



TENSIOMÈTRE AUTOMATIQUE DE POIGNET



MODE D'EMPLOI

Table des matières

1. Introduction

- 1.1 Caractéristiques
- 1.2 Informations importantes
- 1.2 A Consignes de sécurité

2. À propos de la tension artérielle

- 2.1 Les valeurs normales de la tension artérielle
- 2.2 Questions et réponses courantes sur la tension artérielle

3. Méthode d'installation

- 3.1 À propos du tensiomètre
- 3.2 À propos de l'écran ACL
- 3.3 Insertion des piles

4. Utilisation de l'appareil

- 4.1 Réglages de la date et de l'heure
- 4.2 Obtention de mesures précises
 - 4.2A Avant la mesure
 - 4.2B Ajustement du brassard de poignet
 - 4.2C Choisir la position pour la prise de mesure
- 4.3 Procédure de mesure de la tension artérielle
- 4.4 Gonflage automatique
- 4.5 Interruption d'une mesure

5. Visualisation des mesures déjà mémorisées

- 5.1 Effacement de toutes les mesures

6. Indicateur de classification de l'hypertension

7. Détecteur de battements cardiaques irréguliers

8. Erreur et information sur la baisse de tension des piles

9. Entretien, rangement, réparation et recyclage

10. Dépannage

11. Garantie à vie

12. Spécifications techniques

1. Introduction

Merci d'avoir acheté le tensiomètre automatique de poignet Be Better. Conçu pour fonctionner commodément et facilement, cet appareil fournit une méthode simple et précise pour 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 en plus d'enregistrer vos mesures de tension artérielle. En

présentant vos résultats à votre médecin, vous pourriez l'orienter en matière de diagnostic et de maintien d'un niveau de tension artérielle pour votre santé.

1.1 Caractéristiques

Cet appareil mesure la tension artérielle et la fréquence du pouls selon la technologie oscillométrique. Le brassard est correctement enroulé autour du poignet et est gonflé automatiquement par la pompe à air. Le capteur, dans cet appareil de mesure, détecte la fluctuation faible de la pression dans le brassard produite par l'extension et la contraction de l'artère du poignet en réponse à chaque fréquence cardiaque. L'amplitude des ondes de pression est mesurée, convertie en millimètre de mercure et affichée à l'écran.

- **La fonction mémoire** comporte 90 mesures pour 1 utilisateur, avec heure et date.
- **Indicateur de classification de l'hypertension** affiche la plage entre lesquelles vos valeurs de tension artérielle se situent selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS).
- **Moyenne calculée des 3 dernières mesures**

- **Heure et date**
- **Détection de battements cardiaques irréguliers**

Avant d'utiliser cet appareil, veuillez lire attentivement ce mode d'emploi que vous conserverez dans un endroit sûr.

1.2 Informations importantes

Veuillez vous référer aux sections suivantes pour apprendre les consignes de sécurité importantes et comment prendre soin de votre tensiomètre automatique de poignet Be Better.

1.2A Consignes de sécurité

- N'oubliez pas qu'en prenant soi-même sa tension, on ne fait qu'un contrôle, ce n'est ni un diagnostic ni un traitement. Vos valeurs doivent toujours être discutées avec votre médecin qui connaît vos antécédents familiaux notés à votre dossier.
- Si vous deviez vous trouver en traitement médical et prenez des médicaments, consultez votre médecin pour déterminer la période appropriée 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 milieu et de votre état d'esprit au moment de prendre la mesure. Généralement, votre tension artérielle peut être 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 représentative de la tension artérielle pendant les changements physiologiques à partir de l'état de sommeil aux premières heures suivant le réveil.

