

# BF511

## Kropsfedtmåler med vægt

Kære kunde,


Tak fordi du har købt denne OMRON kropsfedtmåler af høj kvalitet. Med dette udstyr er du i stand til at måle følgende kropssammensætningsparametre nøjagtigt og umiddelbart fortolke resultaterne:

- Kropsfedt (i %)
- Fedt omkring de indre organer (op til 30 niveauer)
- Body Mass Index (BMI)
- Skeletmuskulatur (i %)

Derudover fastlægger beregningen af hvilestofskifteintensiteten (i kcal) det daglige kaloriebehov og kan bruges som reference for et vægttabsprogram.

Den unikke OMRON 8-sensorteknologi, der bruger begge hænder og fødder, giver en af de mest nøjagtige metoder til måling af hele kroppen.

OMRON kropsfedtmåler BF511 er egnet til børn fra 6 år og opefter samt til voksne og kan veje personer på op til 150 kg.

 Læs denne brugsanvisning omhyggeligt før brug og for at få yderligere oplysninger om de enkelte funktioner.

Opbevar denne brugsanvisning til senere brug. Apparatet må ikke anvendes til andre formål end dem, der er beskrevet i denne vejledning.

### Indholdsfortegnelse

#### Før du bruger apparatet

Sikkerhedsmeddelelser .....	2
Oplysninger om kropssammensætning .....	3

#### Brugervejledning

1. Lær apparatet at kende .....	5
2. Ilægning og udskiftning af batterierne .....	5
3. Indstilling og lagring af personlige data .....	6
4. Foretag en måling .....	8
5. Måler kun vægten .....	12




#### Pleje og vedligeholdelse

6. Fejldisplay .....	13
7. Fejlfinding .....	13
8. Vedligeholdelse og opbevaring af apparatet .....	14
9. Tekniske data .....	15

DA

## Sikkerhedsmeddelelser

Symboler og definitioner er som følger:

 <b>Fare:</b>	Forkert brug kan udløse fare og resultere i dødsfald eller alvorlige kvæstelser.
 <b>Advarsel:</b>	Forkert brug kan medføre risiko for dødsfald og alvorlige kvæstelser.
 <b>Forsigtig:</b>	Forkert brug kan medføre kvæstelser eller materiel skade.

### **Fare:**

- Apparatet må aldrig anvendes sammen med medicinske elektroniske anordninger såsom:

- (1) Medicinske elektroniske implantater, f.eks. pacemakere.
- (2) Elektroniske respiratorsystemer, f.eks. hjertelungemaskine.
- (3) Bærbart elektronisk medicinsk udstyr, f.eks. en elektrokardiograf.



Apparatet kan forårsage fejlfunktion på disse former for udstyr, hvilket udgør en betydelig sikkerhedsrisiko for brugerne af udstyret.

### **Advarsel:**

- Påbegynd aldrig et væggtab eller motion uden vejledning fra en læge eller specialist.
- Brug ikke apparatet på glatte overflader såsom et vådt gulv.
- Hold apparatet uden for børns rækkevidde.
- Hop ikke op på apparatet, og hop ikke op og ned på det.
- Brug ikke apparatet, når din krop og/eller fødder er våde, f.eks. når du har taget bad.
- Stil dig op på hovedenheden med bare fødder. Hvis du forsøger at stille dig på den med sokker på, kan du glide og komme til skade.
- Træd ikke på kanten eller displayområdet på hovedenheden.
- Mennesker med handicap, eller som er fysisk skrøbelige, skal altid have hjælp af en anden person, når apparatet anvendes. Brug et gelænder eller lignende, når du træder op på apparatet.
- Hvis du får batterivæske i øjnene, skal du straks skylle øjet med masser af rent vand. Søg straks læge.

### **Forsigtig:**

- Displaydelen eller hovedenheden må ikke skilles ad, repareres eller ombygges.
- Brug ikke en mobiltelefon i nærheden af displaydelen eller hovedenheden.
- Pas på, når du stiller displaydelen væk. Du kan få fingrene i klemme mellem grebene og hovedenheden, hvis du trykker for kraftigt på den.
- Brug ikke batterier, der ikke er beregnet til dette apparat. Sæt ikke batterier i med polerne i den forkerte retning.
- Udskift straks slidte batterier med nye.
- Afbrænd ikke batterierne.
- Hvis du får batterivæske på huden eller tøjet, skal du straks skylle med masser af rent vand.

- Tag batterierne ud af apparatet, når du ikke skal bruge det i længere tid (ca. tre måneder eller mere).
- Brug ikke forskellige typer batterier sammen.
- Brug ikke nye og slidte batterier sammen.
- Fjern displaydelen fra hovedenheden, før du træder op på apparatet. Hvis du forsøger at fjerne displaydelen, mens du træder op på apparatet, kan du miste balancen og falde.

### **Generelt råd:**

- Anbring ikke apparatet på en polstret gulvflade såsom et tæppe eller en måtte. Målingerne bliver muligvis ikke korrekte.
- Placer ikke apparatet i meget fugtige omgivelser, og beskyt det mod vandstænk.
- Placer ikke apparatet i nærheden af varmekilder eller under airconditionanlæg, og undgå direkte sollys.
- Apparatet må ikke anvendes til andre formål end dem, der er beskrevet i denne vejledning.
- Træk ikke hårdt i displayenhedens ledning, som er forbundet med hovedenheden.
- Da dette apparat er et præcisionsinstrument, må det ikke tabes, rystes eller udsættes for kraftige slag.
- Bortskaffelse af brugte batterier skal ske i overensstemmelse med nationale regler vedrørende bortskaffelse af batterier.
- Vask ikke displayenheden eller hovedenheden med vand.
- Apparatet må ikke aftørres med benzen, benzin, fortynder, alkohol eller andre flygtige opløsningsmidler.
- Anbring ikke apparatet, hvor det kan blive udsat for kemikalier eller ætsende dampe.

Læs og følg "Vigtig information vedrørende elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)" i afsnittet Tekniske data.

