

D	Glas-Analyse-Waage
NL	Glazen analyse lichaamweegschaal
F	Pèse-personne en verre
E	Báscula de vidrio para análisis corporal
I	Bilancia con corpo in vetro
GB	Glass Body Analysis Scale
PL	Szklana waga do analizy masy ciała
H	Üveg testelemző személyi mérleg
UA	Скляні ваги з різноманітними функціями аналізу
RUS	Стеклянные весы с анализом состояния тела
AR	المقياس الزجاجي لتحليل كتلة الجسم

Bedienungsanleitung/Garantie	04
Gebruiksaanwijzing	11
Mode d'emploi	17
Instrucciones de servicio	23
Istruzioni per l'uso	29
Instruction Manual	35
Instrukcja obsługi/Gwarancja	41
Használati útmutató	47
Інструкція з експлуатації	53
Руководство по эксплуатации	58
دليل التعليمات	67

D NL F E I GB PL H UA RUS AR

GLAS- ANALYSE- WAAGE PW 5644 FA



AEG
perfekt in form und funktion

Руководство по эксплуатации

Благодарим за выбор нашего изделия. Надеемся, что вы с удовольствием будете пользоваться этим прибором.

Содержание

Общая информация	58
Символы применяемые в данном руководстве пользователя.....	58
Дети	58
Специальные инструкции по технике безопасности для этого устройства.....	58
Батарейки	59
Вставка батареек	59
Расположение элементов	59
Технические характеристики.....	59
Информация о шкале анализа	60
Использование	60
Функция взвешивания.....	60
Сохранение личных данных	60
Измерение и анализ	61
Оценка результатов	61
Содержание жира в теле	61
Значение воды для вашего здоровья	61
Информационные иллюстрации	62
BMR (Basal Metabolic Rate / Основной обмен веществ).....	62
Справочные значения суточного приема килокалорий без физической активности.....	62
BMI (Body Mass Index) - ИМТ (Индекс массы тела) ..	62
Справочные значения ИМТ (BMI)	62
Сообщения об ошибках на дисплее	62
Чистка	62

Общая информация

Перед использованием прибора внимательно прочтите руководство по эксплуатации. Сохраните его вместе с гарантией, квитанцией и, по возможности, упаковку с внутренним содержимым. При передаче этого устройства другим также передайте это руководство по эксплуатации.

- Устройство предназначено только для личного использования и не может использоваться для коммерческих целей.
- Используйте это устройство только по назначению.
- Не пользуйтесь поврежденным устройством.
- Не подвергайте устройство воздействию источников тепла, прямых солнечных лучей, влаги (никогда не погружайте в жидкости) и острых предметов.
- Не пытайтесь ремонтировать прибор самостоятельно. Всегда обращайтесь к специалистам.
- Всегда соблюдайте следующие "Специальные инструкции по технике безопасности".

Символы применяемые в данном руководстве пользователя

Важные рекомендации для обеспечения вашей безопасности обозначены по особенному. Обязательно следуйте этим рекомендациям, чтобы предотвратить несчастный случай или поломку изделия:

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

Предупреждает об опасности для здоровья и возможном риске получения травмы.

ВНИМАНИЕ:

Указывает на возможную опасность для изделия и других окружающих предметов.

ПРИМЕЧАНИЯ:

Дает советы и информацию.

Дети

- Из соображений безопасности для детей не оставляйте лежать упаковку (пластиковые мешки, картон, пенопласт и т.д.) без присмотра.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

Не позволяйте детям играть с полиэтиленовой пленкой. **Опасность удушья!**

- Дети всегда должны находиться под присмотром, чтобы гарантировать, что они не играют с устройством.

Специальные инструкции по технике безопасности для этого устройства

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

Если стеклянная поверхность увлажнилась или покрылась каплями воды, насухо протрите ее, так как существует **опасность поскользнуться**.

ВНИМАНИЕ:

- Аккуратно обращайтесь с весами, так как это точный измерительный прибор. Не роняйте весы или не прыгайте на них.
- Не нагружайте весы более чем на 180 кг (396.8 фунта, 28: 3/2 фд) во избежание поломки устройства.
- При переноске весов или их хранении держите их только в горизонтальном положении.
- Шкала анализа содержания жира в теле не рассчитана на следующих людей:
 - Дети до 6 и взрослые старше 100 лет
 - Лица с симптомами жара, отека или остеопороза
 - Лица, проходящие лечение диализом
 - Лица, использующие кардиостимулятор
 - Лица, принимающие сердечно-сосудистые препараты
 - Беременные женщины

- Спортсмены, интенсивно тренирующиеся более 5 часов каждый день
- Лица с пульсом ниже 60 ударов в минуту
- Людей, принимающих сосудорасширяющие и сосудосуживающие лекарства
- Людей с заметными анатомическими отклонениями ног в отношении к общему размеру тела (длина ног заметно меньше или больше).

