



GIMA

PROFESSIONAL MEDICAL PRODUCTS

**BILANCIA BODY FAT LIBRA
LIBRA BODY FAT SCALE
ANALYSEUR DE GRAISSE CORPORELLE
ESCALA DE GORDURA LIBRA BODY
BÁSCULA GRASA CORPORAL LIBRA
LIBRA WAGA Z POMIAREM TKANKI
TŁUSZCZOWEJ**

REF 27088 - 27089

Produttore/Manufacturer/Fabricant/
Fabricante/Fabricante/Producent:
ZHONGSHAN TRANSTEK ELECTRONICS CO., LTD
No.23, Jin'an Road, Minzhong, Zhongshan,
528441, Guangdong, China
Made in China

Importato da / Imported by / Importé par /
Importado por / Importado por / Importowane przez:

Gima S.p.A.

Via Marconi, 1 - 20060 Gessate (MI) Italy
gima@gimaitaly.com - export@gimaitaly.com

www.gimaitaly.com



Dziękujemy za wybranie Szklanego Analizatora Tkanki Tłuszczowej GBF-835.

Należy uważnie przeczytać całą niniejszą instrukcję, aby zapewnić bezpieczne użytkowanie produktu, i odpowiednio ją przechowywać, aby umożliwić powołanie się na informacje w niej zawarte, w przypadku wystąpienia jakichkolwiek problemów.

Spis treści

INFORMACJE BEZPIECZEŃSTWA	68
Informacje dotyczące bezpieczeństwa i użytkowania	68
Wskazania	69
PRZEGLĄD	69
Komponenty urządzenia	69
Lista	69
Wyświetlacz LCD.....	70
PIERWSZE URUCHOMIENIE	70
Instrukcje ogólne	70
Usuwanie paska izolacyjnego	71
Wymiana baterii.....	71
Wybór jednostki miary	72
Inicjalizacja wagi.....	72
Używanie do pomiaru masy ciała	73
Ustawianie profilu użytkownika.....	73
URUCHOMIENIE POMIARU	74
Pierwszy pomiar	74
Pomiar codzienny.....	75
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW	76
Komunikaty o błędach	76
W czasie pomiaru.....	76
SPECYFIKACJE	77
KONSERWACJA	77
ZAŁĄCZNIK	78
Porady zdrowotne - O tkance tłuszczowej.....	78
Porady zdrowotne – O wodzie w organizmie	78
Porady zdrowotne – O masie mięśniowej	79
Porady zdrowotne – O masie kostnej.....	79
Wytyczne EMC	79

INFORMACJE BEZPIECZEŃSTWA

Informacje dotyczące bezpieczeństwa i użytkowania

Sygnaly ostrzegawcze i symbole są zasadniczymi elementami dla zapewnienia poprawnego i bezpiecznego użytkowania przedmiotowego produktu i zostały zastosowane w celu zapewnienia ochrony użytkownika i innych osób.



UWAGA

Analizator tkanki tłuszczowej GBF-835 umożliwia bezproblemowe zarządzanie swoim zdrowiem. Należy pamiętać, że urządzenie zostało zaprojektowane do samodzielnego mierzenia i monitorowania składu ciała i przeznaczone do użytku przez osoby zdrowe, powyżej 10 roku życia. Informacje dotyczące urządzenia nie mogą być wykorzystywane w żadnym wypadku do leczenia lub zapobiegania jakimkolwiek chorobom. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości, zwrócić się po poradę lekarską.

Przedmiotowe urządzenie nie jest przeznaczone do użytku przez kobiety w ciąży lub podejrzewające ciążę.

Konsekwencje jego oddziaływanie na płód nie są znane.

Przedmiotowe urządzenie nie jest przeznaczone do użytku przez osoby posiadające przenośne lub wszczepialne elektroniczne urządzenia medyczne, takie jak rozruszniki sera lub defibrylator.

Przedmiotowe urządzenie nie może być używane przez osoby z ostrymi i przewlekłymi chorobami lub przez osoby zażywające leki, które wpływają na poziom wody w organizmie. Dokładność pomiarów u tego rodzaju pacjentów nie została zbadana. Należy zasięgnąć specjalistycznej porady lekarskiej.

Na życzenie, producent może udostępnić schematy obwodowe, listę komponentów, itp.

OSTRZEŻENIE: Zabrania się wprowadzania modyfikacji do przedmiotowego urządzenia. Mogą one zwiększyć EMISJE urządzenia lub zmniejszyć ODPORNOŚĆ na zakłócenia GBF-835.

Urządzenia używać zgodnie z informacjami wskazanymi w instrukcji obsługi. Nieodpowiednie używanie produktu może spowodować porażenie prądem elektrycznym, poparzenie, pożar i inne nagłe, nieprzewidziane zagrożenia.

