

# Digitální váha pro analýzu těla

33143

## Příručka

### Ovládací pole

- 1 prostor pro baterie (na spodní straně)
- 2 hmotnostní jednotka: kg (kilogram), lb (libra) nebo st (stone) (na spodní straně váhy)
- 3 symbol trojúhelníku vrcholem nahoru – tlačítko vzhůru (nahoru)
- 4 tlačítko SET
- 5 symbol trojúhelníku vrcholem dolů – tlačítko dolů
- 6 displej
- 7 měřicí elektrody

### Pokyny pro obsluhu a bezpečnost

#### Obecné informace

---

- Před použitím si pečlivě přečtěte příručku.
- Příručku dobře uschovejte. Při předávání výrobku třetí osobě, předejte spolu s výrobkem i všechny přílohy.
- Výrobek slouží pro měření tělesné hmotnosti, tělesného tuku, podílu vody, svalové hmoty, proporcí kostí, kalorií a BMI. Jiné použití nebo změny na výrobku jsou považovány za nevhodné a mohou vést ke zranění nebo ke škodám. Výrobce nepřebírá odpovědnost za škody vzniklé nevhodným použitím.
- Výrobek není vhodný ke komerčnímu použití.

#### BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

---

##### ! v trojúhelníku – **VAROVÁNÍ**

Nebezpečí života a nehody pro malé děti a děti! Děti nikdy nenechávejte bez dozoru s obalovým materiálem. Hrozí nebezpečí udušení obalovým materiálem. Malé díly mohou být vdechnuty! Děti často podceňují nebezpečí!

- Nenechte váhu upadnout a na skleněnou desku neskákejte. Váha by se tím mohla poškodit a byla by nepoužitelná.
- Přístroj není hračka!

#### Nebezpečí

---

Tato váha není vhodná pro osoby s:

- s elektronickými-medicínskými přístroji (například kardiostimulátor)
- s elektronickým systémem na podporu života (přístroj na podporu srdce a plic)
- mobilní elektronické-medicínské přístroje (elektrokardiograf)
- Přístroj není vhodný pro těhotné ženy!

Tento produkt může být příčinou poruch na výše uvedených elektronických lékařských přístrojích.

### **Pozor**

- Chraňte přístroj před nárazy, vibracemi, mokrem, silnými teplotními výkyvy a přímým slunečním zářením. Zajistěte, aby na váhu nedostala voda. Pokud se tak stane, odstraňte ji ihned suchým hadříkem. Neoplachujte přístroj pod tekoucí vodou.
- Nestavte na váhu žádné předměty, pokud není používána.
- Při použití nestoupejte na displej.
- Upozorňujeme, že se nejedná o kalibrovanou stupnici, což znamená, že z technických důvodů jsou možné tolerance měření.
- Při detekci tělesného tuku, podílu vody, svalové hmoty, proporce kostí se mohou u různých skupin osob ukazovat špatné nebo nepravděpodobné hodnoty:
  - ✓ děti mladší 10 let
  - ✓ osoby s výraznými anatomickými rozdíly na nejzašší mez z hlediska celkové velikosti těla (délka nohou značně prodloužena nebo zkrácena).
  - ✓ osoby pod vlivem vazodilatačních nebo vazokonstrikčních léků a osoby užívající kardiovaskulární medicínu (s postižením srdce a cévního systému)
  - ✓ osoby s horečkou
  - ✓ osoby v dializační léčbě
  - ✓ kulturisté a závodní sportovci

#### **prázdný trojúhelník – POZOR**

Nebezpečí převrácení! Nestoupejte na jednu stranu vnějšího okraje váhy.

#### **prázdný trojúhelník – POZOR**

Nebezpečí uklouznutí! Nikdy nestoupejte na váhu, pokud máte mokré nohy! Pro stanovení tělesných hodnot (tělesného tuku, podílu vody, svalové hmoty, proporce kostí) se doporučuje se mírně navlhčit plošky nohou.

- Váha má rozsah měření až do 180 kg (396 lb a 28 st). Váhu nepřetěžujte, mohlo by to vést k trvalým škodám na přístroji.

### **Baterie**

Odstraňte kontaktní proužky z prostoru pro baterie, abyste mohli uvést váhu do provozu. Pokud by bylo nutné baterie vyměnit, použijte jen baterie stejného typu (viz technická data).

