

beurer

GS 485



RUS

Стеклянные весы

Инструкция по применению

Уважаемый покупатель,

благодарим Вас за выбор продукции нашей фирмы. Мы производим современные, тщательно протестированные, высококачественные изделия для измерения массы, артериального давления, температуры тела, пульса, для легкой терапии, массажа, косметического ухода, ухода за детьми и очистки воздуха.

Внимательно прочтите данную инструкцию по применению, сохраняйте ее для последующего использования, храните ее в месте, доступном для других пользователей, и следуйте ее указаниям.

С наилучшими пожеланиями,
компания Beurer

Содержание

1. Для ознакомления	2	8. Проведение измерения.....	6
2. Пояснения к символам.....	3	9. Оценка результатов.....	6
3. Указания по технике безопасности.....	3	10. Прочие функции	7
4. Информация.....	4	11. Чистка прибора и уход за ним.....	7
5. Описание прибора.....	4	12. Утилизация	8
6. Ввод весов в эксплуатацию.....	4	14. Гарантия/сервисное обслуживание	9
7. Ввод в эксплуатацию при помощи приложения.....	5		

Комплект поставки

- Краткое руководство для быстрой установки весов
- Стеклоплатформенные весы GS 485
- 1 x CR 2032
- Инструкция по применению

1. Для ознакомления

Функции прибора

Цифровые стеклоплатформенные весы предназначены для взвешивания. Они служат для личного (домашнего) пользования.

Весы обладают следующими функциями, которые могут использовать до 8 человек:

- измерение массы тела и индекса массы тела (BMI),
- определение основного обмена веществ и уровня физической активности.

Кроме того, весы имеют ещё следующие функции:

- Переключение между единицами измерения: килограмм „kg“, фунт „lb“ и стоун „st“.
- Автоматическое отключение.
- Индикатор состояния батарейки показывает, что батарейка разряжается,
- автоматическое определение пользователя,
- светодиодная индикация трех инициалов пользователя,
- хранение 30 последних измерений для 8 человек в случае невозможности переноса данных в приложение,
- возможность хранения до 20 измерений неавторизованных пользователей,
- Весы работают с Bluetooth® Smart (Low Energy) и отправляют сигнал в частотном диапазоне 2,4 ГГц.

Системные требования

Смартфон/планшетный компьютер, совместимый с Bluetooth® 4.0 например, iPhone 4S, 5 и 5S.

Список совместимых устройств:



2. Пояснения к символам

В инструкции по применению используются следующие символы.



ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ Предупреждает об опасности травмирования или.



ВНИМАНИЕ Указывает на возможные повреждения прибора/принадлежностей.



Указание Отмечает важную информацию.

3. Указания по технике безопасности

Внимательно прочитайте данную инструкцию и следуйте указаниям, приведённым в ней.

Сохраните инструкцию для дальнейшего использования и на случай возможной передачи другому пользователю.



ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ

- Не вставайте на одну сторону весов у самого края. Опасность опрокидывания!
- При попадании в пищеварительный тракт батарейки могут представлять опасность для жизни. Храните батарейки и весы в недоступном для детей месте. Лицу, проглотившему батарейку, следует незамедлительно обратиться к врачу.
- Не давайте детям упаковочные материалы от весов (опасность удушья).
- Внимание! Не становитесь мокрыми ногами на весы! Не становитесь на весы, если их поверхность мокрая! Вы можете поскользнуться!



Обращение с элементами питания

- Регулярно заменяйте элементы питания.
- Элементы питания нельзя перезаряжать или реактивировать с помощью различных средств, не разбирайте их, не бросайте в огонь и не замыкайте накоротко.
- Разряженные элементы питания могут стать причиной неисправности прибора. При длительном перерыве в использовании прибора выньте элементы питания из батарейного отсека.
- Если один из элементов питания разрядился, наденьте защитные перчатки и почистите батарейный отсек сухой салфеткой.
- Элементы питания могут содержать токсичные вещества, вредные для здоровья и окружающей среды. В связи с этим утилизируйте элементы питания в строгом соответствии с действующими законодательными нормами.
- Ни в коем случае не выбрасывайте отработавшие элементы питания в обычный мусор.
- Не бросайте элементы питания в огонь. Опасность взрыва!



