

InnerScan[®]V

Segmental Body Composition Monitor



Model: BC-601

- Eng** **Instruction Manual**
Read this Instruction Manual carefully and keep it for future reference.
- D** **Bedienungsanleitung**
Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.
- F** **Mode d'emploi**
A lire attentivement et à garder en cas de besoin.
- NL** **Gebruiksaanwijzing**
Deze handleiding aandachtig lezen en voor naslagdoeleinden bewaren.
- I** **Manuale di Istruzioni**
Leggere attentamente questo manuale di istruzioni e conservarlo per consultazioni future.
- E** **Manual de instrucciones**
Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo para futura referencia.
- Ru** **Инструкция по эксплуатации**
Внимательно прочтите данную инструкцию по эксплуатации и сохраните ее для будущих обращений.

ВВЕДЕНИЕ

Благодарим Вас за выбор монитора компании Tanita, контролирующего состав тканей тела. Данный монитор входит в широкий ассортимент приборов Tanita для ухода за здоровьем в домашних условиях.

В данной инструкции по эксплуатации приводятся указания пользователю по процедурам настройки и описываются функции кнопок.

Дополнительную информацию о здоровом образе жизни можно получить на сайте компании www.tanita.eu.

В изделиях Tanita воплощаются результаты новейших клинических исследований и самые современные технологические инновации.

Все данные проверяются на точность Советом медицинских консультантов Tanita.

Примечание: Необходимо внимательно прочесть данную инструкцию и хранить ее таким образом, чтобы было удобно обращаться к ней в будущем.



⚠ Меры предосторожности и обеспечения безопасности

Следует заметить, что людям с имплантированными электронными медицинскими приборами (например, электрокардиостимулятором) нельзя пользоваться монитором состава тканей тела, поскольку он проводит через тело низкочастотный электрический сигнал, способный нарушить работу имплантированного прибора.

Для беременных женщин разрешается только функция взвешивания. Все другие функции противопоказаны беременным женщинам.

Нельзя помещать данный монитор на скользкие поверхности, например, на мокрый пол.

Нельзя выполнять взвешивание сразу после приема ванны или после интенсивных физических упражнений. Влажная платформа весов становится скользкой.

Необходимо протирать платформу весов чистой сухой тканью для удаления любых имеющихся жидкостей.

Важные замечания для пользователей

Данный монитор состава тканей тела предназначен для детей (от 5 до 17 лет) и взрослых со стандартным и атлетическим типами тела.

По определению Tanita "атлетом" считается человек, находящийся под воздействием интенсивной физической нагрузки примерно 10 часов в неделю и имеющий частоту пульса в состоянии покоя, не превышающую 60 ударов в минуту. В определении, принятом Tanita, к атлетам относятся также "ветераны фитнеса" – те, кто занимались фитнесом в течение нескольких лет, но в настоящее время находятся в состоянии высокой физической активности менее 10 часов в неделю.

Функция контроля содержания жира в теле не предназначена для беременных женщин, профессиональных спортсменов или бодибилдеров.

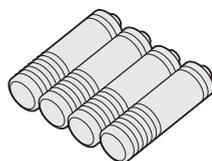
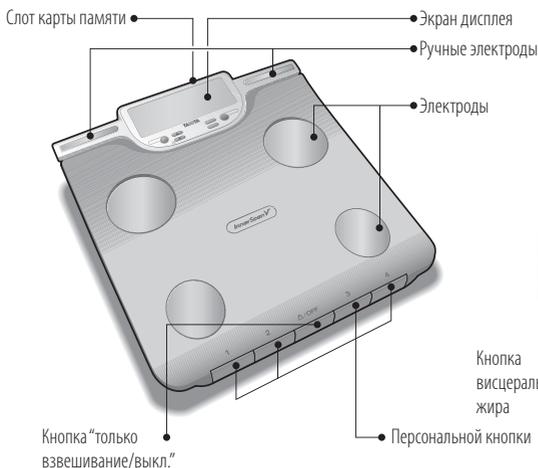
Зарегистрированные данные могут быть утрачены, если прибор используется не по правилам или подвергается воздействию выбросов электрической мощности. Tanita не несет ответственность за любые виды потерь, вызываемые утратой зарегистрированных данных.

