



Tensiomètre automatique  
haut de gamme

## Mode d'emploi



ADAPTATEUR INCLUS  
GARANTIE À VIE



# Premium Plus

Automatic Blood Pressure Monitor

## Instruction Manual



ADAPTER INCLUDED  
LIFETIME WARRANTY

# Mode d'emploi

## Table des matières

### **1. Introduction**

---

1.1 Caractéristiques

1.2 Informations importantes

1.2A Informations sur la sécurité

1.2B Entretien de votre appareil

1.3 À propos de la tension artérielle

1.4 Valeurs normales de la tension artérielle

1.5 Questions et réponses courantes sur la tension artérielle

### **2. Méthode d'installation**

---

2.1 À propos du tensiomètre

2.2 À propos de l'écran ACL

2.3 Insertion des piles

### **3. Utilisation de l'appareil**

---

3.1 Réglages de la date et de l'heure

3.2 Sélection de l'utilisateur

3.3 Obtention de mesures précises

3.3A Avant la mesure

3.3B Sources d'erreur courantes

3.3C Mise en place du brassard

3.4 Procédure de mesure de la tension artérielle

3.5 Fonction de détection de l'arythmie (PAD)

3.6 Indicateur de classification de l'hypertension

3.7 Consultation des mesures déjà enregistrées

3.8 Effacer toutes les mesures

3.9 Interruption d'une mesure

3.10 Utilisation de l'adaptateur c.a.

3.11 Paramétrage du rappel de médication

### **4. Fonctions du logiciel**

---

4.1 Installation et transmission des données

### **5. Messages d'erreur / Problèmes de fonctionnement**

---

### **6. Entretien et soin**

---

### **7. Garantie à vie**

---

### **8. Références aux normes**

---

### **9. Spécifications techniques**

---

# Instruction Manual

## Table of Contents

### **1. Introduction**

---

- 1.1 Features
- 1.2 Important Information
  - 1.2A Safety Information
  - 1.2B Care of the Device
- 1.3 About Blood Pressure
- 1.4 Normal Blood Pressure Values
- 1.5 Common Blood Pressure Questions and Answers

### **2. Getting Started**

---

- 2.1 About the blood pressure monitor
- 2.2 About the LCD Screen
- 2.3 Inserting the Batteries

### **3. Using the Device**

---

- 3.1 Setting the time and date
- 3.2 Selecting the user
- 3.3 Obtaining accurate Measurements
  - 3.3A Before Measuring
  - 3.3B Common sources of errors
  - 3.3C Fitting the Cuff
- 3.4 Measuring your Blood Pressure
- 3.5 Pulse Arrhythmia Detector Feature
- 3.6 Hypertension Classification Indicator
- 3.7 Viewing Previously Recorded Values
- 3.8 Clearing All Values
- 3.9 Discontinuing a Measurement
- 3.10 Using the AC Adapter
- 3.11 Setting the Medication Reminder

### **4. Software Functions**

---

- 4.1 Installation and Data Transmission

### **5. Error Messages / Malfunctions**

---

### **6. Care and Maintenance**

---

### **7. Lifetime Guarantee**

---

### **8. Reference to Standards**

---

### **9. Technical Specifications**

---

## 1. Introduction

---

Designed for convenient and easy operation, the Be.Better™ premium blood pressure monitor provides a simple, yet accurate method to measure your blood pressure.

Your blood pressure is an important parameter that can be used to monitor your health. This device enables you to monitor your blood pressure regularly, and maintain a record of your blood pressure measurements. You can then use this record to assist your physician in diagnosing and maintaining a healthy blood pressure level.

### 1.1. Features

The **monitor** is a fully automatic digital blood pressure measuring device with a unique fuzzy logic technology and a large LCD screen. It can store up to 120 blood pressure readings for each of the 2 users.

It provides a fast and reliable measurement of systolic and diastolic blood pressure as well as heart rate using the oscillometric measurement method.



**PAD - Pulse Arrhythmia Detector technology** displays pulse irregularities detected during a blood pressure reading. However, if the PAD symbol  appears on a regular basis (e.g. several times a week with measurement taken daily), we advise you to consult your doctor.

- **Hypertension Classification Indicator** displays the range between which your blood pressure values lie.
- **Memory Feature** can store 120 blood pressure readings for 2 users, each with time and date.

This device is easy to use and has been proven in clinical studies to provide excellent accuracy. Before using the **blood pressure monitor**, read this instruction manual carefully and keep it in a safe place.

### 1.2 Important Information

Refer to the following sections to learn about important safety instructions and how to take care of the Be.Better™ premium blood pressure monitor.

#### 1.2A Safety Information

- Self-measurement means control, not diagnosis or treatment. Your values must always be discussed with your doctor or a physician who is familiar with your family history.
- If you are undergoing medical treatment and receiving medication, consult your doctor to determine the most appropriate time to measure your blood pressure. Never alter the dosages of any medication without direction from your doctor.
- Your blood pressure depends on several factors, such as age, gender, weight and physical condition. It also depends on the environment and your state of mind at the time of measurement. In general, your blood pressure is lower when you are asleep and higher when you are active. Your blood pressure may be higher when recorded at a hospital or a clinic and may be lower when measured in the relaxing comfort of your home. Due to these variations, we recommend that you record your blood pressure regularly at home as well as at your doctor's clinic.
- Try to record your blood pressure regularly at the same time of the day and under the same conditions. This will help your physician detect any extreme variations in your blood pressure and thus treat you accordingly.
- Morning Hypertension (> 135 / 85 mm Hg): Recently, several studies have identified elevated cardiovascular risks (heart failure, stroke, angina) associated with "morning hypertension". There is a typical rise in blood pressure during the physiological changes from sleep to arising for the day.

## 1. Introduction

---

Conçu pour fonctionner commodément et facilement, le tensiomètre automatique haut de gamme Be.Better<sup>MC</sup> fournit une méthode simple et précise de mesurer votre tension artérielle.

Votre tension artérielle est un paramètre important qui peut être utilisé pour surveiller votre santé. Cet appareil vous permet de surveiller régulièrement votre tension artérielle et de conserver un registre des mesures de votre tension artérielle. Vous pouvez utiliser ce registre pour aider votre médecin lors d'un diagnostic et pour maintenir un niveau de tension artérielle en santé.

### 1.1 Caractéristiques

Le **tensiomètre** est un appareil de mesure numérique entièrement automatique équipé de la technologie à logique floue unique et d'un grand écran ACL pour mesurer votre tension artérielle. Il peut stocker jusqu'à 120 mesures de tension artérielle pour chacun des 2 utilisateurs.

Il fournit une mesure rapide et fiable de la tension systolique, de la tension diastolique et du pouls grâce à sa méthode oscillométrique.



**PAD - Technologie de la détection de l'arythmie** affiche les irrégularités du pouls détectées pendant une prise de mesure de la tension artérielle. Cependant, si le symbole PAD  apparaît sur une base régulière (c'est-à-dire plusieurs fois en une semaine avec une prise de mesure quotidienne), nous vous suggérons de consulter votre médecin.

- **L'Indicateur de classification d'hypertension** affiche la plage entre lesquelles vos mesures de tension artérielle se situent.
- **Fonction mémoire** pour deux utilisateurs, 120 mesures de tension artérielle pour chacun avec heure et date.

Cet appareil est facile à utiliser et des études cliniques ont prouvé son excellente précision. Avant d'utiliser votre **tensiomètre**, veuillez lire attentivement ce mode d'emploi et conservez-le dans un endroit sûr.

### 1.2 Informations importantes

Veillez vous reporter aux sections suivantes pour apprendre les consignes de sécurité importantes et comment entretenir votre tensiomètre haut de gamme Be.Better<sup>MC</sup>.

#### 1.2A Informations sur la sécurité

- N'oubliez pas qu'en prenant soi-même sa tension, on ne fait qu'un contrôle; il ne s'agit ni d'un diagnostic, ni d'un traitement. Vos valeurs doivent toujours être discutées avec votre médecin, ou un médecin qui est familier avec vos antécédents familiaux.
- Si vous deviez vous trouver en traitement médical et prenez des médicaments, consultez votre médecin pour déterminer le moment approprié pour prendre votre tension artérielle. Ne modifiez sous aucun prétexte par vous-même les doses de médicament prescrites par votre médecin.
- Votre tension artérielle dépend de plusieurs facteurs comme l'âge, le sexe, le poids et la condition physique. Elle dépend aussi de votre environnement et de votre état d'esprit au moment de prendre la mesure. Généralement, votre tension artérielle est moins élevée lorsque vous dormez et plus élevée lorsque vous êtes actif. Votre tension artérielle peut être plus élevée lorsqu'elle est prise à l'hôpital ou à la clinique et moins élevée lorsqu'elle est prise dans le confort de votre foyer. À cause de ces variations, nous vous recommandons

de noter régulièrement vos mesures de tension artérielle à la maison de même que les mesures prises à la clinique médicale.

- Essayez de noter régulièrement votre tension artérielle à des heures fixes de la journée et sous des conditions comparables; cela aidera votre médecin à détecter toute variation extrême dans votre tension artérielle et de cette manière, il pourra vous traiter en conséquence.
- L'hypertension matinale (>135/85 mm Hg) : Récemment, plusieurs études ont identifié des risques cardiovasculaires élevés (insuffisance cardiaque, accident vasculaire cérébral et angine de poitrine) reliés à « l'hypertension matinale ». Il y a une augmentation typique de la tension artérielle pendant les changements physiologiques du sommeil jusqu'aux premières heures suivant le réveil.
- Le matin est la période idéale de la journée pour prendre votre tension artérielle; faites-le juste après le réveil, avant le déjeuner et avant de pratiquer toute activité physique et en l'absence d'un besoin urgent d'uriner. Si cela est impossible, essayez de prendre votre tension artérielle plus tard le matin avant de commencer tout exercice physique. Accordez-vous une période de relaxation pendant quelques minutes avant de prendre votre tension artérielle.
- Votre tension artérielle est plus élevée ou plus basse en fonction des circonstances suivantes :

La tension artérielle est plus élevée que la normale :

- Lorsque vous êtes excité, nerveux ou tendu;
- Lorsque vous prenez un bain;
- Pendant ou après un exercice physique ou une activité physique intense;
- Lorsqu'il fait froid;
- Dans l'heure qui suit un repas;
- Après avoir bu du thé, du café ou une boisson contenant de la caféine;
- Après avoir fumé;
- Lorsque votre vessie est pleine.