1. Pro výměnu baterií otevřete kryt na zadní straně váhy.
2. Baterie nahradte novými bateriemi (viz technická data). Při výměně dejte pozor na to, aby byly baterie vloženy správně póly (+/-), jak je vyznačeno v prostoru pro baterie.
3. Prostor pro baterie zavřete.

#### **Symbol přeškrtnuté popelnice – Poznámka**

Baterie NEPATŘÍ do domácího odpadu! Každý koncový uživatel je ze zákona povinen vrátet použité baterie. Ty lze zdarma odevzdat v místě prodeje nebo v místním sběrném místě!

## **Nastavení měrné jednotky**

---

Váha ukazuje vaši hmotnost v kilogramech – což je výchozí nastavení. Ukazatele hmotnosti můžete volitelně nastavit také na lb (libry) nebo (stone). Pro nastavení požadované jednotky váhu zapněte a stiskněte tlačítko „2“ na spodní straně váhy.

## **Měření tělesné hmotnosti – funkce „STEP ON“**

---

- Před použitím váhy dejte pozor na to, aby přístroj stál na pevném a stabilním povrchu. Pevný podklad je předpoklad pro správné měření.
- Pokud se chcete vážit, ale váhu jste však předtím přesunuli, musíte váhu nejprve nainstalovat. Proto se krátce dotkněte nohou středu povrchu váhy. Na displeji se zobrazí „0.0 kg“.
- Pokud s váhou předtím nebylo pohybováno a byla v klidovém režimu, je funkce „Step-on“ připravena.
- Postavte se na váhu a zůstaňte klidně stát. Přístroj se automaticky zapne a na displeji se krátce zobrazí „0.0 kg“.
- Vaše hmotnost bude změřena, ukazatel dvakrát zabliká a vaše hmotnost bude následně zobrazena. Při vážení dejte pozor na to, abyste se ničeho nedrželi nebo se o nic neopírali.
- Další vážení provádějte na stejném místě. Rozdílné rámcové podmínky, jako podlaha, teplota a vlhkost, mohou ukazovat rozdílné výsledky.
- Po použití se váha po 10 sekundách automaticky vypne.

## **Nastavení osobních dat**

---

Váha může uložit data (pohlaví, věk, výška) až pro 10 osob. Váha je přednastavena z výroby (kg, žena, 25 let a 165 cm).

1. Pro zapnutí váhy, stiskněte tlačítko SET. Na displeji bliká úložný prostor pro uložení dat. Stisknutím tlačítek (symbol trojúhelníku vrcholem nahoru) nebo (symbol trojúhelníku vrcholem dolů) můžete vybrat požadovaný úložný prostor pro Váš uživatelský profil (0 – 10). Pro vybrání uživatelského profilu, stiskněte tlačítko SET.
2. Na displeji začne blikat symbol pro pohlaví. Symbol panáčka = muž, symbol panenky = žena. Nastavte vaše pohlaví tím, že stisknete (symbol trojúhelníku vrcholem nahoru) nebo (symbol trojúhelníku vrcholem dolů), aby se na displeji zobrazil odpovídající symbol. Pro uložení nastavení, stiskněte tlačítko SET.
3. Na displeji začne blikat přednastavený věk. Váš věk nastavte stiskem tlačítek (symbol trojúhelníku vrcholem nahoru) nebo (symbol trojúhelníku vrcholem dolů). Pro uložení nastavení, stiskněte tlačítko SET.
4. Na displeji začne blikat přednastavená výška. Tlačítka (symbol trojúhelníku vrcholem nahoru) nebo (symbol trojúhelníku vrcholem dolů) vyberte vaši tělesnou výšku v cm. Pro uložení nastavení, stiskněte tlačítko SET.
5. Nastavení osobních dat je nyní uzavřeno. Na displeji se zobrazí „0.0“.

## **Měření tělesného tuku, podílu vody, svalové hmoty, proporci kostí**

---

Před použitím postavte váhu na pevný a stabilní povrch. Pevný povrch je předpoklad pro správné měření tělesných hodnot.

**i** - Stanovení ostatních tělesných hodnot lze provádět pouze naboso a účelně by se mělo provádět s mírně navlhčenými chodidly. Zcela suché nebo zrohovatělé plošky nohou mohou vést k neuspokojivým výsledkům, protože nemají dostatečnou vodivost.

