

جهاز مراقبة تركيبة الجسم فيفا (HBF-222T-EBK)

EN
DE
FR
ES
IT
NL
RU
TR
AR

- Instruction Manual
- Gebrauchsanweisung
- Mode d'emploi
- Manual de instrucciones
- Manuale di istruzioni
- Gebruiksaanwijzing
- РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ
- Kullanım Kılavuzu

• كتيب الإرشادات

نشكركم لشراءك جهاز مراقبة تركيبة الجسم من OMRON. قبل استخدام هذا الجهاز، يرجى الحرص على قراءة دليل الإرشادات الذي بين يديك بعناية لاستيعاب طريقة الاستخدام السليم والأمن. يرجى الحرص على الحفاظ على دليل الإرشادات الذي بين يديك للرجوع إليه في المستقبل.

VIVA

جهاز مراقبة تركيبة الجسم

دواعي الاستخدام

نشكركم لشراكتك جهاز مراقبة تركيبة الجسم من OMRON. إن هذا الجهاز مصمم لقياس العوامل التالية التي تحدد تركيبة الجسم.

- وزن الجسم
- الدهون الحشوية (ما يصل إلى ٣٠ مستوى)
- العضلات الهيكلية (بالنسبة المئوية)
- الأيض وقت الراحة (بالسر الحراري)
- نسبة الدهون في الجسم (بالنسبة المئوية)
- العضلات الهيكلية (بالنسبة المئوية)
- BMI (مؤشر كتلة الجسم)

إن هذا الجهاز مصمم بما يتيح تشغيله من جانب الكبار الذين يستطيعون استيعاب المعلومات الواردة بدليل الإرشادات الذي بين يديك. إن هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام المهني في المستشفيات أو في المرافق الطبية الأخرى، بل يقتصر استعماله على الاستخدام المنزلي.

يرجى قراءة دليل الإرشادات هذا بعناية قبل الاستخدام وللإطلاع على مزيد من المعلومات حول الوظائف الفردية.



المحتويات

٢. قبل استخدام الجهاز.....
٢. ملاحظات حول السلامة.....
٤. ١. تعرف على الجهاز.....
٥. ٢. تركيب البطاريات واستبدالها.....
٦. ٣. إقران الجهاز بجهاز ذكي لديك.....
٧. ٤. تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ.....
٨. ٥. تسجيل البيانات الشخصية.....

٩. إرشادات التشغيل.....
٩. ٦. كيفية إجراء قياس دقيق.....
٩. ٦-١ أوضاع الجسم الصحيحة الواجب الالتزام بها أثناء القياس.....
١٠. ٦-٢ معلومات عن وظيفة التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction" (تنبيه خاص بطريقة التخزين).....
١٠. ٦-٣ كيفية إجراء تصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction".....
١٠. ٧. أخذ القياس.....

١٢. استخدام وظيفة الذاكرة.....
١٢. ٨. عرض نتائج القياس على جهاز ذكي لديك.....

١٣. إذا استدعى الأمر.....
١٣. ٩. تحديد رقم الشخص الخاص بك وإجراء القياس.....
١٤. ١٠. استخدام وضع الضيف (الوضع الخاص بعدم التسجيل).....
١٥. ١١. قياس الوزن فقط.....
١٦. ١٢. تغيير أو حذف البيانات الشخصية.....
١٧. ١٣. حذف إعدادات الاتصال.....
١٧. ١٤. الصيانة والتخزين.....
١٨. ١٥. تحري الأخطاء وإصلاحها.....
٢١. ١٦. البيانات الفنية.....

٢٤. معلومات حول تركيبة الجسم.....
٢٤. ١٧. معلومات حول مكونات الجسم.....
٢٦. ١٨. الأشكال التوضيحية الخاصة بتفسير نتائج القياس.....

ملاحظات حول السلامة

تظهر الرموز والتعريفات على النحو التالي:

⚠️ خطر:	قد يتسبب الاستخدام غير الصحيح في مخاطر تؤدي إلى حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.
⚠️ تحذير:	قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.
⚠️ تنبيه:	قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى حدوث إصابات أو إتلاف الممتلكات.

⚠️ خطر:

- لا تقم أبداً باستخدام هذا الجهاز جنباً إلى جنب مع الأجهزة الإلكترونية الطبية مثل: (١) الأجهزة الإلكترونية الطبية المزروعة، مثل أجهزة تنظيم ضربات القلب. (٢) الأجهزة الإلكترونية لدعم الحياة، مثل القلب/الرئة الصناعية. (٣) الأجهزة الإلكترونية الطبية المحمولة، مثل جهاز رسم القلب.
- قد يتسبب هذا الجهاز في حدوث قصور في أداء تلك الأجهزة، مما يؤدي إلى مخاطر صحية كبيرة لمستخدمي تلك الأجهزة.



⚠️ تحذير:

- احتفظ بالجهاز بعيداً عن متناول الأطفال. يحتوي على قطع صغيرة قد تسبب خطر الاختناق إذا ما تم ابتلاعها بواسطة الأطفال الصغار.
- تجنب استخدام هذا الجهاز على الأسطح الزلقة، مثل الأرضية المبللة.
- اثبت على الجهاز وتجنب القفز عليه، أو الوثب المتكرر فوقه.
- تجنب استخدام هذا الجهاز عندما يكون جسمك و/أو قدمك مبللتين، كما هو الحال بعد الاستحمام.
- قف على الجهاز حافي القدمين. فالوقوف على الجهاز مرتدياً جوارب قد يتسبب في انزلاقك وتعرضك للإصابة الجسدية.
- لا تقف على حافة الجهاز أو على منطقة الشاشة الموجودة بالجهاز.
- يجب دوماً مساعدة الأشخاص المعاقين أو ذوي البنى الضعيفة بواسطة شخص آخر عند استخدام هذا الجهاز.
- في حالة وصول سائل البطارية إلى داخل عينيك، اغسلهما على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف. بادر باستشارة الطبيب على الفور.
- تجنب استخدام هذا المنتج في المستشفيات، أو الطائرات، أو البيئات الأخرى حيث يتم فرض قيود على استخدام موجات الراديو.
- تتبعت من هذا المنتج موجات راديو ذات تردد (RF) في نطاق ٢,٤ جيجا هرتز. تجنب استخدام هذا المنتج في حال التواجد في أماكن تفرض قيوداً تتعلق بتردد موجات الراديو، مثل التواجد على متن طائرة أو في المستشفيات.

⚠️ تنبيه:

- لا تقم بكف الجهاز أو إصلاحه أو تعديله.
- لا تبدأ في إنقاص الوزن أو في برنامج للتمارين الرياضية دون استشارة طبيب أو متخصص في الرعاية الصحية أو لآ. فقد يتسبب التشخيص الذاتي في الإضرار بصحتك.
- تأكد من عدم وجود أي هاتف محمول أو أي أجهزة كهربائية أخرى تتبعت منها مجالات كهرومغناطيسية في نطاق ٣٠ سم من هذا الجهاز أثناء القياس. فقد يتسبب ذلك في سوء تشغيل الجهاز و/أو يؤدي إلى ظهور قراء غير دقيقة.
- استخدم البطاريات المخصصة لهذا الجهاز. لا تقم بتركيب البطاريات مع وجود أقطابها في الاتجاه الخاطئ.
- استبدل البطاريات القديمة بأخرى جديدة على الفور.
- لا تتخلص من البطاريات بإلقائها في النار.

- في حالة ملائمة سائل البطارية لجلدك أو ملابسك، اغسلها على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف.
- انزع البطاريات من هذا الجهاز في حالة عدم استخدامها لفترة طويلة من الوقت (حوالي ثلاثة أشهر أو أكثر).
- لا تستخدم أنواعًا مختلفة من البطاريات في آن واحد.
- لا تستخدم بطاريات جديدة مع أخرى قديمة.
- احرص دائمًا على غسل قدميك قبل استخدام الجهاز. وإذا كنت تعاني من عدوى بالقدم أو من مرض جلدي آخر، فقد تتسبب في إصابة الآخرين بالعدوى.
- في حالة استخدام العديد من الأشخاص للجهاز، امسح الجهاز بقطعة من القماش بها منظف معتدل بعد استخدامها. ثم جفف الجهاز.
- لا تستخدم هذا الجهاز لأغراض غير المذكورة في هذا الكتيب.
- وحيث إن هذا الجهاز عبارة عن جهاز بالغ الدقة، فلا تقم بإسقاطه أو هزه أو تعريضه لصدمة قوية.

نقل البيانات

- تجنب استبدال البطارية أثناء نقل نتيجة القياس الخاصة بك إلى جهاز ذكي لديك. فقد ينتج عن ذلك سوء تشغيل جهاز المراقبة وفشل نقل نتيجة القياس الخاصة بك.
- تجنب وضع بطاقات الدائرة المتكاملة، أو مواد مغناطيسية، أو أجسام معدنية، أو أجهزة أخرى تبعث منها مجالات كهربومغناطيسية بالقرب من جهاز المراقبة أثناء نقل نتيجة القياس الخاصة بك إلى جهاز ذكي لديك. فقد ينتج عن ذلك سوء تشغيل الجهاز وفشل نقل نتيجة القياس الخاصة بك.