- Le matin est la période idéale de la journée pour prendre votre tension artérielle 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.
- L'affichage du pouls ne permet pas de contrôler la fréquence des stimulateurs cardiaques.
- Si vous avez été diagnostiqué pour une arythmie sévère ou des battements cardiaques irréguliers, constriction vasculaire, trouble hépatique ou diabète, si vous portez un stimulateur cardiaque ou si vous êtes enceinte, les mesures prises par cet instrument ne peuvent être évaluées qu'après avoir consulté votre médecin.
- Soyez vigilant lorsque vous manipulez les piles dans l'appareil. Une utilisation incorrecte peut causer un écoulement de la pile. Pour prévenir de tels accidents, référez-vous aux directives suivantes :

- Insérez les piles en respectant les polarités;
- Fermez l'appareil après utilisation. Retirez et rangez les piles si vous ne pensez pas utiliser l'appareil pendant une certaine période;
- Ne mélangez pas différents types de piles, 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-circuitiez pas les piles;
- N'utilisez pas de piles rechargeables.

2. À propos de la tension artérielle

Le niveau de la tension est déterminé dans une partie du cerveau appelée le centre circulatoire et s'adapte à chaque situation par le biais de réactions passant par le système nerveux. Pour réguler la tension sont modifiés la force de battement du cœur et sa fréquence (pouls) ainsi que le diamètre des vaisseaux sanguins. Cette

modification est faite pas de fins 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 à long ou à moyen terme des risques importants pour la santé. Ceci concerne les vaisseaux sanguins artériels de votre corps qu'un rétrécissement dû à la formation de dépôts sur les parois vasculaires (artériosclérose) met en danger. Cela peut avoir pour conséquence 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 imputée à des dysfonctionnements organiques spécifiques. Pour connaître les causes possibles de votre propre hypertension, veuillez consulter votre médecin.

2.1 Les valeurs normales de la tension artérielle

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

Si vos mesures sont situées dans cette plage, veuillez consulter immédiatement votre médecin. À long terme, des valeurs élevées de tension peuvent endommager les vaisseaux sanguins, 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, veuillez aussi consulter votre médecin. Il sera d'autre part nécessaire que vous fassiez vous-même des contrôles réguliers.

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

Référez-vous au tableau de classification des valeurs de tension artérielle (unités : mm Hg) selon l'Organisation mondiale de la Santé :

Plage	Tension systolique	Tension diastolique
Optimale	<120	<80
Tension normale	<130	<85
Tension normale élevée	130-139	85-89
Hypertension <ul style="list-style-type: none"> • Stade 1 : légère • Stade 2 : modérée • Stade 3 : sévère 	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.

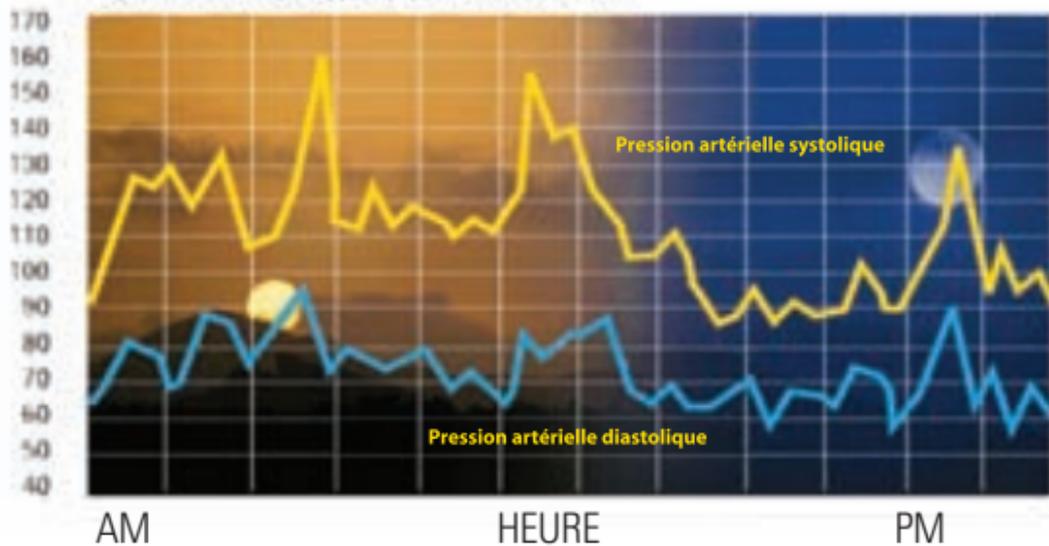
2.2 Questions et réponses courantes sur la tension artérielle

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.

mm Hg

Rythme cardiaque typique pendant 24 heures



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 le milieu (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.