Tanita не несет ответственность за любые виды повреждений или убытков, вызываемых этими приборами, и не принимает никаких претензий от третьих лиц.

Примечание: Расчетные значения процентного содержания жира в теле изменяются в зависимости от содержания воды в теле и могут зависеть от обезвоживания или повышенной гидратации, вызываемыми такими факторами, как употребление алкоголя, менструация, заболевание, интенсивные физические нагрузки и др.

ХАРАКТЕРИСТИКИ И ФУНКЦИИ

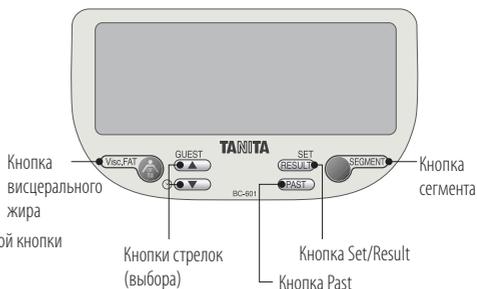
Измерительная платформа



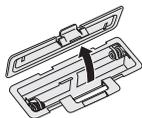
Батареи типоразмера AA



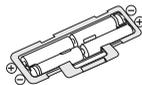
Карта памяти
*Логотип SD является торговой маркой



ПОДГОТОВКА К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ



Откройте корпус,
как показано



Направление
вставки батареек

▲ Вставка батареек

Откройте крышку секции батареек на нижней стороне измерительной платформы. Вставьте поставляемые батарейки типа AA, как показано на рисунке.

Примечание: Убедитесь, что батарейки вставлены с соблюдением правильной полярности. Неправильная вставка батареек может привести к вытеканию жидкости, повреждающей основание. Если не планируется использовать данный прибор в течение длительного периода времени, целесообразно перед консервацией прибора удалить из него батарейки.

Следует иметь в виду, что батарейки, включаемые в комплект поставки изготовителем, могут разряжаться с течением времени.

▲ Установка монитора

Измерительную платформу следует устанавливать на твердую ровную поверхность с минимально возможной вибрацией – в этом случае обеспечиваются надежные и точные измерения.

Примечание: Чтобы избежать возможных травм, не вставляйте на край платформы.



Рекомендации по обращению с прибором

Данный монитор является прецизионным прибором, созданным по современной технологии.

Чтобы содержать прибор в оптимальном состоянии, следует неукоснительно следовать приводимой ниже инструкции.

- Не пытаться разбирать измерительную платформу.
- Хранить прибор в горизонтальном состоянии и размещать его таким образом, чтобы исключить случайное нажатие кнопок.
- Оберегать прибор от избыточных ударных и вибрационных нагрузок.
- Устанавливать прибор в местах, защищённых от воздействия прямых солнечных лучей, вдали от нагревательных приборов и где исключаются высокая влажность и экстремальные колебания температуры.
- Ни в коем случае не погружать прибор в воду. Для очистки электродов пользоваться спиртом, а для придания им блеска – очистителем для стекол, предварительно наносимым на ткань; исключить использование мыла.
- Не вставлять на платформу мокрыми ступнями.
- Оберегать платформу от падения на нее предметов.

