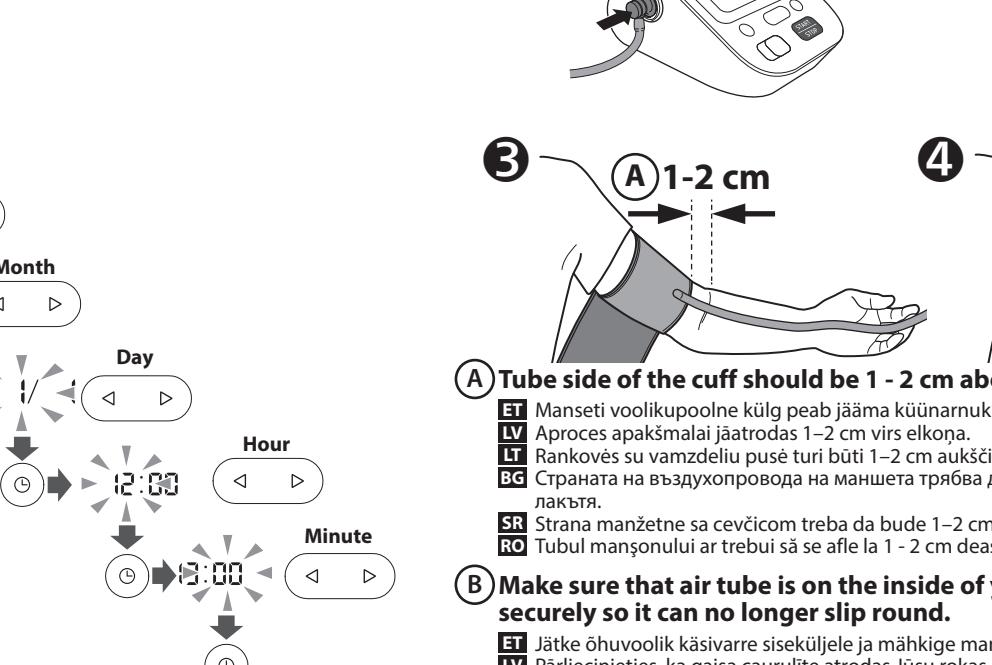
4 Setting Date and Time

ET Kuupäeva ja kellaaja määramine
LV Datuma un laika iestatīšana
LT Datos ir laiko nustatymas

BG Настройка на дата и час
SR Podešavanje datuma i vremena
RO Setarea datei și a orei

Set year > month > day > hour > minute.

ET Seadke aasta > kuu > päev > tund > minut.
LV Iestatiet gadu > mēnesi > dienu > stundu > minuti.
LT Nustatykite metus > mēnesi > dieną > valandą > minutę.
BG Настройте година > месец > ден > час > минута.
SR Podesite godinu > mesec > dan > sat > minut.
RO Setați year (anul) > month (luna) > day (ziua) > hour (ora) > minute (minutele).



A Tube side of the cuff should be 1 - 2 cm above the inside elbow.

ET Manseti voolikupoolne külg peab jäama künhanuki 1 kuni 2 cm kõrgemale.
LV Aproces apakšmalai jäätradas 1-2 cm virs elkonja.
LT Rankovs su vamzdeliu pusé turi bùti 1-2 cm auksčiau alkūnés vidinés pusé.
BG Страна на въздушопровода на маншета трябва да е на 1-2 см над вътрешната страна на лакътя.
SR Strana manžetne sa cevčicom treba da bude 1-2 cm iznad unutrašnje strane laka.
RO Tubul manșonului ar trebui să se afle la 1 - 2 cm deasupra porțiunii interioare a cotului.

B Make sure that air tube is on the inside of your arm and wrap the cuff securely so it can no longer slip round.

ET Jätke õhuvoilik käisikule ja mähkige mansett piisavalt tihealt, et see ei libiseks.
LV Pärlecinieties, ka gausa caurilite atrodas Jūsu rokas iekšpusē, un cieš aplieciet aprocī, lai tā nekustās.
LT Išitinkinkite, kad oro tiekimo vamzdelis būtu jūsu rankos vidinēje pusēje ir tvirtai apvyniokite rankovę, kad ji negaliētu suktis aplink.
BG Уверете се, че въздушопроводът е от вътрешната страна на ръката и извийте маншета здраво, за да не може повече да се изпълне настрина.
SR Proverite da li je cevčica za vazduh na unutrašnjoj strani ruke i čvrsto obmotajte manžetu tako da više ne može da se okreće.
RO Asigurați-vă că tubul de aer este poziționat pe partea interioară a brațului dumneavoastră și infășurați ferm manșonul pentru a nu aluneca.

