

the human information design people.

MASSIVEART

myVitali

myVitali – Verwendung der Messgeräte

Kurzanleitung zur Durchführung von Vitalparameter-Messungen mit Biocomfort-Messgeräten

Datum: 28.07.2009
Version: 1.0
Ersteller: Tom Ulmer

Inhaltsverzeichnis

1	Vorbemerkungen	2
2	Hinweise für alle Geräte	2
3	Gewichtsmessung mit scaleo-comfort	3
4	Blutdruckmessung mit tenso-comfort	4
5	Blutzuckermessung mit gluco-comfort	5
6	Technische Probleme und Fragen	6

1 Vorbemerkungen

Diese Anleitung beschreibt in Kurzform die Benutzung der Messgeräte scaleo-comfort (Körperfettwaage), tenso-comfort (Blutdruckmessgerät) und gluco-comfort (Blutzuckermessgerät) der Firma Biocomfort.

2 Hinweise für alle Geräte

Bevor Sie die Geräte benutzen können, müssen diese mit Ihren Benutzerdaten programmiert werden. Tragen Sie dazu Ihre Daten in der myVitali-Anwendung unter dem Menü „Meine Daten“ – „Benutzerdaten“ ein und speichern Sie diese. Jedes Ihrer Geräte muss danach in der Geräteliste unter dem Menüpunkt „Meine Daten“ – „Geräte“ registriert werden. Drücken Sie dafür auf den Knopf „Neues Gerät (Biocomfort)“ und füllen Sie die Maske aus. Die Seriennummer des Gerätes für die Registrierung finden Sie jeweils auf der Rückseite unterhalb des Strichcodes.

Die Programmierung der Geräte kann einige Minuten dauern. Dies ist in der Geräteliste der myVitali-Anwendung am gelb blinkenden Symbol in der rechten Spalte erkennbar. Die erfolgreiche Programmierung ist am grünen Symbol erkennbar.

Das Einstellen von Datum und Uhrzeit am Gerät ist nicht notwendig, da bei der Programmierung diese Werte automatisch gesetzt werden.

3 Gewichtsmessung mit scaleo-comfort

Wiegen Sie sich am besten morgens nach dem Toilettengang, nüchtern und ohne Bekleidung. Die Werte für Körperfett, Körperwasser und Muskelmasse können nur barfuss erfasst werden. Kurzfristige Schwankungen des Gewichts sind zumeist durch Flüssigkeitsverlust oder Flüssigkeitseinlagerungen bedingt (z.B. durch salzhaltige oder kohlenhydratreiche Mahlzeiten). Aussagekräftig ist deshalb nur der langfristige Trend!

Vorsicht: Die Waage darf nicht von Personen mit elektronischen Implantaten verwendet werden (z.B. Herzschrittmacher).

Durchführung der Messung:

1. Wird auf der Waage die **aktuelle Uhrzeit** angezeigt, befindet sie sich im **Ruhezustand**. Ist dies nicht der Fall, können Sie die Waage in den Ruhezustand versetzen, indem Sie ca. 5 Sekunden lang die Einschalttaste (linke große Taste) drücken.
2. Durch drücken der **Einschalttaste** (linke große Taste) schalten Sie die Waage ein.
3. Für etwa 2 Sekunden wird ein **Funktionstest** durchgeführt, bei dem alle Elemente der Anzeige aufleuchten, bitte so lange warten.
4. Es wird eine **Benutzernummer** angezeigt (1 bis 8). Wenn die angezeigte Nummer **nicht** mit Ihrer Benutzernummer **übereinstimmt**, **drücken** Sie so oft die **Mem-Taste** (rechten großen Taste), bis die richtige Nummer angezeigt wird. Falls Sie die Nummer nicht mehr wissen, können Sie in der Geräteliste von myVitali nachsehen (unter Menü „Meine Daten“ – „Geräte“). Wenn Die Waage auf „0.0“ umschaltet, bevor Sie Ihre Benutzernummer eingestellt haben, starten Sie bitte erneut bei Punkt 1.
5. Nach ca. 3 Sekunden erscheint auf der **Anzeige „0.0“**. Sie können **jetzt auf die Waage steigen**. Achten Sie darauf, dass sie auf den Kontaktflächen (transparente Rechtecke) stehen, nicht jedoch auf den großen Tasten. Während der Messung erscheint auf der Anzeige für etwa 5 Sekunden „- -“.
6. Sobald Ihr Gewicht als Zahl erscheint, ist die **Messung abgeschlossen** und Sie können von der Waage heruntersteigen. Nacheinander werden nun Ihre Werte für Gewicht in kg – Körperfettgehalt in Prozent – Körperwasser in Prozent – Muskelmasse in Prozent des Gesamtgewichts angegeben.
7. Die Daten werden automatisch per Funk an den Empfänger übertragen und stehen nach wenigen Sekunden in der myVitali-Anwendung zur Verfügung. Die Waage fällt nach etwa 60 Sekunden wieder in den Ruhezustand.
8. Die Messung ist abgeschlossen.