ПОЛУЧЕНИЕ ТОЧНЫХ ПОКАЗАНИЙ

Чтобы получить точные показания, следует проводить взвешивание без одежды и в состоянии, исключающем аномальную гидратацию. Если проводить взвешивание в одежде, следует обязательно снять носки (или чулки) и перед вставанием на измерительную платформу убедиться, что подошвы ступней чисты. Проследите, чтобы пятки были правильно выровнены относительно электродов на измерительной платформе. Не обращайте внимания, если ступня кажется слишком большой для прибора; точные показания могут быть получены даже в том случае, если пальцы выступают наружу за кромку платформы. Рекомендуется снимать показания в одно и то же время суток. По окончании работы, после еды или после выполнения физических упражнений целесообразно отложить измерения примерно на три часа. Несмотря на то, что показания, снимаемые в разных условиях, могут различаться по абсолютным значениям, они являются точными для определения процентного отношения изменений при условии, что снятие показаний происходит согласованным образом. Чтобы контролировать происходящие изменения, следует сравнивать значения веса и процентного содержания жира в теле, получаемые в одних и тех же условиях в течение определенного периода времени.

Note: An accurate reading will not be possible if the soles of your feet are not clean, or if your knees are bent or you are in a sitting position.

ФУНКЦИЯ АВТОМАТИЧЕСКОГО ОТКЛЮЧЕНИЯ

Функция автоматического отключения автоматически выключает питание в указанных ниже случаях:

- Прерывание измерительного процесса пользователем. Питание автоматически отключается в пределах 20 – 70 секунд в зависимости от типа операции.
- Приложение к платформе избыточного веса.
- Отсутствие касания кнопок в течение 60 секунд во время программирования.*
- По окончании пользовательского процесса измерения.

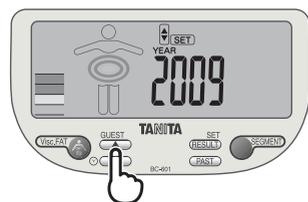
***Примечание:** После автоматического отключения питания следует заново выполнять шаги процедуры "ЗАДАНИЕ И ЗАПИСЬ В ПАМЯТЬ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ" (п.70).

УСТАНОВКА (СБРОС) ДАТЫ И ВРЕМЕНИ

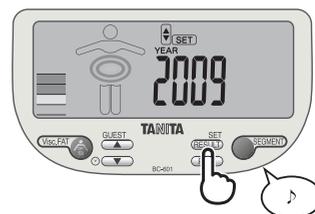
Нажмите  для включения прибора.

1. Установите год

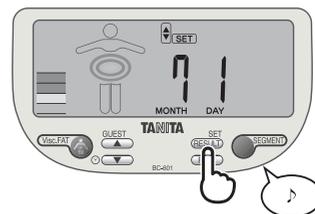
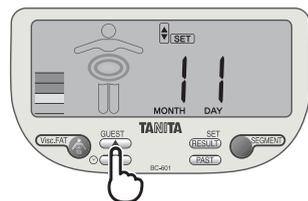
Установите значение нажатием  и .



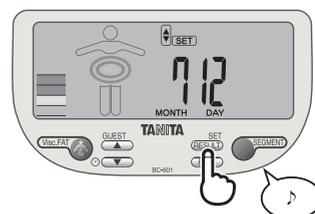
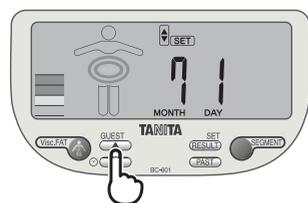
Нажмите SET для подтверждения.



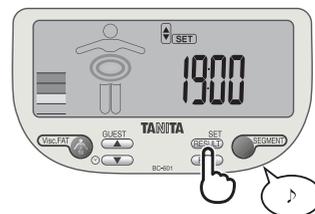
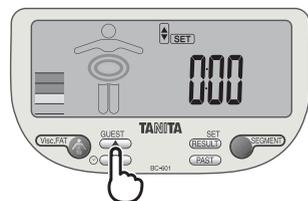
2. Установите месяц



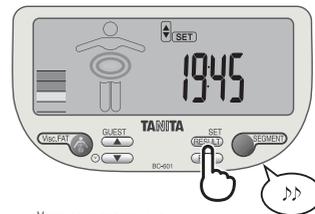
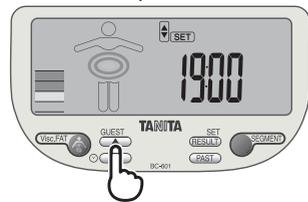
3. Установите день



4. Установите час



5. Установите минуты



Установка завершена

Сброс времени

Нажмите и удерживайте в течение 3 секунд для включения блока. Далее выполните операции 1 – 5.

