

ADE

Feline / BA 1300 Οδηγίες Χρήσης



Αγαπητέ πελάτη,

Έχετε επιλέξει να αγοράσετε ένα προϊόν υψηλής ποιότητας από την ADE που συνδυάζει ευφρείς λειτουργίες με εξαιρετικό σχεδιασμό.

Αυτός ο αναλυτής σώματος σας επιτρέπει να πραγματοποιήσετε μετρήσεις και να γνωρίσετε καλύτερα το σώμα σας.

Τα πολλά χρόνια εμπειρίας της ADE προσοδίδουν υψηλά τεχνολογικά στάνταρ και αποδεδειγμένη ποιότητα.

Γενικές Πληροφορίες

Οι οδηγίες χρήσης περιγράφουν την ασφαλή χρήση της συσκευής. Κρατήστε αυτές τις οδηγίες χρήσης σε ασφαλές μέρος για μελλοντική χρήση.

Προβλεπόμενη χρήση

Η ζυγαριά αυτή έχει σχεδιαστεί για χρήση στο σπίτι. Δεν είναι κατάλληλη για κλινικές και ιατρεία.

Αντίστοιχα η λιπομέτρηση είναι επίσης για προσωπική χρήση και δεν είναι κατάλληλη για χρήση σε κέντρα αδυνατίσματος ή αθλητικά κέντρα.

Το μέγιστο επιτρεπτό βάρος είναι 180kg και δεν πρέπει να ξεπερνιέται.

Μην χρησιμοποιείτε την ζυγαριά αν είστε

- Έγκυος.
- Έχετε καρδιακό θηματοδότη.
- Κάνετε αιμοκάθαρση.
- Αν έχετε κάποιο οίδημα.
- Έχετε εμφυτεύματα (τεχνητά μέλη, μεταλλικές πλάκες, κτλ).
- Αν έχετε αμφιβολίες ρωτήστε τον ιατρό σας.

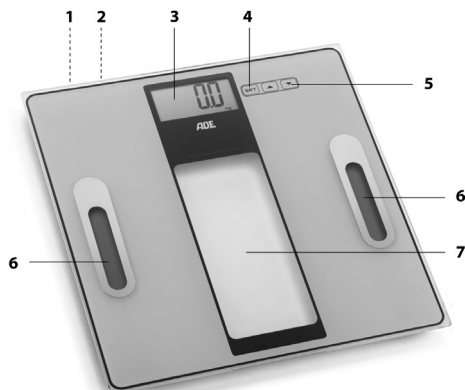
Ειδοποιήσεις ασφάλειας

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί από παιδιά 8 ετών και άνω, καθώς και από ανθρώπους με μειωμένη αντίληψη, κινητικότητα ή άπειρα στη χρήση συσκευών, εφόσον βρίσκονται υπό επίβλεψη ή αν έχουν εκπαιδευτεί στην χρήση και κατανοούν τους κινδύνους.

Δεν επιτρέπεται τα παιδιά να παίζουν με την ζυγαριά.

Το καθαρίσμα και η συντήρηση να μην πραγματοποιείται από παιδιά, εκτός εάν είναι άνω των 8 ετών και επιβλέπονται.

Αν καταποθούν οι μπαταρίες μπορεί να θέσουν την ζωή σε κίνδυνο. Για τον λόγο αυτό πρέπει να φυλάσσονται σε ασφαλές μέρος, μακριά από παιδιά. Στην περίπτωση κατάποσης αναζητήστε ιατρική βοήθεια επειγόντως.



Περιγραφή

1. Θέση μπαταριών (κάτω μέρος).
2. Για αλλαγή μονάδας μέτρησης βάρους: πλήκτρο kg (Κιλά) lb (Λίβρες) st (Stone) (κάτω μέρος).
3. Οθόνη ενδείξεων.
4. Πλήκτρο SET: Λειτουργίες, Μνήμες, Αποθηκευμένα δεδομένα μετρήσεων.
5. Πλήκτρα ▲ ▼: Επιλογή μνήμης, αυξάνει - μειώνει επιλογή.
6. Αισθητήρες.
7. Επιφάνεια ζύγισης.



