取扱説明書 オムロン 手首式血圧計 HEM-6231T2-JC HEM-6231T2-JE

このたびは、オムロン製品をお買 い上げいただきありがとうござい

• 本製品の使用目的は、家庭での健 圧及び拡張期(最低)血圧を測 め、この取扱説明書を必ずお読み

▲ 警告 誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を 負うことが想定されます。 本書はいつもお手元においてご使 • 本書は品質保証書を兼ねていま す。紛失しないように保管して^

、物的損害とは、家屋や家財および家畜やペットに関わる拡大損害を示し • 本書に記載しているイラストはイ

3294778-0 A けがや治療中の腕で測らない。

製品のお問い合わせ、別売品や消耗品のご注文、修理のご依頼

https://www.healthcare.omron.co.jp/support

オムロン お客様サービスセンター TEL 0120-18-6606 (通話料無料) FAX 0120-10-1625 (通信料無料)

受付時間9:00~19:00(祝日を除く月~金) 〒515-8503 三重県松阪市久保町1855-370

Intellisense® とは

血圧測定値は手首の太さ、柔らかさなどさまざまな要因の影響を 受けます。独自の血圧測定技術 Intellisense® を搭載したオムロ ンの血圧計は手首の太さ、柔らかさなど、一人ひとりの特徴にあ わせた最適な血圧測定をおこないます。これにより、快適で精度 の高い測定を実現します。

オムロン ヘルスケア お客様サポート

※都合により、お休みや受付時間の変更をさせていただく場合があります。

取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書きにしたがった正常な 使用状態で、お買い上げ後1年以内に故障した場合には無償にて 修理、また故障内容や製品によっては、交換あるいは他機種と の交換をいたします。

. 無償保証期間内に故障して修理を受ける場合は、オムロンお客 様サービスセンターまたはご購入の販売店にご連絡ください。 . 無償保証期間内でも次の場合には有償修理になります。

(イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損 (ロ) お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。

(ハ)火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や電源 の異常電圧、指定外の使用電源(電圧、周波数)などによ

る故障および損傷。

(二) 品質保証書の提示がない場合。 (ホ)品質保証書にお買い上げ年月日、販売店名の記入のない場 合、または販売店で発行されたお買い上げを証明するもの がない場合、あるいは字句を書き換えられた場合。

保証をお約束するものです。したがってこの保証書によってお

品質保証書

製品は厳重な検査を行い高品質を確保しております。しかし通常のご使用

において万一、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、

年間は無償にて修理、また故障内容や製品によっては、交換あるいは他

お買い上げ店名

※以下のいずれかを必ず行ってください。
・販売店で以下に記入、捺印していただく。
・販売店で発行されたお覧い上げを証明するもの(レシートやシールでも可)を本品質保証書に貼付または保管いただく。

お買い上げ年月日 年 月 日

このたびは、オムロン製品をお買い求めいただきありがとうございました。

客様の法律上の権利を制限するものではありません。

5. 修理対応期間は製造打ち切り後6年となります。

製品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。 ※ 以下のいずれかを必ず This warranty is valid only in Japan.・販売店で以下に記え

HEM-6231T2-JE

(へ)消耗部品。 (ト) 故障の原因が本製品以外に起因する場合。

管してください。

機種との交換をいたします。

商品販売コード HEM-6231T2-JC

オムロン ヘルスケア株式会社

〒617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪 53 番地

(チ) その他取扱説明書に記載されていない使用方法による故障 および損傷。 . 品質保証書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保

• 新しい電池と古い電池を混ぜて使わない。 • メーカーや銘柄の異なる電池を混ぜて使わない。 . 品質保証書は本規定に明示した期間、条件のもとにおいて無償

• 指定外の電池を使わない。 • 推奨期限の過ぎた電池を使わない。

▶ けがの発生や本体故障の原因になります。

((•)) データ通信について 本製品は電波法に基づく工事設計認証を受けた 2.4 GHz 帯小 電力データ通信システムの無線設備です。本製品を改造した り、本体記載の認証番号を消さないでください。電波法に抵触

する恐れがあります。 • 本製品を本製品と同じ周波数を使用した無線 LAN、電子レン 🧦 、無線機器などの周辺でご使用になりますと、本製品との間 で電波干渉が発生する可能性があります。電波干渉が発生した 場合、使用しない機器を停止するか、本製品の使用場所を変え

るなど電波干渉の生じない環境でご使用ください。 • 電波を使用している関係上、第三者が故意または偶然に傍受す る事も考えられます。機密を要する重要な事柄や人命に関わる ことには使用しないでください。

• 本製品は日本国内専用です。日本国外で使用しないでくださ い。海外で使用されると、その国の電波法に抵触する恐れがあ ります。

安全上のご注意

. 誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う、または

お使いになる前に必ずお読みください。

• 点滴、輸血をしている腕で測らない。

▶火災や爆発の原因となります。

• 測定結果の自己判断をしない。

• 治療を自己判断で行わない。

• 耐用期間を越えて使わない。

• 必要以上の頻度で測らない。

機器がある場所で使わない。

• 他の医療機器と併用しない。

• 測定中に体を動かさない。

• 対象手首周外で使わない。

• 血行障害が長く発生する場合

• 透析治療中や動静脈ろうがある場合

• 妊娠中や子かん前症(妊娠中毒症)

▶ 正しく測定できないことがあります。

• 乳腺切除した方 • 未成年の方

⚠ 注意(電池について)