La tension artérielle est plus basse que la normale :

- Après avoir consommé de l'alcool;
- Après avoir pris un bain.

- L'affichage du pouls ne permet pas de contrôler la fréquence des stimulateurs cardiaques.
- Si vous avez été diagnostiqué avec une arythmie grave ou des battements cardiaques irréguliers, une constriction vasculaire, un trouble hépatique ou le diabète, si vous portez un stimulateur cardiaque ou si vous êtes enceinte, les mesures prises par cet appareil ne peuvent être évaluées qu'après avoir consulté votre médecin.
- Soyez vigilant lorsque vous manipulez les piles dans l'appareil. Une utilisation inadéquate peut causer un écoulement de la pile. Pour prévenir de tels accidents, suivez les directives suivantes :
  - Insérez les piles en respectant la polarité;
  - Éteignez l'appareil après utilisation. Retirez et rangez les piles si vous ne pensez pas utiliser l'appareil pendant une longue période;
  - Ne mélangez pas différents types de piles, de marques ou grandeurs de piles. Ceci pourrait endommager l'appareil;
  - Ne mélangez pas de vieilles piles avec des neuves;
  - Retirez les piles et jetez-les selon la réglementation en vigueur dans votre localité;
  - Ne démontez pas les piles ou ne les exposez pas à la chaleur ou au feu;
  - Ne court-circuitez pas les piles;
  - N'utilisez pas de piles rechargeables.

- The ideal time to measure your blood pressure is in the morning just after you wake up, before breakfast and any physical activity, and in the absence of the urge to urinate. If this is not possible, try to take the measurements later in the morning, before you start any physical activity. Relax for a few minutes before you record your blood pressure.
- Your blood pressure increases or decreases under the following circumstances:

Blood pressure is higher than normal:

- when you are excited, nervous, or tense
- while taking a bath
- during and after exercise or strenuous physical activity
- when it is cold
- within one hour after meals
- after drinking tea, coffee, or other caffeinated drinks
- after smoking tobacco
- when your bladder is full

Blood pressure is lower than normal:

- after consuming alcohol
- after taking a bath

- The pulse display is not suitable for checking the frequency of heart pacemakers.
- If you have been diagnosed with a severe arrhythmia or irregular heartbeat, vascular constriction, liver disorder or diabetes, have a cardiac pacemaker, or are pregnant, measurements made with this instrument should only be evaluated after consultation with your doctor.
- Take care while handling the batteries in the device. Incorrect usage may cause battery fluid leakage. To prevent such accidents, refer to the following instructions:
  - Insert batteries with the correct polarity.
  - Turn off power after use. Remove and store the batteries if you are not planning to use the device for an extended period of time.
  - Do not mix different types, brands, or sizes of batteries. This may cause damage to the product.
  - Do not mix old and new batteries.
  - Remove batteries and dispose of them according to the proper regulations in your area.
  - Do not disassemble batteries or expose them to heat or fire.
  - Do not short circuit the batteries.
  - Do not use rechargeable batteries.

## **1.2B Care of the Device**

For prolonged life of your blood pressure monitor, note the following instructions:

- Do not drop or bang the unit. Prevent sudden jerks, jars or shocks to the device to prevent damage.
- Do not insert any foreign objects in any device openings or vents.
- Do not disassemble the unit.
- If the unit has been stored at very low or freezing temperatures, allow to reach room temperature before using it.
- Do not store the unit in direct sunlight, high humidity or in places with a lot of dust.
- Clean the device with a soft dry cloth. Do not use gasoline, thinner or similar solvents. Carefully remove spots on the cuff with a damp cloth and soap. Do not wash the cuff.



### **1.3 About Blood Pressure**

Your blood pressure level is determined in the circulatory center of your brain. Your nervous system allows your body to adapt or alter blood pressure in response to different situations. Your body alters your pulse or heart rate and the width of blood vessels through changes in muscles in the walls of blood vessels.

Your blood pressure reading is highest when your heart pumps or ejects blood. This stage is called your systolic blood pressure.

Your blood pressure is lowest when the heart rests (in between beats). This is called your diastolic blood pressure.

It is critical to maintain blood pressure values within a "normal" range in order to prevent cardiovascular diseases. Increased blood pressure values (various forms of hypertension) have associated long- and medium-term health risks. These risks concern the arterial blood vessels of your body, which are endangered due to constriction caused by deposits in the vessel walls (arteriosclerosis). A deficient supply of blood to important organs (heart, brain, muscles) can be the result. Furthermore, with long term increased blood pressure values, the heart will become structurally damaged.

There are many different causes of the appearance of high blood pressure. We differentiate between common primary (essential) hypertension, and secondary hypertension. The latter group can be attributed to specific organic malfunctions. Please consult your doctor for information about the possible origins of your own increased blood pressure values.

### **1.4. Normal Blood Pressure Values**

Blood pressure is too high when, at rest, the diastolic pressure is above 90 mmHg or the systolic blood pressure is over 140 mmHg.

If you obtain readings in this range, consult your doctor immediately. High blood pressure values over time can damage blood vessels, vital organs such as the kidney and your heart.

Should the systolic blood pressure values lie between 140 mmHg and 160 mmHg or the diastolic blood pressure values lie between 90 mmHg and 95 mmHg, likewise, consult your doctor. Regular self-checks will be necessary.

With blood pressure values that are too low (i.e., systolic values under 105 mmHg or diastolic values under 60 mmHg), consult with your doctor.

Even with normal blood pressure values, a regular self-check with your blood pressure monitor is recommended. In this way you can detect possible changes in your values early and react appropriately.

## 1.2B Entretien de votre appareil

Pour prolonger la durée de vie de votre tensiomètre, notez les directives suivantes :

- Ne laissez pas tomber ou frappez violemment votre appareil. Évitez les secousses et les chocs brusques afin de prévenir tout dommage à l'appareil;
- N'insérez aucun corps étranger à l'intérieur des ouvertures ou des conduits;
- Ne démontez pas l'appareil;
- Si l'appareil a été rangé à des températures très basses ou à des températures de congélation, laissez-le se stabiliser à la température ambiante avant de l'utiliser.
- N'exposez pas l'appareil à la lumière directe du soleil, à l'humidité excessive, ni à des endroits poussiéreux;
- Nettoyez l'appareil avec un chiffon sec et doux. N'utilisez ni essence, ni diluants, ni solvants. Les taches sur le brassard peuvent être enlevées avec précaution à l'aide d'un chiffon humide et de l'eau savonneuse. Ne lavez pas le brassard.

## 1.3 À propos de la tension artérielle

Le niveau de la tension est déterminé dans une partie du cerveau appelée centre circulatoire et celui-ci s'adapte à chaque situation selon les réactions du système nerveux. Le corps modifie le pouls ou la fréquence cardiaque ainsi que le diamètre des vaisseaux sanguins. Ces modifications sont faites par les muscles qui se trouvent dans les parois des vaisseaux sanguins.

Le niveau de la tension artérielle est plus élevé lorsque le cœur pompe ou éjecte le sang. Ce stade s'appelle la tension systolique.

Le niveau de la tension artérielle est moins élevé lorsque le cœur est au repos (entre les battements). Ce stade s'appelle la tension diastolique.

Il est très important de maintenir des valeurs de tension artérielle dans une plage « normale » afin de prévenir des maladies cardiovasculaires. Des valeurs élevées de la tension artérielle (différentes formes d'hypertension) représentent des risques importants pour la santé à long ou à moyen terme. Par exemple, les vaisseaux sanguins artériels peuvent rétrécir en raison de la formation de dépôts sur les parois vasculaires (artériosclérose) et donner lieu à une insuffisance de l'apport de sang aux organes importants (cœur, cerveau, muscles). D'autre part, si les valeurs de tension restent élevées à long terme, cela endommagera la structure du cœur.

L'apparition d'une tension élevée peut avoir des origines multiples. On distingue l'hypertension primaire commune (essentielle) et l'hypertension secondaire. Cette dernière peut être causée par des dysfonctionnements organiques spécifiques. Pour connaître les causes possibles de votre propre hypertension, veuillez consulter votre médecin.

## 1.4 Valeurs normales de la tension artérielle

En général, la tension est trop élevée lorsqu'au repos, la tension diastolique dépasse 90 mm Hg ou la tension systolique dépasse 140 mm Hg.

Si vos mesures sont situées dans cette plage, consultez immédiatement votre médecin. À long terme, des valeurs élevées de tension peuvent endommager les vaisseaux sanguins, ainsi que les organes vitaux comme les reins et le cœur.

Si les valeurs de la tension systolique se situent entre 140 mm Hg et 160 mm Hg ou si les valeurs de la tension diastolique se situent entre 90 mm Hg et 95 mm Hg, il faut aussi consulter un médecin. Il sera d'autre part nécessaire que vous fassiez vous-même des contrôles réguliers.

De même, consultez votre médecin si la tension est trop basse, c'est-à-dire si les valeurs systoliques sont inférieures à 105 mm Hg et les valeurs diastoliques sont inférieures à 60 mm Hg.

Même si votre tension est normale, il est recommandé que vous fassiez vous-même des contrôles réguliers avec votre tensiomètre. Vous pouvez ainsi détecter suffisamment tôt d'éventuels changements de vos valeurs et réagir en conséquence.

Reportez-vous au tableau de classification des valeurs de tension artérielle (unités en mm Hg) selon l'U.S. National Institute of Health, JNC7, 2003.