Urządzenie należy używać i przechowywać w środowisku o warunkach wskazanych w instrukcji obsługi. Nie wystawiać urządzenia na oddziaływanie ekstremalnych temperatur, bezpośredniego promieniowania słonecznego, wilgotność i nie używać w środowisku korozyjnym.

Nie wchodzić na wagę, kiedy ciało lub stopy są mokre, zwłaszcza po kąpieli lub zaraz po wyjściu z prysznicy, aby uniknąć poślizgnięcia.

Urządzenie trzymać poza zasięgiem małych dzieci i zwierząt, gdyż małe elementy urządzenia mogą się dostać do dróg oddechowych lub do gardła i spowodować śmierć lub poważne obrażenia.

Nie używać urządzenia po upływie przewidzianego okresu żywotności, gdyż zniszczone czujniki i elektrody lub poluzowane elektrody mogą oddziaływać na jego wydajność lub spowodować inne problemy.

W przypadku alergii na stal nierdzewną, unikać kontaktu z elektrodami zainstalowanymi na urządzeniu.

Urządzenie jest przeznaczone do użytku bezpośrednio przez pacjenta. Pacjent może wykonywać pomiary, wymieniać baterie, w przewidzianych warunkach użytkowania, oraz poddawać urządzenie i jego akcesoria konserwacji, zgodnie ze wskazaniami zawartymi w instrukcji obsługi.

ZALECENIA DOTYCZĄCE UŻYTKOWANIA

- Analizator tkanki tłuszczowej jest przeznaczony do mierzenia masy ciała i, dzięki wykorzystaniu technologii analizy impedancji bioelektrycznej (BIA), do wykonywania pomiarów tkanki tłuszczowej, zawartości wody w organizmie, masy kostnej i masy mięśniowej u zdrowych dzieci w wieku 10-17 lat i dorosłych.
- Sprzęt przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego.

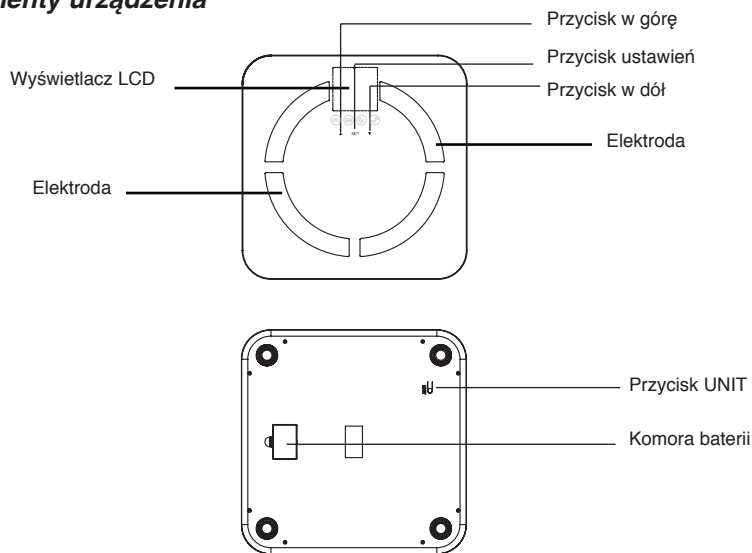
Wskazania

Aby zapewnić dokładne wykonanie pomiaru, postępować zgodnie z poniżej wskazanymi instrukcjami.

- Ważę umieścić na płaskiej, twardej powierzchni. Miękką powierzchnią, jak na przykład dywan, może zakłócać działanie wagi.
- Wejść na wagę bosymi stopami. Stać nieruchomo i zachować pełną styczność z elektrodami aż do momentu zakończenia pomiaru.
- Pomiar wykonać co najmniej dwie godziny po przebudzeniu lub posiłku.
- Należy unikać wykonywania pomiarów natychmiast po wyczerpującym wysiłku fizycznym, saunie lub kąpeli, po picciu i jedzeniu.
- Pomiar wykonywać zawsze w tym samym oknie czasowym i na wadze umiejscowionej na takiej samej płaskiej, twardej powierzchni.
- Aby zapewnić maksymalną dokładność i powtarzalność, zaleca się, aby stosować urządzenie o tej samej porze dnia i w tym samym miejscu.
- Stan skóry pod stopami może wpłynąć na odczyt. Skóra, wraz z upływem lat lub w zależności od rodzaju aktywności, może stać się twarda. Aby zapewnić maksymalny stopień dokładności, odczyt wykonywać najlepiej po oczyszczeniu stóp, kiedy są one jeszcze wilgotne. W przypadku problemów w obsłudze wagi, skontaktować się z biurem obsługi klienta.
- Ocena procentowej zawartości tkanki tłuszczowej może się różnić w zależności od zawartości wody w organizmie. Na wynik mogą mieć wpływ odwodnienie lub nadmierne nawodnienie związane z takimi czynnikami jak, spożycie alkoholu, menstruacja, choroba, intensywne ćwiczenia fizyczne, itp.