ЗАДАНИЕ И ЗАПИСЬ В ПАМЯТЬ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ

Вы получите показания при условии, что данные запрограммированы в одной из персональных пользовательских ячеек памяти либо в гостевом (Guest) режиме. Монитор способен запоминать персональные данные для 4 (не более) людей.

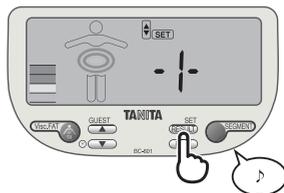
Нажмите SET для включения прибора.

1. Нажмите SET для включения прибора.

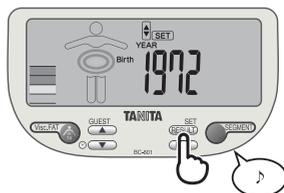
Установите значение нажатием и .



Нажмите SET для подтверждения.

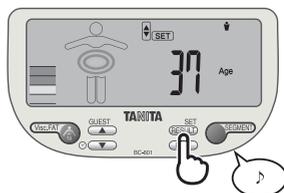
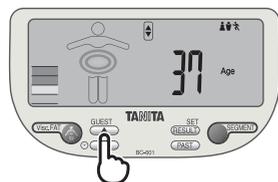


2. Установите дату Вашего рождения (год/месяц/день).

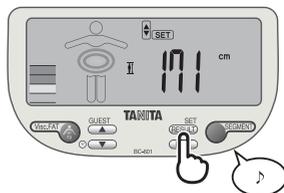
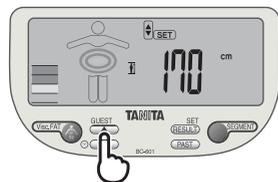


3. Выберите женский или мужской пол.

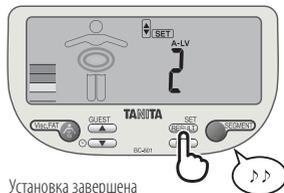
Женский () или мужской (), женский/атлетический () и мужской/атлетический ()



4. Укажите рост



5. Укажите вид физической активности



Установка завершена

Примечание: Когда Вы меняете дату рождения и/или пол, прибор показывает "CLr". Если Вы выбираете "YES" (да) нажатием кнопок , имеющиеся персональные данные и данные отслеживания стираются. Если Вы выбираете "no" (нет) нажатием , новые данные не сохраняются (имеющиеся данные остаются без изменений) и далее прибор выключается.

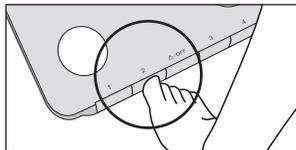
Для удаления персональных данных нажмите SET и выберите номер с помощью ; далее нажмите и удерживайте SET. Дисплей покажет CLr. Выберите YES (да) или no (нет) с помощью и , нажмите SET для подтверждения.

ПОЛУЧЕНИЕ ЗНАЧЕНИЙ ВЕСА И СОДЕРЖАНИЯ ЖИРА В ТЕЛЕ

1. Выберите номер персональных данных

Нажмите Вашу персональную кнопку, и дисплей покажет "0.0".

Примечание: Вы можете изменить значение Вашего роста нажатием SET, пока дисплей показывает "0.0". Укажите Ваш рост с помощью ▲ ▼ и нажмите SET для подтверждения.



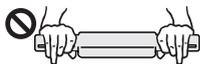
2. Встаньте на платформу.

При показании дисплея "0.0" удерживайте ручные электроны, как показано на рисунке, и встаньте на платформу.

По окончании измерения прибор выдает двойной звуковой сигнал. Пока не прозвучит звуковой сигнал, пожалуйста, стойте неподвижно.

Примечание: Если встать на платформу до появления на дисплее "0.0", дисплей покажет "Error" (ошибка), и Вы не получите показаний прибора.