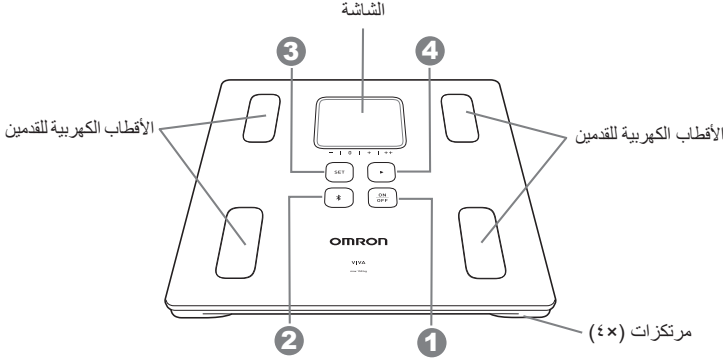
القياسات غير الصحيحة

قد يحصل المستخدمون التالي ذكرهم على قياسات غير صحيحة:

- كبار السن (فوق ٨١ عامًا) / الأشخاص المصابون بالحمى / الأشخاص الذين يمارسون رياضة بناء الجسم أو الرياضيون المدربون بدرجة عالية / المرضى الذين تم إجراء عملية تنقية الدم من الشوائب لهم / المرضى المصابون بهشاشة العظام الذين تكون كثافة العظام منخفضة لديهم / الحوامل / المصابون بالأورام.
- ذلك نظرًا لاحتمال اختلاف كمية المواد التي تشتمل عليها تركيبة الجسم مثل الماء عن المعدل المتوسط بدرجة كبيرة.

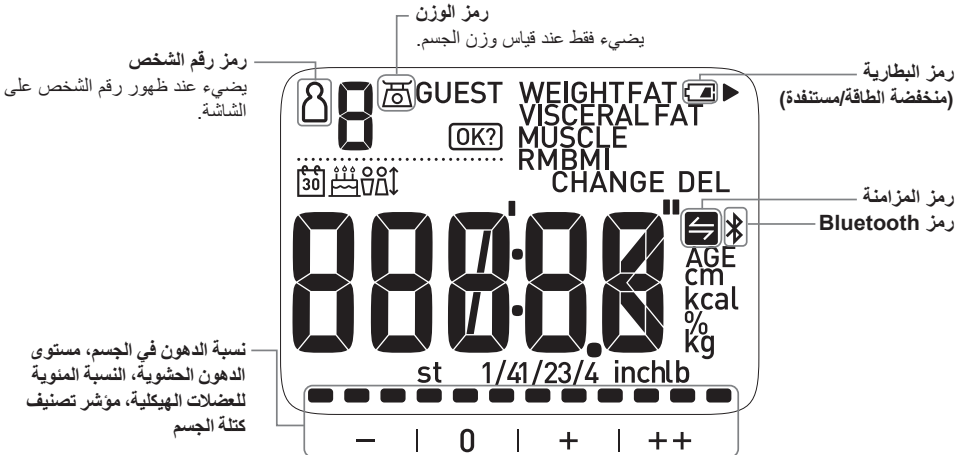
١. تعرف على الجهاز

الوحدة الرئيسية



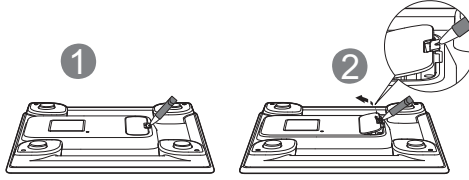
<p>زر ON/OFF (التشغيل/إيقاف التشغيل)</p> <ul style="list-style-type: none"> • اضغط على هذا الزر لتشغيل الطاقة. • اضغط على هذا الزر (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز. 		<p>1</p>
<p>زر Bluetooth</p> <ul style="list-style-type: none"> • اضغط على هذا الزر لنقل البيانات يدوياً. • اضغط على هذا الزر (لمدة ثانيتين أو أكثر) لإقران الجهاز بجهاز ذكي لديك. • يظل هذا الزر صالحاً للاستخدام أيضاً بعد فصل الطاقة عن الجهاز. 		<p>2</p>
<p>زر SET (تعيين)</p> <ul style="list-style-type: none"> • اضغط على هذا الزر لتعيين البيانات أو تأكيدها. 		<p>3</p>
<p>زر Advance (الانتقال للخطوة التالية)</p> <ul style="list-style-type: none"> • اضغط على هذا الزر للانتقال إلى الخطوة التالية. • اضغط على هذا الزر مع الاستمرار في الضغط للانتقال سريعاً إلى الخطوات التالية أثناء تعيين التاريخ والوقت والطول. 		<p>4</p>

الشاشة

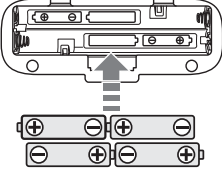


٢. تركيب البطاريات واستبدالها

١. افتح غطاء البطارية الموجود في الجزء الخلفي من الجهاز. يمكن الاستعانة بجمص صلب، كالقلم الجاف مثلاً، لتنفيذ ذلك.



٢. قم بتركيب البطاريات مع مراعاة أن تكون الأقطاب في وضع صحيح كما هو موضح داخل حجرة البطاريات.

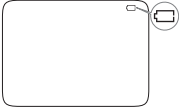


٣. أغلق غطاء البطارية.

عمر البطارية واستبدالها

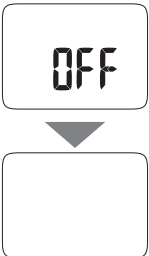
- حوالي ستة أشهر (عند استخدام البطاريات القوية بحجم AAA في حالة إجراء أربعة قياسات بالإضافة إلى نقل البيانات أربع مرات واستخدام الجهاز من جانب أربعة أشخاص بشكل يومي في درجة حرارة الغرفة التي تبلغ ٢٣ درجة مئوية).
• إن البطاريات المزود بها الجهاز مخصصة للاستخدام التجريبي فقط، لذا فقد تستمر لفترة أقصر.
- عندما يظهر رمز البطارية المستنفذة [] على الشاشة، استبدل البطاريات الأربع كلها بأخرى جديدة.
• استبدل البطاريات الأربع جميعها بأخرى جديدة (من نفس النوع) في وقت واحد.
• عندما يومض رمز انخفاض طاقة البطارية []، نوصيك باستبدال البطاريات بأخرى جديدة مقدماً.
- استبدل البطاريات بعد فصل الطاقة.
• يتم الاحتفاظ البيانات الشخصية المُخزنة بالجهاز حتى وإن تمت إزالة البطاريات.
• يجب التخلص من البطاريات المُستخدمة وفقاً للقوانين القومية المتعلقة بالتخلص من البطاريات.
- عند استبدال البطاريات، يجب إعادة تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ. (راجع القسم ٤).
• إذا كنت قد قمت بالفعل بإقران الجهاز بتطبيق "OMRON connect"، فاضغط على زر * للاتصال بهذا التطبيق، سيتم تلقائياً بعد ذلك تعيين الوقت والتاريخ.

رمز البطارية
المستنفذة



معلومات عن وظيفة فصل الطاقة

- اضغط على الزر (لمدة ثائتينين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.
- سيتم فصل الطاقة تلقائياً في الحالات التالية.
• بعد مرور ١٠ ثوان على ظهور "Err" على الشاشة
• عدم استخدام الجهاز لمدة دقيقة واحدة عند ظهور "0.0 kg" على الشاشة
• عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق



٣. إقران الجهاز بجهاز ذكي لديك

١. قم بتشغيل تقنية Bluetooth بجهاز ذكي لديك.

٢. قم بتنزيل وتثبيت تطبيق "OMRON connect" على الجهاز الذكي لديك.

يمكنك اختيار تنفيذ إحدى الطريقتين التاليتين.

■ قم بإجراء مسح ضوئي لرمز الاستجابة السريعة (QR) للوصول إلى العنوان التالي.

omronconnect.com/setup



رمز الاستجابة
السريعة

■ ابحث عن تطبيق "OMRON connect" في "App Store" أو "Google Play".



٣. افتح التطبيق على الجهاز الذكي لديك واتبع إرشادات الإعداد والإقران.

إذا كان لديك بالفعل تطبيق "OMRON connect"، فانقل إلى:

Add Device < Device < Menu

ملاحظات

- يمكن لجهاز ذكي واحد أن يتعامل مع بيانات مستخدم واحد.
- إذا تم استخدام تطبيق آخر بخلاف "OMRON connect"، فقد يؤدي ذلك إلى عدم نقل البيانات بصورة صحيحة.
- يرجى قراءة طريقة الاستفادة من التطبيق وإرشادات الاستخدام الموجودة بالتطبيق لمعرفة التفاصيل.

٤. تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ

يلزم تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ قبل إجراء القياس للمرة الأولى أو بعد استبدال البطاريات.

• يمكن أيضاً تعيين الوقت والتاريخ من خلال تطبيق "OMRON connect".

١. اضغط على الزر  لتشغيل الطاقة.

تومض وحدتا القياس "cm و kg" الظاهرتان على الشاشة.

٢. قم بتعيين وحدة القياس.

اضغط على الزر  لتعديل وحدة القياس ثم اضغط على الزر  لتأكيدھا.

• إن وحدة القياس الافتراضية هي "cm و kg".


• يمكنك تعيين وحدة القياس لتصبح "inch و lb" أو "inch و st-lb".

٣. قم بتعيين الجهاز على القيم الصحيحة للوقت والتاريخ.

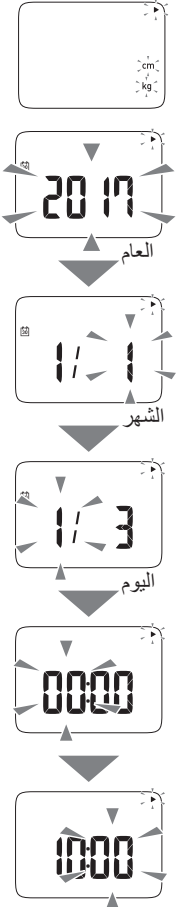
اضغط على الزر  لتعديل وحدة القياس ثم اضغط على الزر  لتأكيدھا.

• نطاق تعيين القيمة التي تمثل العام: ٢٠١٧ إلى ٢٠٤٥.

• يظهر الوقت بصيغة نظام ٢٤ ساعة.


• بينما تقوم بتعيين القيمة التي تمثل العام وكذلك التاريخ والساعة والدقيقة، اضغط على زر  مع

الاستمرار في الضغط للانتقال سريعاً إلى القيمة التالية بزيادة مقدارها ١٠.