Батарейки

⚠ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

- Не подвергайте батарейки воздействию высоких температур или прямых солнечных лучей.
- Никогда не бросайте батарейки в огонь. **Опасность взрыва!**
- Храните батарейки в месте, недоступном для детей. Это **не** игрушка!
- Существует угроза заглатывания батареек, что может угрожать жизни. При проглатывании батареек немедленно обратитесь за медицинской помощью.
- Не открывайте батарейки.
- Избегайте контакта с металлическими предметами (кольца, гвозди, винты, и т.д.) **Опасность короткого замыкания!**
- В результате короткого замыкания батарейки могут нагреться или даже воспламениться. Это может привести к ожогам.
- Для вашей собственной безопасности, полюса батареек должны быть покрыты изолянтной во время их транспортировки.
- Если батарейка начала протекать, не втирайте жидкость в глаза или слизистые оболочки. Если руки контактировали с этой жидкостью, их следует тщательно вымыть, а глаза сполоснуть чистой водой. Если болезненные симптомы не прекратятся, обратитесь к врачу.

Вставка батареек

ℹ ПРИМЕЧАНИЯ:

Там где нужно, батарейки на время транспортировки были обернуты в пластик.

1. Снимите этот пластик перед тем, как вставлять батарейки в устройство.
2. Откройте батарейный отсек в задней части устройства.
3. Вставьте 2 батарейки типа AAA/R03. Убедитесь, что соблюдена полярность (см. отметки на дне батарейного отсека)!
4. Снова закройте батарейный отсек.
5. Если устройство не используется длительное время, извлеките из него батарейки, чтобы предотвратить вытекание кислоты.

6. При появлении на дисплее сообщения "**Lo**" замените элементы питания.

⚠ ВНИМАНИЕ:

- Батарейки различных типов, а также старые и новые батарейки не должны использоваться вместе.
- Батарейки не следует выбрасывать вместе с другими бытовыми отходами. Сдайте батарейки в соответствующий пункт утилизации или своему продавцу.

Расположение элементов

- 1 Кнопка UP ▲
- 2 Кнопка SET ■
- 3 Кнопка DOWN ▼
- 4 Дисплей
- 5 Контактные поверхности

Дисплей	Значение
kg (lb / st.lb)	Вес тела в кг (фунтах/стоунах)
P0 - P9	Область памяти пользователя
	Мужчина
	Женщина
cm (ft.in)	Рост в см (футах и дюймах)
age	Возраст
fat	Показ содержания жира в теле
TBW	Показ содержания воды в теле
	Показ мышечной массы
	Показ веса костей
%	Процентное соотношение – содержание жира в теле / содержание воды в теле / мышечная масса
Underfat Healthy Overfat Obese	Рейтинг: малый вес – нормальный вес – избыточный вес – ожирение
KCAL	Основной обмен веществ суточной потребности в энергии в ккал (BMR)
BMI	Индекс массы тела

Технические характеристики

Модель: PW 5644 FA
 Источник питания: ... 2 батарейки 1,5 В типа "AAA" / "R03"
 Чистый вес устройства: прим. 1,57 кг
 Объем памяти: 10
 Задание роста: от 80 до 220 см (2'7½" – 7'2½" ф:д)
 Возраст: от 6 до 100 лет

60 Русский

Минимальный вес: около 5,0 кг (11,0 фунта / 0: 11 к:ф)
Максимальный вес: 180 кг (396,8 ф / 28: 3½ к:ф)
Единица измерения веса:..... 100 г (0,2 ф / ¼ к:ф) шагами
Единица измерения содержания жира в теле:..... 0,1 %
Градуировка жидкости организма: 0,1 %
Рекомендуемые рабочие условия:

Температура:..... 0 °C – 40 °C / 32 °F – 104 °F

Относительная влажность воздуха: < 85 %

Сохранено право на технические и конструкционные изменения в рамках продолжающейся разработки продукта.

Это устройство проверено на соответствие всем имеющим отношение действующим директивам CE, таким как электромагнитная совместимость и низкое по условиям безопасности напряжение, и изготовлено в соответствии с новейшими нормативами по технике безопасности.

Информация о шкале анализа

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

Не пользуйтесь весами, если вы используете кардиостимулятор или другой медицинский имплантат с электронными компонентами. Измерение может повлиять на работу имплантата.