## Oplysninger om kropssammensætning

### Princip for beregning af kropssammensætning

#### **Kropsfedt har lav elektrisk ledsevne**

BF511 måler kropsfedtprocenten ved hjælp af den bioelektriske impedansmetode (BI). Muskler, blodkar og knogler er kropsvæv med et højere vandindhold som let leder elektricitet. Kropsfedt er væv, der kun har lidt elektrisk ledningsevne. BF511 sender en meget svag elektrisk strøm på 50 kHz og mindre end 500 µA gennem kroppen for at bestemme mængden af fedtvæv. Den svage elektriske strøm mærkes ikke ved brugen af BF511.

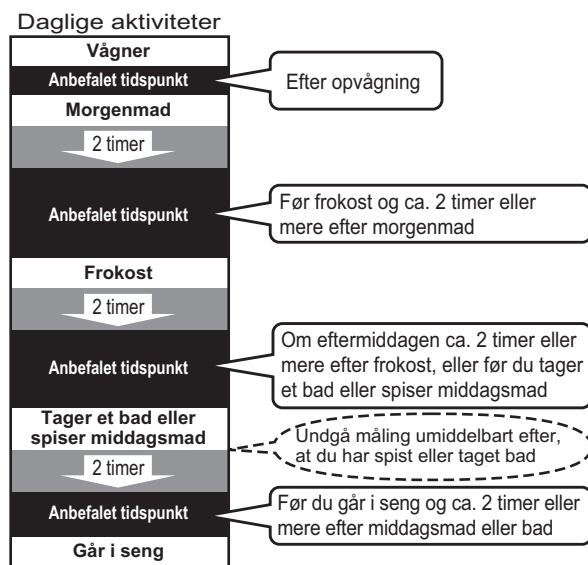
For at vægten kan bestemme kropssammensætningen, anvender den elektrisk impedans, sammen med oplysninger om din højde, vægt, alder og køn for at generere resultater baseret på OMRONs data om kropssammensætning.

#### **Måler hele kroppen for at undgå indflydelse fra variationer**

I løbet af dagen har mængden af vand i kroppen tendens til gradvist at flytte sig mod de nedre ekstremiteter. Det er derfor, der er tendens til, at ben og ankler hæver om aftenen eller om natten. Vandkvotienten i den øvre og nedre del af kroppen er forskellig om morgenen og om aftenen, og det betyder, at kroppens elektriske impedans også ændrer sig. Da BF511 bruger elektroder til både hænder og fødder til at udføre målinger, kan det reducere disse udsvings påvirkning på målingsresultaterne.

#### **Anbefalede måletider**

Forståelse for de normale ændringer i kropsfedtprocent kan hjælpe med til at forebygge eller reducere fedme. Hvis man er opmærksom på de tidspunkter, hvor kropsfedtprocenten ændrer sig i løbet af dagen, vil det hjælpe en til at få en nøjagtig fornemmelse af kropsfedtet. Det anbefales at bruge dette apparat i samme omgivelser og ved samme daglige forhold (se diagram).



DA

#### **Undgå at foretage målinger under følgende omstændigheder:**

- Umiddelbar efter kraftig træning, efter bad eller sauna.
- Efter indtagelse af alkohol eller en stor mængde vand, efter et måltid (ca. 2 timer).

Hvis der foretages en måling under disse fysiske omstændigheder, kan den beregnede kropssammensætning afvige markant fra den faktiske kropsfedtprocent, da vandindholdet i kroppen ændrer sig.

### Hvad er BMI (body mass index)?

BMI anvender følgende enkle formel til at angive forholdet mellem en persons vægt og højde.

$$\text{BMI} = \text{vægt (kg)} / \text{højde (m)} / \text{højde (m)}$$

OMRON BF511 anvender de oplysninger om højde, som er lagret på det personlige profilnummer, eller når du indtaster oplysninger i GUEST-tilstand, til at beregne din BMI-klassificering.

Hvis BMI viser et fedtniveau, som ligger over den internationale standard, er der øget risiko for almindelige sygdomme. BMI kan dog ikke vise alle typer fedt.

## Oplysninger om kropssammensætning

### Hvad er kropsfedtprocent?

Kropsfedtprocent refererer til mængden af kropsfedtmasse i forhold til den samlede kropsvægt udtrykt som en procent.

$$\text{Kropsfedtprocent (\%)} = \{\text{kropsfedtmasse (kg)} / \text{kropsvægt (kg)}\} \times 100$$

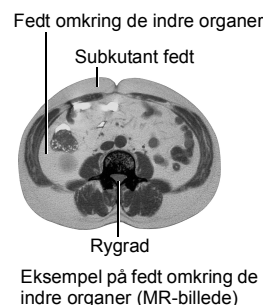
Apparatet anvender BI-metoden til at estimere kropsfedtprocenten.

Kropsfedt klassificeres alt efter fordelingen på kroppen som fedt omkring de indre organer eller subkutan fedt.

### Hvad er fedtniveauet omkring de indre organer?

**Fedt omkring de indre organer = fedt, der omgiver de indre organer**

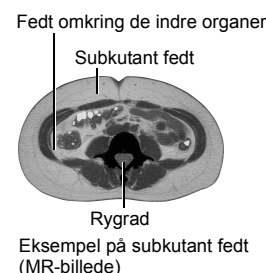
For meget fedt omkring de indre organer menes at være tæt forbundet med øgede niveauer af fedt i blodstrømmen, som kan føre til almindelige sygdomme såsom hyperlipidæmi og diabetes, som hæmmer insulinens evne til at overføre energi fra blodstrømmen og anvende det i celler. For at forebygge eller forbedre almindelige sygdommes tilstand, er det vigtigt at prøve at reducere fedtniveauet omkring de indre organer til et acceptabelt niveau. Mennesker med høje fedtniveauer omkring de indre organer har tendens til at have store maver. Men det er ikke altid tilfældet, og høje niveauer af fedt omkring de indre organer kan føre til metabolisk fedme. Metabolisk obesitet (forhøjet fedt omkring de indre organer med normal vægt) repræsenterer fedtniveauer, som ligger over gennemsnittet, selvom personens vægt ligger på eller under standarden for dennes højde.