بعد أن تظهر كافة الإعدادات الخاصة بوحدة القياس والعام والشهر واليوم والساعة والدقيقة على الشاشة بالترتيب الموضح، سيتم فصل الطاقة تلقائياً.

ملاحظات

- إذا ارتكبت خطأ أثناء تعيين القيم، فاضغط على الزر  لفصل الطاقة والبدء من "الخطوة ١" مرة أخرى.
- يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق. ويجب تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ من جديد.
- لتعديل وحدة القياس أو الوقت أو التاريخ، أزل البطاريات من الجهاز وانتظر لمدة ٢٠ ثانية على الأقل. بعد ذلك أدخل البطاريات وقم بإعادة التعيين مرة أخرى.

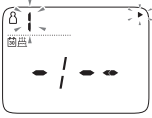
٥. تسجيل البيانات الشخصية

يعتبر تسجيل البيانات الشخصية (تاريخ الميلاد، النوع، الطول) أمرًا ضروريًا لإجراء قياس لتركيبية جسمك. ويمكن تخزين بيانات مسجلة تخص مجموعة يصل عددها إلى أربعة أشخاص.

• يمكن أيضًا تسجيل البيانات الشخصية من خلال تطبيق "OMRON connect".

١. اضغط على الزر لتشغيل الطاقة.

يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١". ويظهر على الشاشة تاريخ الميلاد (-/-).




٢. حدد رقم الشخص، وقم بتأكيد.

اضغط على الزر  لتحديد رقم الشخص ثم اضغط على الزر  لتأكيد.

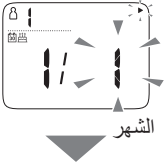
٣. حدد تاريخ الميلاد.

اضغط على الزر  لتعيين تاريخ الميلاد ثم اضغط على الزر  لتأكيد.

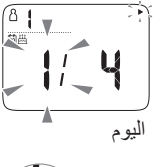
- نطاق تعيين القيمة التي تمثل العام: من ١٩٠٠ حتى ٢٠٤٥
- بينما تقوم بتعيين القيمة التي تمثل العام وكذلك التاريخ، اضغط على زر  مع الاستمرار في الضغط للانتقال سريعًا إلى القيمة التالية بزيادة مقدارها ١٠.



العام







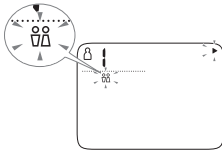
الشهر





اليوم

٤. قم بتعيين النوع

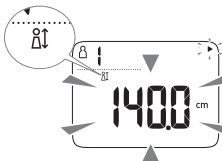
اضغط على الزر  لتعيين النوع  (ذكر) أو  (أنثى) ثم اضغط على الزر  للتأكيد.



٥. قم بتعيين الطول.

اضغط على الزر  لتعديل الطول ثم اضغط على الزر  لتأكيد.

- اضغط باستمرار للانتقال سريعًا إلى القيمة التالية بزيادة بمقدار ١٠ سم (أو ١ بوصة).
- بعد أن يتم عرض كافة الإعدادات من أجل التأكيد، يظهر "0.0 kg" على الشاشة.



٦. قف فوق الجهاز لإجراء القياس عندما يظهر على الشاشة "0.0 kg".

يتم تسجيل بيانات وزن الجسم وتركيبه الجسم بالجهاز، وذلك للمساعدة على التعرف التلقائي على المستخدم. وبعد مرور بعض الوقت، تظهر نتائج القياس على النحو التالي.



٧. ابتعد عن الجهاز بعد ظهور نتائج القياس.

حينئذٍ يكتمل تسجيل البيانات الشخصية.

٨. اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثابنتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

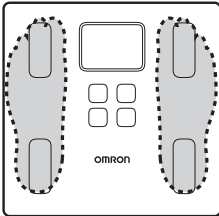
لإضافة بيانات شخصية جديدة، ابدأ في تنفيذ الخطوات بدءًا من "الخطوة ١".

إرشادات التشغيل

٦. كيفية إجراء قياس دقيق

١-٦ أوضاع الجسم الصحيحة الواجب الالتزام بها أثناء القياس

يجب عليك الوقوف على الجهاز حافي القدمين.
ضع باطن قدميك فوق الوحدة الرئيسية بالجهاز.



ملاحظة

- إن وقوفك على الجهاز مرتدًا جوارب أو أي حذاء أو خف سيؤدي إلى الحصول على قياس غير دقيق.



تجنب ثني الركبتين أثناء القياس.

يجب إجراء القياس على أرضية صلبة ومستوية.

ملاحظة

- إن وجود سطح لين على الأرضية، مثل سجاد أو بساط صغير، قد يؤدي إلى الحصول على قياس غير دقيق.

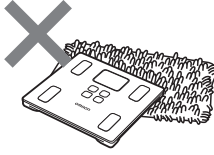
AR

٢-٦ معلومات عن وظيفة التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction" (تنبيه خاص بطريقة التخزين)

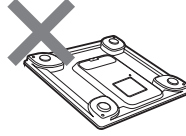
- يعمل الجهاز على تصحيح مستوى الدقة بصفة دورية تلقائيًا أثناء فترة عدم استخدامه.
- إذا تم وضع الجهاز بالطريقة الموضحة فيما يلي، فلن تعمل وظيفة تصحيح الدقة المذكورة، ويجب إجراء تصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction" قبل إجراء القياس.



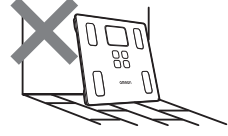
يوجد جسم ما فوق الجهاز



الجهاز موجود فوق جسم آخر

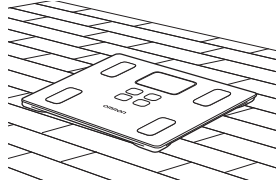


الجهاز في وضع مقلوب



الجهاز يستند على جدار أو أجسام أخرى

٣-٦ كيفية إجراء تصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction"



١. ضع الجهاز على أرضية صلبة ومستوية.

٢. اضغط على الزر لتشغيل الطاقة.

٣. حدد رقم الشخص أو "0.0".

حدد رقم الشخص الخاص بك أو "0.0" باستخدام الزر ثم اضغط على الزر للتأكيد.

٤. عندما يظهر على الشاشة "0.0 kg"، اضغط على الزر (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز. يؤدي ذلك الإجراء إلى اكتمال التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction". انتظر لمدة خمس ثوان، ثم قم بإجراء القياس.

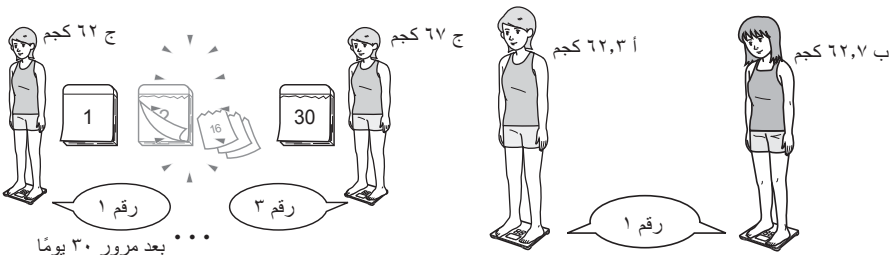
إرشادات التشغيل

٧. أخذ القياس

عندما يقف شخص ما على الجهاز، سيبدأ الجهاز في العمل للتعرف على رقم الشخص تلقائيًا وبدء إجراءات القياس.

قد يظهر على الشاشة رقم خطأ يعبر عن رقم الشخص في الحالات التالية:

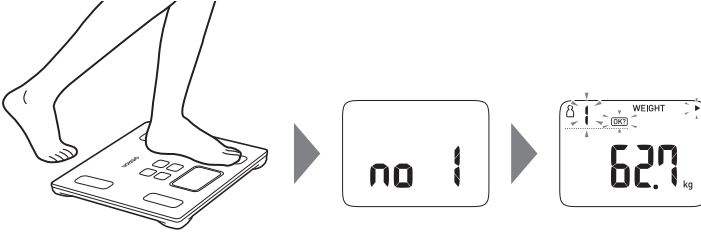
- إجراء قياسات لمستخدمين يتشابهوا في نوع الجسم ووزنه.
- تغير وزن جسمك مقارنةً بأخر مرة تم فيها القياس.



إذا استمر الخطأ في التعرف على المستخدم، فحدد رقم الشخص الخاص بك لإجراء القياس. (راجع القسم ٩).

١. ابدأ بإجراء القياس عندما تكون الطاقة مفصولة عن الجهاز.

عندما تقف فوق الجهاز، سيتم تلقائيًا تشغيل الطاقة.

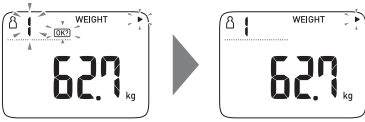


٢. عند ظهور رقم الشخص ونتائج القياس على الشاشة، تكون إجراءات القياس قد اكتملت.

ابتعد عن الجهاز.

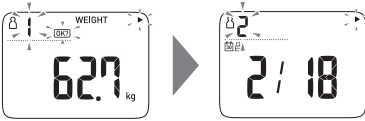
٣. قم بتأكيد رقم الشخص الخاص بك.

■ إذا كان رقم الشخص صحيحًا بالنسبة لك...



اضغط على زر (SET) لتأكيد رقم الشخص الخاص بك. (OK?) تختفي حتى إن فصلت الطاقة عن الجهاز أثناء وميض (OK?)، سيتم تسجيل النتائج بالجهاز بما يجعل القيمة المعبرة عن نتيجة القياس مرتبطة برقم الشخص الذي ظهر على الشاشة.