Основной принцип работы этого устройства состоит в измерении электрического сопротивления человеческого тела. Для определения фактических данных о теле устройство пропускает слабый незаметный электрический сигнал через ваше тело.

Эти сигналы совершенно безопасны! Однако соблюдайте специальные инструкции по технике безопасности изготовителя!

Метод измерений называется «анализом биоэлектрического импеданса» (BIA), фактора, основанного на взаимоотношении между весом тела и связанным процентным содержанием воды в теле, а также на других биологических данных (возрасте, поле, весе тела).

Использование прибора

ПРИМЕЧАНИЯ:

- Кнопки управления работой находятся на верхнем крае весов.
- Весы имеют заводскую настройку на “kg” и “cm”.

Для изменения настроек на “lb” или “st:lb”, а также на “ft:in” выполните следующее:

- Включите весы, слегка нажав на стеклянную поверхность ногой или пальцем ноги.
- Кнопкой UP ▲ выберите на дисплее нужную единицу веса. Единица роста также автоматически изменится.

Функция взвешивания

- Поставьте весы на твердую плоскую поверхность (не на ковровое покрытие). Неровный пол приведет к неточным измерениям.
- Встаньте на весы обеими ногами. Устройство включится автоматически.
- Равномерно распределите ваш вес и дождитесь определения вашего веса весами.
- До вывода точного показания цифры на дисплее будут мигать.
- Для продления срока службы батареек устройство автоматически выключается через 15 после того как вы сойдете с весов.
- Если отсутствует определяемый вес и отображается “0,0” на экране, весы автоматически выключаться через 15 секунд.

Сохранение личных данных

ПРИМЕЧАНИЯ:

- Весы имеют значения по умолчанию, которые можно изменить, как описано далее.
- Следующие этапы выполните в течение нескольких секунд. В противном случае устройство автоматически отменит режим ввода.
- Нажмите кнопку SET. На дисплее начнет мигать область памяти (P0). Подтвердите выбор нажатием кнопки SET или выберите другую область памяти кнопкой UP / DOWN. Затем нажмите кнопку SET для перехода к следующему параметру.
- Замигает символ “мужчина” или “женщина”. Подтвердите выбор нажатием кнопки SET или выберите другой символ, соответствующий вашему полу, кнопкой UP / DOWN. Затем нажмите кнопку SET для перехода к следующему параметру.
- Начнет мигать параметр роста. Выберите ваш рост кнопкой UP или DOWN. Удерживание одной из кнопок ускоряет процесс выбора. Подтвердите ваш выбор нажатием кнопки SET.
- Начнет мигать параметр AGE (возраст). Выберите ваш возраст кнопкой UP или DOWN. Удерживание одной из кнопок ускоряет процесс выбора. Подтвердите ваш выбор нажатием кнопки SET.
- Короткая индикация “----” означает выход из режима ввода данного участка памяти. “0,0 kg” (0,0 lb / 0: 0 st:lb) на экране.

Теперь вы можете сделать следующее:

- Можно изменить единицы веса и тип. Кнопкой UP ▲ выберите нужную единицу веса. Единица роста изменится автоматически.
- Можно нажать кнопку SET, чтобы снова увидеть выбранные настройки.

- Можно выбрать другие области памяти. Всего в вашем распоряжении 10 областей. Нажмите кнопку SET и кнопкой UP или DOWN выберите область. Далее поступите так, как описано выше.
- Если нужно внести изменения, нажмите кнопку SET (участок памяти будет мигать). Выберите позицию для сохранения кнопкой UP или DOWN. Далее поступите так, как описано выше.
- Теперь можно приступить к измерению.

Измерение и анализ

Занесите ваши личные данные в память.

ПРИМЕЧАНИЯ:

- Шкала анализа будет работать корректно, только если вы стоите на контактных поверхностях босыми ногами со слегка влажными подошвами, по возможности. Полностью сухие подошвы могут приводить к неудовлетворительным результатам, т.к. их проводимость слишком низкая.
- При необходимости протрите поверхности для улучшения результатов.
- Из-за значительной флуктуации содержания жира в теле стандартное значение получить трудно. Средним оптимальным временем проведения измерений является период от 6 до 8 часов вечера, поскольку в это время содержание жира в теле является наиболее постоянным.
- Нажмите кнопку SET. Кнопкой UP / DOWN выберите сохраненную позицию, в которой вы сохраняли данные.
- Ваши предустановленные данные кратко отобразятся на экране. Подождите пока изображение зафиксируется: расположение памяти, символ пола и вес "0,0 kg" (0,0 lb / 0: 0 st:lb).
- Встаньте на контактные поверхности (5) весов обеими ногами.
- Сначала на дисплее будет мигать ваш вес.
- Вы увидите индикацию "○○○○" на экране во время анализа. Через несколько секунд появятся следующие результаты:
 1. Доля жира в теле % (**fat**) и рейтинг
 2. Доля воды в теле % (**TBW**)
 3. Пропорция мышечной массы в % (символ )
 4. Вес костей в (ф / к:ф) (символ )
 5. Основной обмен веществ дневной потребности в энергии в ккал (**KCAL**)
 6. Индекс массы тела (**BMI**)
- Затем определенные данные будут показаны повторно. После этого весы автоматически выключатся.