### Hvad er subkutan fedt?

**Subkutan fedt = fedt under huden**

Subkutan fedt ophobes ikke kun omkring maven, mens også rundt om overarmene, hofter og lår og kan forårsage en forvrængning af kroppens proportioner. Selv om det ikke er direkte forbundet med en øget risiko for sygdom, menes det at øge trykket på hjertet og andre komplikationer. Subkutan fedt vises ikke i dette apparat, men er inkluderet i kropsfedtprocenten.



### Hvad er skeletmuskul?

Muskler er opdelt i to typer, muskler i indre organer, såsom hjertet, og skeletmuskler, som er fastgjort på knogler, der bruges til at bevæge kroppen. Skeletmuskul kan øges gennem motion og anden aktivitet.

Hvis andelen af skeletmuskul øges, kan kroppen lettere forbrænde energi, og det betyder, at det er mindre sandsynligt, at den bliver til fedt, og at det bliver nemmere at leve et aktivt liv.

### Hvad er hvilestofskifte?

Uanset dit aktivitetsniveau kræver det et minimum af kalorier at opretholde kroppens daglige funktioner. Dette kaldes hvilestofskifte og angiver, hvor mange kalorier, du har behov for at indtage for at få tilstrækkelig energi til, at din krop kan fungere.

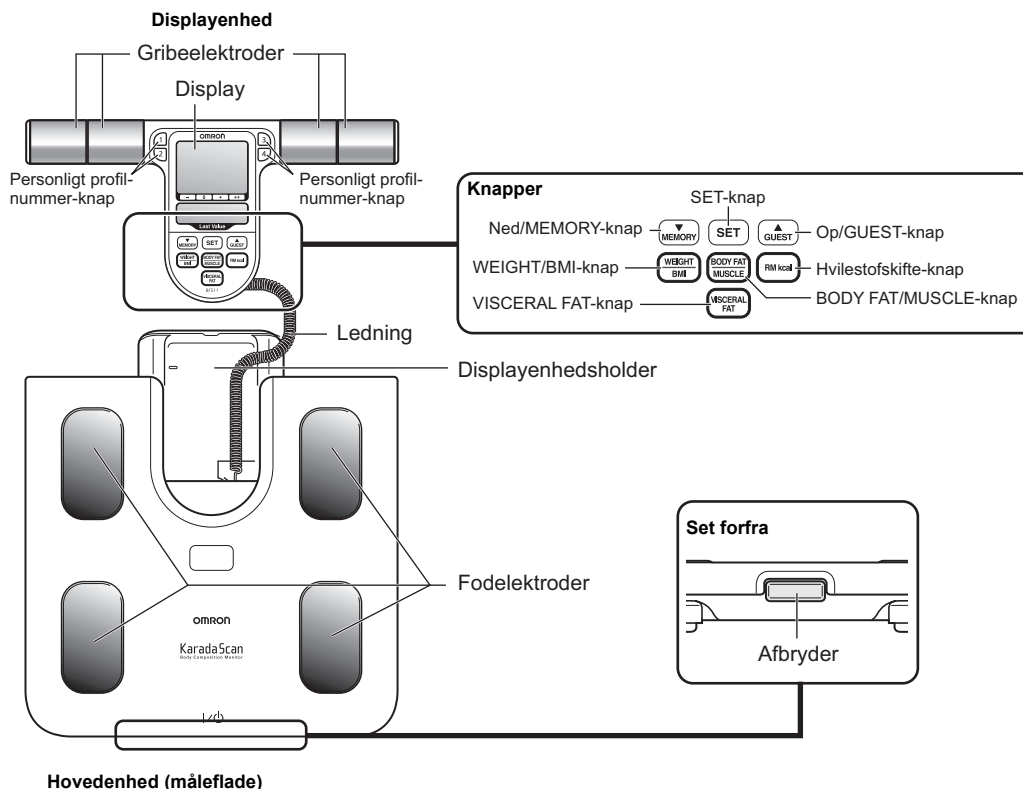
#### **Arsagen til at beregnede resultater kan afvige fra den faktiske kropsfedtprocent**

Kropsfedtprocenten, som måles med denne enhed, kan afvige markant fra den faktiske kropsfedtprocent i følgende situationer:

Ældre mennesker (over 81 år) / Mennesker med feber / Bodybuildere eller meget trænede atleter / Patienter i dialyse / Patienter med osteoporose, som har en meget lav knogletæthed / Gravide kvinder / Mennesker med hævelser

Disse forskelle kan henføres til skiftende forhold i kropsvæske og/eller kropssammensætning.

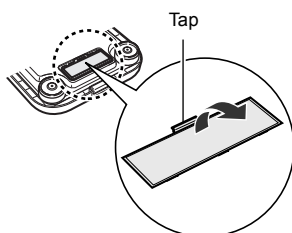
## 1. Lær apparatet at kende



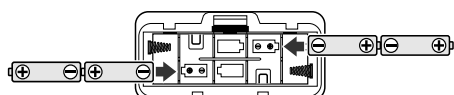
## 2. Ilægning og udskiftning af batterierne

1. Åbn batteridækslet bag på hovedenheden.

- 1) Tryk på batteridækslets tap for at udløse det.
- 2) Træk det op som vist.




2. Læg batterierne i, så polerne vender som markeret i batterirummet.



3. Luk batteridækslet.

### Batteriets levetid og udskiftning

Når indikatoren for lavt batteri (  ) vises, skal alle fire batterier udskiftes med nye.

Data der lagres i hukommelsen bevares, selv hvis batterierne tages ud.

- Udskift batterierne, når der er slukket for strømmen.
- Bortskaffelse af brugte batterier skal ske i overensstemmelse med nationale regler vedrørende bortskaffelse af batterier.
- Fire AA-batterier holder ca. 1 år (når der udføres målinger 4 gange om dagen).
- Da de medfølgende batterier kun er til prøvebrug, kan de have en kortere levetid.

DA

### 3. Indstilling og lagring af personlige data

For at kunne måle kropssammensætningen er det nødvendigt at indstille dine personlige data (alder, køn, højde).

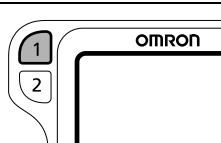
1. Tænd for apparatet.

