

Navodila za tehtnico za merjenje telesne maščobe Bettina

Kat. št. 84 04 91

Izdelek izpolnjuje zahteve veljavnih evropskih in nacionalnih smernic. CE skladnost je dokazana, ustrezne deklaracije in dokumentacija so pri proizvajalcu.

Uporaba v skladu z določili

Tehtnica za merjenje telesne maščobe služi za določanje in prikaz osebne telesne teže in deleža telesne maščobe. Naprava je izdelana za domačo uporabo.

Tehtnica ni primerna za medicinske ali terapevtske namene. Naprava ne izpolnjuje določbe o medicinskih izdelkih 93/42/EWG.

Drugačna uporaba od predpisane povzroči škodo na izdelku, kar je povezano tudi z nevarnostjo, kot je npr. kratek stik, požar, električni udar.

Celotnega izdelka ne smete spreminjati oz. predelovati. Obvezno upoštevajte varnostna opozorila.

Varnostna opozorila

Pred uporabo naprave preberite celotna navodila. Pri škodi, ki bi nastala zaradi neupoštevanja teh navodil, preneha pravica do garancije. Za posledično škodo prav tako ne prevzemamo nobene odgovornosti.

Za osebno ali stvarno škodo, ki bi nastala zaradi nestrokovnega ravnanja ali zaradi neupoštevanja varnostnih opozoril ne prevzemamo odgovornosti. V takšnih primerih preneha vsakršna pravica do garancije. Ne prevzemamo odgovornosti za namerno povzročeno škodo na napravi, ali škodo, ki nastane na tujem premoženju zaradi napačne uporabe naprave.

Zaradi varnostnih in (CE) licenčnih razlogov je prepovedana kakršnakoli predelava ali dopolnitev naprave na lastno pest! Izogibajte se kakršnemu koli mehanskemu posegu!

Pazite na strokovno uporabo naprave.

Osebnih tehtnic ne izpostavljajte direktni sončni svetlobi, ekstremnim temperaturam, močnim vibracijam, visoki vlagi, mokroti ali močnim mehanskim obremenitvam. Zavarujte jo pred prahom.

Za napajanje lahko uporabite le Blok baterijo 9 V.

Naprave ne postavljajte direktno na ali v bližino močnih električnih oz. magnetnih polj.

Tehtnica ni primerna za komercialno oz. profesionalno uporabo. Diabetiki naj se o uporabi tehtnice posvetujejo s svojim zdravnikom.

Izdelka ne uporabljajte, če nosite srčni spodbujevalnik, črpalko za zdravila ali drug medicinski implantat.

Osebnih tehtnic ne postavljajte na gladka, vlažna ali mokra tla. Ne stopajte na robove tehtnice, po njej ne skačite in tudi ne z nje, ker se lahko prevrne.

Na tehtnico ne stopajte z vlažnimi ali mokrimi stopali. Nanjo ne stopajte, če ste mokri.

Proizvajalec oz. dobavitelj ne prevzema nobene odgovornosti za napačne prikaze, meritve ali posledice, ki bi nastale zaradi napačnih prikazov ali meritev.

Invalidi in otroci tehtnice ne smejo uporabljati brez ustrezne pomoči.

Tehtnice ne preobremenjujte. Osebe, ki tehtajo več kot 150 kg, tehtnice ne smejo uporabljati.

Tehtnica je primerna le za določanje telesne teže in maščobe oseb. Ni primerna za merjenje npr. živali.

Ne stopajte na zaslon.

Tehtnico lahko uporabljate le v zaprtih prostorih.

Tehtnica ne sodi v otroške roke.

Po napravi ne polivajte tekočin in v njeno bližino ne postavljajte predmetov, napolnjenih s tekočinami. v primeru, da do razlivanja vseeno pride, odstranite baterijo in se posvetujte s strokovnjakom. Ne puščajte embalaže nenadzorovano ležati okrog, ker lahko postane nevarna igrača vašemu otroku.

Če si niste povsem na jasnem glede priključitve ali imate vprašanja, katerih odgovorov niste našli v navodilih, se posvetujte s tehnično službo ali se obrnite na drugega ustreznega strokovnjaka.