Оценка результатов

Существуют тучные люди с хорошо сбалансированным соотношением между жиром и мышечной массой и кажущиеся стройными люди с высокими значениями жира в теле. Жир является фактором, который создает серьезную нагрузку на организм, в частности, на сердечно-сосудистую систему. Поэтому контроль обоих значений (жира и веса) является необходимым условием для здоровья и самочувствия.

Содержание жира в теле

Содержание жира является важной составляющей тела. Жир играет жизненно важную роль в организме человека от защитных функций, таких как усвоение витаминов, до регуляции температуры тела. Таким образом, целью является не только радикальное снижение содержания жира в теле, но еще и достижение и поддержание здорового баланса между мышцами и жиром.

Значение воды для вашего здоровья

Тело человека приблизительно на пятьдесят пять – шестьдесят процентов состоит из воды в зависимости от возраста и пола в изменяющихся пропорциях.

Вода в организме выполняет несколько задач:

- Это строительный кирпич для наших клеток. Это означает, что все клетки в нашем теле – клетки кожи, клетки желез, мышечные клетки, клетки мозга и другие – могут функционировать правильно только в присутствии достаточного количества воды.
- Это растворитель для важных веществ в нашем теле.
- Это средство транспортировки питательных веществ, собственных веществ организма и продуктов метаболизма.

Нормальные значения для вашего оптимального физического состояния приведены в справочной таблице. Постоянно следите за водным балансом тела, который, а также уровень жира, подвергается значительным флуктуациям в течение дня. Поэтому для получения согласованных данных всегда проводите измерения в одно и то же время суток.

Расчетные результаты уровня жира и воды в теле должны приниматься только как справочные значения. Их не рекомендуется использовать в медицинских целях. Всегда обращайтесь к врачу, если у вас возникают вопросы в отношении медицинского лечения или диеты для достижения нормального веса тела.

Нормальные значения содержания жира и воды в теле в процентном отношении (приблизительные цифры)

Возраст (лет)	Женщина		Мужчина		
	Содержание жира	Содержание воды	Содержание жира	Содержание воды	
< = 30	4,0 – 20,5	66,0 – 54,7	4,0 – 15,5	66,0 – 58,1	Малый вес
	20,6 – 25,0	54,6 – 51,6	15,6 – 20,0	58,0 – 55,0	Нормальный вес
	25,1 – 30,5	51,5 – 47,8	20,1 – 24,5	54,9 – 51,9	Избыточный вес
	30,6 – 50,0	47,7 – 34,4	24,6 – 50,0	51,8 – 34,4	Ожирение
> 30	4,0 – 25,0	66,0 – 51,6	4,0 – 19,5	66,0 – 55,4	Малый вес
	25,1 – 30,0	51,5 – 48,1	19,6 – 24,0	55,3 – 52,3	Нормальный вес
	30,1 – 35,0	48,0 – 44,7	24,1 – 28,5	52,2 – 49,2	Избыточный вес
	35,1 – 50,0	44,6 – 34,4	28,6 – 50,0	49,1 – 34,4	Ожирение

BMR (Basal Metabolic Rate / Основной обмен веществ)

Основной обмен веществ (BMR) характеризует расход энергии. Расход энергии используется для описания количества энергии в ккал, которое требуется телу в день в полном покое при неизменной температуре (28-30°C) при пустом желудке для поддержания своего функционирования (например, во сне).

Справочные значения суточного приема килокалорий без физической активности

Возраст (лет)	Женщина		Мужчина	
	Вес (кг)	ккал	Вес (кг)	ккал
6-17	50	1265	60	1620
18-29	55	1298	65	1560
30-49	60	1302	70	1561
50-69	60	1242	70	1505

BMI (Body Mass Index) - ИМТ (Индекс массы тела)

Индекс массы тела (ИМТ) означает отношение массы тела к квадрату роста человека.