J、医師の指導を受ける。

に入れたままにしない。

• 電池の⊕ ─極を間違えて入れない。

• 電源が入ったまま、電池交換を行わない。

▶ 傷害を負う原因になります。

とでご使用ください。

• 重度の血行障害や血液疾患がある場合

血圧測定以外の目的で使わない。

• 寒さなどで体が震えるときに測らない。

• カフの巻き方や測定姿勢を不適切にしない。

▶ 正しく測定できないことがあります。

• 使用中に皮膚炎など肌の異常を感じる場合

乗り物内で使わない。

▶ 傷害を負う原因になります。

▶ 症状の悪化につながることがあります。

• 乳幼児などの手の届くところに保管しない。

• 可燃性ガスや高濃度酸素環境下など火災や爆発の恐れがある

▶ 電池など小さい部品を飲み込み、窒息や傷害に至ることが

• ペースメーカーなど植込み型医療機器の装着部位近くで使わない。

• 航空機内や病院など無線機器の使用が禁止された区域では必

▶本機器または他機器の誤動作の原因になります。

ず本製品の Bluetooth® 通信を OFF にしてください。

• 医療機関や公共の場所などにおいて不特定多数で使わない。

• 長期的な血流障害などを起こさないように腕の状態を確認し

異常の発生を感じたとき、カフを手首につけたままにしない。

▶本体の故障や破損、傷害を負う原因になります。あるいは、

• 測定中に血圧計の近く(30cm 以内)で携帯電話やスマートフォ

• 電気メスなど電気手術器や MRI、CT スキャナーなど他の医療

▶症状の悪化や傷害の発生、誤動作の原因になります。

• 乳幼児など自分で意思表示できない人に使わない。

• 本体やカフなどを分解したり、改造したりしない。

• カフを手首に装着しない状態で加圧しない。

正しく測定できないことがあります。

• 本体に強いショックを与えたり、落としたりしない。

▶本機器または他機器の誤動作の原因になります。

• 指定外の場所や条件で保管したり、使ったりしない。

• 保存温度環境の最高または最低の温度環境から 20℃環境に移

動させて使用する場合、すぐに測らない(2時間程度放置する)。

次のいずれかの場合は、医師の指導のもとでご使用ください。

次のいずれかの状態や症状をお持ちの場合は、医師の指導のも

• 一般的な不整脈(心房性、心室性早期収縮、心房細動など)

• 電池の液が目に入ったら放置しない。すぐに多量の水で洗い流

• 電池を使い切ったときや長期間使用しないとき、電池を本体内

• 動脈硬化症 • 糖尿病 • 腎臓疾患 • かん流低下

• カフに折りじわが付いたまま測らない。

警告、注意について

A 警告

場所で使わない。

あります。

A 注意

ここに示した内容は、製品を安全に正しくご使用いただき、使用 □本体 □お試し用電池 者や他の人々への危害、財産への損害を未然に防止するためのも (単4形アルカリ乾電池2個)

2 入っていますか?

✓ 次のものがすべてそろっていることを確認してください。



□収納ケース

□取扱説明書 本書:品質保証書付き □医療機器添付文書 □ OMRON connect

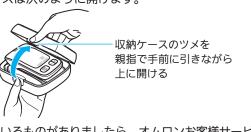
セットアップガイド

付属の電池はお試し用です。

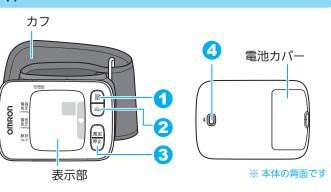
測定できる回数が少なくなる

場合があります。

• 収納ケースは次のように開けます。



• 不足しているものがありましたら、オムロンお客様サービスセン ターにご連絡ください。(☞ 22 サポート情報)



[記録呼出] ボタン 測定記録を見るときや直近の測定記録の平 均を見るときに使います。

[朝週平均] ボタン 今週を含む過去4週間分の朝週平均を見る ときに使います。 [測定/停止] ボタン 測定するときや測定を中止するとき、電源 を切るときに使います。

[通信] ボタン

通信するときに使います。

★ off Bluetooth OFF マーク Bluetooth 通信が OFF のときに表示されます。 Bluetooth ON マーク ◆ Bluetooth 通信が ON のときに表示されます。

(9) | OK | 通信 OK マーク

通信お知らせマーク メモリ容量がわずかになったときに、アプリとの通信を促すときに点滅します。また、メモリ容量がな くなったときに点灯します。

✓ 😝 OK 🔭 🖼

平均|各週の朝週平均値を呼び出したときに表示されます。

測定した血圧が家庭高血圧の基準値以上のときに まニャッキュ

最高血圧が **135** MMHg または 最低血圧が **85** MMHg

││血圧計の高さが適切なときに青色が点灯します。

測定中に会話をしたり、体を動かしたりしたときに

カフぴったり巻き OK マーク カフがぴったり巻かれているときに表示されます。

【 ■ 電池の残量が少なくなったときに点滅します。

【 電池の残量がなくなったときに表示されます。すく

カフぴったり巻き NG マーク

測定中の脈が適切に検出されていないときに表示さ

カフがぴったり巻かれていないときに表示されます。

*日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン 2019

記録を呼び出したときに表示されます。

10 9 8 7

/記録番号

1 記録マーク

∏n | 平均値マーク

血圧高しされます。

製造 朝週平均値マーク

血圧確認マーク

表示されます。

測定姿勢ガイド

表示されます。

不規則脈波マーク

バッテリーマーク

|電池を交換してください。

に電池を交換してください。

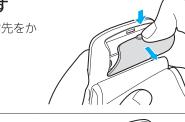
脈波マーク 血圧を測定しているときに点滅します。

カフの空気を排気しているときに点灯します。

電池を入れる

電池カバーは、本体裏面にあります。(🖙 🛐 各部の名前)

1 電池カバーを外す 電池カバーのツメに指先をか けて開きます。



2 電池を図の表示に 合わせて入れる ばねの出ているほうが ⊝です。

6 電池カバーを閉める 図のように電池カバーを本体 に取り付け、カチッと音がす るまで矢印の方向に押して閉 /

めます。



5 時計を合わせる

測定前に時計を合わせると、日時と一緒に測定結果を記録できま す。「OMRON connect」アプリで本製品を登録すると、自動で 時計が設定されます。アプリのインストールについては、「個 スマートフォンで記録を見る」を参照してください。 1回押すごとに1つ進む