Plage	Tension systolique	Tension diastolique
Normale	< 120	< 80
Préhypertension	120 - 139	80 - 89
Hypertension <ul style="list-style-type: none"><li>• Stade 1 : légère</li><li>• Stade 2 : modérée</li><li>• Stade 3 : sévère</li></ul>	140 - 159 160 - 179 ≥ 180	90 - 99 100 - 109 ≥ 110
Hypertension systolique isolée	≥ 140	< 90

### Renseignements complémentaires

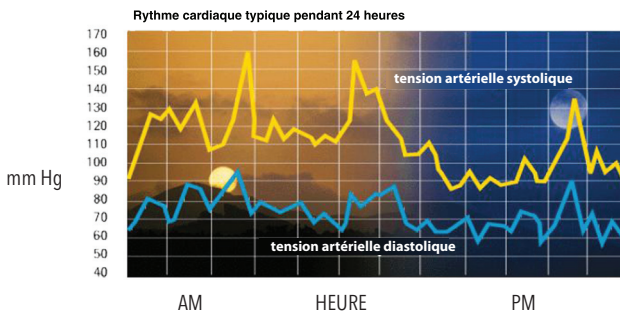
Si vos valeurs de tension sont tout à fait « normales » au repos, mais que celles-ci sont exceptionnellement élevées en cas d'efforts physiques ou de stress, il se peut que vous souffriez de ce qu'on appelle une « hypertension labile ». Si tel est le cas, veuillez discuter de ces valeurs avec votre médecin.

Une tension artérielle diastolique mesurée correctement qui dépasse 120 mm Hg nécessite un traitement médical immédiat.

## 1.5 Questions et réponses courantes sur la tension artérielle

### a) Pourquoi la mesure de ma tension artérielle est-elle toujours différente?

Votre tension artérielle change constamment. Il est tout à fait normal que la tension artérielle fluctue significativement (50 mm Hg à 60 mm Hg) pendant la journée. La nuit, la tension artérielle est plus basse mais augmente pendant les heures de veille lorsque le stress et les activités de la vie de tous les jours s'intensifient.



Refer to the following table for classifying blood pressure values (units: mmHg) according to the U.S. National Institute of Health JNC7, 2003 :

Category	Systolic Blood Pressure	Diastolic Blood Pressure
Normal	< 120	< 80
Pre-Hypertension	120 - 139	80 - 89
Hypertension <ul style="list-style-type: none"><li>• Stage 1: Mild</li><li>• Stage 2: Moderate</li><li>• Stage 3: Severe</li></ul>	140 - 159 160 - 179 ≥ 180	90 - 99 100 - 109 ≥ 110
Isolated Systolic Hypertension	≥ 140	< 90

### Further information

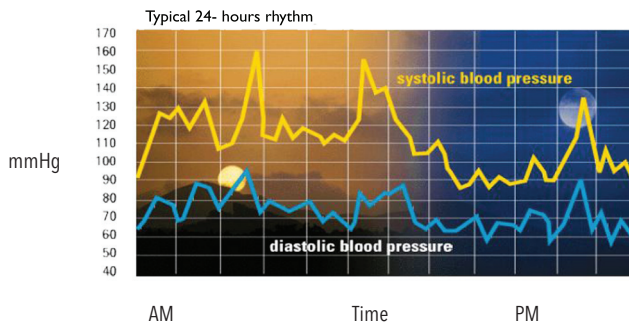
If your values are mostly "normal" under resting conditions but exceptionally high under conditions of physical or psychological stress, it is possible that you are suffering from so called "labile hypertension". In any case, please discuss the values with your doctor.

Correctly measured diastolic blood pressure values above 120 mmHg require immediate medical treatment.

## 1.5 Common Blood Pressure Questions and Answers

### a) Why is my blood pressure reading always different?

Your blood pressure changes constantly. It is quite normal for blood pressure to fluctuate significantly (50 mmHg to 60 mmHg) throughout the day. Blood pressure is normally lowest at night, but increases during waking hours when the stress and activities of everyday life are highest.



Your blood pressure also increases and decreases under the following circumstances

Blood pressure is higher than normal:

- when you are excited, nervous, or tense
- while taking a bath
- during and after exercise or strenuous physical activity
- when it is cold
- within one hour after meals
- after drinking tea, coffee, or other caffeinated drinks
- after smoking tobacco
- when your bladder is full

Blood pressure is lower than normal:

- after consuming alcohol
- after taking a bath

### **b) Why is the doctor's reading different from the reading taken at home?**

Your blood pressure can vary due to the environment (temperature, nervous condition). When measuring blood pressure at the doctor's office, it is possible for blood pressure to increase due to anxiety and tension.

### **c) Why should I monitor blood pressure at home?**

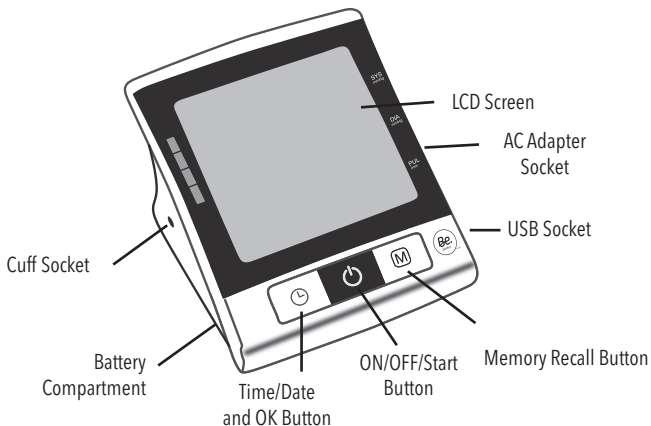
One or two readings will not provide a true indication of your normal blood pressure. It is important to take regular, daily measurements and to keep records over a period of time. This information can be used to assist your physician in diagnosing and preventing potential health problems.

## **2. Getting Started**

---

### **2.1 About the Blood Pressure Monitor**

This section describes the various components of the **monitor**



Votre tension artérielle est plus élevée ou plus basse sous les circonstances suivantes :

La tension artérielle est plus élevée que la normale :

- Lorsque vous êtes excité, nerveux ou tendu;
- Lorsque vous prenez un bain;
- Pendant ou après un exercice physique ou une activité physique intense;
- Lorsqu'il fait froid;
- Dans l'heure qui suit un repas;
- Après avoir bu du thé, du café ou une boisson contenant de la caféine;
- Après avoir fumé;
- Lorsque votre vessie est pleine.

La tension artérielle est plus basse que la normale :

- Après avoir consommé de l'alcool;
- Après avoir pris un bain.

### **b) Pourquoi la mesure prise par le médecin est-elle différente de la mesure prise à la maison ?**

Votre tension artérielle peut varier selon l'environnement (température, condition nerveuse). Lorsque la mesure est prise au bureau du médecin, il se peut que votre tension artérielle augmente à cause de l'anxiété et de la tension.

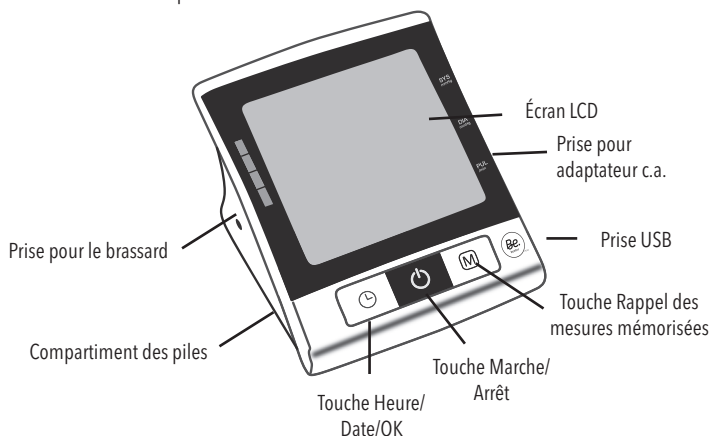
### **c) Pourquoi devrais-je surveiller ma tension artérielle à la maison ?**




Une ou deux mesures ne donnent pas une indication juste de votre tension artérielle normale. Il est important de prendre régulièrement et quotidiennement des mesures de votre tension et de garder les enregistrements pendant une certaine période. Cette information peut être utilisée pour aider votre médecin à établir un diagnostic et prévenir des problèmes de santé potentiels.




## 2. Méthode d'installation

### 2.1 À propos du tensiomètre

Cette section décrit les différentes pièces du **tensiomètre**

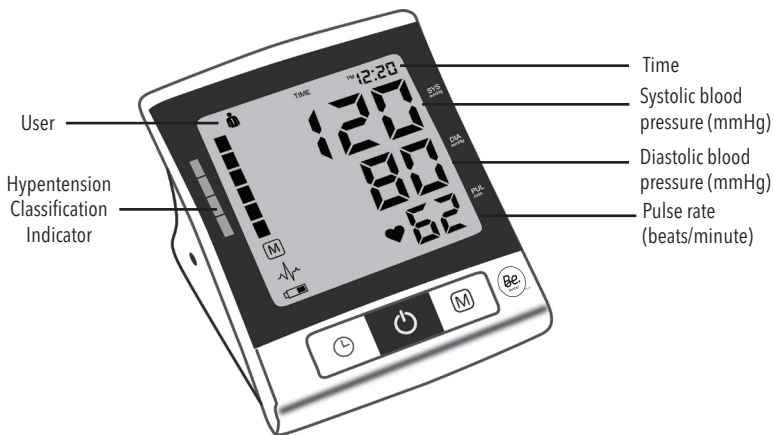


Éléments	Fonction
Écran ACL	Affiche la tension artérielle, le pouls et l'heure enregistrés.
Prise c.a. - c.c.	Se connecte à l'adaptateur.
Touche mémoire 	Touche pour voir les données déjà enregistrées
Touche marche/arrêt 	Touche pour mettre en marche ou arrêter la mesure de votre tension artérielle.
Touche heure 	Touche pour régler ou voir la date et l'heure en cours ou pour changer d'utilisateur.
Connexion du brassard	Connectez au brassard et placez le brassard sur le haut du bras pour mesurer la tension artérielle.
Compartiment de la pile	Pour insérer 4 piles AA
Brassard pour le haut du bras	Brassard adaptable qui peut convenir à une circonférence de bras de 22 à 42 cm




Item	Function
LCD Screen	Recorded blood pressure, heart rate and time are displayed here.
AC/DC Socket	Connect to adapter.
Memory Button 	Press to view the previously recorded data.
Start/Stop Button 	Press to start or stop recording your blood pressure.
Time Button 	Press to set or view current date and time or to change the user.
Cuff Connection	Connect to the upper arm cuff here and place the cuff around your arm to measure your blood pressure.
Battery Compartment	Insert the four "AA" batteries here.
Arm Cuff	Wide range cuff for arm circumference 22-42 cm.



## 2.2 About the LCD Screen

The LCD screen displays the systolic and diastolic blood pressure measurements along with your heart rate. It also displays previously recorded measurements, the date and time, when the appropriate button is pressed.