C Place the arm cuff at the same level as your heart.

ET Paigutage mansett südamega ühele kõrgusele.
LV Aproce jäätradas Jūsu sirds limeni.
LT Uždékite rankovę širdies lygyje.
BG Поставете маншета за ръка на едно ниво със сърцето ви.
SR Manžetu za ruku postavite u visini srca.
RO Amplasați manșonul la același nivel cu inima.

D Keep feet flat, legs uncrossed, remain still and do not talk.

ET Hoidke jalad maas, mitte ristatult, istuge liikumatult ja ärge rääkige.
LV Turiet pēdas uz gridas, nesakrustojiet kājas, nekustieties un nerunājet.
LT Pēdas pastātyskite līgai, koju nesukryžuokite, bukite ramus ir nekalbēkite.
BG Задръжте стъпалата си на пода, не кръстосвайте крака, останете неподвижни и не говорете.
SR Stopala treba da stoe ravno, noge ne treba da budu prekrštene, ostanite mirni i ne pričajte.
RO Înțețătăpile drepte pe sol, picioarele neîncrucisate, nu vă mișcați și nu vorbiți.

If taking measurements on the right arm, refer to:
ET Kui mõõdate paremal ölavarel, vt:
LV Ja veļat mērišanu uz labās rokas, lūdz,
skatiet:
LT Jeigu matuojate ant dešinės rankos, žr:
BG Ако правите измерванията на дясната ръка,
вижте:
SR Kada se pritisne taster [START/STOP], merenie se obavlja i čuva automatski.
RO Dacă este apăsat butonul [START/STOP], măsurătoarea este efectuată și salvată automat.

Instruction Manual 1
2.3

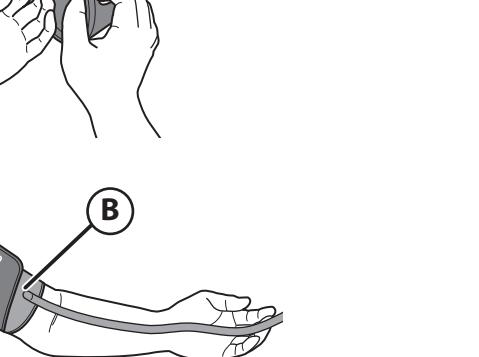
5 Applying the Cuff on the Left Arm

ET Manseti paigaldamine vasakule ölavarrelle
LV Pareizs sēdus stāvoklis
LT Rankovés uždėjimas ant kairiosios rankos

BG Поставяне на маншета на лявата ръка
SR Postavljanje manžetne na levu ruku
RO Amplasarea manșonului pe brațul stâng

Set year > month > day > hour > minute.

ET Seadke aasta > kuu > päev > tund > minut.
LV Iestatiet gadu > mēnesi > dienu > stundu > minuti.
LT Nustatykite metus > mēnesi > dieną > valandą > minutę.
BG Настройте година > месец > ден > час > минута.
SR Podesite godinu > mesec > dan > sat > minut.
RO Setați year (anul) > month (luna) > day (ziua) > hour (ora) > minute (minutele).



E Sit comfortably with your back and arm supported.

ET Istuge mugavalt, selg ja käsivars toetatud.
LV Aproces apakšmalai jäätradas 1-2 cm virs elkonja.
LT Rankovs su vamzdeliu pusé turi bùti 1-2 cm auksčiau alkūnés vidinés pusé.
BG Страна на въздушопровода на маншета трябва да е на 1-2 см над вътрешната страна на лакътя.
SR Strana manžetne sa cevčicom treba da bude 1-2 cm iznad unutrašnje strane laka.
RO Tubul manșonului ar trebui să se afle la 1 - 2 cm deasupra porțiunii interioare a cotului.