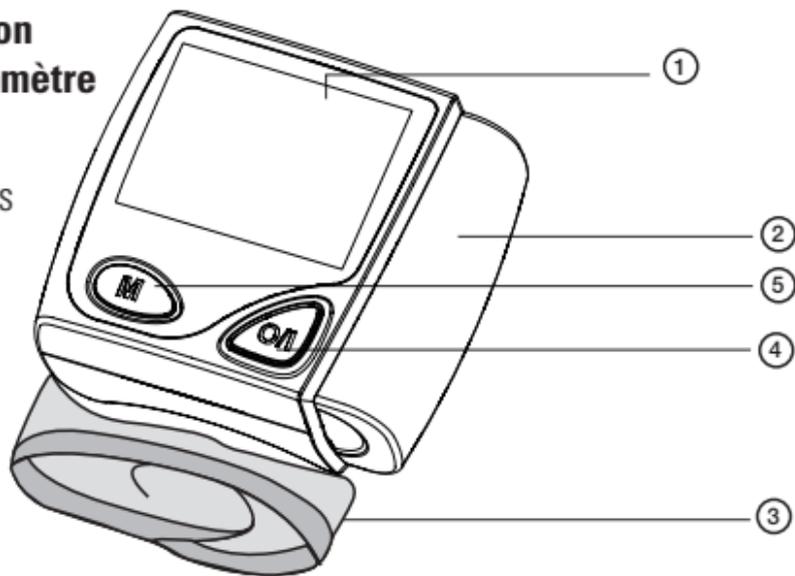
c) Pourquoi devrais-je surveiller ma tension artérielle à la maison ?

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.

3. Méthode d'installation

3.1 À propos du tensiomètre

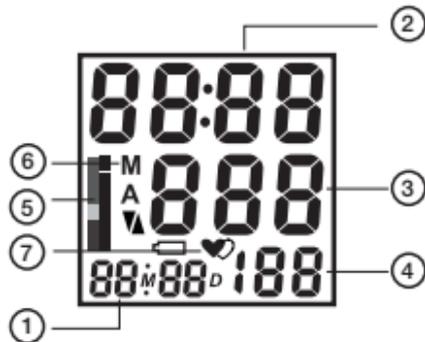
1. Afficheur ACL
2. Compartiment des piles
3. Brassard de poignet
4. Touche Marche/Arrêt
5. Touche Mémoire
6. Piles
7. Boîtier



3.2 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.

1. Heure/date
2. Tension artérielle systolique (mm Hg)
3. Tension artérielle diastolique (mm Hg)
4. Pouls (battements/minute)
5. Indicateur de classification de l'hypertension
6. Mémoire
7. Icône d'un battement cardiaque irrégulier



3.3 Insertion des piles

Suivez ces étapes pour insérer deux piles "AAA" dans l'appareil.

1. Ouvrez le couvercle du compartiment des piles dans la direction telle qu'illustrée dans le schéma. 
2. Insérez deux piles "AAA" en respectant les polarités indiquées.
3. Remplacez le couvercle du compartiment des piles.



NOTE : Remplacez les piles toutes les fois que l'icône d'une pile faible s'affiche "", que l'écran s'obscurcit ou que l'écran ne s'allume pas lors de la mise sous tension. Remplacez toutes les piles en même temps – il est dangereux de mêler les vieilles piles avec les neuves.

- Si le tensiomètre n'est pas utilisé pendant une longue période, retirez les piles de l'appareil.
- Ne mélangez pas des vieilles piles avec des piles neuves. Ne mêlez pas des piles alcalines avec des piles standards (carbone-zinc) ou des piles rechargeables.