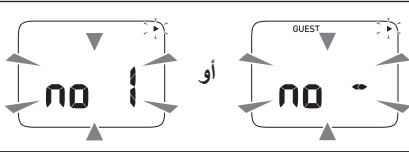
■ إذا كان رقم الشخص غير صحيح بالنسبة لك...



قبل فصل الطاقة عن الجهاز، حدد رقم الشخص الخاص بك باستخدام الزر (SET) للتأكيد.

■ إذا قمت بتأكيد رقم الشخص الخطأ...


قبل فصل الطاقة عن الجهاز، اضغط على الزر (SET) حتى يتسنى لك تحديد رقم الشخص مرة أخرى.



إذا كان "no 1" حتى "no 4" يومض على الشاشة، أو ظهر على الشاشة GUEST (ضيف)، فذلك يعني عدم تسجيل بياناتك الشخصية بالجهاز. قم بتسجيل بياناتك الشخصية. يمكنك أيضًا استخدام وضع Guest الضيف.

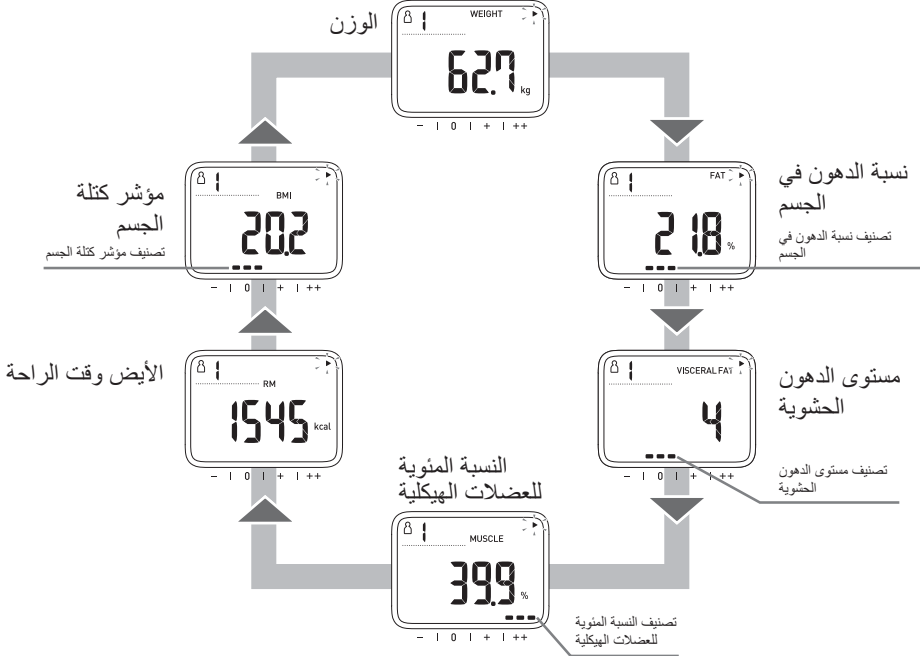
٤ . راجع نتائج القياس.

يتناوب عرض النتائج تلقائيًا على النحو الموضح فيما يلي.

وبمجرد تأكيد رقم الشخص الخاص بك، يمكنك التحول إلى نتيجة القياس التي ترغب في عرضها وذلك باستخدام الزر .

ملاحظة

- استعن بنسبة الدهون في الجسم، ومستوى الدهون الحشوية، والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية، ومؤشر تصنيف كتلة الجسم كدليل يبين لك القياسات المطلوبة.
- لاستيعاب نتائج القياس الخاص بك على نحو أفضل، راجع المعلومات والأشكال التوضيحية الواردة في القسمين ١٧ و ١٨.



٥ . اضغط على الزر  (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق.

استخدام وظيفة الذاكرة

٨ . عرض نتائج القياس على جهاز ذكي لديك

اتبع الإرشادات الموجودة بتطبيق "OMRON connect" لعرض نتائج القياس الخاصة بك. وبعد ذلك يمكنك تأكيد الاختلاف في وزنك والعوامل المحددة لتركيبية الجسم على الجهاز الذكي لديك.

ملاحظة

- يجب تثبيت تطبيق "OMRON connect" على الجهاز الذكي لديك. (راجع القسم ٣).

٩. تحديد رقم الشخص الخاص بك وإجراء القياس

إذا لم يتم التعرف عليك من خلال رقم الشخص لمرات متكررة، فيمكنك تحديد رقم الشخص الخاص بك وإجراء القياس على النحو التالي.

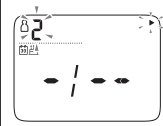


١. اضغط على الزر **ON/OFF** لتشغيل الطاقة.

يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١".

٢. حدد رقم الشخص الخاص بك.

حدد رقم الشخص الخاص بك باستخدام الزر **▶**.



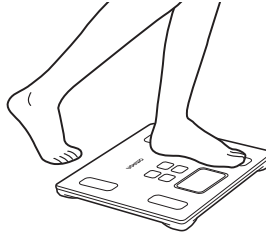
إذا ظهر تاريخ الميلاد (- / -) على الشاشة،
فذلك يعني عدم تسجيل بياناتك الشخصية بما يجعلها مرتبطة برقم الشخص الخاص بك.
قم بتسجيل بياناتك الشخصية. (راجع القسم ٥).

٣. اضغط على زر **SET** لتأكيد رقم الشخص الخاص بك.

يظهر على الشاشة "0.0 kg".

٤. قم بإجراء القياس عند ظهور "0.0 kg" على الشاشة.

قف فوق الجهاز.



٥. راجع نتائج القياس.

يتناوب عرض النتائج تلقائيًا.

٦. اضغط على الزر **ON/OFF** (لمدة ثابنتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق.

١٠. استخدام وضع الضيف (الوضع الخاص بعدم التسجيل)

عند استخدام هذا الوضع، فلن يتم تسجيل نتائج القياس.



١. اضغط على الزر **ON/OFF** لتشغيل الطاقة.

يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١".



٢. حدد "1" وقم بالتأكيد.

حدد "GUEST" باستخدام الزر **ON/OFF**، ثم اضغط على الزر **SET** للتأكيد.

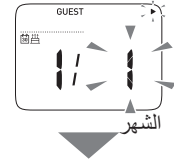


٣. أدخل البيانات الشخصية.

١-٣ قم بتعيين تاريخ الميلاد

اضغط على الزر **ON/OFF** لتعيين تاريخ الميلاد ثم اضغط على الزر **SET** لتأكيد.

- نطاق تعيين القيمة التي تمثل العام: ١٩٠٠ إلى ٢٠٤٥
- بينما تقوم بتعيين القيمة التي تمثل العام وكذلك التاريخ، اضغط على زر **ON/OFF** مع الاستمرار في الضغط للانتقال سريعاً إلى القيمة التالية بزيادة مقدارها ١٠.



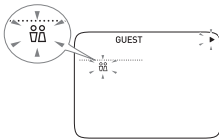
الشهر



اليوم

٢-٣ قم بتعيين النوع

اضغط على الزر **ON/OFF** لتعيين النوع **♂** (ذكر) أو **♀** (أنثى) ثم اضغط على الزر **SET** للتأكيد.



٣-٣ قم بتعيين الطول

اضغط على الزر **ON/OFF** لتعيين الطول ثم اضغط على الزر **SET** لتأكيد.

- اضغط باستمرار للانتقال سريعاً إلى القيمة التالية بزيادة بمقدار ١٠ سم (١ بوصة).



بعد أن يتم عرض كافة الإعدادات من أجل التأكيد، يظهر "0.0 kg" على الشاشة.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة دقيقة واحدة بعد ظهور "0.0 kg" على الشاشة.

٤ . ابدأ القياس عند ظهور "0.0 kg" على الشاشة.

قف فوق الجهاز.



٥ . راجع نتائج القياس.

يتناوب عرض النتائج تلقائيًا.

٦ . اضغط على الزر  (لمدة ثابنتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق.

إذا استدعى الأمر

١.١ . قياس الوزن فقط

عند استخدام هذا الوضع، فلن يتم تسجيل نتائج القياس.

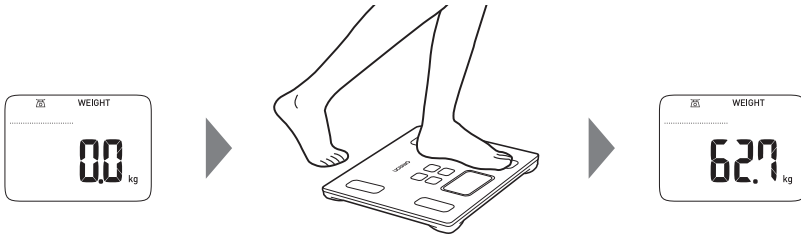
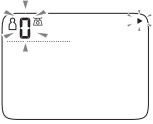
١ . اضغط على الزر  لتشغيل الطاقة.

يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١".

٢ . حدد "0.0" وقم بالتأكيد.

حدد "0.0" باستخدام الزر ، ثم اضغط على الزر  للتأكيد.

٣ . عند عرض "0.0 kg"، قف على الجهاز.



٤ . راجع نتيجة القياس.

يظهر الوزن الخاص بك ويومض للإشارة إلى اكتمال عملية القياس.

٥ . اضغط على الزر  (لمدة ثابنتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق.

AR

١٢. تغيير أو حذف البيانات الشخصية

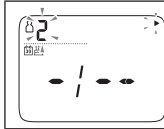
١. اضغط على الزر **ON/OFF** لتشغيل الطاقة.

يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١".



٢. حدد رقم الشخص الخاص بك

اضغط على زر **▶** لتحديد رقم الشخص الخاص بك.



إذا ظهر تاريخ الميلاد (--- / ---) على الشاشة،

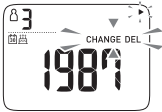
فذلك يعني عدم تسجيل بياناتك الشخصية بما يجعلها مرتبطة برقم الشخص الخاص بك. قم بتسجيل بياناتك الشخصية. (راجع القسم ٥).