Σύμβολα της ζυγαριάς

Η ζυγαριά τίθεται σε λειτουργία αυτόματα όταν ανεβείτε.

Προσοχή! Αν η επιφάνεια της είναι υγρή μπορεί να γλιστρήσετε.

Ξεκίνηση

Η θέση της μπαταρίας βρίσκεται στο κάτω μέρος της ζυγαριάς.

Με λίγη δύναμη πιέστε το βέλος στο καπάκι της μπαταρίας και τραβήξτε το προς τα έξω.

Στη μπαταρία έχει τοποθετηθεί μια ταινία ασφαλείας για να αποτραπεί η αποφόρτιση της. Για να ξεκινήσετε την χρήση αφαιρέστε την ταινία. Τοποθετήστε το καπάκι στη θέση του.

Επιλογή μονάδας μέτρησης

Η προκαθορισμένη μονάδα είναι τα κιλά (Kg). Ωστόσο η μονάδα μέτρησης μπορεί να αλλάξει σε lb (pound) ή st:lb (stone pound).

Πιέστε επανειλημμένα το πλήκτρο kg lb st που βρίσκεται δίπλα στην θέση των μπαταριών μέχρι να εμφανιστεί η επιλογή σας στην οθόνη.

Θέση για την ζυγαριά

Τοποθετήστε την ζυγαριά σε σταθερή και στεγνή επιφάνεια. Μην την τοποθετείτε σε χαλί.

Πως λειτουργεί η λιπομέτρηση.

- Η νέα σας ζυγαριά ανάλυσης σώματος λειτουργεί με την τεχνολογία που είναι γνωστή ως BIA technology (Bioelectric Impedance Analysis). Η τεχνολογία αυτή βασίζεται στην ροή ενός πολύ αδύναμου ηλεκτρικού ρεύματος μέσα στο σώμα σας. Οι μετρήσεις λαμβάνονται μέσω αισθητήρων που βρίσκονται στην επιφάνεια της ζυγαριάς. Το ρεύμα ρέει ανεμπόδια μέσα από την μυϊκή μάζα.
- Σε μάζα λίπους η αντίσταση είναι μεγαλύτερη και μετριέται.

Μαζί με τα προσωπικά δεδομένα σας (φύλο, βάρος, ηλικία και ύψος) η ζυγαριά υπολογίζει τις ακόλουθες πληροφορίες για την σύνθεση του σώματός σας:

- Βάρος
- Ποσοστό σωματικού λίπους σε %
- Ποσοστό νερού στο σώμα σε %
- Ποσοστό μυϊκής μάζας σε %
- Ποσοστό οστικής μάζας σε %
- Βασικός μεταβολισμός σε Kcal (ενέργεια)
- Η ζυγαριά διαθέτει 12 θέσεις μνήμης συνολικά για την αποθήκευση αυτών των πληροφοριών.

Αντιμετώπιση προβλημάτων

Μπορεί να προκύψουν λάθη στην μέτρηση ή τον υπολογισμό κατά τη διάρκεια της ζύγισης στις παρακάτω ομάδες:

Άνθρωποι που:

- Αθλούνται πάνω από 10 ώρες την εβδομάδα.
- Είναι επαγγελματίες αθλητές, body builders ή αθλητές μεγάλων αποστάσεων.
- Άνω των 70 ετών.
- Κάτω των 10 ετών.

Η απλή λειτουργία ζύγισης δεν επηρεάζεται από τις παραπάνω συνθήκες.

Μέτρηση βάρους









Για λειτουργία απλής ζύγισης (χωρίς ανάλυση) δεν χρειάζεται να εισάγετε δεδομένα.