4. Utilisation de l'appareil

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

4.1 Réglages de la date et de l'heure

1. Lorsque l'appareil est mis en marche la première fois, l'écran affichera les éléments comme l'indique l'illustration de la Fig. 1.
2. Appuyez sur la touche **M** et tenez-la enfoncée, puis appuyez sur la touche **(0/I)**; les chiffres de l'année clignoteront comme l'indique l'illustration de la Fig. 2.
3. Appuyez de nouveau sur la touche **M** pour changer les chiffres et appuyez sur la touche **(0/I)** pour confirmer.



Fig.1



Fig.2

4. Lorsque le réglage des chiffres pour l'année est terminé, les chiffres pour le mois clignoteront automatiquement. Suivez les mêmes instructions telles que décrites ci-dessus pour procéder aux réglages des chiffres du mois, de la date et de l'heure.
5. Appuyez sur la touche **(0/I)** pour terminer le réglage comme l'indique l'illustration de la Fig. 3. Si les chiffres pour la date et l'heure doivent être changés de nouveau, répétez les étapes 2 à 5.



Fig.3

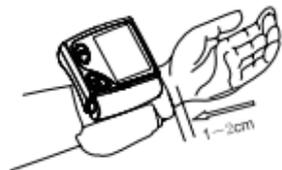
4.2 Obtention de mesures précises

Votre tension artérielle peut varier d'après plusieurs facteurs, conditions physiologiques et votre milieu. Suivez ces directives afin d'obtenir des mesures précises exemptes d'erreurs de votre tension artérielle et de votre pouls.

4.2A 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 détendre 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 poignet (normalement à gauche) et dans la même posture. N'alternez pas entre le poignet gauche et le poignet 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 poignets.
- 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 les muscles de votre bras (de même que d'autres muscles de votre corps) pendant le processus.

- Lors de mesures répétées, le sang s'accumule dans le bras, ce qui ne peut donner que des résultats erronés. Les prises de tension consécutives doivent être renouvelées après au moins 15 secondes de pause ou après avoir relevé votre bras pour permettre au sang accumulé de refluer.
- N'inclinez pas votre poignet vers l'arrière ou le plier vers l'intérieur lorsque vous prenez une mesure de votre tension artérielle.

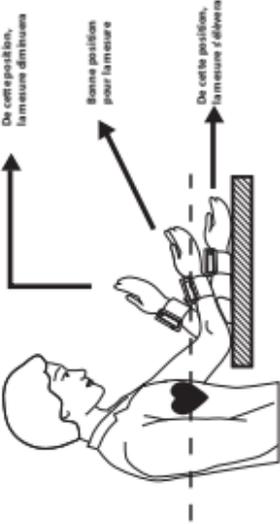
4.2B Ajustement du brassard

- a) Tous les accessoires doivent être enlevés (montre, bracelets, etc.) de votre poignet gauche. Si votre médecin a diagnostiqué une mauvaise circulation sanguine dans votre poignet gauche, utilisez votre poignet droit.
- b) Enroulez ou relevez votre manche pour laisser voir votre peau.

- c) Placez le brassard sur votre poignet gauche, votre paume vers le haut et l'afficheur ACL devant vous.
- d) Positionnez le bord du brassard à environ 1 à 2 cm de la base de votre paume.
- e) Attachez le brassard autour du poignet en ne laissant aucun espace entre le brassard et votre peau. Si le brassard est trop lâche, la mesure sera inexacte.

4.2C Choisir la position pour la prise de mesure

1. Choisissez la position préférée pour la prise de mesure – assise ou étendue.
2. Positionnez votre corps de façon à ce que votre poignet soit parallèle à la hauteur de votre cœur en utilisant le tableau et les illustrations ci-dessous comme guide.

<p>SI VOUS ÊTES....</p>	<p>PUIS....</p>
<p>Position assise avec un appui-bras</p>	<p>Placez votre coude sur la table, en utilisant un objet comme appui sous votre avant-bras. Votre poignet devrait être parallèle à la hauteur de votre cœur avec la paume vers le haut.</p> 
<p>Position assise sans appui-bras</p>	<p>Placez votre bras croisé sur votre poitrine avec le poignet parallèle à la hauteur de votre cœur. Tenez votre coude avec l'autre main.</p> 
<p>Position étendue</p>	<p>Positionnez votre poignet sur un appui, coussin, ou sur votre hanche de façon à ce qu'il soit parallèle à la hauteur de votre cœur avec votre paume vers le haut</p> 

4.3 Procédure de mesure de la tension artérielle

Après avoir suivi les directives décrites dans la section précédente et avoir placé le brassard autour de votre poignet, vous êtes maintenant prêt à mesurer votre tension artérielle. Veuillez suivre ces étapes pour enregistrer votre mesure.