"CAL" blinker på displayet, og derefter skifter displayet til "0,0 kg".

\* Vent, til der vises "0.0 kg".



2. Tryk på knappen personligt profilnummer for at vælge et personligt profilnummer.



- 1) Det valgte nummer blinker på displayet.



- 2) Tryk på SET-knappen for at bekræfte. Derefter blinker standardindstillingen for alder på displayet.



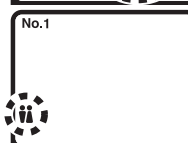
3. [SÅDAN INDSTILLES ALDER]

Indstillingsinterval: 6 til 80 år

- 1) Tryk på knappen ▲ eller ▼ for at justere alderen.

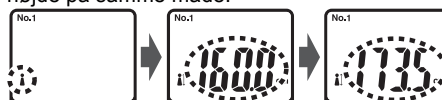


- 2) Tryk på SET-knappen for at bekræfte. Derefter blinker symbolerne for køn på displayet.



4. [SÅDAN INDSTILLES KØN OG HØJDE]

Vælg køn (MAND) eller (KVINDE) og højde på samme måde.



Når alle indstillinger er vist og bekræftet, vises "0,0 kg" på displayet.

Nu er indstillingen slut.

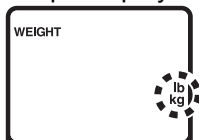
#### Valg af måleenhed

Du kan ændre de måleenheder, der anvendes til indstilling af højde og vægt.

1. Tænd for apparatet.

"CAL" blinker på displayet, og derefter skifter displayet til "0,0 kg".  
Vent, til der vises "0.0 kg" på displayet.

2. Hold knappen ▼ nede, til "lb" og "kg" blinker på displayet.



3. Tryk på knapperne ▲-▼ for at vælge "kg" eller "lb".

Det vil automatisk ændre "cm" og "in".

4. Tryk på SET-knappen for at bekræfte.

Alle højde- og vægtmålinger vises vha. de nye måleenheder. Ændringen gælder, indtil du ændrer den igen.

## 3. Indstilling og lagring af personlige data

**Ændring af personlige data****1. Tænd for apparatet.**

"CAL" blinker på displayet, og derefter skifter displayet til "0,0 kg".  
Vent, til der vises "0.0 kg" på displayet.

**2. Tryk på knappen personligt profilnummer for at vælge et personligt profilnummer.**

1) Dit nummer blinker en gang på displayet.

2) Tryk på SET-knappen for at bekræfte.

Derefter blinker den valgte aldersindstilling på displayet.

**3. Med knappen ▲ eller ▼ kan du ændre det valgte element og derefter trykke på SET-knappen. Displayet skifter mellem alder, køn og højde.****Sletning af personlige data****1. Tænd for apparatet.**

"CAL" blinker på displayet, og derefter skifter displayet til "0,0 kg".  
Vent, til der vises "0.0 kg" på displayet.

**2. Tryk på knappen personligt profilnummer for at vælge et personligt profilnummer.**

1) Dit nummer blinker en gang på displayet.

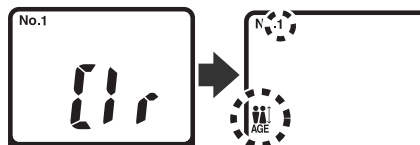
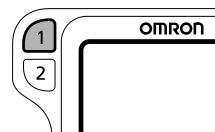
2) Tryk på SET-knappen for at bekræfte.

Derefter blinker den valgte aldersindstilling på displayet.

**3. Slet de personlige data.**

Tryk på knappen personligt profilnummer i mere end to sekunder.

Der vises "Clr" på displayet, og de personlige data slettes fra hukommelsen.



DA

**Afbryder**

Der vil automatisk blive slukket for strømmen ved følgende forhold:

1. Hvis apparatet ikke bruges inden for et minut, efter at "0,0 kg" på displayet.
2. Hvis der ikke indtastes oplysninger i 5 minutter, når der indtastes personlige data.
3. Hvis apparatet ikke bruges i 5 minutter efter, at måleresultaterne er vist.
4. 5 minutter efter at resultatet er vist, når der kun måles vægt.

## 4. Foretag en måling

Målingen skal foretages på en hård, plan overflade.

### 1. Tænd for apparatet.

"CAL" blinker på displayet, og derefter skifter displayet til "0,0 kg".



\* Hvis du stiller dig op på apparatet, før der vises "0.0 kg" på displayet, vises en fejlmeddelelse, "Err".

### 2. Tag displaydelen ud, når der er vist "0.0 kg".

**Bemærk:** Tag ikke displaydelen ud, før der er vist "0.0 kg" på displayet. Ellers tælles displayets vægt med i kropsvægten, så resultatet bliver forkert.

### 3. Vælg det personlige profilnummer.

Tryk på knappen personlige profilnummer, mens du holder displayenheden. Det valgte nummer vises efter at have blinket en gang.

**Hvis følgende display vises:**



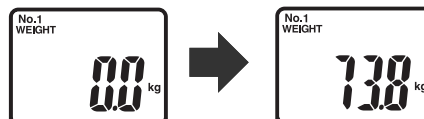
Dine personlige data er ikke lagret på det personlige profilnummer, du har valgt. Se afsnit 3 for at lagre personlige data.

**Hvis du ikke har personlige data lagret på apparatet (GUEST-tilstand):**

- 1) Tryk på GUEST-knappen, mens du holder displaydelen.
- 2) GUEST-indikatoren "G" vises på displayet.
- 3) Indstil personlige data (alder, køn og højde). Læs trin 3 til 4 i afsnit 3 Indstilling og lagring af personlige data.

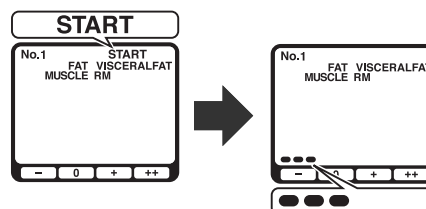
### 4. Start målingen.

- 1) Stil dig op på hovedenheden, og placer fødderne på fodelektroderne med vægten ligeligt fordelt.