1. Váhu zapněte tlačítkem SET. Na displeji bliká úložný prostor pro uložení dat.
2. Stisknutím tlačítek (symbol trojúhelníku vrcholem nahoru) nebo (symbol trojúhelníku vrcholem dolů) můžete vybrat požadovaný úložný prostor pro Váš uživatelský profil (0 – 10).
3. Budou zobrazena vaše osobní uložená data.
4. Počkejte, až se na displeji objeví „0.0“. Naboso si stoupněte na váhu a zůstaňte klidně stát. Chodidla umístěte na měřicí elektrody. Během vážení se ničeho nedržte ani se o nic neopírejte.
5. Nejprve se zobrazí hmotnost.
6. Na displeji budou za sebou pak zobrazeny naměřené hodnoty pro tělesný tuk, podíl vody, svalové hmoty, proporce kostí. Sekvence zobrazení naměřených hodnot se zopakuje ještě 2x.
7. Poté se váha automaticky vypne. Sestupte z váhy.

**Poznámka:** Vezměte prosím na vědomí, že naměřená proporce kostí (kostní hmota) by neměla být zaměňována s hustotou kostí. Hustotu kostí lze zjistit pouze při lékařském vyšetření.

Rozdělení procenta tělesného tuku v závislosti na věku je uvedeno v následujících tabulkách a je pouze orientační. Pro další informace a posouzení spjitostí, kontaktujte svého ošetřujícího lékaře nebo nahlédněte do příslušné odborné literatury.

#### **Rozsah procenta tělesného tuku v %**

---

Muž

| <b>věk</b> | <b>nízké</b>     | <b>normalní</b> | <b>vysoké</b> | <b>velmi vysoké</b> |
|------------|------------------|-----------------|---------------|---------------------|
|            | symbol obdélníku | symbol kruhu    | +             | ++                  |
| 17 - 20    | < 18             | 18 - 28         | 28 - 33       | > 33                |
| 21 - 42    | < 20             | 20 - 30         | 30 - 35       | > 35                |
| 43 - 65    | < 21             | 21 - 31         | 31 - 36       | > 36                |
| 66 - 100   | < 22             | 22 - 32         | 32 - 37       | > 37                |

Žena

| <b>věk</b> | <b>nízké</b>     | <b>normalní</b> | <b>vysoké</b> | <b>velmi vysoké</b> |
|------------|------------------|-----------------|---------------|---------------------|
|            | symbol obdélníku | symbol kruhu    | +             | ++                  |
| 17 - 20    | < 15             | 15 - 21         | 21 - 26       | > 26                |
| 21 - 42    | < 17             | 17 - 23         | 23 - 28       | > 28                |
| 43 - 65    | < 18             | 18 - 24         | 24 - 36       | > 29                |
| 66 - 100   | < 19             | 19 - 25         | 25 - 30       | > 30                |

## Chybové zprávy

---

ERR = Váha je přetížená

LO = Baterie je slabá a musí být vyměněna.

V případě, že vaše váha nefunguje, vyzkoušejte následující:

- Prověřte, zda jsou baterie správně vloženy (v prostoru pro baterie dejte pozor na specifikované póly).
- Prověřte, zda byla správně vybrána jednotka hmotnosti.
- Prověřte, zda váha stojí na pevném a stabilním povrchu. Váha nesmí narážet do zdi nebo jiného předmětu.
- Zopakujte vážení.

## Čištění a péče

---

- K čištění používejte vlhký hadřík, který nepouští žmolky. Váhu nikdy neponořujte do vody.
- K čištění nikdy nepoužívejte ostré čisticí prostředky nebo rozpouštědla.

## Technická data

digitální LED displej, velikost (ŠxV): ca. 7,3 x 2,8 cm

automatické zapnutí/vypnutí

ukazatel pro slabé baterie nebo přetížení

max. hmotnost zatížení: 180 kg (396 lb, 28,3 st)

1 kg = ca. 2,2 lb / 1 kg = ca. 16 st

jednotka: kg (kilogram), lb (libra), st (stone)

baterie: 1x knoflíková baterie, CR2032, 3 V (součástí)

rozměry: (ŠxHxV) ca. 28 x 28 x 2 cm

materiál: sklo, plast

### symbol přeškrtnuté popelnice – **Poznámka k likvidaci**

Elektrické a elektronické přístroje nepatří do domácího odpadu. Pokud se chcete s přístrojem rozloučit, informujte se u vašeho místního úřadu o odborné likvidaci elektrického šrotu podle směrnice OEEZ 2012/19/EU.