F Make sure that air tube is on the inside of your arm and wrap the cuff

ET Jätke õhuvoilik käisikule ja mähkige mansett piisavalt tihealt, et see ei libiseks.
LV Pärlecinieties, ka gausa caurilite atrodas Jūsu rokas iekšpusē, un cieš aplieciet aprocī, lai tā nekustās.
LT Išitinkinkite, kad oro tiekimo vamzdelis būtu jūsu rankos vidinēje pusēje ir tvirtai apvyniokite rankovę, kad ji negaliētu suktis aplink.
BG Уверете се, че въздушопроводът е от вътрешната страна на ръката и извийте маншета здраво, за да не може повече да се изпълне настрина.
SR Proverite da li je cevčica za vazduh na unutrašnjoj strani ruke i čvrsto obmotajte manžetu tako da više ne može da se okreće.
RO Asigurați-vă că tubul de aer este poziționat pe partea interioară a brațului dumneavoastră și infășurați ferm manșonul pentru a nu aluneca.

G Place the arm cuff at the same level as your heart.

ET Paigutage mansett südamega ühele kõrgusele.
LV Aproce jäätradas Jūsu sirds limeni.
LT Uždékite rankovę širdies lygyje.
BG Поставете маншета за ръка на едно ниво със сърцето ви.
SR Manžetu za ruku postavite u visini srca.
RO Amplasați manșonul la același nivel cu inima.

H Keep feet flat, legs uncrossed, remain still and do not talk.

ET Hoidke jalad maas, mitte ristatult, istuge liikumatult ja ärge rääkige.
LV Turiet pēdas uz gridas, nesakrustojiet kājas, nekustieties un nerunājet.
LT Pēdas pastātyskite līgai, koju nesukryžuokite, bukite ramus ir nekalbēkite.
BG Задръжте стъпалата си на пода, не кръстосвайте крака, останете неподвижни и не говорете.
SR Stopala treba da stoe ravno, noge ne treba da budu prekrštene, ostanite mirni i ne pričajte.
RO Înțețătăpile drepte pe sol, picioarele neîncrucisate, nu vă mișcați și nu vorbiți.

If taking measurements on the right arm, refer to:
ET Kui mõõdate paremal ölavarel, vt:
LV Ja veļat mērišanu uz labās rokas, lūdz,
skatiet:
LT Jeigu matuojate ant dešinės rankos, žr:
BG Ако правите измерванията на дясната ръка,
вижте:
SR Kada se pritisne taster [START/STOP], merenie se obavlja i čuva automatski.
RO Dacă este apăsat butonul [START/STOP], măsurătoarea este efectuată și salvată automat.

Instruction Manual 1
2.3

6 Sitting Correctly

ET Ōigesti istumine

BG Седнете правилно

SR Pravilno sedenje

RO Poziția așezat corectă

LV Pareizs sēdus stāvoklis

LT Tinkamas sēdējimas

RO Amplasarea manșonului pe brațul stâng

rankos



I Switching user ID enables you to save readings for 2 people.

ET Kasutajatunnuse valimine võimaldab salvestada kahe inimese näidud.
LV Lietotaju ID parsegāšana lauj saglabat meriju rezultatus 2 cilvekiem.
LT Naudotojo ID perjungimas suteikia galimybę išsaugoti 2 žmonių rodmenis.
BG Превключване на друг идентификатор на потребителя въз позволява да запазвате отчитания за 2 лица.

J Promena ID-a korisnika vam omogućava da sačuvate rezultate merenja za 2 osobe.

RO Comutarea între ID-urile de utilizator vă permite să salvați valorile pentru 2 persoane.

K When the [START/STOP] button is pressed, the measurement is taken and saved automatically.

ET Nupu [START/STOP] vajutamisel tehakse möötmine ning möötmistulemus salvestatakse automaatselt.
LV Nospiežot pogu [START/STOP] (Sakt/pārtraukt), tiek veikta mērišana un mērijums automātiski saglabāts.

LT Paspaudus mygtuką [START/STOP], atliekamas ir automatiškai išsaugomas matavimas.

BG Когато бутонът [START/STOP] е натиснат, измерването се извършва и запазва автоматично.

SR Kada se pritisne taster [START/STOP], merenie se obavlja i čuva automatski.

RO Când este apăsat butonul [START/STOP], măsurătoarea este efectuată și salvată automat.

9

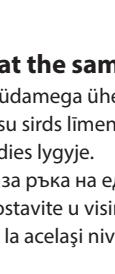
8 Taking a Measurement

ET Möötmine

LV Mērijuma veikšana

SR Merenie

RO Efectuarea unei măsurători



L When the [START/STOP] button is pressed, the measurement is taken and saved automatically.