Убедитесь, что все Ваши пальцы контактируют с электродами.



Убедитесь, что Ваши руки полностью вытянуты и Ваши локти не касаются Вашего тела.



Убедитесь, что Ваши ступни контактируют со всеми электродами.

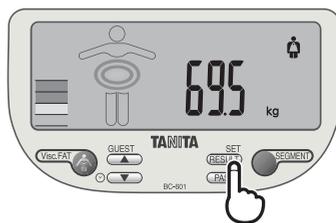


Не сгибайте ноги в коленях.



3. Получите Ваши показания

По окончании измерения прибор выводит на дисплей все полученные значения; сойдите с весов и нажмите **RECALL** для просмотра требуемого показания.



9) Уровень висцерального жира



1) Вес



8) Суммарное процентное содержание воды в теле



2) Процентное содержание жира в теле



7) Метаболический возраст



3) Мышечная масса



6) Суточное потребление калорий (DCI)



4) Костная масса



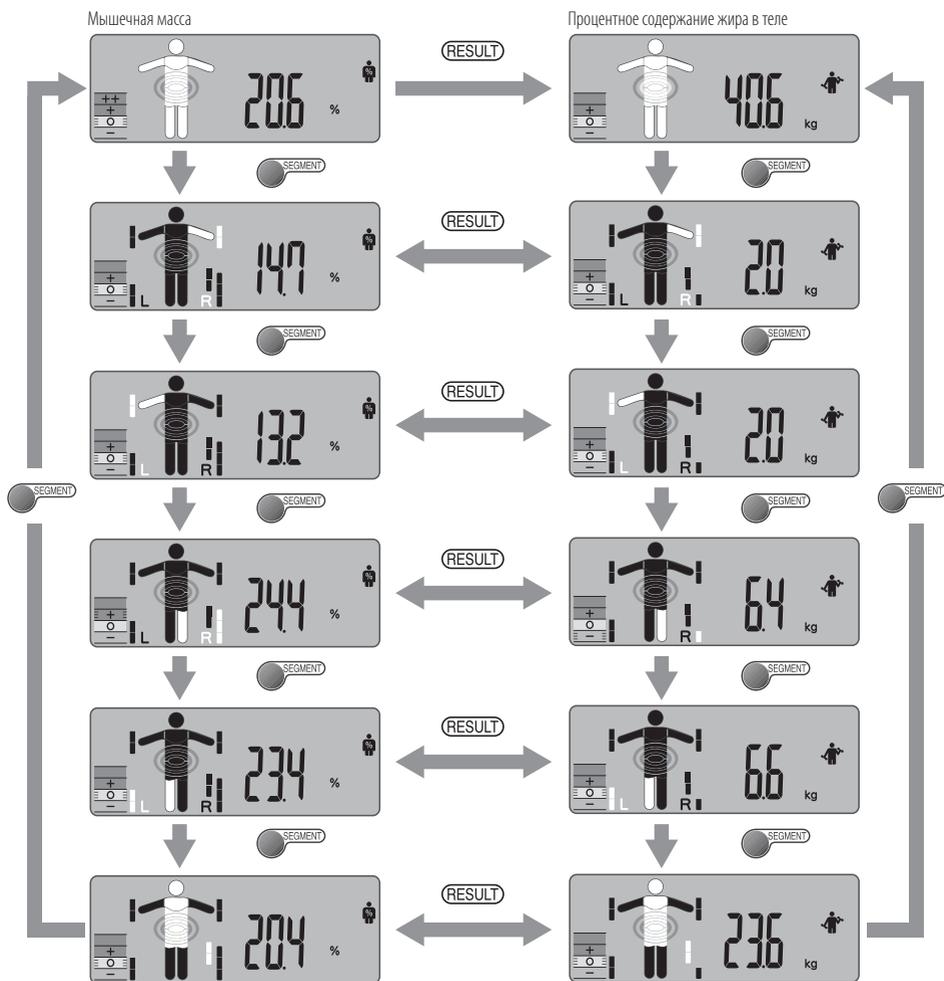
5) Индекс массы тела (BMI)



Примечание: Для детей (от 5 до 17 лет) прибор показывает только вес, процентное содержание жира в теле и индекс массы тела (BMI).