20 22

押し続けると早送りする 各項目を設定して次の項目 に移る [記録呼出(冒)]ボタン、[朝週平

均(些)] ボタンで「年」を変更 [測定/停止] ボタンで -「西暦年」が点滅 | 「年」を決定

[記録呼出()]ボタン、[朝週平 | 均(<u>※</u>)] ボタンで「月」を変更 [測定/停止] ボタンで └─「月」が点滅 |「月」を決定

[測定/停止] ボタンで ―「日」が点滅 「日」を決定 [記録呼出(冒)]ボタン、[朝週平 | 均 (<u>※</u>)] ボタンで 「時」 を変更 ● 「時 | は 24 時間表示です。 [測定/停止] ボタンで | 「時」が点滅

「時」を決定

[記録呼出(冒)]ボタン、[朝週平 均(<u>※</u>)] ボタンで「分」を変更 13:05 [測定/停止] ボタンで 「分」を決定 --「分」が点滅

🦳 |設定完了 ַ בּעוּיבוּ 点滅から3秒後、自動的に電源が 切れます。 全体が点滅

再度時計設定したいとき

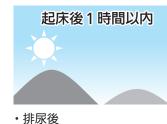
再度時計設定をしたい場合は、電池を入れなおすか、[朝週平均(🔆)] ボタンを長押しし、時計設定モードに入ってください。

6 測定する前に

血圧は一日の中でも時々刻々と変化しています。日本高血圧学会 は、起床時と就寝前(寝る前)の毎日決まった時に測定すること を推奨しています。

測定するタイミング

起床後は、起きて 1 時間以内、トイレをすませ、朝食の前、薬 を飲む前に、5分以上安静にしてから測ります。就寝前も、5分 以上の安静後に測ります。



・服薬前(降圧剤を飲んでいる場合)

・5 分以上安静にしてから



血圧について詳しくは、「❷血圧とは」~「❷家庭血圧の重要性 とは」を参照してください。

・朝食前

2 カフの位置を 調整する 手首の骨にかからないように、 手首と手のひらの境目から 1~ \pm 1~1.5 cm 1.5 cm 離します。 **ら**カフの先を持って [記録呼出(冒)]ボタン、[朝週平 真横に引っ張る | 均(<u>※</u>)] ボタンで 「日」 を変更 4 ぴったり巻き上げる • 面ファスナーの全面がぴった りつくように、指で軽く押さ えてください。 • すき間ができないように巻い てください。 ▓」お知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ • 右手首に巻くときも同じように巻いてください。 • 対象手首周は、13.5 ~ 21.5 cm です。 • カフの巻き方を当社ホームページでご紹介しています。

7 カフを巻く

カフは、巻きやすい方の手首に巻いてください。ただし、左手首と 右手首では、測定値が異なる場合があるため、いつも同じ手首で測 るようにしてください。(下図は左手首に巻く場合の例です。) カフは素肌の上に巻いてください。



手首に通す 手のひらを上に向け、 表示部を上にしてかぶせます。

ttps://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/

8 正しい姿勢を確認する

足を組まずに

両足を

床につける



ひじを

テーブルに

9 血圧を測る

本製品は、サイレント測定機能を搭載しています。

サイレント測定 とは 測定中の音を抑えたことにより、オフィスなど周囲の状況を 気にすることなく測定することができます。

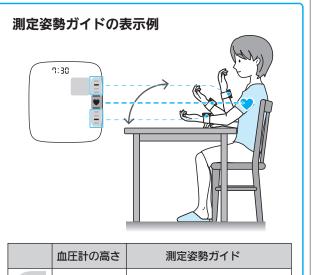
金中で測定を中止したいとき [測定/停止] ボタンを押してください。 電源が切れて、カフの空気が抜けます。

・[測定/停止]ボタン

1 [測定/停止] ボタンを押す



血圧計の高さ合わせ(測定姿勢ガイドが表示される) 測定姿勢ガイドとは、血圧計が適切な高さ(心臓と同じ 高さ)になるようにマークでお知らせする機能です。



♥ から上のいずれかの **-** が点灯 ♪ が点灯(ランプ:青色) ♥ から下のいずれかの - が点灯

測定姿勢ガイドに従って、血圧計の高さが心臓の高さ と同じになるようにします。血圧計の高さが心臓の高 さと同じになると、自動的に測定が始まります。 血圧計の高さが適切な高さでない場合でも、5秒後に 測定が始まります。

測定開始 35 ■ : カフが適切に巻かれていません。 [測定/停止] ボタンを押して、 電源を切り、カフを巻き直してください。

加圧中 58 「脈波マーク」 ▶ 測定中に点滅します。 測定終了

』測定結果(最高血圧・最低血圧・脈拍数)

が表示されます。

2 測定結果を確認する • 以下のマークが表示されたときは、「3 各部の名前」を参

照してください。

• エラーが表示されたときは、「 20 おかしいな?と思ったら」 を参照してください。

• 血圧計の高さが適切でないとき、測定姿勢ガイドは以下の ように表示されます。

1 18 ■−高すぎる - 低すぎる

(5) [測定/停止] ボタンを押して、電源を切る 電源を切り忘れても2分後に自動的に電源が切れます。

| | 測定記録を見る

本製品は、最大90件分の測定結果を記録できます。 測定記録は、最新の記録から順番に呼び出すことができます。



下図のように、記録番号が表示された後、測定記録(最高血 圧値、最低血圧値、脈拍数)が表示されます。



【記録呼出(図)]ボタンを押して 測定記録を切り替える

(B) [測定/停止] ボタンを押して、電源を切る 電源を切り忘れても2分後に自動的に電源が切れます。

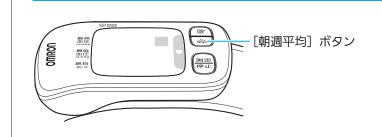
測定記録が90件を超えると、最も古い測定記録から順に削除さ れます。

11 朝週平均を見る 本製品は、各週の朝週平均を表示できます。(今週を含む4週間)