4 Blutdruckmessung mit tenso-comfort

Messen Sie am Arm mit dem höheren Blutdruck. Im Normalfall ist das der linke Arm. Zwischen zwei Messungen sollte mindestens ein Abstand von 10 Minuten liegen. Der Blutdruck kann durch verschiedene Faktoren beeinflusst werden (z.B. durch Anstrengung, seelische Belastung oder Stress, Essen, Trinken, Rauchen usw.). Aussagekräftig ist deshalb nur eine Auswertung über einen längeren Zeitraum und mehrere Messungen! Bei erhöhten Werten über einen längeren Zeitraum sollten Sie Ihren Arzt zu Rate ziehen.

Vorsicht: bei Kindern oder Kleinkindern darf keine Blutdruckmessung durchgeführt werden! Der Handgelenksumfang muss mindestens 13,5 cm betragen.

Durchführung der Messung:

1. **Setzen Sie sich** für die Blutdruckmessung **bequem und aufrecht hin** und **entspannen Sie** sich für mindestens 3 Minuten.
2. Legen Sie die **Manschette ca. 1-2 cm unterhalb des Handballens** an und verschließen Sie den Klettverschluss nicht zu locker und nicht zu fest.
3. Halten Sie das **Messgerät** während der Messung **etwa in Herzhöhe** durch abwinkeln Ihres Unterarms.
4. Durch **drücken der Einschalttaste** (linke große Taste) schalten Sie das Gerät ein.
5. Für etwa 2 Sekunden wird ein **Funktionstest** durchgeführt, bei dem alle Elemente der Anzeige aufleuchten, bitte **so lange warten**.
6. Es wird eine Benutzernummer angezeigt (1 bis 8). Wenn die angezeigte Nummer nicht mit Ihrer **Benutzernummer** übereinstimmt, **drücken Sie** so oft die **Mem-Taste** (rechten großen Taste), bis die richtige Nummer angezeigt wird. Falls Sie die Nummer nicht mehr wissen, können Sie in der Geräteliste von myVitali nachsehen (unter Menü „Meine Daten“ – „Geräte“).
7. Wenn Ihre Benutzernummer angezeigt wird, **starten Sie** bitte die Messung durch **nochmaliges Drücken** auf die **Einschalttaste** (große linke Taste).
8. **Atmen** Sie entspannt weiter, **sprechen Sie nicht** während der Messung und **bewegen Sie nicht die Hand**.
9. Die Manschette wird nun automatisch aufgepumpt. Wenn die Manschette Schmerzen verursacht, können Sie die Messung jederzeit durch nochmaliges drücken auf die Einschalttaste (große linke Taste) oder öffnen der Manschette abbrechen.
10. Nach dem Aufpumpen entweicht langsam die Luft und der Blutdruck wird ermittelt.
11. Ist die **Messung abgeschlossen**, ertönt ein kurzer **Piepton**. Ihre Blutdruckwerte für Systole und Diastole (oberer und unterer Blutdruckwert) sowie der Puls werden angezeigt.
12. Die Daten werden automatisch per Funk an den Empfänger übertragen und stehen nach wenigen Sekunden in der myVitali-Anwendung zur Verfügung. Das Gerät schaltet sich etwa 2 Minuten nach der Messung aus.
13. Die Messung ist abgeschlossen.