Общие указания

- Прибор разработан для личного пользования и не предназначен для использования в медицинских или коммерческих целях.
- Учтите, что возможны погрешности измерения, т. к. речь идет не о поверенных весах для профессионального, медицинского использования.
- Максимальная нагрузка для весов составляет 180 кг (396 фунтов, 28 стоун). При измерении веса результаты отображаются с шагом 100 г (0,2 фунта).
- Потребность в калориях указывается с шагом 1 ккал.
- При поставке на весах установлены единицы измерения «см» и «кг». Во время пуска в эксплуатацию с помощью приложения можно менять настройки единиц измерения.
- Установите весы на ровное твёрдое покрытие; твёрдость и ровность площадки под весами является необходимым условием для корректных измерений.
- Защищайте прибор от ударов, воздействия влаги, пыли, химических агентов, сильных температурных колебаний. Не устанавливайте прибор в непосредственной близости от источников тепла (печи, нагревательные приборы).
- Ремонтные работы должны выполняться в Сервисном центре или в авторизованной мастерской. При возникновении отказа в работе сначала проверьте элементы питания. При необходимости замените их.

- Мы гарантируем, что данный прибор соответствует европейским R&TTE директивам 1999/5/EC.

Обратитесь в сервисный центр по указанному адресу для получения подробных сведений — например, о соответствии директивам ЕС.

Хранение и уход

Точность измерений и срок службы прибора зависят от бережного обращения с ним.



ВНИМАНИЕ

- Периодически следует чистить прибор. Не используйте абразивные моющие средства, не погружайте прибор в воду.
- Следите за тем, чтобы на весы не попадала вода. Не погружайте весы в воду. Не мойте весы под струей воды.
- Если весы не используются для взвешивания, не ставьте на них никакие предметы.
- Защищайте прибор от ударов, воздействия влаги, пыли, химических агентов, сильных температурных колебаний. Не устанавливайте прибор в непосредственной близости от источников тепла (печи, нагревательные приборы).
- Не нажимайте на кнопки острыми предметами или слишком сильно.
- Не подвергайте весы воздействию высоких температур или сильных электромагнитных полей.

4. Информация

Общие советы

- Чтобы получить более точные результаты, взвешивайтесь примерно в одно и то же время суток (лучше утром), посетив предварительно туалет, натошак и без одежды.

5. Описание прибора

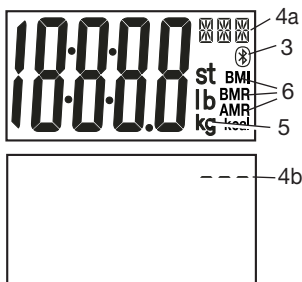
Обратная сторона

1. Кнопка reset («Сброс»)
2. Отделение для батареек



Дисплей

3. Значок Bluetooth® для связи весов со смартфоном
- 4а. Инициала пользователя, напр. Том
- 4б. Измерение неавторизованного пользователя «---»
5. Масса тела
6. Данные о теле, например, ИМТ, жировая масса, доля внутреннего жира, скорость основного/активного обмена веществ



6. Ввод весов в эксплуатацию

Установка батареек

Если имеется, снимите изолирующую пленку с крышки отсека для батареек либо снимите защитную пленку с самой батарейки и установите ее, соблюдая полярность. Если весы не работают, полностью вытащите батарейку и установите ее заново.

Установка весов

Установите весы на прочный, ровный пол; прочное напольное покрытие является условием точных измерений.

7. Ввод в эксплуатацию при помощи приложения

Для определения физических показателей необходимо ввести в память весов личные данные пользователя.

Весы оснащены 8 ячейками памяти, в которых Вы и, например, члены Вашей семьи сможете хранить личные данные.

Дополнительно пользователи могут подключаться с помощью мобильных устройств с установленным приложением Healthmanager или путем изменения профиля пользователя в программе (см. настройки приложения).

Для того чтобы во время ввода в эксплуатацию Bluetooth®-соединение оставалось активным, держите смартфон на достаточно близком расстоянии от весов.

Установите весы на прочный, ровный пол; прочное напольное покрытие является условием точных измерений.

– **Активируйте в настройках смартфона функцию Bluetooth®.**

и **Примечание:** Устройства Bluetooth Smart, такие как эти весы, не отображаются в общих настройках списка устройств Bluetooth. Устройства Bluetooth Smart могут отображаться только с помощью специальных приложений или в приложениях изготовителя устройства.

– **Установите через App Store приложение Beurer Healthmanager.**

– **Запустите приложение и следуйте указаниям.**

– **Включите весы**

и **Указание:** Весы GS 485 перед синхронизацией должны быть включены, после этого их можно будет выбрать в приложении. Для включения весов коснитесь их, наступив ногой.