ИМТ = Вес в кг: (рост в м x рост в м)

Пример:

Женщина весит 55 кг и имеет рост 1,68 м. Её ИМТ рассчитывается следующим образом:

55 кг: (1,68 м x 1,68 м) ≈ 19,5 кг/м² ⇨ Нормальный вес

Значение "квадрат роста" не имеет отношения к площади тела. ИМТ это примерное справочное значение, так как оно не учитывает сложение и пол человека и индивидуальные особенности состава веса тела из жировых и мышечных масс.

Справочные значения ИМТ (BMI)

ИМТ	Недостаточный вес	Норма	Избыточный вес	Ожирение
	< 18,5	18,5-25	25-30	> 30

Пожалуйста, имейте в виду, что ИМТ показывает высокие значения для очень мускулистых тел (бодибилдеры). При-

чина этого – значительно превышающая средний объем мышечная масса, которая не учитывается формулой ИМТ.

Сообщения об ошибках на дисплее

ПРИМЕЧАНИЯ:

В случае появления сообщения об ошибке на дисплее дождитесь выключения устройства. Снова включите устройство, чтобы повторить операцию. Если сообщение об ошибке появится снова, выньте батарейки из батарейного отсека на 10 секунд.

Дисплей	Значение
	Самотестирование (после вставки батареек) для наилучшей работы экрана
Lo	Мала емкость батареи
Err	Вес превышает максимальный допустимый вес.
Err2	Процентное содержание жира в теле находится выше или ниже пределов измерения весов

Чистка

ВНИМАНИЕ:

- Не погружайте весы в воду: можно повредить электронные компоненты.
- Не используйте проволочную щетку или абразивные средства.
- Не используйте кислотные или абразивные моющие средства.

- Протирайте устройство слегка влажной тканью. Следите за тем, чтобы влага или вода не просочилась в устройство!
- Для чистки используйте продаваемые моющие средства или мыло.
- После чистки протрите устройство сухой мягкой тканью.

GARANTIEKARTE

warranty card • garantiekaart • carte de garantie • scheda di garanzia • tarjeta de garantía • cartão de garantia • garantikort • karta gwarancyjna • záruční list • kartica jamstva • carte de garanție • Гаранционная карта • záručný list • garancijski list • garancijajegy • гарантійний формуляр • Гарантийный талон •
نام ضمانت

PW 5644 FA

24 Monate Garantie gemäß Garantieerklärung • 24 months warranty according to warranty declaration • 24 maanden garantie volgens garantieverklaring • 24 mois de garantie selon la déclaration de garantie • 24 mesi di garanzia secondo la dichiarazione di garanzia • 24 meses de garantía de acuerdo con la declaración de garantía • 24 meses de garantia, de acordo com a declaração de garantia • 24 måneders garanti i henhold til garantibetingelserne • 24 miesiące gwarancji na podstawie oświadczenia gwarancyjnego • záruka 24 měsíců podle prohlášení o záruce • 24 mjesечно jamstvo u skladu s jamstvenom deklaracijom • 24 luni garanție conform declarației de garanție • 24 месеца гаранция в съответствие с гаранционната декларация • 24-mesečná záruka podľa vyhlásenia o záruke • 24-mesečna garancija, skladno z garancijsko izjavo • 24 hónap garancia a garanciafeltételekben leírtak szerinti • гарантія на 24 місяці відповідно заяві про гарантію • Гарантія 24 місяця согласно заявленим гарантійним правилам • نام ضمانت 24 ماهه

Kaufdatum, Händlerstempel, Unterschrift • date of purchase, dealer stamp, signature • aankoopdatum, dealerstempel, handtekening • date d'achat, tampon du concessionnaire, signature • data di acquisto, timbro del rivenditore, firma • fecha de compra, sello del distribuidor, firma • data de compra, carimbo do distribuidor, assinatura • kjøpsdato, forhandlerstempel, signatur • data zakupu, pieczęć sprzedawcy, podpis • datum zakoupení, razítko prodejce, podpis • datum kupovine, žig trgovca, potpis • data de achiziție, stampila furnizorului, semnătură • Дата на покупката, Печат на Продавача, Подпис • dátum nákupu, pečiatka obchodníka/predajcu, podpis • datum nakupa, žig trgovca, potpis • vásárlás dátuma, kereskedő bélyegzője, aláírás • дата придбання, печатка продавця, підпис • Дата приобретения, штамп продавца, Подпись •
چاپ و تاریخ خرید، مهر و امضاء فروشنده، امضاء

ETV
www.etv.de

ETV

Elektro-technische Vertriebsges. mBH
www.etv.de

AEG
perfekt in form und funktion