PRZEGLĄD

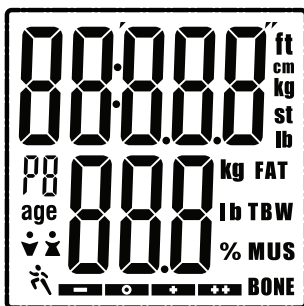
Komponenty urządzenia



Lista

1. Szklany analizator tkanki tłuszczowej GBF-835
2. Dwie baterie CR2032 (3V każda)
3. Instrukcja obsługi

Wyświetlacz LCD



FAT	Wynik analizy zawartości tkanki tłuszczowej		Mężczyzna
TBW	Wynik analizy zawartości wody w organizmie		Mężczyzna - atleta
MUS	Wynik analizy zawartości masy mięśniowej		Kobieta
BONE	Wynik analizy zawartości masy kostnej		Kobieta - atleta
st lb	Kamień		Niedobór tkanki tłuszczowej
lb	Funty		W normie
kg	Kilogram		Nadmiar tkanki tłuszczowej
%	Zawartość procentowa		Otyłość
ft	Stopa		ID użytkownika (Zakres od P1 do P8)
cm	Centymetr	age	Wiek

PIERWSZE URUCHOMIENIE

Instrukcje ogólne

Analizator tkanki tłuszczowej GBF-835 wykorzystuje technologię BIA (Analizy Impedancji Bioelektrycznej).

Niewielka ilość prądu o małym natężeniu przepływa przez ciało człowieka w celu wykrycia impedancji bioelektrycznej i dokonania oceny zawartości tkanki tłuszczowej, wody, masy mięśniowej i masy kostnej w organizmie. Prąd elektryczny jest bardzo słaby i nieodczuwalny.

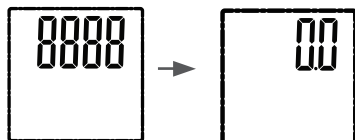
Technologia BIA to metoda tania, bezpieczna, nieinwazyjna, nietoksyczna i nieszkodliwa. Pomimo tego, że charakteryzuje się ona prostotą działania, jest źródłem wielu cennych informacji.

Wartość prądu, o którym mowa powyżej, wynosi mniej niż 0,5mA. Jednakże, należy pamiętać o tym, że osoby posiadające przenośne lub wszczepialne elektroniczne urządzenia medyczne, takie jak rozruszniki serca, powinny unikać stosowania przedmiotowego urządzenia.

Urządzenie jest przeznaczone do stosowania przez zdrowe dzieci w wieku 10-17 lat i przez zdrowych dorosłych.

Usuwanie paska izolacyjnego

- Otworzyć pokrywę baterii w tylnej części wagi.
- W komorze baterii zainstalowany jest nowy zestaw baterii, zgodnie z wymaganiami biegunowości. Przed pierwszym użyciem należy usunąć pasek izolacyjny. Pasek usunąć zgodnie ze wskazanym kierunkiem (strzałka znajduje się na pasku).
- Zamknąć pokrywę baterii i poczekać aż na wyświetlaczu LCD pojawią się cyfry „0.0”.

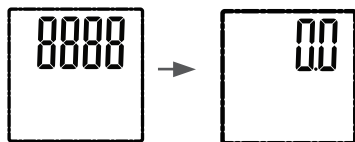
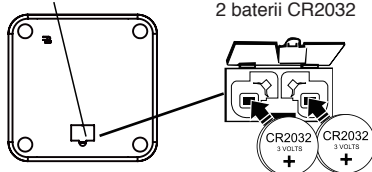


Wymiana baterii

- Otworzyć pokrywę baterii w tylnej części wagi.
- Włożyć baterie (2x CR2032) do komory baterii, zgodnie z wymogami biegunowości, którą stosownie oznaczono w komorze.
* Na LCD pojawią się cyfry 8888.
- Zamknąć pokrywę baterii i poczekać aż na wyświetlaczu LCD pojawią się cyfry „0.0”.

Otwórz pokrywę baterii

Ukierunkowanie
2 baterii CR2032

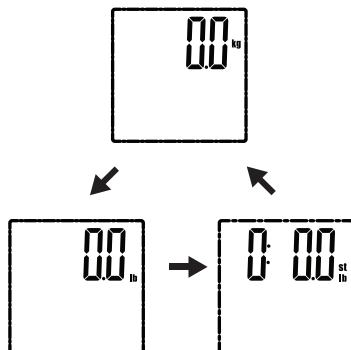


UWAGA

- W przypadku wyświetlenia symbolu „Lo”, urządzenie wkrótce ulegnie wyłączeniu. W takim wypadku należy wymienić cały zestaw baterii na nowy. Wymienić obie baterie w tym samym czasie. NIE mieszać starych baterii z nowymi.
- Zużyte baterie to odpady niebezpieczne. NIE usuwać razem z odpadami komunalnymi. W celu usunięcia zużytych baterii i urządzenia przestrzegać przepisów dotyczących recyklingu obowiązujących na miejscu.
- Jeżeli urządzenia nie używa się przed długi okres czasu zaleca się, aby wyjąć z niego baterie.
- Należy odpowiednio przechowywać baterie micro, aby uniknąć połknięcia przez dzieci.