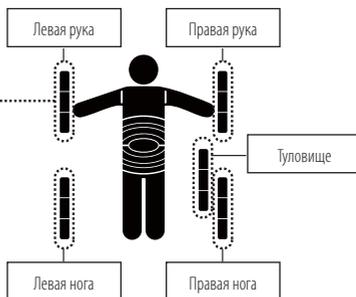
ПРОСМОТР ПОКАЗАНИЙ ПО КАЖДОМУ ИЗ СЕГМЕНТОВ

При отображении показаний нажимайте  для просмотра значений по левой руке, правой руке, правой ноге, левой ноге и туловищу.



Индикатор уровня

Уровни процентного содержания жира в теле и мышечной массы по каждому из сегментов отображаются в виде трех блоков.



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КНОПКИ ВИСЦЕРАЛЬНОГО ЖИРА

Использование  позволяет Вам видеть Ваше процентное содержание висцерального жира каждый раз, когда отображаются Ваши показатели.

По окончании измерения сойдите с платформы и нажимайте , когда дисплей отображает Ваши показатели.



ЗНАЧЕНИЕ ВИСЦЕРАЛЬНОГО ЖИРА

Эта функция прибора позволяет определить показатель содержания висцерального жира в Вашем теле.

Висцеральный жир – это жир, находящийся в брюшной полости и окружающий жизненно-важные органы, расположенные в этой области. Проведенные исследования показали, что с возрастом, даже в условиях постоянства веса и содержания жира в теле, распределение жира изменяется и, в основном, происходит его смещение в брюшную область, особенно после менопаузы. Поддержание нормального уровня висцерального жира может уменьшить риск возникновения некоторых заболеваний, таких как сердечная недостаточность, высокое кровяное давление и начало диабета 2-го типа.

Tanita монитор состава тканей тела позволяет определить показатель содержания висцерального жира в Вашем теле в диапазоне 1 – 59.

Показатель в диапазоне 1 - 12 

Свидетельствует о нормальном уровне висцерального жира. Продолжайте наблюдение за этим показателем с целью его поддержания на нормальном уровне.

Показатель в диапазоне 13 - 59 

Свидетельствует о повышенном уровне висцерального жира. Подумайте об изменении своего образа жизни путем изменения питания или увеличения физической нагрузки.

Источник информации: Данные, полученные в Колумбийском университете (Нью-Йорк) и в институте Tanita (Токио).

Примечание:

- Высокий уровень висцерального жира может наблюдаться даже при низком содержании жира в теле.
- Для установления диагноза обращайтесь к врачу.

Динамика изменения висцерального жира

Стрелка (→) указывает на повышение или понижение уровня Вашего висцерального жира.

Индикация динамики изменения отображается только в том случае, если измерения выполняются не реже 5 раз за 2 недели. Необходимо следить за тем, чтобы измерения каждый раз выполнялись в одних и тех же условиях.



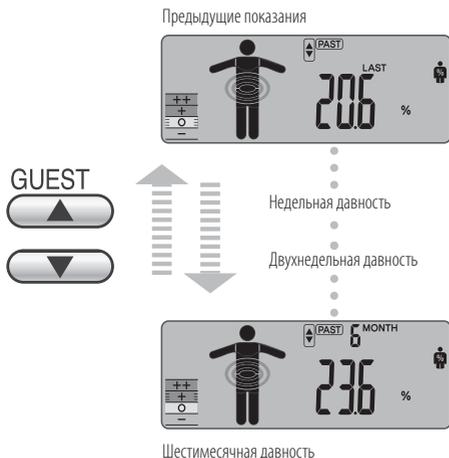
ФУНКЦИЯ ПОВТОРНОГО ВЫЗОВА (RECALL)

Функция повторного вызова (Recall) позволяет выводить на дисплей ранее полученные показания прибора по указанным ниже функциям.