– **Выберите в приложении GS 485.**

– **Введите данные, касающиеся GS 485.**

В приложении Beurer Healthmanager должны быть выбраны следующие настройки:

Данные пользователя	Значения
Инициалы/сокращенная подпись	макс. 3 буквы или цифры
Рост	от 100 до 220 см (от 3' 3,5" до 7' 2,5")
Возраст	от 10 до 100 лет
Пол	мужской (♂), женский (♀)
Степень физической активности	от 1 до 5

Степени активности

Для выбора степени активности имеет значение средне- или долгосрочное наблюдение.

Степень физической активности	Физическая активность
1	Нет.
2	Низкая: Низкая или лёгкая физическая нагрузка (напр. прогулки, лёгкая работа в саду, гимнастика).
3	Средняя: Физическая нагрузка как минимум 2–4 раза в неделю, по 30 минут.
4	Высокая: Физическая нагрузка как минимум 4–6 раз в неделю, по 30 минут.
5	Очень высокая: Интенсивные физические нагрузки, интенсивные тренировки или тяжёлый физический труд, ежедневно не менее 1 часа.

– Когда в приложении появится соответствующий запрос, проведите процедуру согласно правилам пользования.

Для автоматического распознавания пользователя при первом измерении необходимо ввести свои данные. Для этого следуйте указаниям приложения. Встаньте на весы, стойте спокойно, равномерно распределив вес на обе ноги.

8. Проведение измерения

Измерение веса, проведение диагностики

Теперь встаньте на весы. На весах следует стоять спокойно, равномерно распределяя вес на обе ноги. Весы немедленно начинают измерение.

Отображается вес.

Если указан пользователь, то на дисплее отображаются ИМТ, доля внутреннего жира, скорость основного обмена веществ и AMR. В этом случае также отображаются инициалы.

Если пользователь не определяется, то на дисплее отображается только измеренная масса тела, инициалы также не отображаются «- - -».



Указание! Для дальнейшего рассмотрения следует использовать только измерения, указанные на весах.

Выключение весов

Весы автоматически отключаются.

9. Оценка результатов

Индекс массы тела (BMI)

Индекс массы тела (BMI) - это число, которое часто используется при оценке массы тела человека. Это число рассчитывается, исходя из массы тела человека и его роста, по следующей формуле: Индекс массы тела = масса тела : Рост². Единицей измерения индекса массы тела соответственно является [кг/м²]. Для взрослых людей (20 лет и старше) распределение по весу на основании индекса BMI происходит следующим образом (источник: ВОЗ):

Категория		BMI
Недостаточная масса тела	Острый дефицит массы	< 16
	Средний дефицит массы	16-16,9
	Легкий дефицит массы	17-18,4
Нормальный вес		18,5-24,9
Избыточный вес	Предожирение	25,0-29,9
Ожирение (избыточный вес)	Ожирение I-й степени	30-34,9
	Ожирение II-й степени	35-39,9
	Ожирение III-й степени	≥ 40

BMR

Уровень основного обмена (BMR = Basal Metabolic Rate) – это количество энергии, которое требуется организму в полном покое для обеспечения своих основных функций (например, если 24 часа лежать в кровати). Эта величина в значительной степени зависит от веса, роста и возраста.

Диагностическими весами она показывается в единицах „ккал/сутки“; расчет производится по признанной современной наукой формуле Гарриса-Бенедикта.

Данное количество энергии требуется организму в любом случае; оно должно быть возвращено ему в виде питания. Если Вы в течение долгого времени получаете меньше энергии, это может повлечь вред для здоровья.

AMR

Жизненная активность (AMR = Active Metabolic Rate) определяется как количество энергии, необходимое организму для поддержания активной жизнедеятельности в течение дня. Расход энергии тем больше, чем выше физическая активность человека.

Диагностические весы определяют это значение согласно степени активности (1–5), заданной в настройках весов. Чтобы поддерживать текущую массу тела, необходимо восполнить расход энергии при приёме пищи и напитков. Если в течение длительного времени восполнение энергии меньше, чем расход, организм начнёт его за счёт жировых отложений. Масса тела при этом снижается. И наоборот, если в течение длительного времени восполнение энергии больше, чем рассчитанное значение для жизненной активности (AMR), организм получает избыток энергии, который создаёт прирост жировой массы. Общая масса тела при этом увеличивается.

10. Прочие функции

Назначение пользователя

При новом измерении весы сохраняют результаты в ячейке памяти того пользователя, у которого последнее измеренное значение массы тела отличается от результата не больше чем на +/-2 кг.

Измерения для неавторизованных пользователей

Если невозможно определить пользователя, в ячейку памяти которого необходимо сохранить измеренное значение, весы сохраняют его как неизвестное. На дисплее в поле инициалов пользователя появится текст «-- --». На весах можно хранить макс. 20 неизвестных измеренных значений.