### Symbol Guide

-  Irregular heartbeat
-  User number
-  Heartbeat during measurement

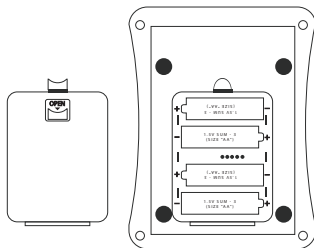
-  Memory
-  Low battery



## 2.3 Inserting the Batteries

Follow these steps to insert the four "AA" batteries in the device.


1. Open the battery compartment cover in the direction shown.
2. Insert the four "AA" batteries with the correct polarity as indicated.
3. Replace the battery compartment cover.













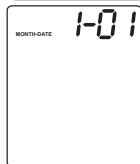
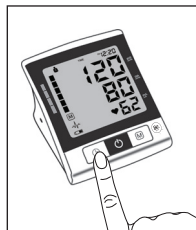
## 3. Using the Device

This section describes how to get the maximum benefit from your blood pressure monitor. Follow the instructions carefully to get an accurate measurement of your blood pressure and pulse rate.

### 3.1 Setting the Time and Date

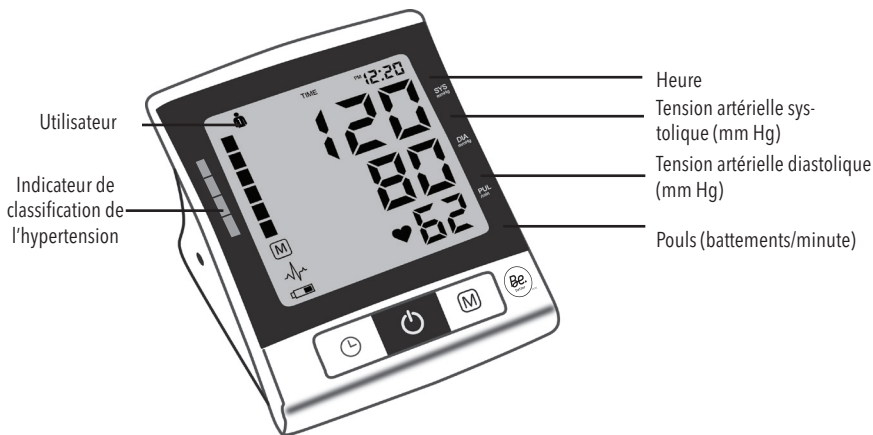
When you insert the batteries for the first time (see "Inserting the batteries"), the **monitor** prompts you to set the current date and time. You can also adjust the date and time at any time by pressing and holding down the  button for over 3 seconds. Follow these steps to set the date and time:

1. When you replace the batteries, the LCD screen starts flashing the current year setting. Press the  button repeatedly to adjust the year and then press the  button to confirm the setting.
2. Next, the screen starts flashing the month and date setting. Press the  button repeatedly to set the month, press the  button to change to the date and press the  button repeatedly to set it, and then press the  button to confirm the settings.
3. Lastly, the screen starts flashing the hour and minute values. Press the  button repeatedly to set the hour, press the  button to change to the minutes and press the  button repeatedly to set them, and then press the  button to confirm the settings.



## 2.2 À propos de l'écran ACL

L'écran ACL affiche les mesures des tensions systolique et diastolique de même que le pouls. Il affiche aussi les mesures déjà enregistrées, la date et l'heure lorsque la touche spécifique est appuyée.



## Guide des symboles

 Rythme cardiaque irrégulier

 Numéro de l'utilisateur

 Rythme cardiaque pendant une mesure

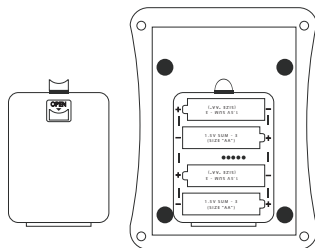
 Mémoire

 Pile faible

## 2.3 Insertion des piles

Suivez ces étapes pour insérer quatre piles AA dans l'appareil.


1. Ouvrez le couvercle du compartiment des piles comme l'indique le schéma.
2. Insérez quatre piles AA en respectant la polarité indiquée.
3. Remplacez le couvercle du compartiment des piles.







### 3. Utilisation de l'appareil





Cette section décrit comment obtenir un rendement maximal de votre tensiomètre. Suivez ces directives attentivement pour obtenir une mesure précise de votre tension artérielle et de votre pouls.

#### 3.1 Réglages de la date et de l'heure

Lorsque vous insérez les piles la première fois (voir «Insertion des piles»), le **tensiomètre** vous invite à régler la date et l'heure actuelle. Vous pouvez aussi ajuster la date et l'heure à tout moment en appuyant sur la touche  pendant au moins 3 secondes. Suivez ces étapes pour régler l'heure et la date :





1. Lorsque vous remplacez les piles, l'écran ACL clignote pour le réglage de l'année. Appuyez sur la touche  plusieurs fois pour régler l'année, puis appuyez sur la touche  pour confirmer le réglage.

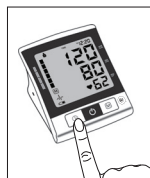
2. L'écran clignote affichant le réglage du mois et de la date. Appuyez sur la touche  plusieurs fois pour régler le mois, puis appuyez sur la touche  pour changer la date. Appuyez sur la touche  plusieurs fois pour régler la date, et ensuite appuyez sur la touche  pour confirmer les réglages.

3. Et finalement, l'écran clignote affichant les valeurs de l'heure et des minutes. Appuyez sur le bouton  plusieurs fois pour régler l'heure puis appuyez sur la touche  pour changer les minutes. Appuyez sur la touche  plusieurs fois pour régler les minutes, et ensuite appuyez sur la touche  pour confirmer les réglages.

#### 3.2 Sélection de l'utilisateur

Ce tensiomètre est conçu pour stocker jusqu'à 120 mesures pour chacun des deux utilisateurs. Avant de prendre une mesure, assurez-vous de sélectionner le bon utilisateur.





- Appuyez sur la touche  et maintenez-la enfoncée pendant 3 secondes jusqu'à ce que l'icône de l'utilisateur située dans le coin supérieur gauche de l'écran ACL se mette à clignoter.
- Appuyez sur la touche  pour passer d'un utilisateur à l'autre.
- Appuyez de nouveau sur la touche  pour confirmer votre choix. Vous devrez appuyer sur l'icône  pour passer par le cycle complet de l'heure et de la date jusqu'à ce que vous soyez dans le mode par défaut.



## 3.2 Selecting the User

This blood pressure monitor is designed to store 120 measurements for each of two users. Before taking a measurement, be certain that the correct user has been selected.



- Press and hold the  button for 3 seconds until the user icon in the upper left corner of the LCD screen flashes.
- Press the  button to toggle between users.
- Press the  button again to confirm your selection. You will need to press the  icon to cycle through each time and date settings until you are back in default mode.

## 3.3 Obtaining Accurate Measurements

Your blood pressure can vary based on numerous factors, physiological conditions and your surroundings. Follow these guidelines to obtain accurate and error free measurements of your blood pressure and pulse rate.

### 3.3A Before Measuring

- Avoid eating, smoking as well as all forms of exertion directly before the measurement. All these factors influence the measurement result. Relax by sitting in an armchair in a quiet atmosphere for about 5 minutes before the measurement.
- Always take measurements on the same arm (normally left) and in the same posture. Do not switch between right and left arms while recording your blood pressure as there may be a difference of up to 10 mmHg pressure between the two arms.
- Attempt to carry out the measurements regularly at the same time of day, since blood pressure changes during the course of the day. The ideal time to measure your blood pressure is in the morning after you wake up, before breakfast and physical activity, and in the absence of the urge to urinate.
- Rest for 5 minutes sitting quietly and release all the tension in your body – especially the arm muscles – before beginning with the measurement. Remain calm and quiet when the measurement is in process. Do not speak or move your arm (as well as other body) muscles during the process.

### 3.3B Common Sources of Error

All efforts by the patient to support the arm can increase the blood pressure. Make sure you are in a comfortable, relaxed position and do not activate any of the muscles in the measurement arm during the measurement. Use a cushion for support if necessary.

#### ATTENTION

**Comparable blood pressure measurements always require the same conditions with a peaceful and calm environment. Ensure that you take measurements under the same conditions to obtain an accurate estimate of blood pressure variation patterns.**

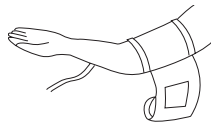
- If the arm artery lies considerably lower or higher than the heart, an erroneous value of blood pressure is measured. Each 15 cm difference in height results in a measurement error of 10 mmHg.
- A loose cuff causes false measurement values.
- With repeated measurements, blood accumulates in the arm, which can lead to false results. Consecutive blood pressure measurements should be repeated after at least a 15-second pause or after the arm has been held up in order to allow the accumulated blood to flow away.

### 3.3C Fitting the Cuff

a) Pass the end of the cuff through the flat metal ring so that a loop is formed. The closure must be facing outward. (Ignore this step if the cuff has already been prepared.)

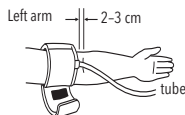


b) Wrap the cuff around your upper left arm. The rubber tube should be on the inside of your arm extending downward to your hand.

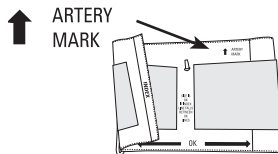


c) Lay the cuff on the arm as illustrated. Make certain that the lower edge of the cuff lies approximately  $\frac{3}{4}$ " to 1" (2 to 3 cm) above the elbow.

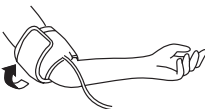
**Important: The small white arrow (Artery Mark) on the cuff** must lie exactly over the artery which runs down the inner side of the arm.



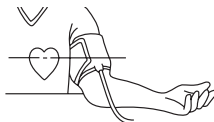
d) Tighten the cuff by pulling the end and close the cuff.



e) There should be little free space between the arm and cuff. You should be able to fit 2 fingers between your arm and the cuff. Clothing must not restrict the arm. If any piece of clothing does, it must be removed. If the cuff does not fit properly, you will get a false measurement values. Measure your arm circumference if you are not sure of proper fit.



f) Lay your arm on a table (palm upward) so the cuff is at the same height as your heart. Make sure the tube is not kinked.