Zamenjava baterije

Pri vstavljanju baterij bodite pozorni na pravilno polariteto (+ / -). Napačna polariteta lahko vodi do poškodb naprave.

Baterije ne sodijo v otroške roke. Ne puščajte baterij nenadzorovano ležati okrog, ker jih lahko otroci ali domače živali pogoltnejo. V takšnem primeru poiščite zdravniško pomoč.

Baterij nikoli ne polnite, razstavljajte in pazite, da ne pride do kratkega stika. Ne izpostavljajte jih direktni toploti in jih ne sežigajte.

Uporabljajte le baterije prave velikosti in priporočenega tipa.

Če naprave dalj časa ne uporabljate, odstranite baterije.

Iztečene ali poškodovane baterije lahko pri stiku s kožo povzročijo razjede, zato uporabite primerne zaščitne rokavice.

- Predal za baterije je na spodnji strani tehtnice. Obrnite tehtnico. Da ne boste opraskali tehtnice in zaslona, jo položite na mehko podlago.
- Odprite predal za baterije. Pritrdite sponko baterije na prave pole na bateriji.
- Zdaj baterijo pritrdite na sponke v predalu za baterije (Glejte sliko v originalnih navodilih na str. 7).
- Zaprite pokrov predala nazaj.




Baterijo je potrebno zamenjati, ko se na zaslonu izpiše LO ali tehtnice ne morete več vklopiti.




Postavitve tehtnice


Tehtnico postavite vodoravno na ravna in trdna tla. Če jo postavite na mehko podlago ali napačno, bo rezultat popačen. Tehtnico postavite varno.



Nastavitve osebnih podatkov

Za izvedbo analize telesne maščobe je potrebno najprej shraniti svoje osebne podatke. Tehtnica lahko shrani podatke o 12 osebah.




Pritisnite tipko . Na zaslonu se izpiše SET. Prikaz kg ali lb utripa. S tipkama   izberite želeno utežno enoto.




Pritisnite tipko . Zdaj na zaslonu utripa trenutno mesto shranjevanja. S tipkama   izberite želeno mesto.

Za vnos oz. spreminjanje osebnih podatkov ponovno pritisnite tipko .

Prikaz za spol prične utripati. S tipkama   izberite spol.
↓ ženski, ↑ moški

Nato pritisnite tipko  za shranitev vrednosti.

Prikaz za telesno višino (cm ali ft in) prične utripati. S tipkama   lahko zdaj nastavite pravo telesno višino. Pritisnite in držite eno izmed tipk, če želite hitro premikanje. Nato pritisnite tipko , da shranite vrednost.

Prikaz za starost prične utripati. S tipkama   lahko zdaj nastavite pravo starost. Pritisnite in držite eno izmed tipk, če želite hitro premikanje. Nato pritisnite tipko , da shranite vrednost. Prikaz preneha utripati. Tehtnica se po ca. 3 sekundah avtomatsko izklopi.

Če pri vnašanju osebnih podatkov v 30 sekundah ne pritisnete nobene tipke, se tehtnica avtomatsko izklopi.

Če izberete utežno enoto kg, bo telesna višina samodejno prikazana v cm.

Tehtanje in merjenje telesne maščobe

Izdelka ne uporabljajte, če nosite srčni spodbujevalnik, črpalko za zdravila ali drug medicinski implantat.

Tehtnica ni primerna za medicinske ali terapevtske namene.

Na podlagi meritev ne izdelujte dietetnih ali vadbenih programov. O tem se vedno posvetujte s svojim zdravnikom ali drugim kvalificiranim osebjem.

Na meritve telesne maščobe lahko vpliva več dejavnikov. Zato upoštevajte sledeče napotke, da boste dobili čim bolj natančno meritev.

Vsak kos obleke popači rezultat merjenja.

Pri merjenju ne nosite nogavic. Na tehtnico stopite bosi. Podplati naj bodo čisti, vendar ne mokri.

Podplate morate postaviti pravilno na elektrode (okrogle kovinske površine na plošči tehtnice). Stopali in stegna se pri tem ne smejo dotikati.