Для вывода на дисплей ранее полученных показаний нажимайте **(PAST)** во время отображения текущих показаний.

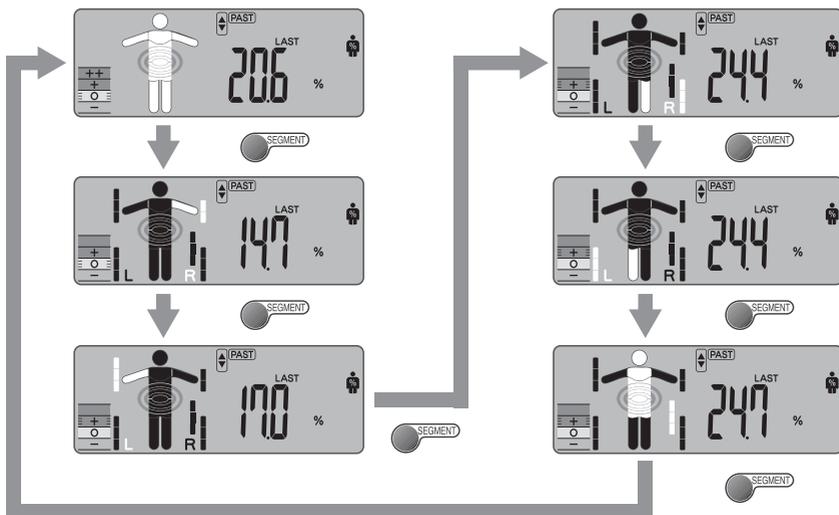
Для просмотра других ранее полученных показаний нажимайте **(▲)** **(▼)** по каждому из требуемых показаний. Для возврата к отображению текущих результатов заново нажмите SET.

Вы также можете просматривать Ваши предыдущие показания при отсутствии текущих измерений нажатием Вашей персональной кнопки и **(PAST)**.



Для вывода на дисплей значений по каждому из сегментов во время отображения ранее полученных показаний нажмите **(SEGMENT)**.

Для выбора отображения значений процентного содержания жира в теле или мышечной массы нажмите **(RESULT)**.



Примечание: Для детей (от 5 до 17 лет) прибор показывает только вес, процентное содержание жира в теле и индекс массы тела (BMI).

ПРОГРАММИРОВАНИЕ ГОСТЕВОГО (GUEST) РЕЖИМА

Гостевой режим (Guest) позволяет программировать прибор на однократное использование без сброса номера персональных данных.

Нажмите Δ OFF или [GUEST] и встаньте на платформу, держась за ручные электроды. Нажмите GUEST, чтобы начать измерение.

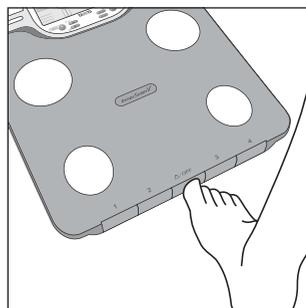
По окончании измерения прибор выдает одиночный звуковой сигнал, после чего следует сойти с платформы. Для получения Ваших показаний введите Вашу персональную информацию: такую, как возраст, пол, рост и уровень физической активности. Подробнее см. на стр. 70.



ИЗМЕРЕНИЕ ТОЛЬКО ВЕСА ТЕЛА

Выберите кнопку “только вес” (Weight only).

Нажмите Δ OFF. Через две или три секунды дисплей покажет “0.0”, и прибор выдает звуковой сигнал. Когда на дисплее появится “0.0”, встаньте на платформу. Дисплей покажет значение веса тела. Затем питание автоматически выключится.



ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ РЕЖИМА ВЗВЕШИВАНИЯ

Примечание: Исключительно для моделей, содержащих переключатель режима взвешивания.

