

Gebrauchsanweisung



boso
classic
privat

Lieferumfang

- 1 Blutdruckmessgerät
boso-classic privat
- 1 original **boso**-Manschette
- 1 Etui
- 1 Kantenschutzring
- 1 Blutdruckpass
- 1 Garantie-Urkunde
- 1 Gebrauchsanweisung

Vorbemerkungen

Dieses Blutdruckmessgerät entspricht den europäischen Anforderungen, die dem Medizinproduktegesetz zugrundeliegen (Zeichen: CE), sowie der Europeanorm EN 1060, Teil 1: „Nichtinvasive Blutdruckmessgeräte – Allgemeine Anforderungen“ und Teil 2: „Ergänzende Anforderungen für mechanische Blutdruckmeßgeräte“.

Die messtechnische Kontrolle – spätestens alle 2 Jahre – kann entweder durch den Hersteller, die für das Messwesen zuständige Behörde oder Personen, welche die Voraussetzungen der Medizinprodukte-Betreiberverordnung § 6 erfüllen, durchgeführt werden.

Wichtige Hinweise

- Bewahren Sie das Gerät vor starken Erschütterungen (nicht stoßen oder fallen lassen) und schützen Sie es vor Verschmutzung und Nässe.
- Achten Sie darauf, dass die Manschette nicht durch spitze Gegenstände (Nadel, Schere, usw.) beschädigt wird.
- Verwenden Sie den **boso-classic privat** nur mit original **boso**-Manschetten.
- Nicht über 300 mmHg aufpumpen!
- Die Messzeit sollte maximal 2 min betragen.
- Zwischen 2 Messungen sollte eine Pause von mindestens 2 min eingelegt werden.

Informationen über den Blutdruck

Das Herz, gleichsam eine dauernd tätige „Pumpe“, die das Blut unter Druck in unserem Gefäßsystem zirkulieren lässt, sorgt für die lebensnotwendige Durchblutung unserer Organe.

Von der Schlagkraft des Herzens, der Elastizität und dem Durchmesser der Blutgefäße, sowie anderen Faktoren ist die Höhe des Blutdrucks abhängig.

Der Blutdruck, der beim Zusammenziehen der Herzmuskeln entsteht (systolischer Druck) ist höher, der beim Entspannen (diastolischer Druck) ist niedriger.

Zur Auswertung und ärztlichen Diagnose sind beide Werte erforderlich. Deshalb werden beim Blutdruck immer der systolische und der diastolische Druck gemessen.

Der Blutdruck bleibt nicht konstant, er verändert sich ständig. Morgens ist er niedriger als abends, am niedrigsten ist er während des Schlafes. Je nach körperlicher oder geistiger Anstrengung ändert er sich auch noch individuell.

Essen, Rauchen, Angst oder Stress beeinflussen den Blutdruck. Auch die Jahreszeit wirkt sich aus, im Sommer ist er etwas niedriger als im Winter.

Vorübergehend höhere Blutdruckwerte sind deshalb unbedenklich. Liegt der Blutdruck aber ständig über den Normalwerten, so spricht man von Bluthochdruck. Der Arzt nennt es Hypertonie.

Bluthochdruck macht sich normalerweise nicht sofort durch irgendwelche Beschwerden bemerkbar. Unbeachtet und unbehandelt aber kann er zu ernsthaften Gesundheitsschäden führen. Deshalb sind regelmäßige Blutdruckkontrollen, Diagnose und Behandlung durch den Arzt so wichtig.

Die regelmäßige Kontrolle haben Sie mit dem boso Blutdruckmessgerät jetzt selbst in der Hand. Sie können damit einen wichtigen Beitrag zur Früherkennung und Gesundheitsvorsorge leisten.

Einzelne abweichende Messwerte sollten nicht überbewertet werden. Wichtig ist, die Tendenz bzw. mehrere Messwerte über einen Zeitraum von mehreren Tagen zu beachten.

Blutdruckwerte

Um den Blutdruck zu ermitteln, müssen zwei Werte gemessen werden:

- Der **systolische (obere) Blutdruck**. Er entsteht, wenn das Herz sich zusammenzieht und das Blut in die Blutgefäße gedrückt wird.
- Der **diastolische (untere) Blutdruck**. Er liegt vor, wenn der Herzmuskel gedehnt ist und sich wieder mit Blut füllt.