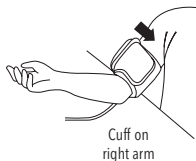
g) Remain seated quietly for at least 2 minutes before you begin the measurement.



#### Comment:

If it is not possible to fit the cuff to your left arm, it can also be placed on the right arm. However all measurements should be made using the same arm.

Comparable blood pressure measurements always require the same conditions (relax for several minutes before taking a measurement).



### 3.3 Obtention de mesures précises

Votre tension artérielle peut varier en fonction de plusieurs facteurs, de l'état physiologique et votre environnement. Suivez les directives suivantes afin d'obtenir des mesures de votre tension artérielle et de votre pouls qui seront précises et sans erreurs.

#### 3.3A Avant la mesure

- Évitez de manger, de fumer ainsi que toute forme d'exercice avant de prendre votre tension. Tous ces facteurs influencent le résultat de la mesure. Efforcez-vous de prendre le temps de vous relaxer en vous assoyant dans un fauteuil dans une atmosphère calme pendant environ cinq minutes avant la prise de tension.
- Prenez toujours la tension sur le même bras (normalement à gauche) et dans la même posture. N'alternez pas entre le bras gauche et le bras droit lorsque vous prenez votre mesure de tension car il pourrait y avoir une différence jusqu'à 10 mm Hg de pression entre les deux bras.
- Prenez la mesure régulièrement, à la même heure du jour car la tension artérielle varie au cours de la journée. La période idéale pour prendre une mesure de tension est le matin dès votre lever, avant de déjeuner ou de pratiquer une activité physique et lorsque vous ne sentez pas un besoin urgent d'uriner.
- Reposez-vous cinq minutes en vous assoyant calmement et relâchez toute la tension dans votre corps – spécialement les muscles du bras – avant de prendre la tension. Demeurez calme et détendu lorsque la mesure est en cours. Ne parlez pas et ne bougez pas votre bras (de même que les autres muscles de votre corps) pendant le processus.

#### 3.3B Sources d'erreur courantes

Tous les efforts exercés par le patient pour tenir son bras peuvent augmenter la tension artérielle. Assurez-vous d'être dans une position confortable et détendue et ne faites bouger aucun muscle du bras pendant la prise de tension. Utilisez un coussin comme support si nécessaire.

#### **ATTENTION !**

**Pour que les mesures de tension artérielle soient comparables, les conditions doivent toujours être les mêmes c'est-à-dire dans un milieu calme et détendu. Assurez-vous de prendre les mesures dans les mêmes conditions afin d'obtenir un relevé précis des tendances de variation de votre tension artérielle.**

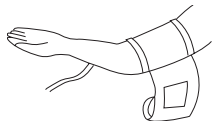
- Si l'artère du bras se situe nettement plus bas ou plus haut que le cœur, vous obtiendrez une valeur erronée de la tension. Toute différence de 15 cm a pour conséquence une erreur de mesure de 10 mm Hg.
- Un brassard lâche fausse les valeurs de mesure.
- Les prises de tension successives produisent un engorgement veineux du bras, ce qui peut conduire à des résultats erronés. Les prises de tension consécutives ne peuvent être répétées qu'après un délai d'au moins 15 secondes ou après avoir relevé le bras pour permettre au sang accumulé de refluer.

### 3.3C Mise en place du brassard

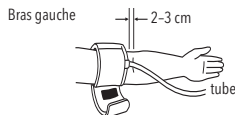
a) Passez l'extrémité du brassard au travers de la boucle métallique pour former un cercle. La fermeture auto-agrippante est maintenant tournée vers l'extérieur. (Ne tenez pas compte de cette étape si le brassard a déjà été adapté).



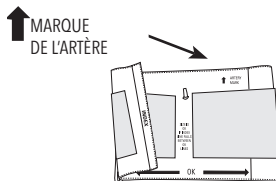
b) Enfilez le brassard sur le haut du bras gauche de manière à ce que le tube soit pointé dans la direction de l'avant-bras.



c) Placez le brassard sur le bras comme le montre l'illustration. Assurez-vous que le bord inférieur du brassard se situe approximativement à  $\frac{3}{4}$  po à 1 po (2 à 3 cm) au-dessus du pli du coude. **Important : La petite flèche blanche (marque de l'artère)** sur le brassard doit être placée exactement au-dessus de l'artère qui parcourt la face interne du bras.

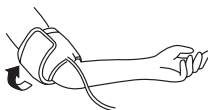


d) Resserrez l'extrémité libre du brassard en fixant la bande auto-agrippante.

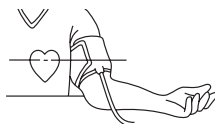


e) Le brassard doit être ajusté sur le haut de votre bras de manière à ce que vous puissiez passer 2 doigts entre le brassard et le haut de votre bras. Le vêtement ne doit pas comprimer le bras. Tout vêtement comprimant le bras doit être enlevé.

Les brassards mal ajustés sont une source d'erreur dans les relevés. Mesurez la circonférence de votre bras si vous n'êtes pas certain que le brassard s'adapte à votre bras.



f) Posez votre bras sur une table (paume vers le haut) afin que le brassard soit à la même hauteur que le cœur. Assurez-vous que le tube n'est pas entortillé.



g) Restez assis calmement pendant au moins 5 minutes, puis commencez la prise de la mesure.



#### Remarque :



S'il n'est pas possible de placer le brassard à votre bras gauche, vous pouvez aussi le placer à droite. Cependant, toutes les mesures devront être faites toujours sur le même bras.

Pour que les mesures de la tension artérielle soient comparables, les conditions doivent toujours être les mêmes. (Prenez le temps de vous relaxer avant de prendre une mesure).

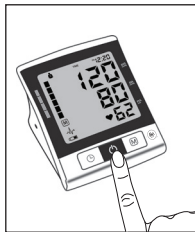


### 3.4 Measuring Your Blood Pressure


After following the guidelines described in the previous section and placing the cuff around your upper arm, you are now ready to measure your blood pressure. Follow these steps to record your measurement.

1. Press the  button to turn on the device and start measurement. The LCD screen is turned on. The cuff begins to inflate while the increasing cuff pressure is displayed on the screen. After the suitable inflation pressure is reached, the cuff stops inflating and the pressure gradually falls. A long beep sounds when the measurement is completed. The systolic and diastolic blood pressure values along with the pulse rate are displayed on the screen. The measurement is displayed for approximately 3 minutes.
2. Switch off the device by pressing the  button to preserve the batteries. If no button is pressed for 3 minutes, the instrument switches the display off.

**Note : When the device is off it will still display the time and user icon.**



### 3.5 PAD - Pulse Arrhythmia Detector Feature

This symbol  indicates that certain pulse irregularities were detected during the measurement. In this case, the result may deviate from your normal basal blood pressure – repeat the measurement. In most cases, this is no cause for concern. However, if the PAD symbol appears on a regular basis (e.g. several times a week with measurement taken daily), we advise you to consult your doctor. Please show your doctor the following explanation:



#### **Information for the doctor on frequent appearance of the Pulse Arrhythmia Heartbeat Symbol**

This instrument is an oscillometric blood pressure monitor device that also analyzes pulse frequency during measurement. The instrument is clinically tested.

If pulse irregularities occur during measurement, the irregular heartbeat symbol is displayed after the measurement. If the symbol appears more frequently (e.g. several times per week on measurements performed daily) or if it suddenly appears more often than usual, we recommend the patient seek medical advice.

The instrument does not replace a cardiac examination, but serves to detect pulse irregularities at an early stage.



### 3.6 Hypertension Classification Indicator

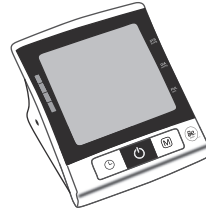
The bars on the left hand edge of the display show you the range within which the indicated blood pressure values lies. Depending on the height of the bar, the readout value is either within the normal (green), borderline (yellow) or danger (orange/red) range.

The classification is based on standards adopted by the U.S. National Institute of Health JNC7, 2003.

Refer to the chart below for details of the classification.

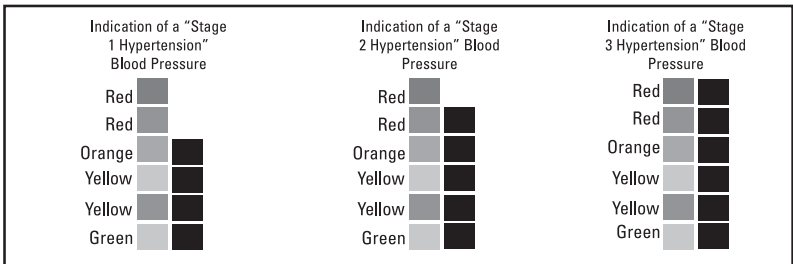
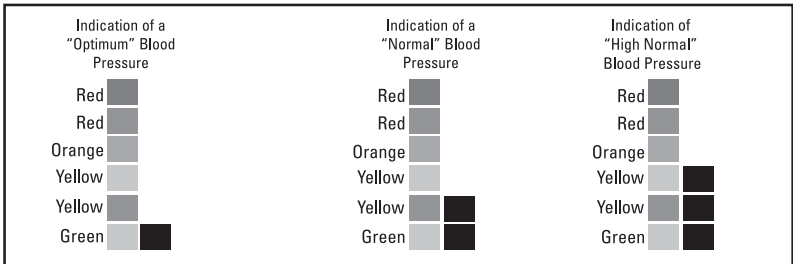
	SYS (mmHg)	DIA
Red	180▲	110▲
Red	160-180	100-110
Orange	140-160	90-100
Yellow	130-140	85-90
Yellow	120-130	80-85
Green	▼120	▼80

WHO World Health Organization 2003





The indicator bar raises according to your measurement.

- If your measurement has only one bar, your measurement is in the green zone, or "Normal" according to National Institute of Health (NIH) standards.
- If your measurement has two or three bars, it is in the yellow zone, or "Pre-Hypertension" according to NIH standards, or high normal according to the WHO classification.
- If your measurement has four bars, it is in the orange "Stage 1 Hypertension" zone.
- If your measurement has five bars, it is in the red "Stage 2 Hypertension" zone.
- If your measurement has six bars, it is in the red "Stage 3 Hypertension" zone.