ET Nupu [START/STOP] vajutamisel tehakse möötmine ning möötmistulemus salvestatakse automaatselt.
LV Nospiežot pogu [START/STOP] (Sakt/pārtraukt), tiek veikta mērišana un mērijums automātiski saglabāts.

LT Paspaudus mygtuką [START/STOP], atliekamas ir automatiškai išsaugomas matavimas.

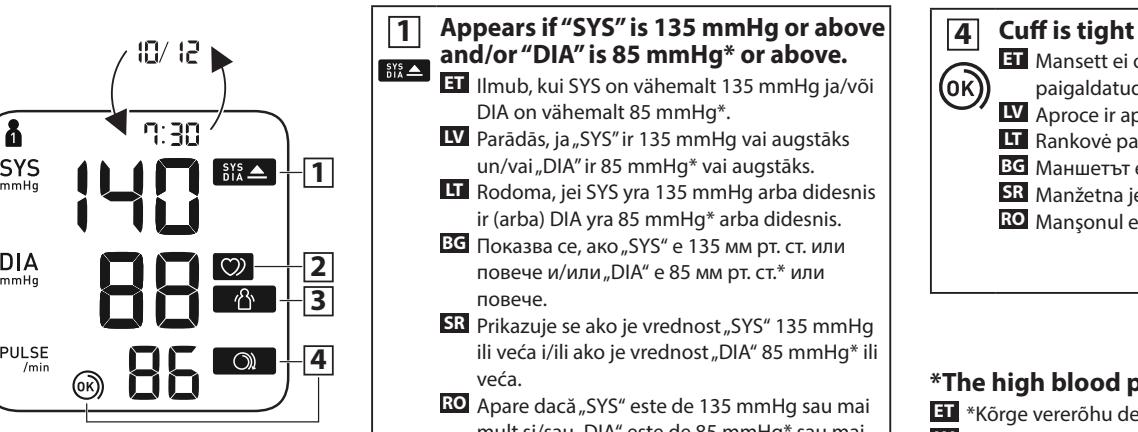
BG Когато бутонът [START/STOP] е натиснат, измерването се извършва и запазва автоматично.

SR Kada se pritisne taster [START/STOP], merenie se obavlja i čuva automatski.

RO Când este apăsat butonul [START/STOP], măsurătoarea este efectuată și salvată automat.

9 Checking Readings

ET Näituse kontrollimine
LV Rādījumu pārbaude
LT Rodmenų patikrinimas



2 Appears when an irregular rhythm** is detected during a measurement. If it appears repeatedly, OMRON recommends to consult your physician.

ET Ilmub, kui mõõtmisel tuvastatakse südame rütmihäire**. Kui see ilmub korduvalt, soovitab OMRON pöörduda arsti poolle.
LV Parādās, ja mērišanas laikā tiek noteikts neregulārs ritms**. Ja tas parādās atkārtoti, „OMRON“ iestaka konsultēties ar ārstu.
LT Rodoma, kai matuojant nustatomas nereguliarus ritmas**. Jeigu rodoma pakartotinai, „OMRON“ rekomenduoja pasikonsultuoti su gydytoju.
BG Появява се, когато по време на измерване е открит неравномерен ритъм**. Ако се появява многократно, OMRON препоръчва да се консултирае с вашия лекар.
SR Prikazuje se kada se tokom merenja detektuje nepravilan ritam rada srca**. Ako se ovaj prikaz stalno ponavlja, OMRON preporučuje da se obratite lekaru.
RO Apărătul poate să detecteze un ritm irregulär de la început. Dacă apărătul repetă acest lucru, OMRON te recomandă să consultați medicul.

3 Appears when your body moves during a measurement. Remove the arm cuff, wait 2-3 minutes and try again.

ET Ilmub, kui liigutate mõõtmise ajal. Eemaldage mansett, oodake 2–3 minutit ja proovige uuesti.
LV Parādās, ja mērišanas laikā Jūs kustaties. Nonemiet aproc, uzgaidiet 2–3 minūtes un mēģiniet vēlreiz.
LT Rodoma, kai matuojant jūs judeat. Nuimkite žasto rankovę, palaukitė 2–3 minutes ir bandykite vėl.
BG Показва се, когато тялото ви се движи по време на измерване. Свалете маншета за ръка, изчакайте 2–3 минути и опитайте отново.
SR Prikazuje se kada vam se telo pomera tokom merenja. Uklonite manžetu za ruku, sačekajte 2–3 minute i pokušajte ponovo.
RO Apărătul poate să detecteze un corp dumneavoastră care se mișcă în timpul măsurării. Scoateți manșonul, aşteptați 2–3 minute și încercați din nou.