Displayet viser vægten, og derefter blinker vægtresultatet to gange. Apparatet begynder derefter at måle kropsfedtprocenten, fedtniveauet omkring de indre organer, skeletmuskelprocenten, BMI og

- 2) Stræk du armene lige ud i en vinkel på 90° i forhold til kroppen, når der vises "START" på displayet.



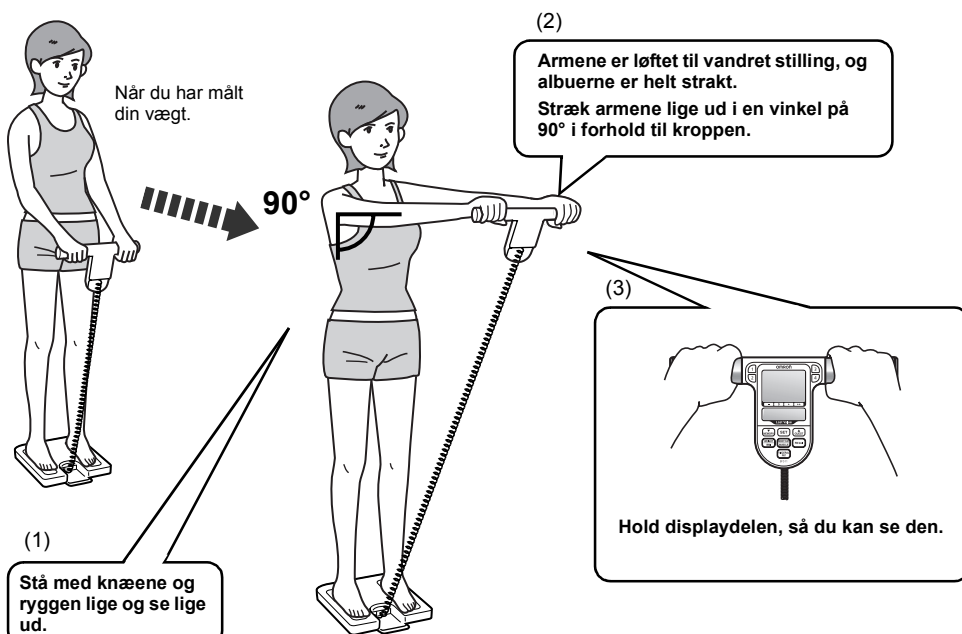
Indikatorerne i målestatusbjælken nederst på displayet fremkommer gradvist fra venstre mod højre.

- 3) Når målingen er udført, vises din vægt igen. På dette tidspunkt må du stige ned af apparatet.

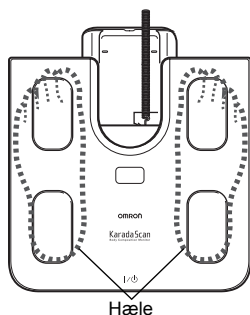




## 4. Foretag en måling

**Rigtig holdning ved måling**

Stil dig op på hovedenheden med bare fødder.



- Kontroller, at du har placeret hælene som vist. Stå med vægten ligeligt fordelt på målefladen.

Pres håndfladerne fast ned på gribeeletroderne.



Placer langfingeren i indhakked bag på gribeeletroderne.

Hold fast i de indvendige gribeeletroder med tommel- og pegefinger.

Hold ydregrebeletroderne med ringfinger og lillefinger.