1. Avant la mesure, détendez-vous pendant 5 minutes. Ne parlez pas et ne bougez pas votre bras.
2. Appuyez sur la touche **(0/I)** et tous les symboles s'afficheront à l'écran pendant 2 secondes comme l'indique l'illustration de la Fig. 4. Puis "0" s'affichera à l'écran. La pompe commence à gonfler le brassard, la pression croissante dans le brassard s'affiche à l'écran. D'habitude, la pression atteindra 190 comme l'indique l'illustration de la Fig. 5.



Fig.4



Fig.5

3. Lorsque la pression de gonflement adéquate est atteinte, la pompe s'arrête et la pression baisse progressivement pendant lesquels la tension artérielle et le pouls seront calculés comme l'indique l'illustration de la Fig. 6.



Fig.6

4. L'air dans le brassard de poignet se dégonflera rapidement et les mesures de la tension artérielle et du pouls seront affichées à l'écran comme l'indique l'illustration de la Fig. 7.

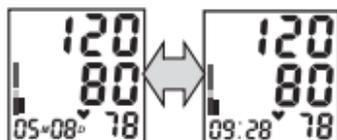


Fig.7

5. Appuyez sur la touche **(0/I)** afin de retourner en mode attente. Si l'appareil n'est pas utilisé entre-temps, il retournera automatiquement en mode attente après 3 minutes.

4.4 Gonflage automatique

Cet appareil donne 4 niveaux de pression lors du gonflage du brassard : 190 mm Hg, 230 mm Hg, 270 mm Hg et 300 mm Hg. Lorsque 190 mm Hg n'est pas assez ou si vous bougez votre poignet, l'appareil gonflera automatiquement le brassard

à un niveau de pression raisonnable pour s'assurer qu'il vous donnera une mesure sûre. Ce n'est pas une erreur.

4.5 Interruption d'une mesure

Si au cours de la mesure vous ressentez un malaise ou vous voulez arrêter la mesure pour n'importe quelle raison, appuyez sur la touche **(0/I)**. L'appareil relâchera automatiquement l'air dans le brassard de poignet et l'appareil retournera en mode attente.

5. Visualisation des mesures déjà mémorisées

1. L'appareil peut mémoriser 90 mesures et calculer automatiquement la moyenne des 3 dernières mesures prises. Lorsque la mémoire est pleine (90 mesures ont été mémorisées), la mesure la plus ancienne sera remplacée par la nouvelle mesure. Les mesures mémorisées ne s'effacent pas même si l'appareil n'est plus sous tension.

2. Après la prise de mesure ou si l'appareil est en mode attente, appuyez sur la touche **M** pour rappeler la mémoire. L'écran affichera la valeur moyenne des 3 dernières mesures prises comme l'indique l'illustration de la Fig. 8.



Fig.8

3. Appuyez de nouveau sur la touche **M**, l'écran affichera "01" qui rappelle la dernière mesure, puis passera à un autre affichage pour montrer les mesures comme l'indique l'illustration de la Fig. 9.



Fig.9

4. Appuyez encore une fois sur la touche **M**, l'écran affichera "02" qui rappelle l'avant-dernière mesure. Continuez d'appuyer sur la touche **M** pour visualiser toutes les mesures mémorisées.