1. Πατήστε με το ένα πόδι στην ζυγαριά για να ενεργοποιηθεί. Στην οθόνη εμφανίζεται "0.0" και η μονάδα μέτρησης (π.χ. Kg).
2. Πατήστε κανονικά με τα δύο πόδια, σταθερά χωρίς να κρατείστε από κάποιο.

Το βάρος εμφανίζεται στην οθόνη.

Αφού κατεβείτε μετά από κάποια δευτερόλεπτα η συσκευή απενεργοποιείται αυτόματα.

Εισαγωγή προσωπικών δεδομένων

1. Πιέστε SET.
Στην οθόνη αναβοσβήνει, η ένδειξη με τον αριθμό της μνήμης (1-12).
2. Πιέζοντας τα πλήκτρα   επιλέξετε την επιθυμητή μνήμη.
3. Πιέστε SET.
Πιέζοντας τα πλήκτρα   επιλέξετε το φύλο σας.
4. Πιέστε SET.
Στην οθόνη αναβοσβήνει η προεπιλογή για το ύψος (π.χ. 165 εκατοστά).
5. Πιέζοντας τα πλήκτρα   επιλέξετε το ύψος σας.
6. Πιέστε SET.
Στην οθόνη αναβοσβήνει η προεπιλογή ηλικίας (25).
7. Πιέζοντας τα πλήκτρα   επιλέξετε την ηλικία σας.
8. Πιέστε SET για να ολοκληρωθεί η διαδικασία.

Στην οθόνη αναβοσβήνει ο αριθμός της μνήμης ξανά. Σε αυτό το σημείο μπορείτε να εισάγετε τα δεδομένα για άλλον χρήστη.

Εναλλακτικά περιμένετε λίγα δευτερόλεπτα να εμφανιστεί η ένδειξη "0.0" και μπορείτε να κάνετε μέτρηση σώματος.

Αν δεν κάνετε τίποτα η συσκευή θα απενεργοποιηθεί αυτόματα μετά από λίγα δευτερόλεπτα.



Αν κρατήσετε τα πλήκτρα   πατημένα η ροή κειμένου στην οθόνη γίνεται πιο γρήγορα.

Αποθηκευμένα δεδομένα μπορούν να διαγραφούν μόνο με την εγγραφή νέων δεδομένων.

Ανάλυση σώματος

Η ανάλυση σώματος μπορεί να γίνει μόνο εφόσον έχουν περαστεί τα προσωπικά σας δεδομένα (βλ. προηγούμενη παράγραφος).

Δείτε την παράγραφο "Συμβουλές ζύγισης".

1. Πιέστε SET για να ενεργοποιήσετε την συσκευή.
2. Πιέζοντας τα πλήκτρα   επιλέξετε τον αριθμό μνήμης όπου αποθηκεύσατε τα δεδομένα σας.

Τα δεδομένα εμφανίζονται για λίγο στην οθόνη και στη συνέχεια "0.0" μαζί με την μονάδα μέτρησης, π.χ. Kg.











3. Ανεβείτε ξυπόλυτοι στη ζυγαριά. Παραμένετε ακίνητοι όσο γίνεται η μέτρηση, μην κρατείστε από κάποιο.

• Βεβαιωθείτε ότι το κάθε πόδι είναι σε επαφή με αισθητήρα.

• Τα πόδια σας δεν πρέπει να ακουμπάνε μεταξύ τους σε κανένα σημείο (μηροί, γόνατα, γάμπες) αλλιώς η μέτρηση θα είναι λανθασμένη.



Το βάρος σας εμφανίζεται στην οθόνη. Στην συνέχεια η ένδειξη "0" περνά από την οθόνη καθώς η συσκευή υπολογίζει τα αποτελέσματα των μετρήσεων. Μην κινείστε.