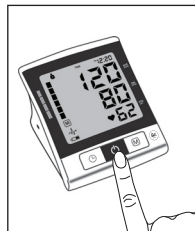


### 3.4 Procédure de mesure de la tension artérielle


Après avoir suivi les directives décrites dans la section précédente et après avoir convenablement positionné le brassard sur le haut du bras, la mesure peut commencer. Suivez ces étapes pour enregistrer votre mesure :

1. Appuyez sur la touche  de l'appareil et commencer la prise de la mesure. L'écran ACL est allumé. La pompe commence à gonfler le brassard et la pression croissante dans le brassard s'affiche à l'écran. Lorsque la pression de gonflement adéquate est atteinte, la pompe s'arrête et la pression baisse progressivement. Un long bip retentira lorsque la mesure sera complétée. Les valeurs des tensions systolique et diastolique de même que la fréquence du pouls apparaissent alors à l'écran. L'affichage de la mesure dure environ trois minutes.
2. Éteignez l'appareil en appuyant sur la touche  pour économiser les piles. Si aucun bouton n'est appuyé pendant trois minutes, le tensiomètre s'éteindra de lui-même.

**Note : Même si l'appareil est éteint, il affiche toujours l'heure et l'icône de l'utilisateur.**



### 3.5 Fonction détection d'arythmie (PAD)

Ce symbole  indique certaines irrégularités détectées de votre pouls pendant la prise de mesure. Dans ce cas, le résultat peut dévier de votre tension artérielle basale normale – répétez la mesure. Dans la plupart des cas, il n'y a pas de raison de s'inquiéter. Cependant, si le symbole PAD apparaît régulièrement (c'est-à-dire plusieurs fois pendant la semaine lors de la prise de mesure quotidienne), nous vous suggérons de consulter votre médecin. Montrez à votre médecin l'explication suivante :



#### Informations pour le médecin de l'apparition fréquente du symbole de l'arythmie.

Ce tensiomètre est un appareil qui surveille la tension artérielle selon la méthode oscillométrique; il analyse aussi la fréquence du pouls pendant la mesure. Cet appareil est validé cliniquement.

Si des irrégularités concernant le pouls apparaissent pendant la prise de mesure, le symbole d'un battement cardiaque irrégulier sera affiché après la mesure. Si le symbole apparaît fréquemment (c'est-à-dire plusieurs fois par semaine lorsque la prise de mesure se fait quotidiennement) ou si le symbole apparaît plus souvent qu'il ne le fait normalement, nous recommandons au patient de faire une consultation médicale.

Cet appareil ne remplace pas un examen cardiaque, mais sert à détecter les irrégularités du pouls à un stade initial.

### 3.6 Indicateur de classification de l'hypertension

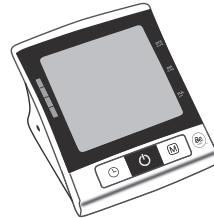
Les barres à gauche de l'afficheur vous montrent la plage dans laquelle chaque valeur de la tension artérielle se situe. Dépendamment de la hauteur de la barre, la valeur est soit dans la plage normale (verte), dans la plage limite (jaune) ou dans la plage danger (orange/rouge).

La classification est basée d'après les normes adoptées par l'U.S. National Institute of Health, Jnc 7,2003.

Reportez-vous au tableau ci-dessous pour les détails concernant la classification.

	SYS (mmHg)	DIA
Rouge	180↑	110↑
Rouge	160-180	100-110
Orange	140-160	90-100
Jaune	130-140	85-90
Jaune	120-130	80-85
Vert	↓120	↓80

WHO World Health Organization 2002



La barre de couleur augmente selon votre mesure.



- Si votre mesure n'affiche qu'une barre, votre mesure se situe dans la zone verte, ou « normale » selon les normes du National Institute of Health.
- Si votre mesure affiche trois barres, elle se situe dans la zone jaune ou « pré-hypertension » selon les normes du National Institute of Health ou normalement élevée selon la classification de l'Organisation mondiale de la Santé.
- Si votre mesure affiche quatre barres, elle se situe dans la zone orange « stade 1 de l'hypertension ».
- Si votre mesure affiche cinq barres, elle se situe dans la zone rouge « stade 2 de l'hypertension ».
- Si votre mesure affiche six barres, elle se situe dans la zone rouge « stade 3 de l'hypertension ».

Indication d'une tension artérielle "optimale"	Indication d'une tension artérielle "normale"	Indication d'une tension artérielle "normale élevée"
Rouge	Rouge	Rouge
Rouge	Rouge	Rouge
Orange	Orange	Orange
Jaune	Jaune	Jaune
Jaune	Jaune	Jaune
Vert	Vert	Vert

Indication d'une tension artérielle "Hypertension stade 1"	Indication d'une tension artérielle "Hypertension stade 2"	Indication d'une tension artérielle "Hypertension stade 3"
Rouge	Rouge	Rouge
Rouge	Rouge	Rouge
Orange	Orange	Orange
Jaune	Jaune	Jaune
Jaune	Jaune	Jaune
Vert	Vert	Vert




### 3.7 Viewing Previously Recorded Values

The blood pressure monitor automatically stores your measurements with time and date. It can store up to 120 measurements for each of the 2 users. When more than 120 measurements are made, the oldest readings are deleted for that particular user to make space for the new ones.

To view the previously stored values, press the  button. The last measurement is displayed. The date and time of the measurement are also displayed with the reading. Press the  button repeatedly to view all the measurements that are recorded on the device.


**Note: Blood pressure measurements are not stored when an error is encountered during measurement.**

### 3.8 Clearing All Values

If you are sure that you want to permanently remove all stored values, hold down the  button (the instrument must have been switched off before hand) until the “CL” appears and then release the button. If you do not want to clear the values, press the  button. To permanently clear the memory, press the  button while “CL” is flashing. Individual values cannot be cleared.



### 3.9 Discontinuing a Measurement

If it is necessary to interrupt a blood pressure measurement for any reason (e.g. the patient feels unwell), the  button can be pressed at any time. The device then immediately lowers the cuff pressure automatically.



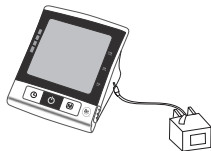
### 3.10 Using the AC Adapter

You may also operate this monitor using the included AC Adapter (output 6V DC/600 mA with DIN plug). Use only the included AC Adapter to avoid damaging the unit.

1. Ensure that the AC Adapter and cable are not damaged.
2. Plug the adapter cable into the AC Adapter port on the blood pressure monitor.
3. Plug the adapter into your electrical outlet.

When the AC adapter is connected, no battery current is consumed.

**Note:** No power is taken from the batteries while the AC adapter is connected to the monitor. If electrical power is interrupted, (e.g., by accidentally removing the AC adapter from the outlet), the monitor must be reset by removing the plug from the socket and reinserting the AC adapter connection.



### 3.11 Setting the Medication Reminder

This monitor allows you to set two alarm times at which an alarm signal will then be triggered. This can be a useful aid, for instance as a reminder to take medication or to remind you to take your blood pressure at the same time each day.

1. While the monitor is turned off, press the "ⓐ" button and immediately afterwards the "Ⓜ" button, and hold both down until the bell symbol appears in the bottom left of the display. Then release both buttons. The flashing "1" in the display indicates that the first alarm time can now be set.
2. Press the "ⓐ" button to set the hours. The hours display flashes and pressing the "Ⓜ" button allows you to set the alarm hour. To confirm, press the "ⓐ" button.
3. The minute display will now flash. The minutes can be set using the "Ⓜ" button. To confirm, press the "ⓐ" button again.
4. The bell symbol will now flash. Use the "Ⓜ" button to select whether the alarm time is to be active (bell) or inactive (crossed out bell). To confirm, press the "ⓐ" button.

To set a second alarm time, proceed as above but if the "1" flashes, press the "Ⓜ" button to select "2" and confirm with the "ⓐ" button.

- An active alarm time is indicated by the bell symbol in the display
- The alarm sounds at the set time every day
- To switch off the alarm when it is sounding, press the "ⓐ" button
- To permanently switch off the alarm, proceed as above (steps 1-4) and select the crossed out bell symbol. This will then disappear from the display.
- The alarm times must be re-entered each time the batteries are replaced.

## 4. Software Functions

This unit can be used in connection with your computer running the Blood Pressure Analyzer software. Your PC will allow a capacity of monitoring 80 patients, each with 1000 data (note: overuse will lower system efficiency). The memory data can be transferred to the computer by connecting the monitor via the included USB cable with your computer.

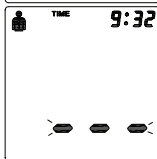
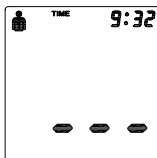
### System Requirements for Blood Pressure Analyzer Software:

- Windows XP, Vista, 7, 8, 8.1
- CD-Rom Drive
- Minimum 256MB RAM
- 500MB Available Hard Disk Space
- USB Port version 1.0 or higher
- Blood Pressure Monitor with USB Port

### 4.1. Installation and Data Transmission for PC



- a) Insert CD into CD ROM drive of your PC. The installation will start automatically. If not, click on SETUP.EXE.
- b) Connect the monitor via USB cable with the PC. Three horizontal bars will appear on the display and last for 3 seconds.
- c) The bars will then flash to indicate that the connection between computer and device is successfully made. As long as the cable is plugged in, the bars will keep flashing and the buttons are disabled.

During the connection, the device is completely controlled by the computer.






### 3.7 Consultation des mesures déjà enregistrées

Ce tensiomètre mémorise automatiquement vos mesures avec l'heure et la date. Il peut stocker jusqu'à 120 mesures pour chacun des deux utilisateurs. Lorsque plus de 120 mesures ont été mémorisées, la plus ancienne mesure sera effacée et laissera sa place à la nouvelle mesure.

Pour voir des mesures déjà enregistrées, appuyez sur la touche . La dernière mesure est affichée. La date ainsi que l'heure s'affichent également avec la mesure. Appuyez plusieurs fois sur la touche  pour visualiser toutes les mesures mémorisées dans l'appareil.