朝週平均とは ••••• 最も早い時刻の測定記録 朝週平均 一 朝の血圧 = 最大3回 ※1回しか測定していなけれる その別を記録が朝の血圧にな

> 朝週平均:日曜日~土曜日の「朝の血圧」の平均値です。 朝の血圧:午前4時から午前9時59分の間で、最も早い時刻の測定から 最大3回の平均値です。

毎朝、継続的に血圧を測定し、週の朝週平均を知ることで 早朝高血圧 (愛図家庭血圧の重要性とは - 早朝高血圧) の早 期発見につながります。正確な朝週平均を知るために、起床 後1時間以内に測定することをお勧めします。



【動 [朝週平均(水水)] ボタンを押す ボタンを押すごとに各週の朝週平均が表示されます。



❷ [測定/停止] ボタンを押して、電源を切る

電源を切り忘れても2分後に自動的に電源が切れます。

血圧確認マークが表示されます。

(最高血圧が 135 mmHg 以上、または最低血圧が 85 mmHg L

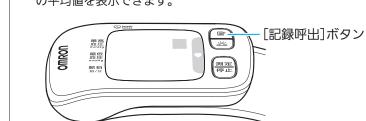
|▓│お知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・

測った2回の測定記録の平均値を見ることを推奨しています。 • 朝週平均が5週間分を超えると、古い記録から消去され、新し い朝週平均が記録されます。

• 日本高血圧学会の高血圧治療ガイドライン 2019 では、続けて

12 直近の平均を見る

本製品は、直近の測定から 10 分以内に測った測定記録(最大 3 回) の平均値を表示できます。



1 電源が入っていない状態で、[記録呼出(図)] ボタンを 2 秒以上押し続ける

が表示されます。

血圧高 血圧確認マークが表示されます。 (最高血圧が 135 mmHg 以上、または最低血圧が 85 mmHg

13 スマートフォンで記録を見る

と、スマートフォンで血圧の変化を簡単に確認できます。

「OMRON connect」アプリをスマートフォンにインストールす

1 スマートフォンの 「設定」 から Bluetooth を 「オン」にする

お使いのスマートフォンにインストールする • 以下の URL にアクセスするか、App Store または





オムロンコネクト | Q | と検索する

• 対応するスマートフォンについては以下の URL でご確認 ください。

 「OMRON connect」アプリを開き、本製品 を登録する

4 血圧を測定したら、「OMRON connect」

アプリを操作し、測定記録を転送する

Ĺ▓」お知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・

1台のスマートフォンで1ユーザーの測定記録を管理できます。 •「OMRON connect」アプリ以外のアプリを使用した場合、正 しく測定記録が転送されない場合があります。 詳しくは使用されるアプリのご利用方法および使い方をご覧く

裏面に続きます

下図のように直近の平均値が表示されます。



平均値が家庭高血圧の基準値以上のときに

🛂 [測定/停止] ボタンを押して、電源を切る 電源を切り忘れても2分後に自動的に電源が切れます。

日本高血圧学会の高血圧治療ガイドライン 2019 では、続けて測っ た 2 回の測定記録の平均値を見ることを推奨しています。

本製品は、スマートフォンに測定記録を転送できます。転送する

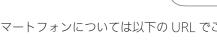
スマートフォンで記録を見るためには る必要があります。

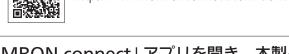
☑ 「OMRON connect」 アプリをダウンロードし、

Google Play からダウンロードしてください。



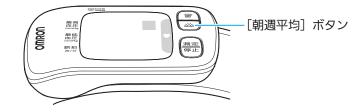




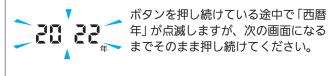




本製品は、「測定姿勢ガイド」を「オフ」に設定できます。 お買い上げ時は「測定姿勢ガイド」が「オン」になっています。



● 電源の切れた状態で、「朝週平均(½½)」ボ タンを 10 秒押し続ける





🛂 [測定 / 停止] ボタンを押して、電源を切る

•「測定姿勢ガイド」の設定を「オン」に戻すときは、電源を切 り手順 ❶ から操作し直してください。



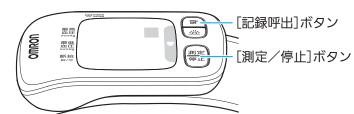
は、「測定姿勢ガイド」が「オン」にな ります。

左図のように「on」が表示されたとき

• 設定完了から3秒後、自動的に電源が切れます。

| 1/5 || 記録を消去する

測定記録は1つずつ削除できません。この操作を行うと、すべて の測定記録が消去されます。



記録呼出() ボタンを押す 測定記録が表示されます。

[記録呼出(図)]ボタンを押しながら、「測定/ 停止] ボタンを 2 秒以上押し続ける

下図のように表示されたら、消去完了です。 ボタンから指を離してください。



消去完了から3秒後、自動的に電源が切れます。

16 電池を交換する



1 電池を入れる(☞ 4 電池を入れる)

2 時計を合わせる (🖙 5 時計を合わせる)

右図のように、「西暦年」と「通信お知 らせマーク」が同時に点滅した場合は、 「OMRON connect」アプリを操作して スマートフォンと通信してください。



_∭」お知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

• 充電池では正常に動作しない場合があります。 • 交換した電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分して

電池残量が少なくなると、 のマークが点滅表示されます。 新しい電池を準備してください。

17 Bluetooth 通信を「オフ」にする

「OMRON connect」アプリをお使いの方で、航空機や病院、海 外など、無線通信が禁止されている区域に本製品を持っていく場 合は、下記の手順に従って、Bluetooth 通信を「オフ」にしてく ださい。

