



Matin + Soir 8. Tension - domicile

Automesure de la tension artérielle

MobiliSense



Le tension-domicile vous permet de mesurer votre tension artérielle.

Consignes d'utilisation :

Chaque matin :

- Prenez **3 mesures** successives de votre tension **avant le petit-déjeuner et avant de prendre vos médicaments** ; répondez au questionnaire.

Chaque soir :

- Prenez **3 mesures** successives de votre tension **avant de vous coucher** ; répondez au questionnaire. **Rechargez le téléphone.**



1. Réalisez si possible les mesures **chez vous, seul dans une pièce, sans faire autre chose** (discuter...).
2. Posez le téléphone à côté de vous. Il doit être chargé et allumé. **PIN:**
3. **Asseyez-vous**, remontez votre manche.
4. **Reposez-vous** 5 minutes environ.
5. Enfilez le brassard autour de l'avant-bras. Utilisez toujours **votre bras non dominant** :
6. Placez le tube de métal dans le creux du bras, le bouton vers le haut.
7. Remontez l'appareil de 2 cm au-dessus du coude.

8. Placez **le bras sur une table, en position fléchie** comme sur le dessin.
9. **Appuyez sur le bouton du tension-domicile.** Cela ouvre l'application (Health Mate) sur le téléphone. (Logo avec le coeur)
10. ATTENTION : L'écran doit indiquer «Nouvelle mesure pour MobiliSense» et non pas pour «Invité». C'est à dire que «MI» est entouré d'un rond vert. Sinon, contactez-nous.



11. Sur le téléphone, **appuyez sur «Démarrer».**

Choisissez le mode de mesure

☒ Mode normal

☐ Mode auto
Le mode automatique prend trois mesures consécutives et en calcule la moyenne.

DÉMARRER

12. Pendant le gonflage, restez immobile et détendu.

Ne regardez ni l'appareil, ni le téléphone.

13. Prenez une seconde mesure, puis une troisième :

- Appuyez sur le bouton retour au bas du téléphone.

(Flèche en bas à droite)

- Appuyez à nouveau sur le bouton de l'appareil puis sur

« Démarrer » sur le téléphone.

Précautions :

- Évitez tout contact de l'appareil avec l'eau.
- Ne prêtez pas l'appareil à une autre personne. Cela fausserait l'analyse de vos mesures.

A savoir :

- En cas d'échec d'une des mesures, prenez une mesure supplémentaire.
- **N'utilisez pas le «mode automatique»** qui prend 3 mesures consécutives. **Répétez bien 3 fois la prise de mesure** en appuyant sur «Démarrer» à chaque fois.
- Il est normal que les 3 mesures successives soient différentes.
- **Ne remplacez pas les piles** de l'appareil. Nous vous confions des piles simplement au cas où un problème de batterie surviendrait.

Un grand MERCI ! Si besoin, appelez 7 jours / 7
au **01 44 73 84 56** ou au **06 17 99 21 73**