Meritev bo močno spremenjena tudi po intenzivni telesni dejavnosti, pri bolezni, zaradi velike izgube tekočine, po jedi ali pitju (počakajte najmanj 2 uri), po kopeli, pri ženskah med menstruacijo ali nosečnostjo, kmalu za tem, ko ste vstali.

Meritev izvajajte po možnosti vedno ob istem času in pod istimi pogoji.

Pritisnite tipko  ali . Tehtnica se vklopi. Številka mesta shranjevanja utripa. S tipkama   izberite želeno mesto.

Zaslon preklopi na prikaz 0,0 kg. Nato je tehtnica pripravljena za tehtanje.

Stopite na tehtnico, stojte pri miru, da se tehtanje izvede. Tehtanje je končano, ko se prikaz neha spreminjati.

Zdaj tehtnica samodejno preklopi na merjenje telesne maščobe.

Merjenje je končano, takoj ko z zaslona izgine 8888.

Rezultata se izmenično pojavljata ca. 10 sekund na zaslonu. Tehtnica se samodejno izklopi. Zdaj lahko stopite s tehtnice.

Vrednosti lahko zdaj primerjate s tabelo o telesnih maščobah.

starost	ženske				moški			
	suh	Normal-en	Debel	Zelo debel	suh	Norm alen	Debel	Zelo debel
10-16	<18%	18-28%	29-35%	>35%	<10%	10-18%	19-23%	>23%
17-39	<20%	20-32%	33-38%	>38%	<12%	12-20%	21-25%	>25%
40-55	<23%	23-35%	36-41%	>41%	<13%	13-21%	22-26%	>26%
56-85	<24%	24-36%	37-42%	>42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%

Ker so maščobne vrednosti, ki jih meri tehtnica, podvržene različnim dejavnikom in vplivom, upoštevajte prikazane vrednosti le kot oporne točke in ne kot absolutne vrednosti. Zaradi telesne konstitucije posameznika ni nujno, da bo delež maščob v ustreznem območju. Vendar pa naj bi osebe enake starosti, spola in telesne konstitucije imele enako vrednost maščob. Posvetujte se z zdravnikom o tem, kakšna je za vas primerna vrednost maščobe. Tehtnica vam bo pri tem v pomoč, da boste lahko čez daljše časovno obdobje sledili spreminjanju ugotovljenih vrednosti.

Tabela ne velja za sledeče osebe:

- otroke, mlajše od 10 let in osebe, starejše od 85 let
- osebe z vročino, oteklina in osteoporozo
- osebe, ki uživajo zdravila za srce
- dializne bolnike
- nosečnice
- profesionalne športnike, ki trenirajo več kot 10 ur tedensko.

Uporaba osebne tehtnice

Tehtnico za merjenje telesnih maščob lahko uporabljate tudi za osebno tehtanje.

Kratko pritisnite tipko o-. Tehtnica se vklopi. Na zaslonu se za ca. 2 sekundi pojavi prikaz 8888 (ne stopajte še na tehtnico).

Takoj ko se na zaslonu pojavi 0,0 kg ali 0,0 lb, je tehtnica pripravljena za tehtanje. Stopite nanjo, stojte pri miru, dokler ni tehtanje končano.

Tehtanje je končano, ko se prikaz preneha spreminjati in nato dvakrat utripne. Zdaj lahko stopite s tehtnice. Prikaz teže ostane prikazan ca. 5 sekund. Nato se tehtnica avtomatsko izklopi.

Rokovanje

Pri vseh napravah, ki jih prinesete iz hladnejših prostorov v toplejše, morate pred vklopom počakati nekaj časa, da se izloči morebiten kondenzat, ki bi pri tem nastal.

Uporaba v neugodnih pogojih ni dopustna. Neugodni pogoji so:

- mokrota ali previsoka vlaga, prah in vnetljivi plini, hlapi ali topila
- previsoka ali prenizka temperatura.

Vzdrževanje in čiščenje

Pred vzdrževanjem ali čiščenjem upoštevajte sledeče:

Popravila lahko opravi le strokovnjak, ki je seznanjen z nevarnostmi oz. zadevnimi predpisi. Pri spremembah ali popravilih na lastno pest preneha pravica do garancije.