Die Messwerte des Blutdruckes werden in **mmHg (mm Quecksilbersäule)** angegeben.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat folgende Grenzwerte für die Beurteilung der Blutdruckwerte festgelegt:

	systolisch	diastolisch
Eindeutig erhöhter Blutdruck (Hypertonie)	ab 140 mmHg	ab 90 mmHg
Noch normaler Blutdruck	130 bis 139 mmHg	85 bis 89 mmHg
Normaler Blutdruck	120 bis 129 mmHg	80 bis 84 mmHg
Optimaler Blutdruck	bis 119 mmHg	bis 79 mmHg

Wann eine medikamentöse Therapie erforderlich ist, hängt nicht allein vom Blutdruck ab, sondern auch vom jeweiligen Risikoprofil des Patienten. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn auch nur einer der beiden Werte (Systole, Diastole) ständig über den Grenzwerten für eindeutig erhöhten Blutdruck liegt.

Bei der Blutdruck-Selbstmessung zuhause werden häufig etwas niedrigere Werte als beim Arzt gemessen. Deshalb hat z. B. die Deutsche Hochdruckliga Grenzwerte festgelegt, die leicht unter denen liegen, die bei einer Gelegenheitsmessung beim Arzt ermittelt werden, nämlich 135 / 85 mmHg bei Selbstmessung im Gegensatz zu 140 / 90 mmHg in der Arztpraxis.

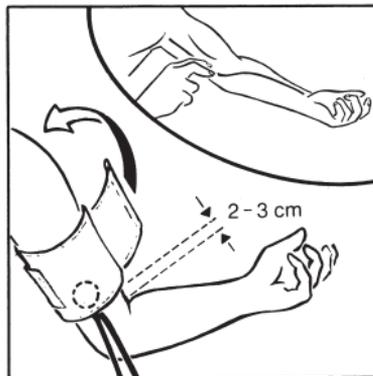
Vorbereiten zum Blutdruckmessen

- Die Messung sollte immer im Ruhezustand vorgenommen werden. Es empfiehlt sich, den Blutdruck zweimal täglich zu kontrollieren – morgens nach dem Aufstehen und abends, wenn sich der Körper entspannt hat.
- Der Blutdruck sollte im Sitzen gemessen werden. Setzen Sie sich bequem und entspannt an einen Tisch, auf den Sie den linken Arm leicht angewinkelt auflegen können.
- Die Messung ist am unbedeckten linken Oberarm durchzuführen. Achten Sie darauf, dass der Arm bei enganliegender Oberbekleidung durch das Hochkrepeln des Ärmels nicht abgeschnürt wird. Enge Kleidungsstücke besser vor dem Messen ablegen.

Manschette anlegen:

Auf der Innenseite des Oberarms, etwa 2,5 cm oberhalb der Armbeuge, ist der Puls mit den Fingerspitzen zu fühlen (Arterie). Schlüpfen Sie mit dem linken Arm durch die zu einem Ring geöffnete Manschette (die Schläuche führen nach unten heraus).

Streifen Sie diese so weit über Ihren Oberarm, bis der untere Manschettenrand ca. 2 – 3 cm oberhalb Ihrer Ellenbeuge liegt.



Wichtig:

Die runde Stehoskop-Membrane innen an der Manschette muss auf der Arterie innen am Oberarm platziert werden.

Ziehen Sie das durch den Metallbügel geführte Manschettenende locker an und schlagen es nach außen um den Oberarm. Durch leichtes Andrücken haftet der Klettverschluss sicher.

Die Manschette darf nicht zu fest anliegen, es sollen noch etwa 2 Finger zwischen Arm und Manschette passen.



- Legen Sie den Ohrbügel so an, dass die Enden gut in den Ohren sitzen. Die Rohre lassen sich in der Feder drehen, so dass die Richtung nach vorne in die Gehörgänge individuell eingestellt werden kann.

Sitzen Sie bequem und entspannt. Legen Sie Ihren Arm leicht angewinkelt, locker auf den Tisch.