**Remarque : Les mesures de tension artérielle ne sont pas stockées lorsqu'une erreur se produit pendant la prise de mesure.**

### 3.8 Effacer toutes les mesures

Si vous êtes certain de vouloir effacer d'une façon permanente toutes les mesures enregistrées dans la mémoire, tenez enfoncée la touche  (l'appareil devrait être éteint avant d'appuyer sur cette touche) jusqu'à ce que CL apparaisse, puis relâchez la touche. Si vous ne voulez pas effacer les mesures, appuyez sur la touche . Pour vider la mémoire de façon permanente, appuyez sur la touche  lorsque CL clignote. On ne peut pas effacer des valeurs individuelles.



### 3.9 Interruption d'une mesure

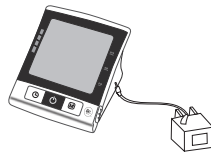
S'il est nécessaire d'interrompre une prise de mesure pour quelle raison que ce soit (par ex. si le patient se trouve mal), il est possible d'appuyer à tout moment sur la touche . L'appareil réduit alors automatiquement la pression dans le brassard.



### 3.10 Utilisation de l'adaptateur c.a.

Il est possible d'utiliser cet appareil en utilisant l'adaptateur c.a. inclus (capacité 6V DC/600 mA avec prise DIN). N'utilisez que l'adaptateur c.a. inclus afin de ne pas endommager l'appareil.

1. Assurez-vous que l'adaptateur c.a. et le câble sont en bon état.
2. Branchez la fiche de l'adaptateur dans la prise c.a. du tensiomètre.
3. Branchez l'adaptateur dans une prise de courant. Aucun courant n'est pris sur les piles tant que l'adaptateur c.a. est branché.



**Remarque :** aucun courant n'est pris sur les piles tant que l'adaptateur c.a. est branché au tensiomètre. S'il y a une coupure de courant pendant la mesure (par ex. si l'adaptateur c.a. est débranché par mégarde, le tensiomètre doit être réinitialisé en enlevant la fiche du tensiomètre puis en la rebranchant.

### 3.11 Paramétrage du rappel de médication

Ce tensiomètre vous permet de paramétrer deux alarmes, à partir desquelles un signal d'alarme sera ensuite déclenché. Ceci peut être une aide utile, par exemple comme un rappel pour prendre la médication ou pour vous rappeler de prendre votre tension artérielle à la même heure chaque jour.

1. Le tensiomètre fermé, appuyez sur la touche "☺" puis immédiatement sur la touche "Ⓜ" et tenez les deux touches enfoncées jusqu'à ce que le symbole de la cloche s'affiche sur le côté gauche au bas de l'écran; puis relâchez les deux touches. Le chiffre "1" clignotant à l'écran indique que la première alarme peut maintenant être réglée.
2. Appuyez sur la touche "☺" pour régler les heures. L'affichage de l'heure clignote et en appuyant sur la touche "Ⓜ", vous pouvez régler l'heure de l'alarme. Pour confirmer, appuyez sur la touche "☺".
3. L'affichage des minutes clignotera. Les minutes peuvent être réglées au moyen de la touche "Ⓜ". Pour confirmer, appuyez de nouveau sur la touche "☺".
4. Le symbole de la cloche clignotera. Utilisez la touche "Ⓜ" pour choisir le mode d'activation de l'heure de l'alarme (cloche) ou le mode de désactivation de l'heure de l'alarme (cloche biffée). Pour confirmer, appuyez sur la touche "☺".

Pour régler la deuxième alarme, suivez le même processus que ci-dessus, mais si le chiffre "1" clignote, appuyez sur la touche "Ⓜ" pour choisir l'alarme "2" et confirmer votre choix avec la touche "☺".

- L'heure du déclenchement de l'alarme est indiquée par le symbole de la cloche à l'écran.
- L'alarme sonne à l'heure réglée à tous les jours.
- Pour désactiver l'alarme lorsqu'elle sonne, appuyez sur la touche "☺"
- Pour désactiver l'alarme de façon permanente, suivez le processus ci-dessus (étapes 1 à 4) et choisissez le symbole de la cloche biffée. Le symbole disparaîtra de l'écran.
- Les heures du déclenchement de l'alarme doivent être programmées à chaque fois que l'on remplace les piles.

## 4. Fonctions du logiciel

On peut utiliser cet appareil en connexion avec votre ordinateur personnel exécutant le logiciel d'analyse de la tension artérielle. Votre ordinateur personnel permettra une capacité de surveillance pour 80 patients, chacun avec 1000 données (note : une surutilisation ralentira l'efficacité du système). Les données mémorisées peuvent être transférées à l'ordinateur en branchant le tensiomètre à votre ordinateur au moyen du câble USB inclus.


### Configuration minimale pour le logiciel d'analyse de la tension artérielle :

- Windows XP, Vista, 7, 8, 8.1
- Lecteur CD-ROM
- Mémoire vive minimale de 256Mo
- Espace disponible sur le disque dur de 500 Mo
- Port USB, version 1.0 ou ultérieure
- Tensiomètre avec port USB

**Note:** The Software is also available to download for PC and MAC, visit [www.biosdiagnostics.com](http://www.biosdiagnostics.com). Go to the support page and download "BIOS Diagnostics BP Analyzer Software 3.2.5.E for PC and MAC. Follow the directions to download the software.

## 5. Error Messages / Malfunctions

If an error occurs during a measurement, a long beep followed by two short beeps is generated and the LCD displays the corresponding error code.

Error	Problem	Solution
Err 1	No pulse has been detected.	Ensure that the cuff is being worn correctly, and that you have your arm at the heart level.
Err 2	Unnatural pressure impulses influence the measurement result. Reason: The arm moved during the measurement.	Avoid unnecessary movement or talking.
Err 3	The inflation of the cuff takes too long. The cuff is not correctly seated.	Ensure that the cuff is being worn correctly.
Err 5	The difference between systolic pressure and diastolic pressure is too far away from acceptable and reasonable range.	Ensure that the cuff is being worn correctly and that you have been inactive for a sufficient time before making the measurement.
	Low battery	Replace batteries.
Hi	Cuff pressure is over 300 mmHg.	Ensure that the cuff is worn correctly and measure again. Avoid movement or talking when the cuff is being inflated.
Lo	Pulse below 40 is detected.	Ensure that the cuff is worn correctly.

If problems occur when using the device the following points should be checked, and if necessary, the corresponding measures should be taken.

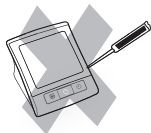
Malfunction	Solution
The display remains empty when the device is switched on. The batteries are inserted.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Check batteries for correct polarity.</li><li>2. If the display is unusual, re-insert the batteries or exchange them for new ones.</li></ol>
The pressure does not rise even though the pump is running.	Check the connection of the cuff tube and connect properly if necessary.
The device frequently fails to measure the blood pressure values, or the values measured are too low or too high.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Check the positioning of the cuff.</li><li>2. Measure the blood pressure again, ensuring that you have remained motionless for a sufficient amount of time to ensure an accurate reading.</li></ol>



Every measurement produces varying results although the instrument functions normally and the values displayed are normal.	Note that blood pressure fluctuates continuously; therefore measurements will show some variability.
Blood pressure values measured differ from those measured by the doctor.	Record the daily development of the values and consult your doctor. <b>Note: Individuals visiting their doctor frequently experience anxiety which can result in a higher blood pressure reading than at home.</b>

## 6. Care and Maintenance

- Do not expose the device to either extreme temperatures, humidity, dust or direct sunlight.
- The cuff contains a sensitive air-tight bubble. Handle this carefully and avoid all types of stress through twisting or buckling.
- Clean the device with a soft, dry cloth. Do not use gas, thinners or similar solvents. Spots on the cuff can be removed carefully with a damp cloth and soapsuds. **The cuff with bladder must not be washed in a dishwasher, clothes washer, or submerged in water.**
- Handle the tube carefully. Do not pull on it. Do not allow the tubing to kink and keep it away from sharp edges.
- Do not drop the monitor or treat it roughly in any way. Avoid strong vibrations.
- Never open the monitor.** This voids the manufacturer's warranty.
- Batteries and electronic instruments must be disposed of in accordance with the locally applicable regulations, not with domestic waste.

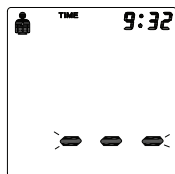
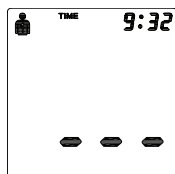


#### 4.1 Installation et transmission des données pour le PC

- Insérez le CD dans le lecteur CD-ROM de votre ordinateur. L'installation débutera automatiquement, sinon, cliquez sur SETUP.EXE.
- Branchez le tensiomètre à votre ordinateur au moyen du câble USB. Trois barres horizontales s'afficheront à l'écran pendant 3 secondes.
- Les barres se mettront à clignoter pour indiquer que la connexion entre l'ordinateur et le tensiomètre est réussie. Tant que le câble est branché, les barres continueront à clignoter et les touches seront désactivées.


Pendant la connexion, l'appareil est contrôlé entièrement par l'ordinateur.

**Note :** Le logiciel est disponible également pour les PC et MAC; consultez le site Web à l'adresse [www.biosdiagnostics.com](http://www.biosdiagnostics.com). Consultez la page d'assistance et téléchargez "BIOS Diagnostics BP Analyser Software 3.2.5.E pour PC et MAC. Suivez les directives pour télécharger le logiciel.



#### 5. Messages d'erreurs / Problèmes de fonctionnement

Si une erreur survient pendant la mesure, un long bip retentira suivi de deux bips courts et l'écran ACL affichera un code d'erreur correspondant.

N° d'erreur	Problème	Solution(s)
Err 1	Le pouls n'a pu être détecté.	Assurez-vous que le brassard est porté correctement et que votre bras soit au même niveau que votre cœur.
Err 2	Des impulsions non naturelles perturbent le résultat de la mesure. Cause possible : le bras a bougé pendant la mesure.	Évitez tout mouvement inutile et cessez de parler.
Err 3	Le gonflement du brassard prend trop de temps. Le brassard n'est pas placé correctement.	Assurez-vous que le brassard est porté correctement.
Err 5	Les relevés de mesure ont indiqué une différence inacceptable entre les tensions systolique et diastolique.	Assurez-vous que le brassard est porté correctement et que vous êtes resté inactif pendant suffisamment de temps avant de prendre la mesure.
	Piles faibles	Remplacez les piles.
<b>Hi</b>	La pression du brassard est au-dessus de 300 mm Hg.	Assurez-vous que le brassard est porté correctement. Lors du gonflement du brassard, évitez tout mouvement ou cessez de parler.
<b>Lo</b>	Le pouls détecté est en dessous de 40.	Assurez-vous que le brassard est porté correctement.