**Kropsstillinger der bør undgås under måling**

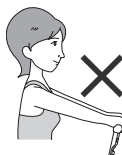
Bevægelse under måling



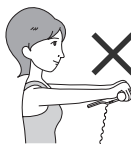
Arme bøjede



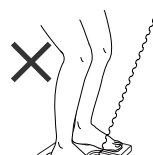
Arme for lavt eller højt



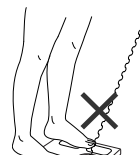
Displayet vender opad



Knæene bøjet



Står på kanten af apparatet

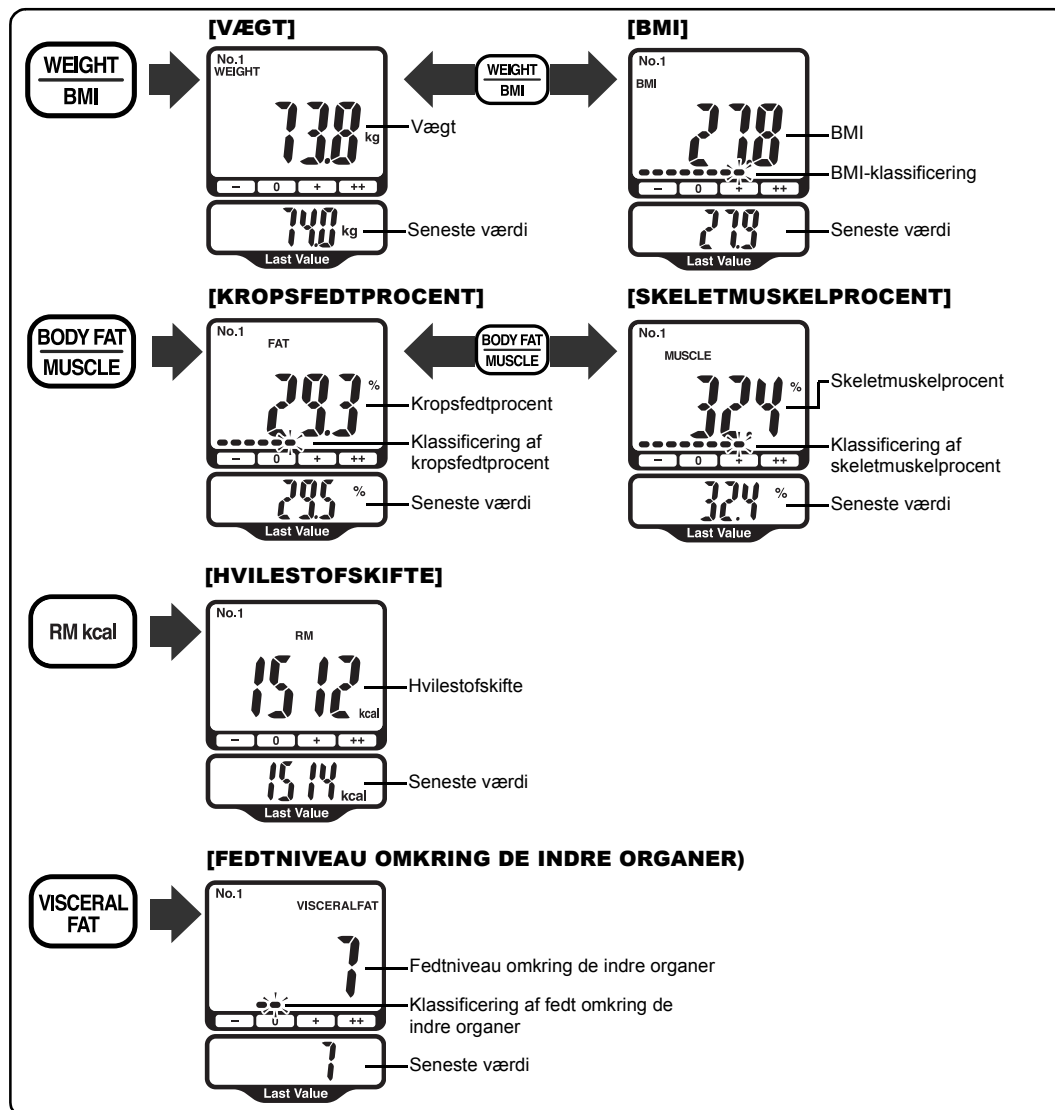


DA

#### 4. Foretag en måling

#### 5. Kontroller måleresultaterne.

Tryk på den relevante knap for at se de ønskede måleresultater. De seneste værdier fra den foregående måling vises i området for seneste værdi på displayet.



**Bemærk:** For børn (6 til 17 år) viser apparatet vægt, klassificering af kropsfedtprocent, fedtniveauet omkring de indre organer, BMI og BMI-klassificering samt hvilestofskifte.

**Fortolkning af resultatet for kropsfedtprocenten**

Nedenstående skema er baseret på en undersøgelse foretaget af HD McCarthy m. fl. i International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, og af Gallagher m. fl., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, som Omron Healthcare har klassificeret ind på fire niveauer.

Køn	Alder	- (Lav)	0 (Normal)	+ (Høj)	+ (Meget høj)
Kvinder	6	< 13,8%	13,8 - 24,9%	25,0 - 27,0%	≥ 27,1%
	7	< 14,4%	14,4 - 27,0%	27,1 - 29,6%	≥ 29,7%
	8	< 15,1%	15,1 - 29,1%	29,2 - 31,9%	≥ 32,0%
	9	< 15,8%	15,8 - 30,8%	30,9 - 33,8%	≥ 33,9%
	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≥ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≥ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≥ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≥ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≥ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≥ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≥ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≥ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≥ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≥ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≥ 42,0%
Mænd	6	< 11,8%	11,8 - 21,7%	21,8 - 23,7%	≥ 23,8%
	7	< 12,1%	12,1 - 23,2%	23,3 - 25,5%	≥ 25,6%
	8	< 12,4%	12,4 - 24,8%	24,9 - 27,7%	≥ 27,8%
	9	< 12,6%	12,6 - 26,5%	26,6 - 30,0%	≥ 30,1%
	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≥ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≥ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≥ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≥ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≥ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≥ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≥ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≥ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≥ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≥ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≥ 30,0%

DA

**Fortolkning af resultatet for fedt omkring de indre organer**

Fedtniveau omkring de indre organer	Niveaueklassificering
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Høj)
15 - 30	+ (Meget høj)

I henhold til tal fra Omron Healthcare

## 5. Måler kun vægten

### Fortolkning af BMI-resultatet

BMI	BMI (Angivelse af WHO)	BMI-klassificeringsbjælke	BMI-bedømmelse
BMI < 18,5	- (Undervægtig)		7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 ≤ BMI < 25	0 (Normal)		18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 ≤ BMI < 30	+ (Overvægt)		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 ≤ BMI	++ (Fedme)		30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

Ovennævnte indeks henviser til værdierne for bedømmelse af overvægt foreslået af WHO, Verdenssundhedsorganisationen.

### Fortolkning af resultat for skeletmuskelpcent (for voksne)

Køn	Alder	- (Lav)	0 (Normal)	+ (Høj)	+ (Meget høj)
Kvinder	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≥ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≥ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≥ 35,0%
Mænd	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≥ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≥ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≥ 43,7%

I henhold til tal fra Omron Healthcare

## 6. Sluk for apparatet, når resultaterne er bekræftet.

**Bemærk:** Hvis du glemmer at slukke for strømmen, slukkes apparatet automatisk efter 5 minutter. Sæt displayenheden tilbage i holderen på hovedenheden som vist i afsnit 8.

## 5. Måler kun vægten

### 1. Tænd for apparatet.

"CAL" blinker på displayet, og derefter skifter displayet til "0,0 kg".



**Bemærk:** Hvis du stiller dig op på apparatet, før der vises "0.0 kg" på displayet, vises en fejlmeddelelse, "Err".

### 2. Træd op på apparatet, når der vises "0.0 kg".

**Bemærk:** Opbevar displaydelen i dens holder.

### 3. Kontroller måleresultaterne.

Din vægt vises og blinker to gange for at angive, at målingen er udført.