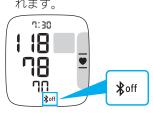


● 電源の切れた状態で、[通信(*)] ボタンを 10 秒以上押し続ける

下図のように画面に「oFF」が表示されます。



• Bluetooth 通信が「オフ」のとき、以下のマークが表示さ れます。



- Bluetooth 通信を「オン」の状態に戻すときは、[通信(*)] ボタンを 2 秒以上押し続けてください。表示部に「on」が表 示されたら、Bluetooth 通信が「オン」になります。
- 設定完了から 3 秒後、自動的に電源が切れます。

|お買い上げ時の状態に戻す

お買い上げ時の状態に戻したい場合は、次のように操作してくだ さい。操作すると本体に記録されているすべての設定と測定記録 が消去されるのでご注意ください。



1 電源の切れた状態で、 [朝週平均(光)]ボタンを押しながら、[測

定/停止] ボタンを 5 秒以上押し続ける 下図のように画面に「CLr」が表示されたら、消去完了です。 ボタンから指を離してください。



お買い上げ時の状態に戻ります。

消去完了から3秒後、自動的に電源が切れます。

19 保管とお手入れ

保管時のお願い

- 使用後は収納ケースに入れて保管してください。
- 長期間使用しないときは、電池を取り外してください。 • ご使用になるところと保管場所に温度差がある場合は、ご使用

- 化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ。

- 前にしばらく置いてからお使いください。 次のようなところに保管しないでください。 - 水のかかるところ。
- 高温・多湿、直射日光、ほこり、塩分などを含んだ空気の影 響を受けるところ。 - 振動、衝撃のあるところ。

お手入れ時のお願い

- いつも清潔にしてお使いください。
- 本体やカフの汚れは、乾いたやわらかい 布で拭き取ってください。 汚れがひどいときは、水または薄めた中 性洗剤をやわらかい布にしみ込ませ、よ
- く絞ってから汚れを拭き取ってくださ い。汚れを拭き取った後、乾いたやわら かい布でから拭きしてください。 • 本体内部に水などが入らないようにして
- ください。
- 汚れを落とすときは、アルコール、ベン ジン、シンナーなどを使用しないでくだ
- カフは洗濯できません。
- カフをぬらさないでください。

廃棄時のお願い

• 本体、電池を廃棄するときは、お住まいの市区町村の指導に従っ てください。

20 おかしいな?と思ったら **21** 測定 Q&A

こんなとき 原因・対処のしかた カフを正しく巻いていない。 ▶ カフを正しく巻き、もう一度測定して ください。(🖙 🗾 カフを巻く) カフが空気漏れしている。 ▶ オムロンお客様サービスセンターに修 が表示 理を依頼してください。 (☞ ဃ サポート情報) 加圧できない |測定姿勢ガイドが「オン」の状態で、正し い姿勢で測定していない。 ▶ 正しい姿勢で測定してください。 (☞ 🛭 正しい姿勢を確認する) 300 mmHg 以上加圧している。 ▶ 測定中にカフを触らないでください。 (☞ 🛭 正しい姿勢を確認する) が表示 |測定中に腕や体を動かしたり、会話したり している。 本体が振動して測定できない。 ▶ 腕や体を動かしたり、会話したりしな が表示 いでください。 (☞ 🛭 正しい姿勢を確認する) 脈が適切に検出されていない。 ▶ 腕や体を動かさず、正しい姿勢で測って ください。(☞ 🛭 正しい姿勢を確認する) ▶ カフを巻き直してください。巻き直し が表示 て再度測定しても表示される場合は、 カフがきつ過ぎる、または緩過ぎる可 能性があります。「 🗾 カフを巻く」を 参照し、正しくカフを巻いてください。 ▶ 不規則脈波マーク () が頻繁に表示 される場合は、医師にご相談ください。

測定中に手首を上下に動かした。

度測定してください。

本体が故障している。

頼してください。

(3 22 サポート情報)

通信が正しくできていない。

▶ スマートフォンの表示を確認し、

ヘルプを参照してください。

通信(キ)]ボタンを押し続けた。

従ってください。

従ってください。

[通信(キ)] ボタンを押した。

が表示

が表示

が表示

が表示

測定姿勢ガイドの

ランプが点灯せず

マークが表示され

マーク

が点滅

が表示

または

加圧中に電源が切れる

どのボタンを押し

ても何も表示され

機器登録ができない

転送できない

▶ 手首を動かさないようにして、もう-

度「Er」が表示されるときは、オムロ

ンお客様サービスセンターに修理を依

「OMRON connect」アプリの表示に

▶ スマートフォンに機器登録をするとき

▶ スマートフォンに測定記録を転送す

るときに点滅します。転送する際は、

「OMRON connect」アプリの表示に

70 回分以上の測定記録が転送されていない。

▶「OMRON connect」アプリに測定記

▶「OMRON connect」アプリと通信す

90回分の測定記録が転送されていない。

▶「OMRON connect」アプリに測定記

録を転送すると、 😝 が消えます。

「測定姿勢ガイド」が「オフ」になっている。

(☞ 個 測定姿勢ガイドを設定する)

▶ 同じ種類の新しい単 4 形アルカリ乾電

▶ 2 個同時に同じ種類の新しい単 4 形ア

ルカリ乾電池と交換してください。

電池残量が少なくなっている。

電池残量がなくなっている。

🖙 💶 電池を入れる)

電池が完全に消耗している。

🖙 💶 電池を入れる)

🖙 💶 電池を入れる)

を参照してください。

てください。

🌌 お知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・

• 以上の方法でも解決しないときは、オムロンお客様サービスセ

• ごくまれに体質上誤差を生じて、正しく血圧を測れないことが

• 本製品の故障や修理のときは、測定記録などがすべて消去されます。

ンターにお問い合わせください。(🖙 辺 サポート情報)