Τα αποτελέσματα της ανάλυσης εμφανίζονται στην οθόνη με την παρακάτω σειρά:

Σύμβολο	Τι σημαίνει
1.	Το βάρος σας στην επιλεγμένη μονάδα μέτρησης.
2. 	Το σωματικό λίπος σε ποσοστό % με ταυτόχρονη εκτίμηση κλίμακας:  = Πολύ λίγο σωματ. λίπος  = Αδύνατος/η  = Κανονικό  = Υπέρβαρος  = Παχύσαρκος
3. 	Το νερό σε ποσοστό %
4. 	Η μυϊκή μάζα σε ποσοστό %
5. 	Η Οστική μάζα σε ποσοστό %
6. 	Ο ρυθμός βασικού μεταβολισμού σε Kcal.

Εμφάνιση δεδομένων από την μνήμη

Μπορείτε να εμφανίσετε τα δεδομένα προηγούμενων μετρήσεων ανά πάσα στιγμή.

1. Πιέστε SET και επιλέξετε τον αριθμό μνήμης με τα δεδομένα σας. Ο αριθμός αναβοσβήνει στην οθόνη και στη συνέχεια εμφανίζεται η ένδειξη "0.0" και η μονάδα μέτρησης (π.χ. Kg).
2. Πιέζοντας τα πλήκτρα   μία φορά επιλέγετε την αυτόματη ανάκληση μνήμης, πιέζοντας πολλές φορές επιλέγετε χειροκίνητα την μνήμη που θέλετε να δείτε.
3. Πιέστε SET ξανά για να επιστρέψετε σε λειτουργία ανάλυσης.

Συμβουλές ζύγισης

- Η μέτρηση για την ανάλυση σώματος μπορεί να γίνει μόνο εφόσον είστε ξυπόλυτοι. Γι' αυτό πρέπει να πόδια σας να είναι ελαφρώς υγρά. Εντελώς στεγνά πόδια μπορεί να οδηγήσουν σε λανθασμένη μέτρηση καθώς δεν θα υπάρχει αρκετή αγωγιμότητα.
- Κατά την διάρκεια της μέτρησης μείνετε ακίνητοι και μην κρατιάστε από κάτω.
- Μην ζυγίζετε αμέσως μετά από έντονη φυσική δραστηριότητα.
- Μην ζυγίζετε αμέσως αφού σηκώσετε όρθιοι. Περιμένετε τουλάχιστον 15 λεπτά. Έτσι το νερό θα έχει κατανομηθεί ομοιόμορφα στο σώμα.
- Προσπαθείστε να ζυγίζετε πάντα την ίδια ώρα για να είναι συγκρίσιμες οι μετρήσεις.

Σημειώσεις και ενδεικτικές τιμές μέτρησης

Το ποσοστό του σωματικού λίπους υπολογίζεται ως ποσοστό του συνολικού βάρους του σώματος. Δεν υπάρχει αυστηρός κανόνας καθώς αυτό εξαρτάται από το φύλο (εξαιτίας διαφορετικής σωματικής διάπλασης) και την ηλικία.

Το σωματικό λίπος είναι απαραίτητο για την καθημερινή λειτουργία του σώματος. Προστατεύει τα όργανα και τις κλειδώσεις, ρυθμίζει την θερμοκρασία, αποθηκεύει βιταμίνες και ενεργεί ως αποθήκη ενέργειας.

Για τις γυναίκες το ποσοστό 10 έως 13% είναι απαραίτητο. Για τους άντρες μεταξύ 2 και 5%. Εξαιρούνται οι αθλητές.

Το ποσοστό σωματικού λίπους δεν είναι ξεκάθαρα δείκτης συνολικής υγείας. Υπερβολικά μεγάλο ποσοστό σωματικού λίπους όμως συνδέεται με την εμφάνιση πολλών παθήσεων όπως σακχαρώδης διαβήτης, καρδιοαγγειακά προβλήματα κ.ά.

Η έλλειψη φυσικής δραστηριότητας και η κακή διατροφή είναι οι κύριες αιτίες που προκαλούν αυτές της κακοήθεις. Υπάρχει άμεση και ξεκάθαρη σύνδεση μεταξύ υπερβολικού βάρους και έλλειψης δραστηριότητας.