Wybór jednostki miary

Po prawidłowym zainstalowaniu baterii, nacisnąć na przycisk „UNIT” znajdujący się po tylnej stronie wagi, aby wybrać jednostkę miary. Jednostką ustawioną domyślnie są „kg”. Aby zmienić jednostkę na funty lub kamienie należy nacisnąć na przycisk „UNIT”.

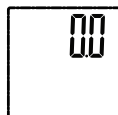


UWAGA

Po ustawieniu jednostki umieścić wagę na płaskiej, twardej powierzchni. Odczekać kilka sekund i wykonać pomiar zgodnie z procedurą opisaną poniżej. Jeżeli w trybie ważenia nie zostanie wykonana żadna czynność, po kilku sekundach waga sama się wyłączy.

Inicjalizacja wagi

1. Nacisnąć na środek wagi i natychmiast zdjąć stopę.
2. Na wyświetlaczu pojawią się cyfry „0.0”.



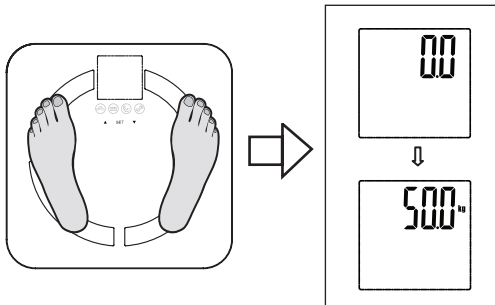
3. Waga się wyłączy i jest gotowa do używania. Proces inicjalizacji musi zostać powtórzony, jeżeli waga się poruszy. Jeżeli proces przebiegł pomyślnie, można wejść na wagę.

Używanie do pomiaru masy ciała

Analizator tkanki tłuszczowej może działać jak tradycyjna waga - do mierzenia masy ciała. Tego typu działanie nie wymaga dodatkowego programowania.

Po inicjalizacji wagi, zgodnie z procedurą opisaną poniżej, można na nią wejść i wykonać pomiar masy ciała. Dotyczy wyłącznie odczytu masy ciała.

1. Umieścić wagę na płaskiej, twardej powierzchni. Powierzchnie nierówne lub pokryte wykładziną mogą wpływać na dokładność pomiaru.
2. Wejść na wagę i stać nieruchomo oczekując na wskazanie wyniku pomiaru.
3. Masa ciała zostanie wyświetlona na wadze.
4. Waga wyłączy się samodzielnie po kilku sekundach.

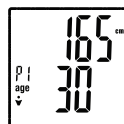


Ustawianie profilu użytkownika

Analizator tkanki tłuszczowej GBF-835 umożliwia zapisanie wielu użytkowników (Maksymalnie ośmiu). Poniżej opisano sposób przypisania identyfikatora do Użytkownika i ustawienia danych profilu, łącznie z płcią, budową ciała i wiekiem.

1. Przypisywanie identyfikatora do użytkownika

- Po prawidłowym zainstalowaniu baterii, nacisnąć na przycisk „SET/USTAW”, aby wejść do ustawień bez włączania wagi.
- System poprosi najpierw o wybranie identyfikatora ID dla użytkownika. „P1” zacznie migać, jak pokazano na rysunku znajdującym się poniżej. Operator musi nacisnąć na przycisk funkcyjny ▲ lub ▼ wybrać ID użytkownika wśród dostępnych identyfikatorów, od P1 do P8.
- Nacisnąć na przycisk „SET”, aby potwierdzić identyfikator użytkownika.

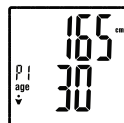


2. Ustawianie płci

- Po potwierdzeniu identyfikatora użytkownika, system przejdzie do ustawień płci.
- Obrazek zacznie migać, jak pokazano ▼ na rysunku znajdującym się poniżej. Operator musi nacisnąć na przycisk funkcyjny ▲ lub ▼ wybrać płeć (Mężczyzna/Kobieta/Mężczyzna-Athleta/ Kobieta-Athleta).
- Nacisnąć na przycisk „SET”, aby potwierdzić płeć.