**Bemærk:** På nuværende tidspunkt kan du også kontrollere måleresultatet ved at tage displaydelen ud.

### 4. Når målingen er afsluttet, skal du træde ned fra apparatet og slukke for strømmen.

## 6. Fejldisplay

Fejldisplay	Årsag	Afhjælpning
<b>{err1}</b>	Dine håndflader eller fodsåler er ikke i fast kontakt med elektroderne.	Pres håndfladerne eller fodsålerne fast ned på elektroderne, og udfør så målingen (Se afsnit 4).
<b>{err2}</b>	Kropsstilling ved måling er forkert, eller håndfladerne eller fodsålerne er ikke i stabil kontakt med elektroderne.	Udfør målingen uden at bevæge hænder eller fodsåler. (Se afsnit 4).
<b>{err3}</b>	Håndfladerne eller fodsålerne er for tørre.	Fugt håndfladerne eller fodsålerne med et vådt håndklæde, og gentag derefter målingen.
<b>{err4}</b>	Værdierne for kropssammensætning er uden for måleligt interval.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kontroller, at de indstillinger for alder, køn og højde, der er lagret som personlige data, er korrekte (se Angivelse af indstillinger i afsnit 9).</li> <li>Hovedenheden kan ikke måle kropssammensætning uden for sit måleinterval. Det gælder også, selvom indstillingerne for alder, køn og højde er korrekte.</li> </ul>
<b>{err5}</b>	Unormal funktion.	Sæt batterierne i igen, og gentag målingen. Hvis fejlen stadig optræder, skal du kontakte din OMRON-servicerepræsentant.
<b>{err}</b>	Du stillede dig op på apparatet, før displayet viste "0,0 kg".	Stil dig op på hovedenheden, når displayet viser "0,0 kg".
	Du flyttede hovedenheden, før displayet viste "0,0 kg".	Flyt ikke hovedenheden, før displayet viser "0,0 kg".
	Du flyttede dig, mens kropsvægten blev målt.	Du må ikke flytte dig, når kropsvægten bliver målt.
	Din vægt er 150 kg (330,0 lb) eller mere.	En kropsvægt på 150 kg (330,0 lb) ligger uden for dette apparats måleområde. Du kan ikke bruge dette apparat.

## 7. Fejlfinding

Problem	Årsag	Afhjælpning
Den viste værdi for kropssammensætning er unormalt høj eller lav.	Se "Oplysninger om kropssammensætning".	
Apparatet slukker automatisk 5 minutter efter, at kropsvægten er bekræftet, og før kropsfedtprocenten, fedtniveauet omkring de indre organer, skeletmuskelpcenten, BMI og hvilestofskifte er målt.	Du valgte ikke det korrekte personlige profilnummer eller GUEST-tilstand (det personlige profilnummer eller "G" vises ikke på displaydelen).	Vælg det korrekte personlige profilnummer eller GUEST-tilstand (Se afsnit 4).
Der vises intet, når der tændes for strømmen.	Der er ikke lagt batterier i.	Læg batterierne i.
	Batteriernes poler er ikke justeret rigtigt.	Læg batterierne i med rigtig justering.
	Batterierne er slidt op.	Udskift alle fire batterier med nye (se afsnit 2).
	Den ledning, der forbinder hovedenheden og displaydelen, er beskadiget eller slidt.	Kontakt den nærmeste OMRON-servicerepræsentant.

DA

## 8. Vedligeholdelse og opbevaring af apparatet

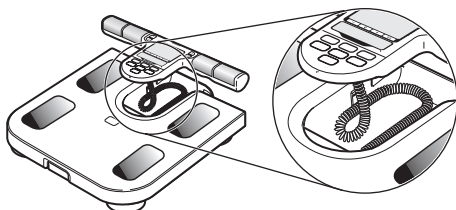
Denne kropsfedtmåler med vægt kræver ikke vedligeholdelse.

### **Sådan rengøres apparatet**

- Apparatet skal altid holdes ren før brug.
- Hovedenheden tørres af med en blød, tør klud.  
Hvis det er nødvendigt, kan du anvende en klud, som er fugtet med vand eller rengøringsmiddel og vride den godt op, før du tørrer enheden af. Tør efter med en tør klud.
- Du kan bruge alkohol til at rengøre elektroderne, men det må ikke anvendes på andre dele af apparatet.
- Brug ikke benzen eller fortyndingsmiddel til at rengøre apparatet.

### **Pleje og opbevaring**

- Displaydelen opbevares i hovedenheden som vist.
- Pas på ikke at bøje ledningen, når du opbevarer displaydelen.



- Apparatet må ikke opbevares under følgende forhold:
  - Fugtighed, hvor der kan trænge fugt eller vand ind i apparatet
  - Høje temperaturer, direkte sollys og støvede steder
  - Steder med risiko for pludselige slag eller vibrationer
  - På steder, hvor der opbevares kemikalier, eller hvor der er korrosive luftarter til stede.
- Udfør ikke selv reparationer af nogen art. Hvis der opstår en fejl, skal du kontakte OMRON-distributøren eller kundeservice som nævnt på emballagen.