Μεγάλο ποσοστό του βάρους μας αποτελείται από νερό. Αυτό το νερό είναι κατανομημένο σε όλο το σώμα. Η καθαρή μυϊκή μάζα αποτελείται από 75% νερό, το αίμα από 83%, το λίπος από 25% και τα κόκκαλα από 22%.

- Στους άντρες το 60% της μάζας σώματος είναι νερό.
- Στους γυναίκες η τιμή αυτή είναι περίπου το 55% (λόγω του μεγαλύτερου ποσοστού σωμα. λίπους).

Από το σύνολο του νερού στο σώμα τα δύο τρίτα βρίσκονται αποθηκευμένα στα κύτταρα και γι' αυτό λέγεται μεσοκυττάριο υγρό. Το ένα τρίτο που απομένει είναι εξωκυττάριο.

Για την μυϊκή μάζα δεν υπάρχουν καθολικές ενδεικτικές τιμές.

Αλλαγή μπαταρίας

Είναι απαραίτητο να αλλάζετε μπαταρία όταν εμφανίζεται η ένδειξη "Lo".

Για να αλλάξετε μπαταρία έχετε υπόψη ότι:

- Τα δεδομένα που έχουν εισαχθεί παραμένουν αποθηκευμένα στην συσκευή.
- Χρησιμοποιείτε μόνο μπαταρίες ίδιου τύπου με αυτό που αναγράφεται στα τεχνικά χαρακτηριστικά.
- Προσέξτε την πολικότητα (+/-) των μπαταριών κατά την τοποθέτησή τους.
- Ανακυκλώστε τις παλιές μπαταρίες χρησιμοποιώντας τους ειδικούς κάδους απόρριψης.

Καθαρισμός

Μην βυθίζετε τη συσκευή σε νερό ή οποιοδήποτε άλλο υγρό.

Μην χρησιμοποιείτε χημικά καθαριστικά ή διαλυτικά.

Μην χρησιμοποιείτε αιχμηρά αντικείμενα ή εργαλεία καθαρισμού που ενδεχομένως να χαράξουν την επιφάνεια ζύγισης.

Καθαρίζετε με ένα ελαφρώς υγρό πανί.

Απολυμάνετε την επιφάνεια ζύγισης και τους αισθητήρες με κάποιο κατάλληλο υγρό απολύμανσης (συμβουλευτείτε ειδικά καταστήματα ή φαρμακεία).

Γυναίκες

Ηλικία	Σωματικό λίπος			Σωματικό νερό	
	Λεπτή	Κανονική	Ελάχιστη Υπέρβαρη	Υπέρβαρη	Κανονικό
10-16	<18%	18-28%	29-35%	>35%	57-67%
17-39	<20%	20-32%	33-38%	>38%	47-57%
40-55	<23%	23-35%	36-41%	>41%	42-52%
56-85	<24%	24-36%	37-42%	>42%	37-47%

Άντρες

Ηλικία	Σωματικό λίπος			Σωματικό νερό	
	Λεπτός	Κανονικός	Ελάχιστη Υπέρβαρος	Υπέρβαρος	Κανονικό
10-16	<10%	10-18%	19-23%	>23%	58-72%
17-39	<12%	12-20%	21-25%	>25%	53-67%
40-55	<13%	13-21%	22-26%	>26%	47-61%
56-85	<14%	14-22%	23-27%	>27%	42-56%