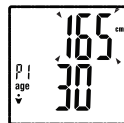
Tryb Atlety:

Za atletę uważa się osobę, która przez co najmniej 10 godzin tygodniowo wykonuje ćwiczenia aerobowe i jej częstotliwość rytmu serca w spoczynku wynosi 60 uderzeń na minutę. Są to osoby, które powinny wybrać Tryb Atlety, aby zapewnić jak najbardziej dokładne odczyty. Analizator tkanki tłuszczowej nie posiada danych kalibracyjnych odpowiednich dla zawodowych atletów lub kulturystów.



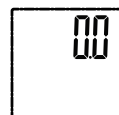
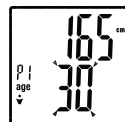
3. Ustawianie budowy ciała

- Po potwierdzeniu płci, system automatycznie przejdzie do ustawień związanych z budową ciała.
- W tym momencie zacznie migać liczba „165”, jak pokazano na rysunku znajdującym się poniżej. Operator musi nacisnąć na przycisk funkcyjny ▲ lub ▼ zwiększyć, albo zmniejszyć tę liczbę.
- Można nacisnąć i przytrzymać wciśnięt przycisk funkcyjny ▲ lub ▼, aby wykonać szybką zmianę. Nacisnąć na przycisk „SET”, aby potwierdzić.



4. Ustawianie wieku

- Po wprowadzeniu danych dotyczących budowy ciała, system przejdzie do ustawień wieku.
 - W tym momencie zaczną migać liczba „30”, jak pokazano na rysunku znajdującym się poniżej. Operator musi nacisnąć na przycisk funkcyjny ▲ lub ▼ zwiększyć, albo zmniejszyć tę liczbę.
 - Można nacisnąć i przytrzymać wciśnięty przycisk funkcyjny ▲ lub ▼, aby wykonać szybką zmianę. Nacisnąć na przycisk „SET”, aby potwierdzić ustawiony wiek.
5. Po wprowadzeniu danych dotyczących wieku, LCD wyświetli „0.0” umożliwiając uruchomienie pomiaru.
6. Powtórzyć procedurę, aby ustawić dane innych użytkowników lub zmienić dane już wprowadzone.
- Uwaga: Aby zaktualizować lub zastąpić zapisane dane, należy wprowadzić požądane modyfikacje wykonując taką samą procedurę, jak ta opisana powyżej.

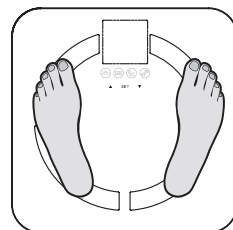


URUCHOMIENIE POMIARU

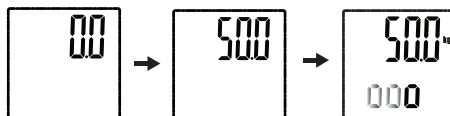
Pierwszy pomiar

- Wagę umieścić na płaskiej, twardej powierzchni.
 - Nacisnąć na przycisk SET.
 - Kiedy numer użytkownika, który dokonał ostatniego pomiaru, zaczną migać, wybrać swój numer użytkownika przez naciśnięcie na przycisk ▲ lub ▼. Po upływie 3 sekund wybrany numer zostanie zablokowany i waga wskaże odczyt zerowy.
- (Uwaga: Kiedy numer użytkownika miga i ponownie naciśnię się na przycisk SET, można wejść w tryb ustawień. Po wprowadzeniu wszystkich danych, na wyświetlaczu pojawi się ponownie odczyt zerowy.)

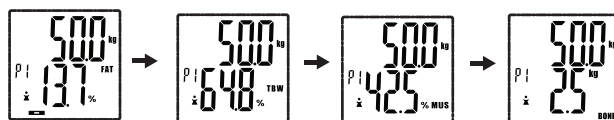
KROK 1: Wejść na wagę bosymi stopami, kiedy na wyświetlaczu LCD pojawi się „0.0”.



KROK 2: Stać nieruchomo aż do momentu gdy dane dotyczące masy ciała się ustabilizują i ulegną automatycznemu zablokowaniu. Utrzymywać pełną styczność z elektrodami aż do momentu gdy „0” przestanie się poruszać na LCD.



KROK 3: Oprócz masy ciała zostaną wskazane: tkanka tłuszczowa, całkowita zawartość wody w organizmie, masa mięśniowa i masa kostna. Dane zostaną wyświetlone trzykrotnie, po czym się wyłącza.



* W czasie wyświetlania zawartości tkanki tłuszczowej na LCD pojawi się także odpowiedni symbol. Symbol ten określa ogólny poziom tkanki tłuszczowej w organizmie: Od niedoboru tkanki tłuszczowej do otyłości.



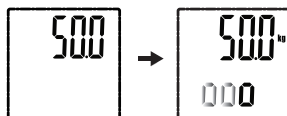
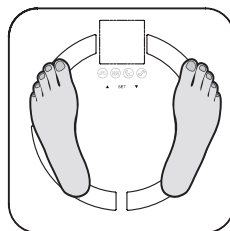
* Jeżeli pomiar składu ciała nie powiedzie się, na LCD wyświetlą się wyłącznie dane dotyczące masy ciała.