При помощи приложения Вы можете присвоить неизвестные значения Вашему пользователю.

Сохранение присвоенных значений в память весов

Если приложение не открыто, новые присвоенные значения сохраняются в памяти весов. На весах можно хранить до 30 значений для каждого пользователя. Сохраненные измеренные значения автоматически переносятся в приложение, если Вы откроете его при включенных весах в пределах действия Bluetooth-соединения. Синхронизация данных занимает ок. 10 секунд.

Автоматический перенос данных при выключенных весах невозможен.

Удаление данных с весов

Если Вы хотите полностью удалить все пользовательские данные и измерения из памяти весов, включите весы и удерживайте кнопку Reset («Сброс») нажатой примерно в течение 3 секунд.

На дисплее на несколько секунд появится «dEL».

Эта функция необходима, если Вы хотите, например, удалить неправильно настроенные или ненужные данные пользователя.

После этого снова выполните действия, описанные в гл. 7 («Ввод в эксплуатацию с помощью приложения»).

Замена батареек

Весы показывают, когда необходимо заменить батарейки. При использовании слишком слабой батарейки на дисплее появляется надпись Lo, и весы автоматически отключаются. В этом случае батарейку следует заменить (CR 2032).

11. Чистка прибора и уход за ним

Периодически следует чистить прибор.

Для чистки используйте влажную тряпочку, на которую нанесите при необходимости моющее средство.



ВНИМАНИЕ

- Ни в коем случае не пользуйтесь растворителями и чистящими средствами!
- Ни в коем случае не погружайте прибор в воду!
- Запрещается чистить прибор в стиральной или посудомоечной машине!

12. Утилизация

Использованные элементы питания и аккумуляторы утилизируются отдельно от бытового мусора. Как потребитель Вы обязаны сдавать отработавшие элементы питания. Вы можете сдать их в специализированные приёмные пункты по месту жительства, занимающиеся сбором такого вида отходов.



Указание:

Эти знаки предупреждают о наличии в элементах питания следующих токсичных веществ:

Pb = свинец, Cd = кадмий, Hg = ртуть.



В интересах охраны окружающей среды отработавшие веса с элементами питания ни в коем случае нельзя выбрасывать в обычный мусор. Утилизация должна производиться в соответствии с местными законодательными нормами.

Соблюдайте местные законодательные нормы по утилизации отходов.

Прибор следует утилизировать согласно Директиве ЕС по отходам электрического и электронного оборудования — WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).

В случае вопросов обращайтесь в местную коммунальную службу, ответственную за утилизацию отходов.



13. Что делать при возникновении каких-либо проблем?

Если при взвешивании произошла ошибка, на дисплей выводится одно из следующих сообщений.

Дисплейное сообщение	Причина	Устранение
« - - - »	Неизвестное измерение, так как не выполнены условия присвоения пользователей или однозначное присвоение невозможно.	Выполните назначение неизвестного измерения в приложении или повторите процедуру назначения пользователей.
Eгг	Был превышен макс. допустимый вес 180 кг.	Не превышать нагрузку 180 кг.
Eгг или указан неверный вес	Неровная поверхность.	Поставьте веса на ровную, твердую поверхность пола. Используйте дополнительные амортизирующие вкладки для нижней поверхности коврика
Eгг или указан неверный вес.	Неспокойно стоите на весах	Стойте по возможности спокойно на весах
указан неверный вес	Неверный ноль шкалы весов.	Подождите, пока веса снова автоматически выключатся. Включите веса, подождите пока появится установка «0.0 кг», затем повторите измерение.
Отсутствует Bluetooth®-соединение (на дисплее нет значка ).	Устройство находится вне радиуса действия. Весы не включены	Радиус действия в свободном пространстве — ок. 10–25 м. Стены и потолки ограничивают радиус действия. Соединению могут мешать также другие радиосигналы, поэтому не ставьте веса вблизи таких устройств, как WLAN-маршрутизатор, микроволновая печь, индукционная варочная панель. Включите веса.

Дисплейное сообщение	Причина	Устранение
FULL	Пользовательская память заполнена. Измерения больше не сохраняются.	Откройте приложение и включите весы. Данные измерений автоматически перенесутся. Это может занять до 1 минуты.
Lo	Батарейка в весах не работает.	Замените батарейки в весах.

14. Гарантия/сервисное обслуживание

Более подробная информация по гарантии/сервису находится в гарантийном/сервисном талоне, который входит в комплект поставки.