Wichtig:

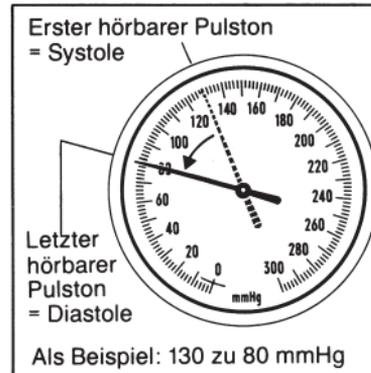
Ihr Oberarm mit der Manschette soll etwa in gleicher Höhe wie Ihr Herz sein. Achten Sie darauf, dass der Arm während des Messvorgangs nicht bewegt wird und sprechen Sie auch nicht während des Messens.

Blutdruck messen

- Halten Sie das Manometer mit der rechten Hand um den Druckball, Daumen und Zeigefinger an der Ventilschraube. Schließen Sie das Ventil (Rechtsdrehung), und pumpen Sie die Manschette unter ständiger Beobachtung des Manometers auf.

Pumpen Sie so lange, bis der Zeiger des Manometers Ihren üblichen Blutdruckwert um ca. 30 – 40 mmHg übersteigt. Sollten Sie dennoch pochende Geräusche im Stethoskop hören, pumpen Sie weiter, bis Sie keine Töne mehr wahrnehmen, bis also die Durchblutung unterbunden ist.

- Öffnen Sie das Ventil mit dem Daumen und Zeigefinger nur wenig, und beobachten Sie den langsamen Druckabfall am Manometer. Die Druckablassrate soll im Bereich zwischen Systole und Diastole 2 – 3 mmHg pro Sekunde betragen, d. h. bis der Zeiger auf der Skala von 150 auf 100 sinkt, sollten etwa 20 bis 25 Sekunden vergehen.



- Während der Zeiger langsam zurückgeht, sollten Sie auf die ersten Töne aus dem Stethoskop achten: Lesen Sie beim ersten Pulsschlag, den Sie hören (Korotkoff-Geräusch), die Zeigerstellung auf der Anzeigeskala ab, das ist Ihr oberer Blutdruckwert (systolischer Blutdruck). Merken Sie sich diesen Wert!

Technische Daten

- Hören Sie weiter auf Ihre Pulsschläge, während der Zeiger langsam sinkt. Die Töne werden schwächer, bis sie ganz verschwinden.

Merken Sie sich beim letzten hörbaren Pulston die Zeigerstellung, das ist Ihr unterer Blutdruckwert (diastolischer Blutdruck).

- Nachdem Sie die Blutdruckwerte abgelesen haben, drehen Sie die Ventilschraube weit auf (Linksdrehung), damit sich die Manschette rasch und vollständig entlüften kann.
- Wollen Sie die Messung wiederholen, sollten Sie mindestens 2 Minuten warten, bis sich Ihr Blutkreislauf wieder normalisiert hat.
- Zum Abnehmen der Manschette ziehen Sie den Klettverschluss einfach auf.

- Messbereich: 0 – 300 mmHg
- Genauigkeit der Druckanzeige: ± 3 mmHg

Reinigung des Gerätes und der Manschette

- Zur Reinigung des Gerätes verwenden Sie bitte nur ein weiches trockenes Tuch.
- Zur Reinigung der Manschette entnehmen Sie bitte den Gummibeutel. Die Manschettenhülle kann von Hand bei max. 30° C gewaschen werden.

Desinfektion:

Zur Wischdesinfektion (Einwirkzeit mind. 5 Minuten) des Gerätes empfehlen wir das Desinfektionsmittel Microzid Liquid Sensitiv (Schülke & Mayr). Zur Desinfektion des Klettverschlusses der Manschette empfehlen wir die Sprühdeseinfektion.

Garantie Kundendienst

Die Garantiebedingungen entnehmen Sie bitte der Garantie-Urkunde.

Ein Garantieanspruch kann nur anerkannt werden, wenn die vom Händler ausgefüllte und abgestempelte Garantie-Urkunde zusammen mit dem Gerät eingeschickt wird.

Für Garantie- und Reparaturarbeiten senden Sie das Gerät bitte sorgfältig verpackt und ausreichend frankiert an Ihren autorisierten Fachhändler oder direkt an:

BOSCH + SOHN GmbH u. Co. KG
Bahnhofstraße 64
D-72417 Jungingen

CE 0124



BOSCH + SOHN GmbH u. Co. KG

Bahnhofstraße 64 · 72417 Jungingen · Germany

Telephone: +49 (0) 74 77/92 75-0 · Fax: +49 (0) 74 77/10 21

Internet: www.boso.de · e-Mail: zentrale@boso.de

08 / 2012