(Szczegóły dotyczące pojawiających się problemów zostały wskazane w rozdziale Rozwiązywanie problemów .)

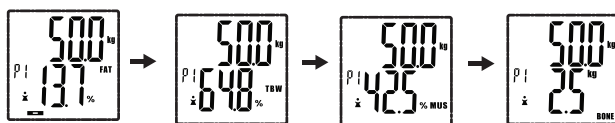
Pomiar codzienny

Dzięki zastosowaniu oryginalnej, opatentowanej technologii SENSE ON, analizator GBF-835 automatycznie się włączy zaraz po wejściu bojsymi stopami na wagę.

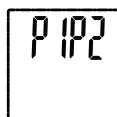
Stać nieruchomo i utrzymywać pełną styczność z elektrodami aż do momentu gdy „o” przestanie się poruszać na LCD.



W zależności od wyników analizy, system samodzielnie określi identyfikator użytkownika, dla którego zarejestrował w historii najbardziej zbliżone dane. Następnie wyniki pomiaru zostaną wyświetlone trzykrotnie.





W przypadku gdy system wykryje dwóch lub większą ilość użytkowników o zbliżonych danych w systemie, poprosi o wybranie swojego numeru, na przykład pomiędzy P1 i P2. Można nacisnąć na przycisk, aby wybrać P1 ▲ lub na przycisk, aby wybrać P2 ▼. Wyniki pomiaru zostaną przypisane do wybranego identyfikatora użytkownika i wyświetlone trzykrotnie, po czym się wyłączą. Jeżeli nie wybierze się identyfikatora użytkownika, wykryte identyfikatory będą się wyświetlać w sekwencji przez kilka sekund, a następnie się wyłączą.



W przypadku gdy system nie wykryje żadnego możliwego identyfikatora użytkownika, LCD wyświetli wyłącznie dane dotyczące masy ciała. (Szczegóły dotyczące możliwych rozwiązań wskazano w rozdziale Rozwiązywanie problemów.)

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Komunikaty o błędach

Błąd	Opis	Rozwiązanie
	Przeciążenie. Urządzenie się wyłączy.	Nie używać tej wagi do pomiaru masy ciała.
	Niski poziom baterii. Urządzenie się wyłączy po upływie czterech sekund.	Wymienić obie baterie CR2032. Do wymiany używać wyłącznie autoryzowanych baterii.

W czasie pomiaru...

Problem	Przyczyna	Rozwiązanie
Nieprawidłowe wyniki pomiarów: - Za wysokie, LUB - Za niskie, LUB - Duża różnica pomiędzy dwoma ostatnimi pomiarami.	Nieprawidłowo określona budowa ciała	Wejść bosymi stopami na wagę i stać nieruchomo.
	Urządzenie zostało ustawione na nierównej lub na miękkiej powierzchni, jak wykładzina.	Urządzenie ustawić na płaskiej, twardej powierzchni.
	Stopy są za suche.	Zwilżyć stopy wilgotną szmatką, tak aby podczas uruchamiania pomiaru były one lekko wilgotne.
Brak wyświetlania na LCD po włączeniu urządzenia.	Nie zainstalowano baterii.	Zainstalować baterie. (Powołać się na informacje podane w rozdziale Wymiana baterii)
	Zużyte baterie.	Wymienić obie baterie CR2032. Do wymiany używać wyłącznie autoryzowanych baterii.
NIE można wykonać analizy tkanki tłuszczowej, zawartości wody w organizmie, masy mięśniowej i masy kostnej.	Użytkownik stanął na wadze w skarpetkach lub w butach.	W celu wykonania analizy należy wejść bosy na wagę i utrzymać pełną styczność z elektrodami.
	System nie wykrywa możliwości identyfikatora użytkownika o najbardziej zbliżonych danych.	Należy przypisać identyfikator użytkownikowi zgodnie z instrukcjami wskazanymi w rozdziale Ustawianie profilu użytkownika.
	Użytkownik nie wybrał identyfikatora z tych wskazanych przez system.	Należy przypisać identyfikator użytkownikowi zgodnie z instrukcjami wskazanymi w rozdziale Ustawianie profilu użytkownika.
Urządzenie się wyłącza.	Niski poziom baterii.	Wymienić obie baterie CR2032. Do wymiany używać wyłącznie autoryzowanych baterii.