あります。医師にご相談ください。

▶ 新しい電池と交換してください。

電池の⊕⊖の向きが間違っている。

▶ 電池を正しく入れてください。

▶ 「OMRON connect」アプリのヘルプ

▶ [測定/停止] ボタンを押して、電源を

切ったあと、もう一度押してください。

それでも解決しない場合は、電池を外

して 30 秒以上してから電池を入れ直し

池2個を準備してください。

▶「測定姿勢ガイド」を「オン」にしてく

録を転送すると、 与 が消えます。

本体が通信待機状態になっている。

ると、与が消えます。

に表示されます。機器登録をする際は

「OMRON connect」アプリの表示に

従うか「OMRON connect」アプリの

(🖙 🛭 正しい姿勢を確認する)

▶ [測定/停止] ボタンを押し直して、再

糖尿病、高脂血症、重度の高血圧などにより、動脈硬化が 進行している場合は、上腕と手首に血圧差が出る場合があ ります。



上腕式、反対側に手首式血 圧計を付けて同時に測り、 それぞれの値を書きとどめ

めます。









ず、高く測定さ



Q:測るたびに測定値が違うのですが…

Q:上腕式血圧計との差はありますか? 血圧は、上腕での測定が標準とされていますが、手首式血圧計は、

続けて測定した場合、後の血圧の方が低い傾向があること が知られています。

> 測定を上手に行うために 次のことに気をつけましょう。 • 安静時間を取りましょう。

ばらつきやすくなります。



手軽に継続して測れる特長を持っています。

できます。

朝は起床後1時間以内、晩は就寝前など毎日決まった時 に測りましょう。(☞ 6 測定する前に)

• 快適な室温で測りましょう。 寒すぎたり、暑すぎたりすると、血圧が一時的に変動し ます。快適な室温のもと測定してください。

手首と心臓の高さが異なると、血液の重さにより手首の 血圧自体が変わります。手首が心臓より高くなると血圧 は低くなり、低くなると高くなります(高さ 10 cm あた り約8 mmHg)。必ず正しい測定姿勢をお守りください。



入浴や運動したとき

|❷│お知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・ 手首と上腕の血圧差は、次のようにすると確認できます。



1) どちらでも良いので片方に ます。 2) 腕を入れ替えて、もう一度

3) 上腕式と手首式、それぞれ

A1 血圧は、時々刻々と変化しています。

よく知られる変動として、1日の中の変動(日内変動)や 日ごとの変動(日間変動または日差変動)があります。ま 、1週間の中の変動(週内変動)や、寒い冬に高く、暑い 夏に低くなる季節変動も知られています。これらの血圧変 動の幅やパターンには個人差があります。家庭血圧を測っ て、ご自分のパターンを知り、血圧管理に役立ててください。

測定を始める前に、5分以上の安静時間を取りましょう。

安静が十分取れていないと、血圧が安定せず、測定値が

いつも決まった時に測りましょう。

A2 血圧が一時的に変動する要因を知りましょう。

喫煙

会話

前かがみで測

定すると、腹

部に圧力がか

かり、血圧が

高くなります。

次のようなときは、血圧が一時的に変化することが多いとし

われています。しばらく時間をおいてから試してみましょう。

飲酒

運動や

身体を使う作業

入浴

正しい姿勢や服装、カフの巻き方で測りましょう。

前かがみなど、無理な姿勢は血圧を上昇させます。無理

測定中に会話

すると血圧が

上昇します。

のない、リラックスできる姿勢で測りましょう。

カフェイン飲料

TOILET

尿意・便意

測定中に動い

たりカフを触

ると、脈の検

が生じます。

出が乱れて誤差

1. 寒い時期などに上着を脱いだり、袖をまくりあげて測定を

しなくてよいため、寒さによる血圧への影響を抑え、測定

2. コンパクトで持ち運びしやすいため、職場や旅先でも血圧

手首の動脈は上腕と直接つながっており、距離も近いため、その

測定ができ、自宅以外でも血圧管理に役立ちます。

血圧は上腕に近く、上腕血圧の変化もよく反映します。

血圧の傾向を知り、より充実した血圧管理にお役立てください。

A1 次のような場合には、上腕式血圧計と手首式血圧 計との間で測定結果に差が出ることがあります。

• 手首の高さが心臓の高さと異なるとき



一般的に、入浴や運動の後は末梢の血管が拡張するため 血圧は下がりますが、上腕よりも手首の血圧の方が、大 きく下がる傾向があり、血圧差が大きくなることがあり

• 動脈硬化が進行しているとき



同時に測り、値を書きとど

の平均値を比較します。

Q:病院での値に比べて低いのですが…

A1 病院での血圧は普段より高く出ることがあります。 病院では、身体活動や精神的緊張によって、無意識に血圧が高 くなっていることが少なくありません。日本高血圧学会の治療 ガイドラインでは、家庭血圧を優先して診療するよう推奨され ています。血圧の記録を医師に持参して相談しましょう。

Q:病院での値に比べて高いのですが…

A1 安静時間を取りましょう。

測定を始める前に、5分以上の安静時間を取りましょう。安 静が十分取れていないと、高めに測定されやすくなります。

A2 家庭で測った血圧を医師に持参して相談しましょう。 病院での血圧が正常でも、家庭での値が高い場合には、治療 が必要な場合があります。すでに治療を受けている方は、お 薬や服薬時間の調節が必要かもしれません。血圧の記録を医 師に持参して相談しましょう。

Q:カフの締め付けで、 痛みやしびれを感じるのですが…

A1 一時的なもので、心配ありません。

血圧測定時は、カフの締め付けにより、痛みやしびれを感じ ることがありますが、カフを外してしばらくすると治まりま す。症状が長く続く場合は、医師にご相談ください。

Q: ♥️ が表示されました。 不整脈でしょうか?