٣. اضغط على زر **SET** لتأكيد رقم الشخص الخاص بك.

يظهر على الشاشة "0.0 kg".

٤. اضغط على الزر **SET**

يومض "CHANGE" و "DEL".



٥. حدد "CHANGE" (تغيير) أو "DELETE" (حذف) البيانات الشخصية

- حتى مع تغيير البيانات الشخصية، لن يتم تغيير نتائج القياس أو حذفها. عند استخدام رقم الشخص الذي استخدمه شخص آخر، احذف البيانات الشخصية، ثم سجلها مرة أخرى.

حذف البيانات الشخصية (لن يتم حذف نتائج القياس أيضًا)	تغيير البيانات الشخصية (لن يتم حذف نتائج القياس)
١. اضغط على الزر ▶ لتحديد "DEL"	١. اضغط على الزر ▶ لتحديد "CHANGE"
٢. اضغط على الزر SET	٢. اضغط على الزر SET
يومض "OK?".	ستومض القيمة التي تمثل العام.
٣. اضغط على الزر SET مرة أخرى	٣. قم بتغيير "تاريخ الميلاد"، و"النوع"، و"الطول" بالرجوع إلى الخطوات ٣ ~ ٥ بالقسم ٥.
	<ul style="list-style-type: none"> لإيقاف أي تغيير في منتصف مرحلة تنفيذ الإجراءات، اضغط على الزر ON/OFF (لمدة ثابنتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز. لن يتم تغيير نتائج القياس التي لم يتم نقلها.

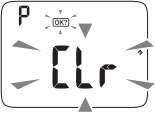
١٣. حذف إعدادات الاتصال

إذا أردت إيقاف استخدام تطبيق "OMRON connect" أو حذف إعدادات الاتصال من على الجهاز الذكي لديك، فيرجى تنفيذ ما يلي. ستؤدي الإجراءات التالية إلى حذف جميع إعدادات الاتصال المسجلة بالجهاز.



١. اضغط على الزر  مع الاستمرار في الضغط عليه لمدة تزيد عن ثانيتين.


سيومض "P" وكذلك رمز تقنية Bluetooth.



٢. اضغط على الزر  مع الاستمرار في الضغط عليه لمدة تزيد عن ثانيتين مرة أخرى.

سيومض "OK?" وكذلك "CLR".



٣. اضغط على الزر  للتأكيد.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ١٠ ثوان بعد ظهور "CLR" على الشاشة.

١٤. الصيانة والتخزين

كيفية تنظيف الجهاز

- حافظ دومًا على الجهاز نظيفًا قبل الاستخدام.
- امسح الجهاز بقطعة قماش جافة لينة. عند الضرورة، استخدم قطعة قماش عليها ماء أو مادة منظفة واعصرها جيدًا قبل مسح الجهاز، ثم امسح الجهاز بقطعة قماش جافة.
- لا تستخدم البنزين أو المواد المخففة، أو أي سائل آخر متطاير لتنظيف الجهاز.
- لا تغسل الجهاز بالماء.

الرعاية والتخزين

- لا تقم بتخزين الجهاز في الظروف التالية:
 - الرطوبة، حيث قد تصل الرطوبة أو الماء إلى داخل الجهاز
 - درجات الحرارة المرتفعة أو ضوء الشمس المباشر أو الأماكن المليئة بالأتربة
 - الأماكن التي تتعرض لمخاطر الصدمات أو الاهتزازات المفاجئة
 - في أماكن تخزين المواد الكيميائية أو حيث توجد غازات مسببة للتآكل.
- لا تقم بإجراء إصلاحات من أي نوع بنفسك. تمت معايرة هذا المنتج عند التصنيع. وإذا تشككت في أي وقت في دقة القياسات، فيرجى الاتصال بالموزع المصرح له من شركة OMRON. وبوجه عام، نوصيك بإجراء فحص للجهاز كل عامين للتأكد من أنه يعمل على النحو الصحيح وبالدفقة المطلوبة.

١٥. تحري الأخطاء وإصلاحها

إذا واجهت أي من المشكلات التالية أثناء القياس، فتأكد أولاً من عدم وجود أي جهاز كهربائي آخر في نطاق ٣٠ سم من جهاز القياس. وإذا استمرت المشكلة، فراجع الجدول التالي.

شاشة الخطأ	السبب	التصحيح
Err 1	إنك ابتعدت عن الجهاز أثناء قياس تركيبة الجسم.	تجنب الابتعاد عن الجهاز لحين اكتمال قياس تركيبة الجسم. (راجع القسم ٦.)
Err 2	باطن قدميك ليس على اتصال جيد بالأقطاب الكهربائية.	تأكد من الوقوف على الجهاز بالوضع الصحيح عن طريق تثبيت باطن قدميك على الأقطاب الكهربائية عند إجراء القياس. (راجع القسم ٦.)
Err 2	وضع الجسم غير مناسب للقياس، فباطن قدميك غير مثبت على الأقطاب الكهربائية أو باطن قدميك جاف.	حافظ على استقامة ركبتيك وظهرك أثناء الوقوف. حافظ على قدميك مثبتتين على الأقطاب الكهربائية وتجنب تحريكهما عند إجراء القياس. (راجع القسم ٦.) بلل باطن قدميك قليلاً بمنشفة رطبة وكرر المحاولة.
Err 5	تم استخدام الوحدة أو لمسها بعد تعيين التاريخ والوقت وقيل توقف شاشة العرض عن التشغيل تلقائياً.	قم بإزالة البطارية وإعادة إدخالها. قم بإعادة تشغيل الجهاز بدءاً من "إقران الوحدة بجهازك الذكي". (راجع القسم ٣.) • عند عرض التاريخ والوقت، يرجى ترك الوحدة دون رقابة حتى يتم إيقاف تشغيل الطاقة تلقائياً.
Err 6	خطأ في اتصال الجهاز.	قم بإزالة البطارية وإعادة إدخالها. يرجى إعادة تشغيل الجهاز بمجرد إتمام هذه العملية. إذا استمر ظهور هذا الخطأ على الشاشة، فاستشر مندوب خدمة OMRON.
Err 6	خطأ في اتصال الجهاز	افصل الطاقة عن الجهاز وحاول إجراء الاتصال مرةً أخرى. إذا ظهر هذا الخطأ على الشاشة مرةً أخرى، فاستشر مندوب خدمة OMRON.
Err	إنك تحركت أثناء إجراء القياس.	قف بثبات أثناء القياس.
Err	إن وزن جسمك خارج نطاق ما يمكن قياسه.	
Err	خطأ في اتصال الجهاز	قم بالتأكد عند ظهور الجهاز الذكي لديك على الشاشة، ثم اتبع الإرشادات الموجودة في تطبيق "OMRON connect". راجع "Help" (التعليمات) في تطبيق "OMRON connect".
	طاقة البطاريات منخفضة	نوصيك باستبدال البطاريات بأخرى جديدة مقدماً. (راجع القسم ٢.)
	البطاريات مستنفدة	استبدل البطاريات. (راجع القسم ٢.)

المشكلة	السبب	التصحيح
 يومض	تم تخزين ٢٤-٢٩ مجموعة من نتائج القياس.	انقل نتائج القياس إلى تطبيق "OMRON connect"، وبعدها سيختفي هذا الرمز.
	تم تخزين ٣٠ مجموعة من نتائج القياس.	إذا تجاوز العدد ٣٠ مجموعة، فسيتم حذف النتائج الأقدم. انقل نتائج القياس إلى تطبيق "OMRON connect"، وبعدها سيختفي هذا الرمز.
	إنك ضغطت على الزر * مع الاستمرار في الضغط عليه لمدة تزيد عن ثانيتين.	يظهر هذا الرمز عند إقران جهاز القياس بجهاز ذكي لديك. اتبع الإرشادات الموجودة في تطبيق "OMRON connect". اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لإيقاف الإقران.
	إنك ضغطت على الزر *.	يظهر هذا الرمز عند نقل البيانات إلى جهاز ذكي لديك. اتبع الإرشادات الموجودة في تطبيق "OMRON connect". اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لإيقاف النقل.
	إنك ضغطت على الزر * مع الاستمرار في الضغط عليه لمدة تزيد عن ثانيتين عندما كان الرمز "P" ورمز تقنية Bluetooth يومضان.	يظهر هذا الرمز عند حذف إعدادات الاتصال. (راجع القسم ١٣). اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لإيقاف الإجراءات.
بالرغم من تشغيل الطاقة لا يظهر شيء على الشاشة.	لم يتم تركيب أي بطاريات في الجهاز.	قم بتركيب البطاريات.
وبالرغم من الوقوف على الجهاز، لا يظهر شيء على الشاشة.	تم تركيب البطاريات مع توجيهها بطريقة خاطئة.	قم بتركيب البطاريات مع توجيهها على النحو الصحيح.
بعد استبدال البطاريات، لم يظهر أي شيء على الشاشة عند الوقوف على الجهاز.	لقد استهلكت البطاريات.	استبدل كافة البطاريات الأربعة بأخرى جديدة.
	إنك لم تقم بتعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ بعد استبدال البطاريات.	قم بتعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ. (راجع القسم ٤).
	إن وزن جسمك منخفض للغاية (أقل من ١٢ كجم)	حدد رقم الشخص الخاص بك قبل إجراء القياس.
يظهر "-----" على الشاشة في بعض الحالات بدلاً من النتائج.	إن البيانات المسجلة أو القيم المعبرة عن تركيبة الجسم خارج نطاق ما يمكن قياسه.	تأكد من صحة إعدادات بيانات تاريخ الميلاد، والنوع، والطول. واعلم أنه حتى في حال كانت تلك الإعدادات صحيحة، سيظهر "-----" على الشاشة طالما كانت تلك الإعدادات خارج نطاق ما يمكن عرضه على الشاشة أو خارج نطاق العمر المدعوم بالجهاز.