SPECYFIKACJE

Nazwa produktu	Szklany analizator tkanki tłuszczowej
Wymiary	Waga: 310x310x18,8mm (Okolo)
Waga netto	Okolo 1,9kg (z wyłączeniem ogniw)
Wyświetlacz	Cyfrowy LCD
Jednostki pomiarowe	Kilogram / Funt / Kamień
Zakres pomiaru	od 5 kg do 150 kg/ 0 st: od 11 lb do 23 st: od 8 lb/ 11 lb do 330,7 lb
Podział	0,1 kg / 0,2 lb / 0,2 lb
Dokładność	50 ±0,3 kg; 100 ±0,4 kg; 150 ±0,5 kg;
Środowisko robocze	Temperatura: 5°C do 40°C Wilgotność względna: ≤90% RH Ciśnienie atmosferyczne: 86kPa do 106kPa
Środowisko przechowywania	Temperatura: -20°C do 60°C Wilgotność względna: ≤90% RH Ciśnienie atmosferyczne: 50kPa do 106kPa
Źródło zasilania	6V (2x baterie CR2032)
Metoda włączenia	Technologia SENSE ON
Automatyczne wyłączenie	Waga wyłącza się po 10 sekundach braku aktywności.
Akcesoria	1. 2x baterie CR2032 2. Instrukcja obsługi
Tryb działania	Działanie ciągłe

O dokładności tego produktu

- Przedmiotowy produkt, przed dostarczeniem do klienta, jest poddawany ścisłej kontroli, dlatego producent gwarantuje jego dokładność.
Powołać się na tabelę znajdującą się powyżej, aby zapoznać się z informacjami dotyczącymi dokładności pomiarów.
- Przedmiotowy produkt został zaprojektowany do wykonywania analizy tkanki tłuszczowej i do pomiaru masy ciała. NIE może być on w żadnym wypadku używany do kontroli wagi towarów.

KONSERWACJA

W celu wykonania konserwacji należy przestrzegać niżej wskazanych zaleceń:

- Do wycierania kurzu UŻYWAĆ suchej miękkiej szmatki.
- Do usunięcia zanieczyszczeń UŻYWAĆ zwilżonej i dobrze wyciśniętej miękkiej szmatki. Następnie osuszyć za pomocą suchej miękkiej szmatki.
- NIE myć urządzenia wodą i nie zanurzać.
- NIE UŻYWAĆ paliwa, środków ściernych lub innych substancji chemicznych do oczyszczenia z zabrudzeń, aby uniknąć odbarwienia lub nieprawidłowości działania.
- NIE demontować urządzenia. W przypadku problemów, skontaktować się z Gima. (Dane kontaktowe zostały wskazane w rozdziale Warunki Gwarancyjne)

ZAŁĄCZNIK

Porady zdrowotne - O tkance tłuszczowej

Ciało ludzkie składa się, między innymi, z określonej zawartości tłuszczu. Tkanka tłuszczowa ma zasadnicze znaczenie dla zdrowia i prawidłowego funkcjonowania organizmu człowieka. Chroni organy wewnętrzne, gromadzi witaminy, przyczynia się do regulowania temperatury ciała i umożliwia podtrzymanie podstawowych funkcji organizmu w przypadku braku pożywienia. Nadmierna lub niewystarczająca ilość tkanki tłuszczowej w organizmie jest szkodliwa dla zdrowia. Trudno jest ocenić, na podstawie obserwacji naszego ciała w lustrze, jakiej ilości tkanki tłuszczowej potrzebuje nasz organizm.

Dlatego ważne jest, aby mierzyć i monitorować zawartość procentową tkanki tłuszczowej w naszym ciele. Analiza procentowej zawartości tkanki tłuszczowej w organizmie jest bardziej wiarygodnym wskaźnikiem naszej kondycji fizycznej, niż sam pomiar masy ciała. W rzeczy samej, utrata wagi może oznaczać, że dochodzi do zmniejszenia masy mięśniowej, a nie do ograniczenia tkanki tłuszczowej, której zawartość procentowa w organizmie może być wysoka, pomimo tego, że waga pozostaje „w normie”.

W poniższej tabeli wskazano dane odniesienia, które mogą być stosowane jako wskazówka:

Zawartość procentowa tkanki tłuszczowej (Jednostka: %):

Wiek	Kobieta				Mężczyzna			
	Niedobór tkanki tłuszczowej	W normie	Nadmiar tkanki tłuszczowej	Otyłość	Niedobór tkanki tłuszczowej	W normie	Nadmiar tkanki tłuszczowej	Otyłość
<39	<21	21,1-33	33,1-39	>39	<8	8,1-20	20,1-25	>25
40-59	<23	23,1-34	34,1-40	>40	<11	11,1-22	22,1-28	>28
>59	<24	24,1-36	36,1-42	>42	<13	13,1-25	25,1-30	>30

Porady zdrowotne – O wodzie w organizmie

Woda w organizmie jest najważniejszym składnikiem masy ciała. Stanowi ona ponad połowę całkowitej masy ciała i prawie dwie trzecie beztłuszczowej masy ciała (odpowiadającej głównie masie mięśniowej). Woda w naszym organizmie pełni szereg ważnych zadań:

Wystarczająca ilość wody w organizmie jest niezbędna do prawidłowego funkcjonowania wszystkich komórek, w skórze, gruczołach, mięśniach, mózgu i itd. Ponadto woda jest niezbędna dla zachowania równowagi termicznej ciała, w szczególności przez proces pocenia.