A1 不規則脈波マーク (♥)) が表示されても不整脈 とは限りません。

マークが表示されても、不整脈とは限りませんが、頻繁に 表示される場合には、医師にご相談ください。不規則脈波 マークは、測定中に脈が適切に検出されないときに表示さ

22 サポート情報

「OMRON connect」アプリについて

■ 対応スマートフォンのご確認

■「OMRON connect」アプリのインストール

お問い合わせの前に「20おかしいな?と思ったら」、「21測定 Q&A」をご確認ください。

お問い合わせの前に



■ カフの巻き方について(動画)

https://www.healthcare.omron.co.jp/resource/guide/hightbp/

https://www.healthcare.omron.co.jp/support/

対象手首周 $13.5 \sim 21.5 \text{ cm}$ 雷擊保護 内部電源機器

本製品に役立つウェブサイトをご紹介します。

https://www.omronconnect.com/devices/

https://www.omronconnect.com/setup/



あるいは検索サイトで オムロンヘルスケア サポート | Q | と検索する

https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hem/howto/

オムロンお客様サービスセンター

「オムロン ヘルスケアお客様サポート」ウェブサイト

装着部の分類

IP 保護等級

装着部の最高温度 48℃未満

お断りなく仕様を変更することがあります。 • 「OMRON connect」アプリおよびそれに関連するサービスは、

オムロン ヘルスケア株式会社

予告なく変更または終了することがあります。 本製品は、JIS 規格 JIS T 1115: 2018 に適合しています。 本製品は、ISO (国際標準化機構) 81060-2:2013 の要求に基

• Bluetooth® ワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc.

が所有する商標であり、オムロン ヘルスケア株式会社は、これ

づき、臨床評価されています。 • 作動モードは、JIS T 0601-1 による分類です。

医療機器認証番号 230AGBZX00003000

自動電子血圧計

販売商品コード HEM-6231T2-JC / HEM-6231T2-JE

Bluetooth® Low Energy

有効放射電力: < 20 dBm

最高血圧: 60~260 mmHg

最低血圧: 40 ~ 215 mmHg

脈拍数:読み取り数値の±5%以内

|単4形アルカリ乾電池2個(DC 3V 3.0W)

|約 300 回 (単 4 形アルカリ乾電池 2 個使用時、

|室温 23℃、150 mmHg 加圧、手首周 16.5 cm)

| 10,000 回もしくは 5 年のいずれか早く到達した方

- 10~+ 40℃/ 15~ 90%RH(結露なきこと)

- 20~+ 60℃/ 10~90%RH(結露なきこと)

| 約 91.0(幅)×63.4(高さ)×13.4(奥行き)mm

|お試し用電池 (単 4 形アルカリ乾電池 2 個)。

|収納ケース、取扱説明書 (品質保証書付き)

|医療機器添付文書、OMRON connect セット

〒 617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪 53 番地

| 0120-18-6606 (オムロンお客様サービスセンター)

|圧力:± 3 mmHg 以内

| ポンプによる自動加圧方式

自動急速排気方式

′800 ~ 1060 hPa

|約 90 g(電池含まず)

(カフ含まず)

最大 90 件

BF 形装着部

連続作動(運転)

アップガイド

デジタル表示方式

変調方式: GFSK

オシロメトリック法

カフ圧力表示範囲 0 ~ 299 mmHg

脈拍数測定範囲 毎分 40 ~ 180 拍

管理医療機器

一般的名称

表示方式

医療機器分類

|機械器具 18 血圧検査又は脈波検査用器具

|オムロン 手首式血圧計 HEM-6230 シリーズ

使用周波数带: 2.4 GHz (2400~2483.5 MHz)

■ 高血圧に関する知識について

• iPhone、App Store は Apple Inc. の商標です。 • iPhone の商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使

用されています。

((*)) 非電離放射線

商標について

• Android、Google Play は Google LLC. の商標です。 • その他本書に記載されているブランド名、製品名は各社の商標 または登録商標です。

らの商標を使用する許可を受けています。

製品に表示されているシンボルの意味

	SN	シリアル番号
		本製品の正しい装着位置を示します
	†	BF 形装着部
	$\bigcap_{\mathbf{i}}$	取扱説明書をお読みください
	IP22	IP 保護等級とは、IEC(国際電気標準会議)60529 によって規定された本体による保護構造を等級分類するものです。本製品は、指などの直径 12.5 mm 以上の固形物に対して保護されています。また、斜めに落下してくる水滴に対して、動作の妨げがないように、保護されています。
ı	_	

EMC 技術資料について

ンターにお問い合わせください。

本製品は EMC 規格 IEC 60601-1-2:2014 に適合しています。 本製品の EMC 技術資料は、以下のウェブサイトから確認すること ができます。

https://www.healthcare.omron.co.jp/support/download/emc/

ウェブサイトで確認できないときは、オムロンお客様サービスセ

医療機器の安全性が保たれる温度の範囲を示します。

医療機器の安全性が保たれる湿度の範囲を示します。

医療機器の安全性が保たれる気圧の範囲を示します。

電波法について

- 本製品には、電波法に基づく工事設計認証を受けた 2.4 GHz 帯小電力データ通信システムの無線設備が組み込まれていま す。本製品を改造したり、無線設備に記載されている認証番号
- を消さないでください。電波法に抵触する恐れがあります。 • 本製品は日本国内専用です。日本国外で使用しないでください。 海外で使用されると、その国の電波法に抵触する恐れがあります。

データ通信について

- 本製品を本製品と同じ周波数を使用した無線 LAN、電子レンジ、 無線機器などの周辺でご使用になりますと、本製品との間で電 波干渉が発生する可能性があります。電波干渉が発生した場合、 使用しない機器を停止するか、本製品の使用場所を変えるなど 電波干渉の生じない環境でご使用ください。
- 電波を使用している関係上、第三者が故意または偶然に傍受す る事も考えられます。機密を要する重要な事柄や人命に関わる ことには使用しないでください。