5.1 Effacement de toutes les mesures

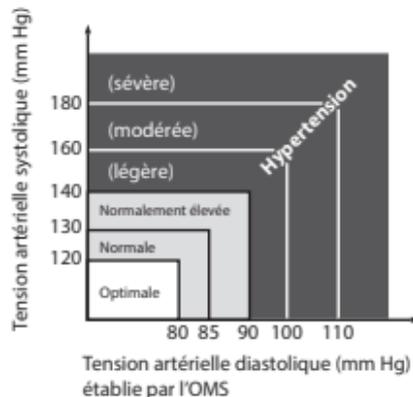
Dès qu'une prise de mesure est terminée ou si l'appareil est en mode attente, appuyez sur la touche **M** et tenez-la enfoncée pendant au moins 5 secondes. L'écran affichera "CLR" ce qui signifie que toutes les mesures mémorisées sont effacées comme l'indique l'illustration de la Fig. 10.



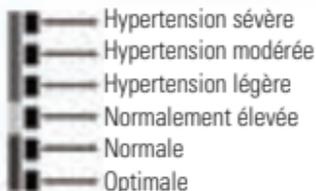
Fig.10

6.0 Indicateur de classification de l'hypertension

Les normes pour évaluer une tension artérielle élevée ou basse, compte non tenu de l'âge, ont été établies par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) comme l'indique le tableau à droite :



L'indicateur affiche un segment basé sur les données actuelles, correspondant à la classification de l'OMS. Par exemple, si votre tension artérielle est de 135 mm Hg (pression systolique) et de 78 mm Hg (pression diastolique), alors selon les normes de l'OMS, votre tension artérielle est normalement élevée.



Note :

1. Si la tension systolique et la tension diastolique tombent dans des catégories différentes, la valeur la plus élevée devrait être prise pour la classification.
2. L'indication de classification de la tension artérielle de l'OMS dans l'appareil est seulement un aide-mémoire, elle ne peut être considérée comme un diagnostic final.

7. Détecteur de battements cardiaques irréguliers

Cet appareil assure des mesures de la tension artérielle et du pouls même si un battement cardiaque irrégulier se produit. Lorsque l'appareil détecte un battement cardiaque irrégulier ou tout autre mouvement corporel excessif pendant la mesure, l'icône  s'affichera et clignotera. Il est important de vous détendre, de rester détendu, de ne pas parler pendant la mesure. Si le symbole du cœur  s'affiche fréquemment (c'est-à-dire à plusieurs reprises pendant la semaine), cela peut être une indication d'un problème cardiaque plus sérieux et vous devriez consulter votre médecin.

8. Erreur et information sur la baisse de tension des piles

Indication	Raison possible	Méthode adéquate
	<p>Le brassard est mal positionné.</p> <p>Le bras/main a bougé ou vous avez parlé pendant la mesure.</p> <p>Le brassard n'est pas gonflé à la pression adéquate.</p>	<p>Assurez-vous que le brassard est bien positionné et répétez la mesure.</p> <p>Répétez la mesure sans bouger et suivez les recommandations dans le mode d'emploi.</p> <p>Répétez la mesure en gonflant le brassard à une pression plus élevée.</p>
	<p>Les batteries sont faibles.</p>	<p>Remplacez les piles usées par de nouvelles piles.</p>

9. Entretien, rangement, réparation et recyclage

1. Il faut protéger l'appareil de l'humidité élevée, de la lumière solaire directe, des chocs, de l'alcool et de l'essence.
2. Retirez les piles de l'appareil si celui-ci doit être rangé pendant une longue période et gardez les piles hors de la portée des enfants.
3. Gardez le brassard loin d'objets pointus; ne tirez pas dessus et ne le tordez pas.
4. Nettoyez l'appareil avec un chiffon sec et doux seulement.
5. Ni l'appareil ni les batteries font partie des déchets domestiques; vous devez suivre la réglementation en vigueur de votre localité et jetez ces éléments dans des sites de collecte appropriés.
6. N'ouvrez pas l'appareil. Il renferme des composants électriques sensibles et une unité d'air complexe qui pourraient être endommagés.
7. Il est recommandé de faire inspecter le moniteur à tous les deux ans pour assurer un bon fonctionnement, une excellente précision et afin qu'il soit conforme aux règles de sécurité. Veuillez vous adresser à votre point de vente pour la maintenance.

MISE EN GARDE : Ne pas modifier cet appareil sans l'autorisation de votre manufacturier.