Si des problèmes surviennent lors de l'utilisation de l'appareil, les points suivants doivent être vérifiés, et s'il y a lieu, prendre les mesures correspondantes.

Problème de fonctionnement	Solution
L'écran reste vide lorsque l'appareil est sous tension. Les piles sont en place.	1. Vérifiez la polarité des piles. 2. Si l'affichage est anormal, réinsérez les piles ou remplacez-les par des neuves.
La pression ne monte pas, bien que la pompe fonctionne correctement.	Vérifiez la connexion du tuyau du brassard et rebranchez correctement celui-ci s'il y a lieu.
Le tensiomètre ne parvient pas à mesurer la tension artérielle ou les valeurs mesurées sont trop basses ou trop élevées.	1. Vérifiez la position du brassard. 2. Reprenez de nouveau la mesure de la tension artérielle en vous assurant que vous demeurez immobile pendant un certain temps pour vous assurer d'une mesure précise.
Toutes les mesures donnent des valeurs différentes bien que l'appareil fonctionne correctement et que les valeurs affichées sont normales.	Notez que la tension artérielle fluctue continuellement et les mesures varient donc dans une certaine mesure.
Les valeurs de la tension artérielle sont différentes de celles mesurées par le médecin.	Enregistrez l'évolution journalière des valeurs et consultez votre médecin. <b>Remarque : les personnes consultant leur médecin ressentent fréquemment de l'anxiété, ce qui peut donner lieu à une tension plus élevée chez le médecin qu'à la maison.</b>

## 6. Entretien et soin

- a) N'exposez pas l'appareil à des températures extrêmes, à l'humidité, à la poussière, ni à la lumière directe du soleil.
- b) Le brassard contient une poche hermétique sensible. Manipulez-le avec précaution et évitez de le déformer de quelque façon que ce soit en le tordant ou en le pliant.
- c) Nettoyez l'appareil avec un chiffon sec et doux. N'utilisez pas d'essence, de diluants, ni de solvants. Les taches sur le brassard peuvent être enlevées avec précaution à l'aide d'un chiffon humide et de l'eau savonneuse. **Le brassard ne doit pas être lavé au lave-vaisselle ou avec des vêtements, ni immergé dans l'eau.**
- d) Manipulez le tube du brassard avec soin. Ne tirez pas dessus, ne le nouez pas et ne le placez pas sur des bords coupants.
- e) Ne laissez pas tomber le moniteur et épargnez-lui les autres types de choc. Évitez les fortes secousses.
- f) **N'ouvrez jamais le moniteur.** Cela invaliderait la garantie du fabricant.



## 7. Lifetime Guarantee

---

Be Better™ blood pressure monitors have a lifetime warranty to be free of manufacturing defects for the life of the original owner. This warranty does not include the inflation system including the cuff and inflation bladder. The cuff is warranted for two years. The warranty does not cover damage from misuse or tampering.

If you have questions regarding the operation of your monitor call the

**Blood Pressure Hotline: 1-866-536-2289**

Should repair be necessary, return the unit with all component pieces. Enclose proof of purchase and \$5.00 for return shipping and insurance. Ship the unit prepaid and insured (at owners option) to:



16975 LESLIE STREET  
NEWMARKET, ON L3Y 9A1  
MADE IN CHINA / FABRIQUÉ EN CHINE

Email: [thermor@thermor-ins.com](mailto:thermor@thermor-ins.com)

Please include your name, return address, phone number, and email address. Thermor will repair or replace (at Thermor's option) free of charge any parts necessary to correct the defect in material or workmanship.

Please allow 10 days for repair and return shipping.

## 8. Reference of Standards

---

### **Device standard:**

Device corresponds to the requirements of the standard for non-invasive blood pressure monitors:  
AAMI/ANSI SP10  
IEC 60601-1  
IEC 60601-1-2

### **Electromagnetic compatibility:**

Device fulfills the stipulations of the International standard IEC 60601-1-2

This unit has received an A/A rating according to the B.H.S protocol and is "recommended for home use." This is the highest grading available for blood pressure monitors. Please see the B.H.S website at [www.bhsoc.org](http://www.bhsoc.org).

Product using the identical measurement algorithm was tested by unaffiliated researchers using B.H.S. study protocol. Results on file and available upon request.

## 9. Technical Specifications

---

<b>Weight:</b>	482.5g (with batteries)
<b>Size:</b>	110mm (W) x 135mm (L) x 65mm (H)
<b>Storage temperature:</b>	-20°C to 55°C / -4°F to 131°F
<b>Humidity:</b>	15 to 90% relative humidity maximum
<b>Operation temperature:</b>	10°C to 40°C / 50°F to 104°F
<b>Display:</b>	LCD-Display (Liquid Crystal Display)
<b>Measuring method:</b>	Oscillometric
<b>Pressure sensor:</b>	Capacitive
<b>Measuring range:</b>	
<b>SYS/DIA:</b>	30 to 280 mmHg
<b>Pulse:</b>	40 to 200 beats per minute
<b>Cuff pressure display range:</b>	0 to 299 mmHg
<b>Memory:</b>	Automatically stores the last 120 measurements for 2 users (total 240)
<b>Measuring resolution:</b>	1 mmHg
<b>Accuracy:</b>	Pressure within $\pm 3$ mmHg or 2% of reading > 200mmHg Pulse $\pm 5\%$ of the reading
<b>Power source:</b>	4 AA batteries, 1.5V AC adapter 6V DC 600 mA
<b>Accessories:</b>	Wide range cuff for arm circumference 22-42 cm

### Technical alterations reserved



Read instructions carefully before using the device.



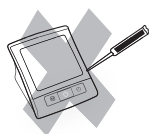
Type BF applied part

Not for use on children 12 years of age or younger.

\* European Society of Hypertension International Protocol

\*\* This monitor meets Hypertension Canada's accuracy standard according to the International Protocol for automatic blood pressure devices.

g) Les piles et les instruments électroniques doivent être jetés selon la réglementation municipale en vigueur, et non avec vos déchets domestiques.



## 7. Garantie à vie

---

Les tensiomètres Be.Better<sup>MC</sup> sont garantis à vie contre tous défauts de fabrication pour la durée de vie du propriétaire d'origine. Cette garantie ne couvre pas le système de gonflage dont le brassard et la vessie. Le brassard est garanti deux ans. La garantie ne couvre pas les dommages résultant d'un mauvais usage ou d'une mauvaise manipulation.

Si vous avez des questions relatives au fonctionnement de votre tensiomètre, appelez  
**la ligne d'assistance sans frais d'interurbain : 1-866-536-2289**

Si des réparations s'avéraient nécessaires, retournez l'appareil avec toutes ses pièces. Veuillez inclure une preuve d'achat et 5,00 \$ pour retour d'expédition et assurance. Envoyez l'appareil port payé et assuré (option du propriétaire) à :



16975 LESLIE STREET  
NEWMARKET, ON L3Y 9A1  
MADE IN CHINA / FABRIQUÉ EN CHINE

Courriel : [thermor@thermor-ins.com](mailto:thermor@thermor-ins.com)

Veuillez inscrire vos nom, adresse, numéro de téléphone et adresse courriel. Thermor réparera ou remplacera sans frais (optionnel à Thermor) toutes pièces nécessaires pour corriger le défaut de matériaux ou main-d'œuvre.

Veuillez allouer 10 jours pour la réparation et l'expédition de retour.

## 8. Référence aux normes

---

### Normes applicables à l'appareil :

L'appareil correspond aux exigences des normes pour les tensiomètres non invasifs  
AAMI / ANSI SP10  
IEC 60601-1  
IEC 60601-1-2

### Compatibilité électromagnétique :

L'appareil répond aux exigences de la norme internationale IEC 60601-1-2

Cet appareil a reçu une cote A/A selon le protocole BHS et il est recommandé pour usage à la maison. Il s'agit de la cote la plus élevée décernée aux tensiomètres. Veuillez visiter le site Web de la BHS à l'adresse [www.bhsoc.org](http://www.bhsoc.org)

Les produits utilisant le même algorithme de mesure ont été testés par des chercheurs non affiliés utilisant le protocole d'étude BHS. Les résultats du fichier sont disponibles sur demande.

## 9. Spécifications techniques

---

<b>Poids :</b>	482.5 g (avec piles)
<b>Dimensions :</b>	110 (l) x 135 (L) x 65 (H) mm
<b>Température de stockage :</b>	-20 °C à 55 °C / -4 °F à 131 °F
<b>Humidité :</b>	15 à 90 % d'humidité relative au maximum
<b>Température opérationnelle :</b>	10°C à 40°C / 50°F à 104°F
<b>Écran :</b>	ACL (à cristaux liquides)
<b>Méthode de mesure :</b>	Oscillométrique
<b>Capteur de tension :</b>	Capacitif
<b>Plage de mesures :</b>	
<b>SYS/DIA :</b>	30 à 280 mm Hg
<b>Pouls :</b>	40 à 200 battements par minute
<b>Affichage de pression du brassard :</b>	0 à 299 mm Hg
<b>Mémoire :</b>	Capacité de stocker automatiquement les 120 dernières mesures pour 2 utilisateurs (total de 240 mesures)
<b>Résolution de mesure :</b>	1 mm Hg
<b>Précision :</b>	Tension de l'ordre de +/- 3 mm Hg ou 2% de la lecture > 200 mm Hg Pouls, +/- 5 % du relevé
<b>Alimentation :</b>	4 piles AA, 1,5V Adaptateur c.a. (6V DC 600 mA)
<b>Accessoires :</b>	Brassard adaptable qui convient à une circonférence de bras de 22 à 42 cm

### Sous réserves de modifications techniques



Lire attentivement le mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil.



Pièce appliquée de type BF

Cet appareil ne convient pas aux enfants âgées de 12 et moins.

\* Société européenne d'hypertension Protocole international

\*\* Ce tensiomètre rencontre la norme de précision d'Hypertension Canada selon le Protocole international pour les tensiomètres automatiques.