Error messages or other problems? Refer to:
E1 Veateade või muu probleem? Vt:
LV Kljudu ziņojumi vai citas problēmas? Skatiet:
LT Klaidų pranešimai ar kitos problemas? Žr:
BG Съобщения за грешка или други проблеми? Вижте:
SR Poruke o grešci ili drugi problemi? Pogledajte:
RO Mesaje de eroare sau alte probleme? consultați:

Instruction Manual (1)
•

BG Проверка на отчитанията
SR Provera rezultata merenja
RO Verificarea valorilor înregistrate

1 Appears if "SYS" is 135 mmHg or above and/or "DIA" is 85 mmHg* or above.

ET Ilmub, kui SYS on vähemalt 135 mmHg ja/või DIA on vähemalt 85 mmHg*.

LV Parādās, ja „SYS“ ir 135 mmHg vai augstāks un/vai „DIA“ ir 85 mmHg* vai augstāks.

LT Rodoma, jei „SYS“ yra 135 mmHg arba didesnis ir (arba) „DIA“ yra 85 mmHg* arba didesnis.

BG Показва се, ако „SYS“ е 135 mm rt. st. или повече и/или „DIA“ е 85 mm rt. st.* или повече.

SR Prikazuje se ako je vrednost „SYS“ 135 mmHg ili veća i/ili ako je vrednost „DIA“ 85 mmHg* ili veća.

RO Apare dacă „SYS“ este de 135 mmHg sau mult și/sau „DIA“ este de 85 mmHg* sau mult.

4 Cuff is tight enough.

ET Mansett ei ole piisavalt tihedalt paigaldatud.

LV Aproce ir aplikta pietiekami cieši.

LT Dar kartą TVIRČIAU uždėkite rankovę.

BG Маншетът е достатъчно стегнат.

SR Manžetna je dovoljno pritegnuta.

RO Manșonul este suficient de strâns.

4 Apply cuff again MORE TIGHTLY.

ET Paigaldage mansett TIHEDAMALT.

LV Aplieci aproc vēlreiz VĒL ČIŠĀK.

LT Dar kartą TVIRČIAU uždėkite rankovę.

BG Поставете отново маншета ПО-СТЕГНАТО.

SR Ponovo postavite manžetnu tako da bude ČVRŠĆE PRITEGNUTA.

RO Amplasați manșonul din nou MAI STRÂNS.

The high blood pressure definition is based on the 2018 ESH/ESC Guidelines.

ET *Kõige verõrho definitsioon põhineb 2018 ESH/ESC suunistel.

LV *Paaugstināta asinsspiediena definīcija ir balstīta 2018 ESH/ESC vadlīnijām.

LT *Aukšto kraujospūdžio apibrėžimas yra paremtas 2018 ESH/ESC rekomendacijomis.

BG *Definičijsa visokog krvnog pritiska zasnovana je na Smernicama 2018 ESH/ESC.

SR *Definicija visokog krvnog pritiska zasnovana je na Smernicama 2018 ESH/ESC.

RO *Definiția hipertensiunii arteriale se bazează pe orientările ghidului 2018 ESH/ESC.

Up to 60 readings are stored.

ET Mälu salvestatakse

LV Zālējoties se do 60

SR Čuva se do 60 rezultata

RO Sunt stocate maxim

60 rezultata înregistrate.

Do not throw the air plug away. The air plug can be applicable to the optional cuff.

ET Ne izhvърляйте въздушната пробка.

LV Въздушната пробка може да е приложима за допълнителния маншет.

SR Nemojte bacati utičak cevčice za vazduh može da bude primenljiv

LT Neišmeskite oro tiekimo vamzdelio kištuk.

RO Nu aruncați conectorul de aer. Conectorul de aer poate fi compatibil cu manșon optional.

10.2 Average of the Latest 2 or 3 Readings Taken within a 10 Minute Span

ET 10 minuti jooksul tehtud mõõtmiste viimase 2 või 3 näidu keskmise.

LV Vidējais rezultāts, pamatojoties uz 2 vai 3 mērījumiem, kas tika iegūti 10 minūtu laikā

SR **Nepravilan rad srca podrazumeva ritam rada srca koji se za 25% manje ili 25% više razlikuje od prosječnog ritma rada srca izmerenog za vreme merenja krvnog pritiska.