Naprave, razen zamenjave baterije, ni potrebno vzdrževati, zato je nikoli ne odpirajte.

Za čiščenje ohišja naprave in LCD-zaslona uporabljajte mehko in rahlo vlažno krpo ali suh čopič. Ne uporabljajte agresivnih čistilnih sredstev ali kemičnih topil, ker lahko poškodujejo zunanost ohišja.

Odlaganje

Neuporabne naprave so poseben odpadke in ne sodijo med gospodinjne odpadke. Varujte okolje.

Odpravljanje napak

Na zaslonu se izpiše FFFF:

- Prekoračili ste merilno območje (več kot 150 kg ali 330 lb).

Na zaslonu se izpiše LO:

- Baterija je prešibka. Zamenjajte jo.

Na zaslonu se izpiše Err:

- Pri merjenju nosite nogavice ali čevlje. Na tehtnico lahko stopite le bosi.
- Ugotovljena teža ali vrednost maščobe ne ustreza vneseni vrednosti v spominu. Preverite vneseno vrednost za osebno mesto v spominu. Ali ste izbrali pravo mesto v spominu?

Druga popravila lahko opravi le strokovnjak.

Tehnični podatki

Baterije: 9 V Blok baterija (6AM6)

Poraba moči: 6 mA

Merilna območja

teža / ločljivost: 2kg (min.) do 150kg (maks.) / 0,1kg

4,4lb (min.) do 330lb (maks.) / 0,2lb

telesna maščoba / ločljivost: 3% - 75% / 0,1%

nastavitveno območje za telesno višino: 100 cm – 220 cm

nastavitveno območje za starost: 8 - 85

Garancija:

Za to napravo podjetje Conrad Electronic d.o.o. k.d. zagotavlja minimalni garancijski rok v skladu z zakonom (razen če je v katalogu drugače določeno). Garancija zajema brezplačno odpravo pomanjkljivosti, za katere je dokazano, da so posledica uporabe materialov, ki so oporečni ali posledica tovarniških napak. Pridržujemo si popravila, naknadne izboljšave, dobavo nadomestnih delov ali povračilo nakupne cene. Pri naslednjih kriterijih se popravila ne izvajajo oziroma preneha pravica iz garancije:

- pri spremembah in poizkusih popravila na aparatu
- pri nestrokovnem dodajanju konstrukcijskih sklopov, samovoljnem ožičenju elementov kot so stikala, potenciometri, vtiči itd.
- pri uporabi drugih elementov, ki originalno ne spadajo k aparatu
- pri poškodbah zaradi poseganja tujih oseb
- pri priklopu na napačno napetost ali vrsto toka
- pri napačnem upravljanju ali poškodbah zaradi malomarnega ravnanja
- pri defektih, ki nastanejo zaradi premostitve varovalk ali zaradi uporabe napačnih varovalk.

Baterije: Baterije ne spadajo v otroške roke. Baterije, akumulatorje ter izdelke, ki imajo le-te vgrajene na takšen način, da jih ni možno odstraniti, in so bili kupljeni pri nas, lahko vrnete v našo trgovino ali jih pošljete na naš naslov. Za te izdelke vam je na voljo poseben zabojnik. Baterije in akumulatorji ne spadajo v gospodinjne odpadke.

Garancijska izjava: Za vse izdelke razen žarnic, baterij in programske opreme velja minimalni garancijski rok v skladu z zakonom. Izdelek, ki bo poslan v reklamacijo vam bomo v roku 45 dni vrnili popravljenega ali ga zamenjali z novim. Okvare zaradi nepravilne uporabe, malomarnega ravnanja z izdelkom in mehanske poškodbe so izvzete iz garancijskih pogojev. Pokvarjen izdelek pošljete na naslov: Conrad Electronic d.o.o. k.d., Ljubljanska cesta 66, 1290 Grosuplje. Garancija ne velja za mehanske poškodbe razen tistih, ki so nastale pri transportu. Servis za izdelke izven garancije zagotavljamo za obdobje 7 let, če ni z zakonom drugače določeno. Servis je na naslovu: Conrad Electronic d.o.o. k.d., Ljubljanska cesta 66, 1290 Grosuplje.