5 Blutzuckermessung mit gluco-comfort

1. Waschen Sie bitte die **Hände** vor der Messung mit Seife.
2. Bereiten Sie die **Stechhilfe** vor, indem Sie die Kappe abnehmen und eine **Lanzette** in die Öffnung **einsetzen**.
Entfernen Sie die **Schutzkappe** der **Lanzette** durch gleichzeitiges Drehen und Abziehen. Setzen Sie die Kappe der Stechhilfe dann wieder auf.
3. Entnehmen Sie einen **Teststreifen** aus der Verpackung und **verschließen** Sie die **Verpackung** sofort wieder.
4. Führen Sie den **Teststreifen** an der oberen Seite des Geräts in die vorgesehene Öffnung. In der Mitte des Streifens befindet sich eine **Einkerbung**, die mit der Öffnung **nach Rechts zeigen** muss, wenn Sie den Streifen nach unten einführen.
5. Das **Gerät schaltet sich automatisch ein** und für etwa 1 Sekunde wird ein Funktionstest durchgeführt, bei dem alle Elemente der Anzeige aufleuchten, bitte so lange warten.
6. Es wird eine **Benutzernummer** blinkend **angezeigt** (1 bis 8). Wenn die angezeigte Nummer **nicht** mit Ihrer Benutzernummer **übereinstimmt**, **drücken** Sie so oft die **Mem-Taste** (rechten großen Taste), bis die richtige Nummer angezeigt wird. Falls Sie die Nummer nicht mehr wissen, können Sie in der Geräteliste von myVitali nachsehen (unter Menü „Meine Daten“ – „Geräte“).
7. Wenn Ihre Benutzernummer angezeigt wird, **starten** Sie bitte die **Messung** durch **nochmaliges Drücken** auf die **Einschalttaste** (große linke Taste).
8. Am Display erscheint ein vierstelliger Code. Überprüfen Sie, ob der Code mit dem Code der Teststreifenpackung übereinstimmt. Falls der Code nicht übereinstimmt, müssen Sie das Gerät mit einem passenden Code-Chip für die Packung programmieren.
9. **Spannen** Sie die **Stechhilfe** durch Ziehen des hinteren Schiebers.
10. Halten Sie die **Stechhilfe seitlich** an die **Fingerbeere** und drücken Sie den Auslöseknopf.
11. Drücken Sie ggf. vorsichtig an der Fingerbeere, bis sich ein Bluttröpfchen bildet.
12. Führen Sie den **Bluttröpfchen seitlich rechts** an die **Einkerbung** auf dem Messstreifen im Gerät. Der Streifen saugt bei Berührung das Blut auf.
13. Wurde genug Blut an der Einkerbung aufgesaugt, **startet** die **Analyse** des Blutes mit einem Piepton. Es läuft ein Zähler von 10 rückwärts, bis die Analyse abgeschlossen ist. Danach ertönt ein doppelter Piepton.
14. Ihr **Blutzuckerwert** wird am Gerät **angezeigt**.
15. Die Daten werden automatisch per Funk an den Empfänger übertragen und stehen nach wenigen Sekunden in der myVitali-Anwendung zur Verfügung.
16. **Entfernen** Sie den benutzten **Messstreifen** aus dem Gerät **und** die benutzte **Lanzette** aus der Stechhilfe. Achten Sie darauf, dass Verletzungen anderer Personen an der gebrauchten Nadel ausgeschlossen werden können.
17. Die Messung ist abgeschlossen.

the human information design people.

MASSIVEART

6 Technische Probleme und Fragen

Wenn Sie bei der Benutzung von myVitali oder den Messgeräten auf Probleme stoßen, steht Ihnen MASSIVE ART gerne zur Verfügung. Bitte wenden Sie sich auch an uns, wenn Sie Anregungen oder sonstiges Feedback haben. Sie erreichen uns telefonisch unter +43 5574 90609-1016 oder per E-Mail unter contact@myvitali.com. Falls Sie uns via E-Mail kontaktieren, beschreiben Sie den Fehler oder Ihr Anliegen bitte möglichst genau und umfassend. Herzlichen Dank!