RO **Bătăile neregulate sunt definite printr-un ritm al bătăilor inimii care este cu 25% mai mic sau cu 25% mai mare decât ritmul mediu detectat în timpul măsurării.

10.3 Deleting All Readings

ET Kõikide näituste kustutamine

LV Visu mērījumu rezultātu dzēšana

SR Brisanje svih rezultata merenja

RO Ștergerea tuturor valorilor înregistrate

11 Other Settings

ET Muud seaded

LV Citi iestatījumi

SR Medicinska oprema po izboru

RO Alte setări

12 Optional Medical Accessories

ET Valikulismeditsiinilised lisatarvikud

LV Papildu mediciniske piederumi

SR Medicinske opreme po izboru

RO Accesorii medicale optionale

BG Проверка на отчитанията

SR Provera rezultata merenja

RO Verificarea valorilor înregistrate

BG Използване на функциите на паметта

SR Upotreba memorijskih funkcija

RO Utilizarea funcțiilor de memorie

BG Други настройки

SR Druga podešavanja

RO Alte setări

BG Допълнителни медицински принадлежности

SR Medicinske opreme po izboru

RO Accesorii medicale optionale

BG Manufacturer

LV Tootja

RO Družstvo

BG Gamtojās

LV Atsauksme

RO Proizvodjenje

BG Prodūzvād

LV Importator

RO Distribuitor

BG OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.

LV 53, Kunsubi, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN

https://www.omron-healthcare.com/

10 Using Memory Functions

ET Mälufunktsoonide kasutamine

LV Atmiņas funkcijas lietošana

RO Atminties funkcijų naudojimas

BG Поставете отново маншета ПО-СТЕГНАТО.

SR Ponovo postavite manžetnu tako da bude ČVRŠĆE PRITEGNUTA.

RO Amplasați manșonul din nou MAI STRÂNS.

11.1 Restoring to the Default Settings

ET Vaiksesadete taastamine

LV Nokšējuma iestatījumu atjaunošana

RO Restabilirea setărilor implicite

BG Възстановяване на фабричните стойности

SR Връчване на подразумевана пodesavanja

RO Numătryujú nuostatu atkúrimas

10.1 Readings Stored in Memory

ET Mälu salvestatud näidud

LV Atmiņā saglabātie mērījumi rezultāti

SR Atmīnīte, zālējoties, iestāgošanās laikā

RO Rezultatele măsurătorilor stocate în memorie

10.2 Average of the Latest 2 or 3 Readings Taken within a 10 Minute Span

ET **Ebakorrapāreks sūdamelōkide rūtmiks peetakse rūtmui, mis on 25% väiksem või 25% suurem vererõhu mõõtmise ajal registreeritud keskmisest rūtmist.

LV **Par neregulāru sirdsdarbības ritmu uzskata ritmu, kas ir par 25% retāks vai 25% biežāks nekā vidējais mērīšanas laikā noteiktais ritms.

SR **Neritnings sirdies plakimas – tai sirdies plakimo ritmas, 25 % mažesnis arba didesnis už ritmo vidurkij, nustatyta matuojant kraujospūdži.

RO **Hipertermen sърдечен ритъм като сърдечен ритъм, който е 25% по-малко или 25% повече от средната стойност за сърдечен ритъм, отчетен по време на измерване.

10.3 Deleting All Readings

ET 10 minuti jooksul tehtud mõõtmiste viimase 2 või 3 näidu keskmise.

LV Vidējais rezultāts, pamatojoties uz 2 vai 3 mērījumiem, kas tika iegūti 10 minūtu laikā

SR **Nepravilan rad srca podrazumeva ritam rada srca koji se za 25% manje ili 25% više razlikuje od prosječnog ritma rada srca izmerenog za vreme merenja krvnog pritiska.

RO **Bătăile neregulate sunt definite printr-un ritm al bătăilor inimii care este cu 25% mai mic sau cu 25% mai mare decât ritmul mediu detectat în timpul măsurării.

12 Optional Medical Accessories

ET Valikulismeditsiinilised lisatarvikud

LV Papildu mediciniske piederumi

SR Medicinske opreme po izboru

RO Accesorii medicale optionale

11 Other Settings

ET Muud seaded

LV Citi iestatījumi