المشكلة	السبب	التصحيح
تزيد نتيجة القياس أو تقل عن النتيجة الفعلية. فتظهر نتائج مختلفة بدرجة كبيرة في كل مرة يتم فيها القياس.	إن وضع جسمك أثناء القياس غير صحيح.	قم بإجراء القياس أثناء اتخاذ الوضع الصحيح للجسم.
	إنك أجريت القياس فوق سجاد أو سطح لين يغطي الأرضية، أو فوق أرضية غير مستوية.	يجب إجراء القياس على أرضية صلبة ومستوية.
	إن جسمك وباطن قدميك باردان، مما يعيق تدفق الدم.	قم بتدفئة جسمك للعودة إلى المعدل الطبيعي من تدفق الدم بجسمك قبل إجراء القياس.
	الأقطاب الكهربائية للقدمين باردة جدًا.	اترك الجهاز في غرفة دافئة لبعض الوقت قبل إجراء القياس.
	باطن قدميك جاف.	بلل باطن قدميك قليلاً بمنشفة رطبة قبل إجراء القياس.
لم يتم التعرف عليك بالجهاز الصحيح.	لم يتم إجراء التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction" على النحو الصحيح.	قم بإجراء التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction" (راجع القسم ٦-٣).
	تغير وزن جسمك كثيرًا مقارنةً بأخر مرة تم فيها القياس.	حدد رقم الشخص الخاص بك قبل إجراء القياس. (راجع القسم ٩).
	نوع جسمك يتشابه مع نوع جسم شخص آخر سبق تسجيل بياناته بالجهاز. تم تسجيل نتائج قياس لمستخدم آخر.	
إنك ترغب في قياس تركيبة الجسم، ولكن لم يظهر على الشاشة سوى وزن الجسم فقط.	لم يتم تحديد رقم الشخص أو GUEST. (لم يظهر على الشاشة رقم الشخص أو GUEST).	حدد رقم الشخص الخاص بك أو GUEST قبل إجراء القياس.
لا توجد استجابة عند استخدام زر ما.	إنك ضغطت على الزر أثناء وقوفك على الجهاز.	ابتعد عن الجهاز، ثم اضغط على الزر.
	الزر مبتل أو ملوث.	جفف الزر أو أزل البقعة من عليه قبل إجراء القياس.
	إنك ضغطت على زرین أو أكثر في نفس الوقت.	اضغط على زر واحد في المرة الواحدة.
بالرغم من عدم إجراء أي شيء، يتم فصل الطاقة عن الجهاز.	راجع "معلومات عن وظيفة فصل الطاقة". (راجع القسم ٢).	
حدث فشل في نقل البيانات	راجع "Help" (التعليمات) في تطبيق "OMRON connect".	

١٦. البيانات الفنية

فئة المنتج	أجهزة تحليل تركيبة الجسم
وصف المنتج	جهاز مراقبة تركيبة الجسم
رمز الطراز	VIVA (HBF-222T-EBK)
ما يتم عرضه على الشاشة*	وزن الجسم: من ٢,٠ إلى ١٥٠ كجم بزيادة بمقدار ٠,١ كجم (من ٤,٤ إلى ٣٣٠,٠ رطلاً بزيادة بمقدار ٠,٢ رطل) (من ٠ ستون و ٤,٤ رطل إلى ٢٣ ستون و ٨,٠ أرطال بزيادة بمقدار ٠,٢ رطل)
	نسبة الدهون في الجسم: من ٥,٠ إلى ٦٠,٠٪ بزيادة بمقدار ٠,١٪
	النسبة المئوية للعضلات الهيكلية: من ٥,٠ إلى ٥٠,٠٪ بزيادة بمقدار ٠,١٪
	مؤشر كتلة الجسم: من ٧,٠ إلى ٩٠,٠ بزيادة بمقدار ٠,١
	الأبيض وقت الراحة: من ٣٨٥ إلى ٣٩٩٩ سعر حراري بزيادة بمقدار ١ سعر حراري
	مستوى الدهون الحشوية: ٣٠ مستوى بزيادة بمقدار مستوى واحد
	نسبة الدهون في الجسم، والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية، وتصنيف مؤشر كتلة الجسم: - (منخفض) / ٠ (طبيعي) / + (مرتفع) / ++ (مرتفع جدًا) أربعة مستويات تصنيف مستوى الدهون الحشوية:
	* (طبيعي) / + (مرتفع) / ++ (مرتفع جدًا) ثلاث مستويات يتراوح نطاق العمر لنسبة الدهون في الجسم وتصنيف نسبة الدهون في الجسم ما بين ١٠ و ٨٠ عامًا.
	* يتراوح نطاق العمر للنسبة المئوية للعضلات الهيكلية وتصنيف النسبة المئوية للعضلات الهيكلية ومستوى الدهون الحشوية وتصنيف مستوى الدهون الحشوية ومعدل الأبيض وقت الراحة من ١٨ إلى ٨٠ عامًا.
بروتوكول النقل	تقنية Bluetooth® منخفض الطاقة
الاتصال اللاسلكي	نطاق التردد: ٢,٤ جيجا هرتز (٢٤٠٠ - ٢٤٨٣ ميجا هرتز) التضمين: GFSK القدرة المشعة الفعالة: >٢٠ ديسيبل ميلي واط
عناصر الإعداد*	يمكن تخزين المعلومات التالية لمجموعة يصل عددها إلى أربعة أشخاص.
	وحدات القياس كجم وسم (cm و kg) / رطل وبوصة (inch و lb) / ستون-رطل وبوصة (inch و st-lb)
	تاريخ الميلاد من ١ يناير ١٩٠٠ إلى ٣١ ديسمبر ٢٠٤٥
	النوع ذكر / أنثى
	الطول من ١٠٠,٠ إلى ١٩٩,٥ سم بزيادة بمقدار ٠,٥ سم (من ٣ قدم و ٤ بوصات إلى ٦ قدم و ٦ ١/٢ بوصة بزيادة بمقدار ٤/١ بوصة)
	* عندما يقل طول الشخص عن ١٠٠,٠ سم أو يزيد عن ١٩٩,٥ سم: لا تُستخدم نتائج القياس الخاصة بمؤشر كتلة الجسم وتركيبية الجسم إلا لمجرد العلم بها.
دقة الوزن	من ٢,٠ كجم إلى ٤٠٠ كجم: ± ٠,٤ كجم (من ٤,٤ رطل إلى ٨٨,٢ رطل: ± ٠,٨٨ رطل) (من ٤,٤ رطل إلى ٦ ستون و ٤,٢ رطل: ± ٠,٨٨ رطل) من ٤٠,٠ كجم إلى ١٥٠,٠ كجم: ± ١٪ (من ٨٨,٢ رطل إلى ٣٣٠,٠ رطل: ± ١٪) (من ٦ ستون و ٤,٢ رطل إلى ٢٣ ستون و ٨,٠ رطل: ± ١٪)

نسبة الدهون في الجسم:	٣,٥٪	الدقة (S.E.E.)
النسبة المئوية للعضلات الهيكلية:	٣,٥٪	
مستوى الدهون الحشوية:	ثلاثة مستويات	
فترة عمر المنتج	٥ سنوات	
تصنيف IP	IP21*	
مصدر الطاقة	أربع بطاريات قلووية بحجم AAA (LR03)	
عمر البطارية	حوالي ستة أشهر (عند استخدام البطاريات القلووية بحجم AAA في حالة إجراء أربعة قياسات بالإضافة إلى نقل البيانات أربع مرات واستخدام الجهاز من جانب أربعة أشخاص بشكل يومي في درجة حرارة الغرفة التي تبلغ ٢٣ درجة مئوية)	
درجة الحرارة/الرطوبة/ضغط الهواء المناسبة للتشغيل	من ٥+ درجة مئوية حتى ٤٠+ درجة مئوية، ورطوبة نسبية من ٣٠٪ حتى ٨٥٪ (دون تكاثف لبخار الماء)، ومن ٨٦٠ هيكوباسكال إلى ١٠٦٠ هيكوباسكال	
درجة الحرارة/الرطوبة/ضغط الهواء المناسبة للنقل والتخزين	من -٢٠ درجة مئوية إلى ٦٠+ درجة مئوية، ورطوبة نسبية من ١٠٪ إلى ٩٥٪ (دون تكاثف لبخار الماء)، ومن ٨٦٠ هيكوباسكال إلى ١٠٦٠ هيكوباسكال	
الوزن	حوالي ١,٦ كجم (بما في ذلك البطاريات)	
الأبعاد الخارجية	حوالي. ٢٨٥ (عرض) × ٢٨ (ارتفاع) × ٢٨٠ (عمق) بوحدة مم (حوالي ١١ × ٥ بوصة (عرض) × ١ × ١٠ بوصة (ارتفاع) × ١١ بوصة (عمق))	
المحتويات	جهاز مراقبة تركيبة الجسم، وأربع بطاريات قلووية بحجم AAA (LR03)، إرشادات الإعداد، ودليل الإرشادات	

ملاحظة

- عرضة للتعديل الفني دون إخطار مسبق.
- يُرجى إبلاغ الشركة المصنعة والسلطة المختصة للبلد العضو الذي تقيم فيه بشأن أي حادث خطير وقع ويتعلق بهذا الجهاز.

CE0197
((٠))

يعمل هذا المنتج في نطاق التردد ISM غير المرخص عند ٢,٤ جيجا هرتز. في حالة استخدام هذا المنتج حول أجهزة لاسلكية أخرى بما في ذلك فرن الميكروويف وحول الشبكة المحلية "LAN" اللاسلكية، التي تشغل نفس نطاق التردد لهذا المنتج، فهناك احتمالية حدوث تداخل بين هذا المنتج وأجهزة أخرى. إذا حدث هذا التداخل، فالرجاء إيقاف عمل الأجهزة الأخرى أو نقل هذا المنتج قبل استخدام هذا المنتج أو لا تستخدم هذا المنتج حول الأجهزة اللاسلكية الأخرى.