10. Dépannage

Indication	Points de référence	Solutions
<p>Aucun affichage lorsque l'appareil est sous tension.</p>	<p>Les batteries sont déchargées.</p> <p>Les piles ne respectent pas les polarités.</p> <p>Mauvais contact sur les piles.</p>	<p>Remplacez toutes les piles par des neuves.</p> <p>Réinsérez les piles en respectant les bonnes polarités.</p> <p>Nettoyez les bornes des piles avec un chiffon sec.</p>
<p>Le gonflage du brassard s'arrête et reprend plus tard.</p>	<p>Le gonflage automatique pour s'assurer d'une mesure correcte.</p> <p>Avez-vous parlé ou bougé votre bras/main pendant la mesure?</p>	<p>Voir "Gonflage automatique"</p> <p>Restez calme pendant tout le processus de la prise de mesure.</p>

<p>La mesure est extrêmement haute ou basse.</p>	<p>Est-ce que le brassard est au même niveau que le cœur?</p> <p>Est-ce que le brassard est enroulé correctement?</p> <p>Est-ce que votre bras/main est tendu pendant la mesure?</p> <p>Avez-vous parlé ou bougé votre bras /main pendant la mesure?</p>	<p>Assurez-vous que votre posture est adéquate.</p> <p>Enroulez le brassard correctement.</p> <p>Détendez-vous pendant la mesure.</p> <p>Restez calme pendant tout le processus de la prise de mesure.</p>
<p>Le pouls est trop lent ou trop rapide.</p>	<p>Avez-vous parlé ou bougé votre bras /main pendant la mesure?</p> <p>Avez-vous pris votre mesure tout de suite après un exercice physique?</p>	<p>Restez calme pendant tout le processus de la prise de mesure.</p> <p>Prenez une autre mesure après une pause de plus de 5 minutes.</p>

Les piles se sont déchargées trop vite.	De mauvaises piles ont été utilisées.	Nous vous suggérons d'utiliser des piles alcalines de manufacturiers connus.
---	---------------------------------------	--

11. Garantie à vie

Le tensiomètre de poignet Be Better™ est garanti à vie de tous défauts de fabrication pour la vie du propriétaire original. Cette garantie ne couvre pas le système de gonflage incluant le brassard et la vessie. Le brassard est garanti pour deux ans. La garantie ne couvre pas les dommages résultant d'un mauvais usage ou d'altération.

Si vous avez des questions concernant le fonctionnement de votre tensiomètre, veuillez téléphoner la **ligne d'assistance au** :

1-866-536-2289

Si une réparation est nécessaire, retournez l'unité avec toutes ses pièces. Veuillez inclure la preuve d'achat ainsi que 5,00 \$ pour le retour postal et l'assurance. Expédiez l'unité prépayée et assurée (au choix du propriétaire) à :

Thermor Inc.
Repair Department
16975 Leslie Street
Newmarket, ON L3Y 9A1

Veuillez inclure vos nom, adresse de retour, numéro de téléphone et adresse électronique. Thermor remplacera ou réparera (selon l'option de Thermor) sans frais, toutes pièces nécessaires pour corriger le vice de matériau ou de fabrication.

Veuillez allouer 10 jours pour la réparation et le retour d'expédition.

12. Spécifications techniques

Dimensions :	2,75 po (H) x 2,3 po (l) x 1,2 po (D)
Poids :	110 g
Température de stockage :	-20 à 50 °C / 4 °F à 122 °F
Humidité de stockage :	85 % et en dessous
Température de fonctionnement :	10° C à 40° C / 50° F à 104 °F
Afficheur	ACL (Afficheur à cristaux liquides)
Méthode de mesure :	Oscillométrique
Plage de mesures :	
Pression systolique/diastolique :	40 à 260 mm Hg
Pouls :	40 à 160 battements par minute
Précision :	
Pression :	± 3 mm Hg
Pouls :	± 5 %
Mémoire :	Un maximum de 90 mesures mémorisables
Circonférence du brassard :	12,5 à 20,5 cm (4,9 po à 8 po)
Source d'alimentation :	2 piles AAA 1,5V;