Επιβουση κοινών προβλημάτων

Σφάλμα	Πιθανή αιτία
Δεν λειτουργεί	<ul style="list-style-type: none">Άδεια μπαταρία ή λάθος πολικότητα.
Η ζυγαρία δείχνει λάθος τιμές	<ul style="list-style-type: none">Η συσκευή πρέπει να είναι σε επίπεδη επιφάνεια.Ίσως υπάρχει άλλη ηλεκτρική συσκευή κοντά που δημιουργεί παρεμβολές.Αφαιρέστε τις μπαταρίες και περιμένετε λίγο. Στη συνέχεια τοποθετήστε ξανά τις μπαταρίες και δοκιμάστε εκ νέου.
Εμφανίζεται η ένδειξη "Err"	<ul style="list-style-type: none">Έχετε ξεπεράσει το μέγιστο βάρος των 180kg.
Εμφανίζεται η ένδειξη "Lo"	<ul style="list-style-type: none">Οι μπαταρίες έχουν αδειάσει. (Δείτε "Αλλαγή Μπαταρίας")
Εμφανίζεται η ένδειξη "ErrL"	<ul style="list-style-type: none">Το ποσοστό λίπους είναι πολύ χαμηλό. Η συσκευή δεν μετρά κάτω από 4%.
Εμφανίζεται η ένδειξη "ErrH"	<ul style="list-style-type: none">Το ποσοστό λίπους είναι πολύ υψηλό. Η συσκευή δεν μετρά πάνω από 60%.
Εμφανίζεται η ένδειξη "C"	<ul style="list-style-type: none">Η μέτρηση ήταν λανθασμένη. Η συσκευή δεν είναι σε επίπεδη επιφάνεια ή κινήσατε κατά τη διάρκεια της μέτρησης.

Τεχνικά χαρακτηριστικά

Μοντέλο	Body Analyser Scales BA1300
Μπαταρία	1 x CR2032 / 3V
Μετρήσιμη τάση	<3 mA
Εύρος μέτρησης	μεγ. 180 κιλά
Ακρίβεια	2% +/- 100γρ.
Βαθμονόμηση βάρους	100γρ.
Νερό, μυϊκή μάζα, Οστική μάζα και σωμα. λίπος:	0.1%
Θέσεις μνήμης	12
Εύρος ηλικίας	10-100 χρόνια
Εύρος ύψους	100-250 cm - εκατοστά.
Διαστάσεις ζυγαριάς:	302 x 302 x 17 mm - χιλιοστά.

Δήλωση συμμόρφωσης κατασκευαστή:

Η κατασκευή της παρούσας ζυγαριάς είναι σύμφωνη με τα Ευρωπαϊκά πρότυπα.

• Η κατασκευαστής συμμορφώνεται στα παρακάτω πρότυπα:

• Οδηγία EMC 2004/108/EC που αφορά τα ηλεκτρομαγνητικά πεδία.

• Οδηγία RoHS 2011/65/EC

Η παρούσα δήλωση δεν ισχύει αν έχουν γίνει μη εγκεκριμένες μετατροπές ή αλλαγές στο προϊόν.

CE **Κατασκευαστής:**
Waagen-Schmitt GmbH
Hammer Steindamm 27-29
22089 Hamburg, Germany

Εγγύηση

Η BioPharm σας παρέχει εγγύηση 3 χρόνων από την ημερομηνία αγοράς και θα αναγνωρίσει κάθε βλάβη που οφείλεται σε ελαττωματικά υλικά, επισκευάζοντας την συσκευή ή αντικαθιστώντας την. Συμπληρώστε και αποστείλετε ταχυδρομικώς το έντυπο εγγύησης που περιέχεται στη συσκευασία, εντός 10 ημερών από την αγορά.

Απορριψη

Μπορείτε να απορρίψετε την συσκευασία με παρόμοια υλικά. Χαρτόνια με ανακυκλώσιμα χαρτιά και μεμβράνες με ανακυκλώσιμο πλαστικό.

Οι συσκευές δεν απορρίπτονται στα οικιακά απορρίματα. Απορρίψτε σε ειδικούς κάδους.



Οι μπαταρίες δεν απορρίπτονται στα οικιακά απορρίματα. Απορρίψτε σε ειδικούς κάδους, καθώς μολύνουν σοβαρά το περιβάλλον.

ΕΙΣΑΓΩΓΕΑΣ / ΔΙΑΘΕΣΗ:

 **BioPharm**

28ης Οκτωβρίου 154, Αμπελόκηποι
Θεσσαλονίκη 561 21

T:2316002740 | F: 2316008051 | E: info@biopharm.gr