إن العلامة النصية Bluetooth® والشعارات الخاصة بها علامة تجارية مسجلة تابعة لشركة Bluetooth SIG, Inc. وأي استخدام لهذه العلامات بواسطة شركة OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. يتم بموجب ترخيص.

Bluetooth®

وتقر شركة OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. بموجب هذه الوثيقة بأن جهاز HBF-222T-EBK (VIVA) المنتمي لنوعية الأجهزة الراديوية يتوافق مع التوجيه الأوروبي 2014/53.

إن النص الكامل لبيان المطابقة وفقاً لمتطلبات الاتحاد الأوروبي متاح على الموقع الإلكتروني التالي: www.omron-healthcare.com.

إن Apple وشعار Apple علامتان تجاريتان لشركة Apple Inc. مسجلتان في الولايات المتحدة وغيرها من الدول.

إن App Store علامة خدمة تابعة لشركة Apple Inc.

إن Android وشعار Google Play علامتان تجاريتان لشركة Google Inc.

معلومات هامة بشأن التوافق الكهرومغناطيسي (EMC)

تم تصنيع HBF-222T-EBK من قبل شركة OMRON HEALTHCARE Co., Ltd، وهو متوافق مع معيار متطلبات التوافق

الكهرومغناطيسي EN60601-1-2:2015 (EMC). يتوافر المزيد من الوثائق طبقاً لمعيار متطلبات التوافق الكهرومغناطيسي (EMC)

في شركة OMRON HEALTHCARE EUROPE على العنوان المذكور في هذا الدليل المخصص للإرشادات أو على موقع

www.omron-healthcare.com. فم بالرجوع إلى معلومات التوافق الكهرومغناطيسي (EMC) للحصول على HBF-222T-EBK

على الموقع الإلكتروني.

الضمان

يضمن فرع الشركة OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. هذا المنتج لمدة ثلاث سنوات من تاريخ الشراء. ولا يشمل الضمان البطارية، و/أو العبوة و/أو أي نوع من أنواع التلف الذي يسببه المستخدم نتيجة سوء الاستعمال (مثل إسقاط المنتج أو سوء التعامل مع المكونات المادية للمنتج). ولن يتم استبدال المنتجات التي تتم المطالبة بحق الضمان لها إلا في حالة إرجاعها مع فاتورة الشراء / إيصال الدفع الأصلي.

التخلص من هذا المنتج بالطريقة الصحيحة (مخلفات المعدات الكهربائية والإلكترونية)

تشير هذه العلامة الموجودة على المنتج أو المطبوعات المرتبطة به إلى وجوب عدم إرفاقه مع المخلفات المنزلية الأخرى عند التخلص منه في نهاية مدة التي يصلح فيها تشغيل المنتج. ولتفادي إحداث الضرر المحتمل بالبيئة أو بصحة الإنسان من جراء التخلص غير المسؤول من النفايات، يرجى فصل هذا المنتج عن غيره من أنواع النفايات وإعادة تدويره بطريقة مسؤولة لتعزيز الطريقة المستدامة لإعادة استخدام مصادر المواد الداخلة في التصنيع.



ويجب على من يستخدم الجهاز منزليًا الاتصال إما بمحل التجزئة الذي اشتروا هذا المنتج منه، أو بالجهة الحكومية المحلية المعنية بالأمر، لمعرفة تفاصيل عن المكان الذي يمكن نقل هذا العنصر إليه والطريقة المناسبة لذلك من أجل تحقيق إعادة تدوير آمنة من الناحية البيئية.

يجب على من يستخدم الجهاز في منشآت تجارية الاتصال بالمورد والرجوع للأحكام والشروط الواردة في عقد الشراء. فلا يجب الجمع بين هذا المنتج وغيره من المخلفات التجارية بغرض التخلص منها.

لا يحتوي هذا المنتج على أي مواد خطيرة. يجب التخلص من البطاريات المستخدمة وفقًا للقوانين القومية المتعلقة بالتخلص من البطاريات.

وصف للرموز التي يمكن أن تجدها على المنتج نفسه أو على عبوات بيع المنتج أو في دليل الإرشادات، وذلك وفقًا لطرز المنتج.

الجزء الذي يلامس جسم المستخدم - من نوع BF درجة الحماية من التعرض لصدمة كهربائية (نتيجة تيار التسرب)		الرقم التسلسلي	
درجة الحماية من التسرب الواردة في المعيار IEC 60529	IP XX	الحد المسموح به لدرجة الحرارة	
علامة التوافق مع المتطلبات الأوروبية	CE	الحد المسموح به للرطوبة	
رمز معايير GOST الروسية	PC	الحد المسموح به للضغط الجوي	
رمز التوافق مع لوائح الاتحاد الجمركي الأوراسي	EAC	تيار مستمر	===
يشير إلى حاجة المستخدم إلى الرجوع إلى إرشادات الاستخدام		يجب عدم استعمال هذا المنتج للأشخاص الذين لديهم مواد طبية مزروعة بأجسامهم، مثل أجهزة تنظيم ضربات القلب، أو القلب أو الرئة الصناعية، أو غير ذلك من الأجهزة الإلكترونية لدعم الحياة عدم استعمال هذا المنتج.	
جهاز طبي	MD	تاريخ التصنيع	

١٧. معلومات حول مكونات الجسم

قاعدة حساب مكونات الجسم

تتمتع دهون الجسم بإمكانية منخفضة لتوصيل الكهرباء

يقوم جهاز VIVA بقياس نسبة الدهون في الجسم باستخدام طريقة المعاوقة الكهربائية الحيوية (BI). تمثل العضلات والأوعية الدموية والعظام أنسجة الجسم ذات المحتوى المائي الكبير الذي يوصل الكهرباء بسهولة. بينما تعتبر دهون الجسم أنسجة ذات إمكانية توصيل منخفضة للكهرباء. يقوم جهاز VIVA بإرسال تيار كهربائي ضعيف جداً يبلغ ٥٠ كيلو هرتز وأقل من ٥٠٠ ميكرون أمبير خلال الجسم لتحديد حجم الأنسجة الدهنية. لا يشعر المستخدم بهذا التيار الكهربائي الضعيف أثناء تشغيل جهاز VIVA. لكي يقوم المقياس بتحديد تركيبة الجسم، فإنه يستخدم المعاوقة الكهربائية جنباً إلى جنب مع المعلومات الخاصة بالطول والوزن والعمر والنوع للحصول على نتائج تستند إلى بيانات OMRON الخاصة بتركيبه الجسم.

أوقات القياس الموصى بها

إن فهم التغييرات الطبيعية في نسبة الدهون بالجسم من شأنه مساعدتك على منع الإصابة بالسمنة أو الحد منها، كما أن معرفة الأوقات التي تتغير فيها نسبة الدهون في الجسم وفقاً لجدولك اليومي من شأنه مساعدتك في الحصول على الحالة الدقيقة للدهون الموجودة في جسمك. ويوصى باستخدام هذا الجهاز في نفس البيئة والظروف اليومية. (انظر المخطط)



تجنب إجراء قياسات في ظل الظروف التالية:

- بعد أداء تمرين قاس مباشرة، كما هو الحال بعد الاستحمام أو بعد حمام البخار.
 - بعد تناول الكحوليات أو كمية كبيرة من الماء، بعد تناول وجبة (ما يقرب من ساعتين).
- في حالة إجراء القياس في ظل الظروف البدينية هذه، فقد تختلف مكونات الجسم المسبوبة بشكل كبير عن مكونات الجسم الفعلية نظراً لتغير المحتوى المائي في الجسم.

ما المقصود بـ BMI (مؤشر كتلة الجسم)؟

يستخدم مؤشر كتلة الجسم المعادلة البسيطة التالية للإشارة إلى النسبة بين وزن شخص وطوله.

$$\text{مؤشر كتلة الجسم} = \frac{\text{الوزن (كجم)}}{\text{الطول (م)}^2}$$

يستخدم جهاز OMRON VIVA معلومات الطول المخزنة ضمن رقم الشخص الخاص بك أو عند إدخال معلومات في وضع Guest (الضيف) لحساب تصنيف مؤشر كتلة الجسم الخاص بك.

إذا كانت نسبة الدهون التي أظهرها مؤشر كتلة الجسم أعلى من المعيار الدولي، فإن هناك احتمالاً متزايداً بوجود أمراض شائعة. ومع ذلك، لا يمكن الكشف عن كافة أنواع الدهون بواسطة مؤشر كتلة الجسم.

ما المقصود بنسبة الدهون في الجسم؟

تشير نسبة الدهون في الجسم إلى مقدار كتلة الدهون الموجودة بالجسم بالنظر إلى الوزن الإجمالي للجسم محسوبًا بالنسبة المئوية.

$$\text{نسبة الدهون في الجسم (\%)} = \left\{ \frac{\text{كتلة الدهون بالجسم (كجم)}}{\text{وزن الجسم (كجم)}} \right\} \times 100$$

إن جهاز VIVA يستخدم طريقة المعاوقة الكهربائية الحيوية لتقدير نسبة الدهون في الجسم. يتم تصنيف الدهون على أنها دهون حشوية أو دهون تحت جلدية وفقًا للمكان الذي تنتشر فيه الدهون في الجسم.