## 9. Tekniske data

<b>Navn</b>	<b>BF511</b>
<b>Produkt</b>	Kropsfedtmåler med vægt
<b>Model</b>	<b>HBF-511B-E / HBF-511T-E</b>
<b>Display</b>	<b>Kropsvægt:</b> 0-150 kg med et interval på 0,1 kg (0,0-330,0 lb med et interval på 0,2 lb)
	<b>Kropsfedtprocent:</b> 5,0 til 60,0% med et interval på 0,1%
	<b>Skeletmuskelpcent:</b> 5,0 til 50,0% med et interval på 0,1%
	<b>BMI:</b> 7,0 til 90,0 med et interval på 0,1
	<b>Hvilestofskifte:</b> 385 til 3999 kcal med et interval på 1 kcal
	<b>Fedtniveau omkring indre organer:</b> 30 niveauer med et interval på 1 niveau
	<b>BMI-klassificering:</b> – (Undervægt) / 0 (Normal) / + (Overvægt) / ++ (Fed) 4 niveauer med hver 3 underniveauer
	<b>Klassificering af kropsfedtprocent og skeletmuskelpcent:</b> – (Lav) / 0 (Normal) / + (Høj) / ++ (Meget høj) 4 niveauer med hver 3 underniveauer
	<b>Klassificering af fedt omkring indre organer:</b> 0 (Normal) / + (Høj) / ++ (Meget høj) 3 niveauer med hver 3 underniveauer
<b>Angivelse af indstillinger</b>	<b>Højde:</b> 100,0 til 199,5 cm (3' 4" til 6' 6 3/4") <b>Alder:</b> 6 til 80 år <b>Køn:</b> Mand/kvinde * Måleenheder: kg (cm) / lb (fod•tomme) * Aldersområdet for kropsfedtprocent, klassificering af kropsfedtprocent, skeletmuskelpcent, BMI og BMI-klassificering samt hvilestofskifteintensitet er 6 til 80 år. * Aldersområdet for fedtniveau omkring de indre organer, klassificering af fedt omkring de indre organer samt klassificering af skeletmuskelpcent er 18 til 80 år.
<b>Vægtens nøjagtighed</b>	0,0 kg til 40,0 kg: $\pm 0,4$ kg (0,0 lb til 88,2 lb: $\pm 0,88$ lb) 40,0 kg til 150,0 kg: $\pm 1\%$ (88,2 lb til 330,0 lb: $\pm 1\%$ )
<b>Nøjagtighed (S.E.E.)</b>	<b>Kropsfedtprocent:</b> 3,5% <b>Skeletmuskelpcent:</b> 3,5% <b>Fedtniveau omkring de indre organer:</b> 3 niveauer
<b>Strømforsyning</b>	4 AA batterier (R6) (du kan også bruge AA alkaliebatterier) (LR6).
<b>Batteriets levetid</b>	Ca. 1 år (når der anvendes manganbatterier med fire målinger om dagen)
<b>Betjeningstemperatur/ Luftfugtighed</b>	+10°C til +40°C, 30% til 85% relativ luftfugtighed
<b>Opbevaringstemperatur/ Luftfugtighed/Lufttryk</b>	-20°C til +60°C, 10% til 95% relativ luftfugtighed, 700 hPa - 1060 hPa
<b>Vægt</b>	Ca. 2,2 kg (4,85 lb) (inklusive batterier)
<b>Udvendige mål</b>	<b>Displaydel:</b> Ca. 300 (B) $\times$ 35 (H) $\times$ 147 mm (D) (Ca. 11 3/4" (B) $\times$ 1 3/8" (H) $\times$ 5 3/4" (D)) <b>Hovedenhed:</b> Ca. 303 (B) $\times$ 55 (H) $\times$ 327 mm (D) (Ca. 11 7/8" (B) $\times$ 2 1/8" (H) $\times$ 12 7/8" (D))
<b>Pakkens indhold</b>	Kropsfedtmåler med vægt, 4 AA-manganbatterier (R6), brugsanvisning, garantibevis

**Bemærk:** Med forbehold for tekniske modifikationer uden forudgående varsel.



= Type BF

CE 0197

Dette apparat overholder bestemmelserne i EF-direktiv 93/42/EØF (Direktiv om medicinsk udstyr).

DA

## 9. Tekniske data



### **Korrekt bortskaffelse af produktet (Brugt elektrisk & elektronisk udstyr)**

Dette mærke, som vises på produktet eller i dets litteratur, angiver, at det ikke må kasseres sammen med andet husholdningsaffald ved slutningen af dets levetid. For at undgå eventuel skade på miljøet eller menneskers sundhed som følge af ukontrolleret bortskaffelse af affald, skal det holdes adskilt fra andre typer affald og genbruges på ansvarlig vis for at fremme bæredygtig genanvendelse af materialeressourcer.

Husholdningsbrugere skal enten kontakte den forhandler, hvor produktet blev købt, eller kommunen vedrørende oplysninger om, hvor og hvordan de kan bringe produktet til miljømæssig sikker genbrug.

Virksomhedsbrugere skal kontakte leverandøren og kontrollere købekontraktens betingelser og vilkår. Produktet må ikke blandes med andet erhvervmæssigt affald til bortskaffelse.

Produktet indeholder ikke nogen farlige substanser.

Bortskaffelse af brugte batterier skal ske i henhold til de nationale bestemmelser vedrørende bortskaffelse af batterier.

### **Vigtig information vedrørende elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)**

Som følge af det stigende antal elektroniske apparater, såsom pc'er og mobiltelefoner, kan medicinsk udstyr i brug være følsomt overfor elektromagnetisk forstyrrelse fra andet udstyr. Elektromagnetisk forstyrrelse kan resultere i fejlagtig funktion i det medicinske udstyr og forårsage en potentielt farlig situation. Medicinsk udstyr må heller ikke forstyrre andet udstyr.

EN60601-1-2 standarden er indført for at regulere kravene til EMC (elektromagnetisk kompatibilitet) med det formål at forhindre farlige produktsituationer. Denne standard definerer immunitetsniveauerne for elektromagnetisk interferens, samt de maksimale niveauer for elektromagnetiske emissioner for medicinsk udstyr.

Dette medicinske udstyr, som er fremstillet af OMRON Healthcare, er i overensstemmelse med EN60601-1-2:2001 standard både vedrørende immunitet og emissioner.

Alligevel er der særlige forholdsregler, som skal overholdes:

Der må ikke anvendes mobiltelefoner og andet udstyr, som danner stærke elektriske eller elektromagnetiske felter, i nærheden af det medicinske udstyr. Dette kan resultere i fejlagtig funktion i enheden og forårsage en potentielt farlig situation. Det anbefales at holde en minimumsafstand på 7 m. Det skal kontrolleres, at udstyret fungerer korrekt, hvis afstanden er kortere.

Der kan fås yderligere dokumentation i overensstemmelse med EN60601-1-2:2001 hos OMRON Healthcare Europe på den i brugsanvisningen nævnte adresse.

Dokumentation findes endvidere på [www.omron-healthcare.com](http://www.omron-healthcare.com).



**DA**

<b>Producent</b>	<b>OMRON HEALTHCARE CO., LTD.</b> 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, 615-0084, Japan			
<b>EU-repræsentant</b>	<b>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.</b> Kruisweg 577, 2132 NA Hoofddorp, Holland www.omron-healthcare.com		<table><tr><td>EC</td><td>REP</td></tr></table>	EC
EC	REP			
<b>Datterselskab</b>	<b>OMRON HEALTHCARE UK LTD.</b> Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK15 0DG, Storbritannien			
	<b>OMRON Medizintechnik Handelsgesellschaft mbH</b> John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, Tyskland www.omron-medizintechnik.de			
	<b>OMRON SANTÉ FRANCE SAS</b> 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, Frankrig			

Fremstillet i Kina