Индикацию прибора можно переключать с помощью переключателя, расположенного на обратной стороне ручных электродов кг/ фунтов/ стоун фунтов.

ПОИСК НЕИСПРАВНОСТЕЙ

Если происходит указанное нарушение ...то...

- **На дисплее появляется , либо происходит моментальное исчезновение всех данных.**
Разряжены батарейки. Когда появляется данное сообщение, незамедлительно замените батарейки, поскольку разряженные батарейки снижают точность получаемых результатов измерений. Замену всех имеющихся батареек на новые производите одновременно.
Примечание: Ваши настройки и содержимое памяти предыдущих значений не стираются из памяти при извлечении батареек.
- **Во время измерения появляется сообщение .**
Постарайтесь не шевелиться, пока стоите на платформе.
Прибор не может точно измерить Ваш вес, если он обнаруживает шевеление.
Процентное содержание жира в теле превышает 75%, и прибор не способен выдать результат.
- **Не появляется значение процентного содержания жира.**
Убедитесь, что сняты носки (или чулки), а подошвы Ваших ступней чисты и правильно выровнены по направляющим на измерительной платформе.
- **Во время измерения появляется .**
Результат не может быть получен ввиду превышения верхнего предела веса.

Технические характеристики

BC-601

Предельно допустимый вес

150 кг/330 фунтов/23 стонн 8 фунтов

Шаги приращения веса

0,1 кг/0,2 фунта/0,2 фунта

Шаги приращения содержания жира в теле

0,1%

Персональные данные

4 ячеек памяти

Источник питания

Литиевые батарейки (2 шт.) – входят в комплект поставки

Потребляемая мощность

Не более 150 мА

Измерительный ток

50 кГц, 6.25 кГц, 100 мА



Замечание:

Такие следы можно найти на загрязненной поверхности батареек

Pb Pb = Батарейка содержит свинец

Cd Cd = Батарейка содержит кадми

Hg Hg = Батарейка содержит ртуть

Нельзя смешивать батарейки с другими бытовыми отходами.

Как потребитель, Вы обязаны следовать правилам выбрасывания в отходы отработанных и разряженных батареек. Можно выбрасывать старые батарейки в коммунальные мусоросборники в своем городе или сдавать их на пункты продажи соответствующих батареек при условии, что в этих местах имеются специальные маркированные контейнеры для батареек. Если в отходы выбрасывается весь прибор, необходимо извлекать из него батарейки и выбрасывать их в места сдачи отходов, указанные выше.



Данное устройство соответствует требованиям подавления радиопомех согласно действующей ЕС-директиве 2004/108/ЕС.

Representative**Tanita Europe B.V.**

Holland Office Centre. Kruisweg 813-A
2132NG Hoofddorp, The Netherlands
Tel : +31(0)23-5540188
Fax : +31(0)23-5579065
www.tanita.eu

Tanita Corporation of America Inc.

2625 South Clearbrook Drive
Arlington Heights, IL 60005 USA.
Tel : +1-847-640-9241
Fax : +1-847-640-9261
www.tanita.com

Business Location in UK

The Barn, Philpots Close, Yewesley,
Middlesex, UB7 7RY,
United Kingdom
Tel : +44(0)1895-438577
Fax : +44(0)1895-438511

Tanita Health Equipment H.K. Ltd.

Unit 301-303 3/F Wing On Plaza,
62 Mody Road, Tsimshatsui East,
Kowloon, Hong Kong
Tel : +852-2838-7111
Fax : +852-2838-8667

Manufacturer**Tanita Corporation**

1-14-2, Maeno-Cho, Itabashi-ku,
Tokyo, Japan 174-8630
Tel : +81(0)-3-3968-2123
Fax : +81(0)-3-3967-3766
www.tanita.co.jp
ISO 9001 Certified

TANITA India Private Limited

Level 9, Platina, C-59, G Block,
Bandra Kurla Complex, Bandra East,
Mumbai 400051, INDIA
Tel : +91-22-3953-0507
Fax : +91-22-3953-0604