電波干渉に関するご注意

科学・医療機器のほか、他の同種無線局、工場の製造ライン等 で使用される移動体識別用構内無線局、および免許を要しない 特定小電力無線局、アマチュア無線局等(以下、「他の無線局」 と略す)が運用されています。

• 本製品の使用周波数帯では、無線 LAN や電子レンジ等の産業・

1. 本製品を使用する前に、近くで「他の無線局」を運用して いないことを確認してください。 2. 万一、本製品と「他の無線局」との間に電波干渉が発生し

- た場合は、速やかに使用場所を変えるか、製品の使用を停 止(電波の発信を停止)してください。 3. その他、電波干渉の事例が発生した場合など何かお困りの
- ことが起きたときは、オムロンお客様サービスセンターに お問い合わせください。(🕝 22 サポート情報)

使用周波数帯域: 2.4 GHz 帯 - 変調方式:その他 2.4 XX 1 -

• 次のマークは電波の種類と干渉距離を表しています。

移動体識別装置の帯域を回避可能です。

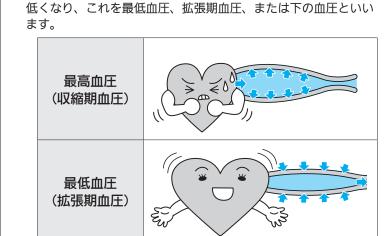
心臓は、血液を身体のすみずみまで届けるため、血液に圧力をか けて血管に送り出しています。血圧とは、この血管の中の圧力の ことです。 心臓は、拡張して中に血液をため込み、収縮して血液を送り出す

動作(心拍といいます)を1日に約10万回くり返しています。

1回の心拍は、心臓が収縮して血液を送り出す収縮期と、拡張し

て次の血液をため込む拡張期に分かれます。この収縮期の間で一 番高くなった時の血圧を最高血圧または収縮期血圧といいます。 上の血圧と呼ばれることもあります。 拡張期の間、血管の中の血液は徐々に下流に流れ出ていくため、

血圧が下がっていきます。次の収縮期が始まる直前、血圧は最も

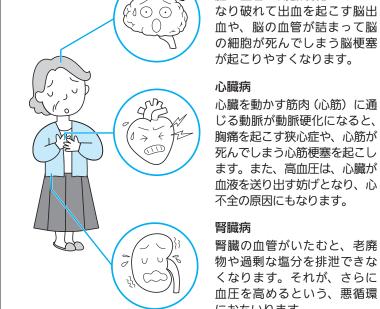


25 血圧と健康について

高血圧とは、高い血圧が持続する状態のことです。 高血圧は動脈硬化を起こして動脈をいため、脳卒中や心臓病、腎 臓病などの命にかかわる病気のもととなります。 また、糖尿病や認知症の発症・進行にも高血圧が関係することが

高血圧が起こす恐ろしい病気

知られています。



脳の血管が動脈硬化でもろく なり破れて出血を起こす脳出 血や、脳の血管が詰まって脳

脳血管疾患

心臓を動かす筋肉(心筋)に通 じる動脈が動脈硬化になると、 胸痛を起こす狭心症や、心筋が 死んでしまう心筋梗塞を起こし ます。また、高血圧は、心臓が 血液を送り出す妨げとなり、心 不全の原因にもなります。

腎臓の血管がいたむと、老廃 物や過剰な塩分を排泄できな くなります。それが、さらに

血圧を高めるという、悪循環 におちいります。 重症化すると人工透析が必要に なります。

26 家庭血圧の重要性とは

家庭血圧とは、家庭で測定した血圧のことです。病院という特殊 な環境で、たまにしか測らない血圧(診察室血圧)よりも、普段 の環境で毎日測定できる家庭血圧の方が、身体の状態をよく反映

し、治療効果も正確に評価できることが知られています。 また、自分の血圧を測り、知ることで、健康への意識や治療の積

極性が高まり、治療効果が改善するとの研究結果も報告されてい

家庭血圧を測ることで、次のような高血圧のタイプを見つけるこ

とができます。 仮面高血圧 持続性高血圧 正常血圧 白衣高血圧

140 / 90 mmHg

正常 診察室血圧 高い

白衣高血圧

診察室血圧は高いが(最高血圧が140 mmHg以上、または最 低血圧が 90 mmHg 以上)、家庭血圧が正常(最高血圧が 135 mmHg未満、かつ最低血圧が85 mmHg未満)の状態をいいます。 普段の血圧が正常なため、すぐに治療を始める必要はありません。 ただし、高血圧になりやすいという研究報告もあり、家庭血圧を 定期的に測ってチェックすることが大切です。

仮面高血圧

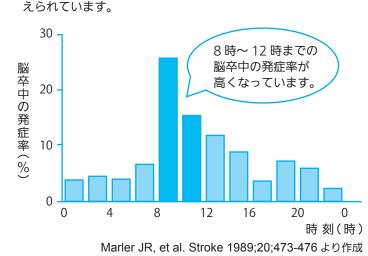
家庭血圧(普段の血圧)が高いのに、診察室血圧が正常なケース です。すぐに治療を検討する必要がありますが、普段の高血圧が 医師に分からないため、治療が遅れて重症化につながりやすい。 危険なタイプとされます。家庭血圧の測定は、この危険な状態の 発見を助け、早期の診療につなげます。

診察室血圧と家庭血圧の両方とも高いケースです。確実な高血圧 であり、仮面高血圧と同じく、治療対象になります。

持続性高血圧

早朝高血圧 起床時の血圧が高い状態をいいます。診察室血圧では検出できた いため、仮面高血圧の一種とされます。脳卒中や心筋梗塞、突然

死などは午前中に多いですが、その原因の一つが早朝高血圧と考



• 高血圧の疑いがあって受診するときは、家庭で測定した血圧の 記録があれば、医師の診断の参考になります。 • 高血圧に関する知識を当社ホームページでご紹介しています。

(☞ 22 サポート情報)