W związku z powyższym, aby prowadzić zdrowy tryb życia, należy monitorować również poziom nawodnienia organizmu, gdyż może być on zachwiany, pomimo utrzymania prawidłowej masy ciała i zawartości tkanki tłuszczowej.

W poniższej tabeli wskazano dane odniesienia, które mogą być stosowane jako wskazówka:

Zawartość wody w organizmie (Jednostka: %):

Wiek	Kobieta			Mężczyzna		
	Niski	Normalny	Wysoki	Niski	Normalny	Wysoki
10-15	<57	57,1-67	>67	<58	58,1-72	>72
16-30	<47	47,1-57	>57	<53	53,1-67	>67
31-60	<42	42,1-52	>52	<47	47,1-61	>61
61-80	<37	37,1-47	>47	<42	42,1-56	>56

Porady zdrowotne – O masie mięśniowej

Według danych American College of Sports Medicine (ACSM), beztłuszczowa masa mięśniowa może się zmniejszyć o niemalże 50 procent u osób w przedziale wiekowym od 20 do 90 lat. Jeżeli nie wstrzyma się tego procesu, dojdzie do utraty masy mięśniowej i do zwiększenia zawartości tkanki tłuszczowej w organizmie. W okresie utraty wagi bardzo ważne jest, aby znać zawartość procentową masy mięśniowej. W stanie spoczynku ciało spala około 110 kalorii na każdy kilogram nabieranej masy mięśniowej. Korzyściami płynącymi z nabycia masy mięśniowej są:

- Odwrócenie tendencji do spadku siły, gęstości kości i masy mięśniowej wraz z wiekiem
- Utrzymanie elastyczności stawów
- W połączeniu ze zbilansowaną dietą, przyczynia się do spadku wagi.

W poniższej tabeli wskazano dane odniesienia, które mogą być stosowane jako wskazówka:

Zawartość masy mięśniowej w organizmie (%):

	Kobieta	Mężczyzna
W normie	>34	>40

Porady zdrowotne – O masie kostnej

Regularne ćwiczenia i zbilansowana dieta pomagają w utrzymaniu zdrowych kości. Tak jak mięsień, również kość stanowi żywą tkankę, która może się wzmocnić dzięki regularnie wykonywanym ćwiczeniom. Mniej więcej w wieku trzydziestu lat, u większości osób, kości osiągają największą masę. Po czterdziestym roku życia rozpoczyna się ich powolne niszczenie. Regularne wykonywanie ćwiczeń fizycznych może zapobiec temu procesowi.

Ponadto wapń i witamina D, których najlepszymi źródłami są przetwory mleczne, zielone warzywa liściaste i ryby, wspomagają utrzymanie zdrowych kości.

Odczyty dotyczące zawartości tkanki kostnej w organizmie wykonywane przez produkt mogą być niedoszacowane. W związku z tym osoby chore na osteoporozę lub osoby o niskiej gęstości kości mogą nie uzyskać dokładnych wyników. W przypadku obaw związanych ze stanem swoich kości należy się zwrócić do lekarza.

Zakres zawartości tkanki kostnej (kg) \geq 10,0kg

Wytyczne EMC

1. MEDYCZNE URZĄDZENIA ELEKTRYCZNE wymagają przestrzegania specjalnych środków ostrożności w odniesieniu do EMC i muszą być instalowane i uruchamiane zgodnie z wymogami dotyczącymi EMC podanymi w ZAŁĄCZONEJ DOKUMENTACJI.
2. Bezprzewodowy sprzęt łącznościowy, jak urządzenia podłączone do bezprzewodowej sieci domowej, telefony komórkowe, telefony bezprzewodowe i ich stacje bazowe, walkie-talkie, mogą oddziaływać na sprzęt i powinny być od niego oddalone o co najmniej $d = 3,3$ m. (Uwaga. Jak wskazano w tabeli 6 normy IEC 60601-1-2:2007 dla URZĄDZEŃ MEDYCZNYCH, w przypadku typowego telefonu komórkowego o maksymalnej mocy wyjściowej równej 2 W należy zachować $d = 3,3$ m, aby spełnić wymóg odporności na narażenia o wartości 3 V/m)



Utylizacja: Produktu nie należy utylizować łącznie z odpadami komunalnymi. Użytkownicy są zobowiązani do przekazania urządzenia do odpowiedniego centrum recyklingowego wyspecjalizowanego w utylizacji sprzętów elektrycznych i elektronicznych.

WARUNKI GWARANCJI GIMA

Obowiązuje 12-miesięczna standardowa gwarancja B2B Gima.