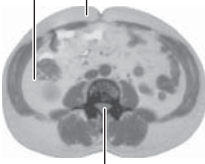
ما المقصود بنسبة الدهون الحشوية؟

الدهون الحشوية هي الدهون المحيطة بالأعضاء الداخلية

يُعتقد وجود صلة كبيرة بين كميات الدهون الحشوية الكبيرة جدًا ومستويات الدهون المتزايدة في مجرى الدم، مما قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض شائعة مثل فرط دهون الدم والسكري، الأمر الذي يضعف قدرة الأنسولين على نقل الطاقة من مجرى الدم واستخدامها في الخلايا. لمنع الإصابة بالأمراض الشائعة أو لتحسين ظروفها، فمن الهام محاولة تقليل مستويات الدهون الحشوية إلى مستوى معقول. يعاني الأشخاص ذوو المستويات المرتفعة من الدهون الحشوية من كبر حجم المعدة. ومع ذلك، فلا يكون الحال كذلك دائمًا كما قد تؤدي مستويات الدهون الحشوية المرتفعة إلى البدانة الأضية. تمثل البدانة الأضية (السمنة الحشوية مع وزن طبيعي) مستويات الدهون الأعلى من المتوسط، حتى وإن كان وزن المرء متناسبًا مع طوله أو أقل.

الدهون الحشوية

الدهون تحت الجلدية



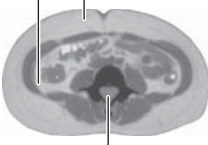
العمود الفقري

عينة من الدهون الحشوية

(صورة مأخوذة بأشعة الرنين المغناطيسي)

الدهون الحشوية

الدهون تحت الجلدية



العمود الفقري

عينة من الدهون تحت الجلدية

(صورة مأخوذة بأشعة الرنين المغناطيسي)

ما المقصود بالدهون تحت الجلدية؟

الدهون تحت الجلدية هي الدهون الموجودة أسفل الجلد

لا تتراكم الدهون تحت الجلدية حول المعدة فقط بل تتراكم أيضًا حول المنطقة العلوية للذراعين وعظام الورك والفخذ، ويمكن أن تسبب تشوهاً في تناسق الجسم. وعلى الرغم من عدم ارتباطها المباشر بالمخاطر المتزايدة للإصابة بالمرض، فَيُعتقد أنها تزيد الضغط على القلب إلى جانب مضاعفات أخرى. لا يتم عرض الدهون تحت الجلدية على هذا الجهاز، إلا أنها تكون مضمنة في نسبة الدهون في الجسم.

ما المقصود بالعضلة الهيكلية؟

تنقسم العضلات إلى نوعين؛ عضلات موجودة بالأعضاء الداخلية، مثل القلب، والعضلات الهيكلية المرتبطة بالعظام والتي تستخدم في حركة الجسم. يمكن زيادة حجم العضلات الهيكلية من خلال التمرينات والأنشطة الأخرى. وتعني زيادة نسبة العضلات الهيكلية أن الجسم بإمكانه حرق الطاقة بسهولة أكبر، مما يعني وجود احتمالية أقل لتحويلها إلى دهون، الأمر الذي يزيد من سهولة ممارسة الحياة بشكلٍ مفعم بالحيوية.

ما المقصود بمعدل الأيض وقت الراحة؟

بغض النظر عن مستوى النشاط الخاص بك، فمن الضروري اكتساب الحد الأدنى من السرعات الحرارية لدعم وظائف الجسم اليومية. ويشير ما يُعرف بمعدل الأيض وقت الراحة إلى عدد السرعات الحرارية التي تحتاج إلى اكتسابها من الطعام لتوفير الطاقة اللازمة لأداء وظائف الجسم.

١٨. الأشكال التوضيحية الخاصة بتفسير نتائج القياس

تفسير نتيجة نسبة الدهون في الجسم

العمر	- (منخفض)	٠ (طبيعي)	+ (مرتفع)	++ (مرتفع جدًا)
١٠	> ١٦,١	١٦,١ - ٣٢,٢	٣٢,٢ - ٣٥,٣	≥ ٣٥,٣
١١	> ١٦,٣	١٦,٣ - ٣٣,١	٣٣,١ - ٣٦,١	≥ ٣٦,١
١٢	> ١٦,٤	١٦,٤ - ٣٣,٥	٣٣,٥ - ٣٦,٤	≥ ٣٦,٤
١٣	> ١٦,٤	١٦,٤ - ٣٣,٨	٣٣,٨ - ٣٦,٥	≥ ٣٦,٥
١٤	> ١٦,٣	١٦,٣ - ٣٤,١	٣٤,١ - ٣٦,٨	≥ ٣٦,٨
١٥	> ١٦,١	١٦,١ - ٣٤,٣	٣٤,٣ - ٣٧,٠	≥ ٣٧,٠
١٦	> ١٥,٨	١٥,٨ - ٣٤,٥	٣٤,٥ - ٣٧,٢	≥ ٣٧,٢
١٧	> ١٥,٤	١٥,٤ - ٣٤,٧	٣٤,٧ - ٣٧,٤	≥ ٣٧,٤
٣٩ - ١٨	> ٢١,٠	٢١,٠ - ٣٢,٩	٣٢,٩ - ٣٩,٠	≥ ٣٩,٠
٥٩ - ٤٠	> ٢٣,٠	٢٣,٠ - ٣٣,٩	٣٣,٩ - ٤٠,٠	≥ ٤٠,٠
٨٠ - ٦٠	> ٢٤,٠	٢٤,٠ - ٣٥,٩	٣٥,٩ - ٤٢,٠	≥ ٤٢,٠
١٠	> ١٢,٨	١٢,٨ - ٢٧,٩	٢٧,٩ - ٣١,٩	≥ ٣١,٩
١١	> ١٢,٦	١٢,٦ - ٢٨,٥	٢٨,٥ - ٣٢,٧	≥ ٣٢,٧
١٢	> ١٢,٣	١٢,٣ - ٢٨,٢	٢٨,٢ - ٣٢,٥	≥ ٣٢,٥
١٣	> ١١,٦	١١,٦ - ٢٧,٥	٢٧,٥ - ٣١,٤	≥ ٣١,٤
١٤	> ١١,١	١١,١ - ٢٦,٤	٢٦,٤ - ٣٠,١	≥ ٣٠,١
١٥	> ١٠,٨	١٠,٨ - ٢٥,٨	٢٥,٨ - ٢٨,٨	≥ ٢٨,٨
١٦	> ١٠,٤	١٠,٤ - ٢٤,٧	٢٤,٧ - ٢٧,٨	≥ ٢٧,٨
١٧	> ١٠,١	١٠,١ - ٢٤,٢	٢٤,٢ - ٢٦,٩	≥ ٢٦,٩
٣٩ - ١٨	> ٨,٠	٨,٠ - ١٩,٩	١٩,٩ - ٢٥,٠	≥ ٢٥,٠
٥٩ - ٤٠	> ١١,٠	١١,٠ - ٢١,٩	٢١,٩ - ٢٨,٠	≥ ٢٨,٠
٨٠ - ٦٠	> ١٣,٠	١٣,٠ - ٢٤,٩	٢٤,٩ - ٣٠,٠	≥ ٣٠,٠

أنثى

ذكر

بحث البروفيسور HD McCarthy وآخرون الوارد في الصحيفة الدولية للسمنة، إصدار رقم ٣٠ لعام ٢٠٠٦، وكذلك البحث الذي أجراه البروفيسور Gallagher وآخرون الوارد في الصحيفة الأمريكية للتغذية الكلينية، إصدار رقم ٧٢ في شهر سبتمبر لعام ٢٠٠٠، وتم تصنيفه إلى أربعة مستويات من جانب شركة OMRON HEALTHCARE.

تفسير نتيجة مستوى الدهون الحشوية

مستوى الدهون الحشوية	تصنيف المستوى
١ - ٩	٠ (طبيعي)
١٠ - ١٤	+ (مرتفع)
١٥ - ٣٠	++ (مرتفع جدًا)

وفقًا لأرقام شركة OMRON HEALTHCARE.


تفسير نتيجة النسبة المئوية للعضلات الهيكلية

++ (مرتفع جداً)	+ (مرتفع)	° (طبيعي)	- (منخفض)	العمر	
$\leq 35.4\%$	30.4 - 35.3%	24.3 - 30.3%	$> 24.3\%$	18 - 39	أنثى
$\leq 35.2\%$	30.2 - 35.1%	24.1 - 30.1%	$> 24.1\%$	40 - 59	
$\leq 35.0\%$	30.0 - 34.9%	23.9 - 29.9%	$> 23.9\%$	60 - 80	
$\leq 44.1\%$	39.4 - 44.0%	33.3 - 39.3%	$> 33.3\%$	18 - 39	ذكر
$\leq 43.9\%$	39.2 - 43.8%	33.1 - 39.1%	$> 33.1\%$	40 - 59	
$\leq 43.7\%$	39.0 - 43.6%	32.9 - 38.9%	$> 32.9\%$	60 - 80	

وفقاً لأرقام شركة OMRON HEALTHCARE.

تفسير نتيجة مؤشر كتلة الجسم

مؤشر كتلة الجسم (التعيين بواسطة منظمة الصحة العالمية)	مؤشر كتلة الجسم
- (نقصان الوزن)	> 18.5
° (طبيعي)	18.5 - 24.9
+ (زيادة الوزن)	25 - 29.9
++ (بدانة)	≤ 30

<p align="center">OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN شركة امرون هيلث كير المحدودة 53, كونوتسوبو, ترادو-شو موكو, كايوتو, 617-0002 اليابان</p>	<p align="center">الشركة المُصنعة</p> 
<p align="center">OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, هولندا www.omron-healthcare.com</p>	<p align="center">جهة التمثيل بالاتحاد الأوروبي</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; margin: 5px;"> EC REP </div> <p align="center">المستورد في الاتحاد الأوروبي</p>
<p align="center">Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, الصين</p>	<p align="center">منشأة التصنيع</p>
<p align="center">OMRON HEALTHCARE UK LTD. الجهة المستوردة في المملكة المتحدة والشخص المسؤول في المملكة المتحدة Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors</p>	<p align="center">الشركات التابعة</p>
<p align="center">OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors</p>	
<p align="center">OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors</p>	