



KÄYTTÖOHJE

Verenpaine- mittari



Omplyn avulla verenpaineen mittaaminen kotona on yksinkertainen ja luotettava tapa seurata sydän- ja verenkiertoelimistön hyvinvointia. Mittaus on turvallista ja tulokset tallentuvat automaattisesti sovellukseen, josta voit jakaa ne suoraan lääkärillesi.

Ennen mittausta istu rauhassa paikallasi vähintään viiden minuutin ajan. Vältä kahvin juontia, tupakointia ja fyysistä rasitusta vähintään 30 minuuttia ennen mittausta, sillä ne voivat vaikuttaa tulokseen.

Verenpainemittarin yhdistäminen puhelimeen

- Asetu istumaan jalat tasaisesti lattialla ja selkä tuettuna. Pidä käsivartta pöydällä niin, että se on suunnilleen sydämen korkeudella.
- Valmistele mittaus nostamalla hiha riittävän ylös tai poistamalla se käsivarrelta, jotta mansetti asettuu paljaalle iholle. Aseta mansetti oikein: tarkista nuolesta oikea suunta ja kiinnitä se noin 2–3 senttimetriä kyynärtaipeen yläpuolelle.
- Käynnistä laite painamalla virtapainiketta.
- Kun näet vilkkuvan BT-merkin, laite on valmis mittaukseen.



Tutkimuksen aikana ja jälkeen

- Paina käynnistysnappia uudelleen aloittaaksesi mittauksen.
- Mittauksen aikana pysy liikkumatta ja hiljaa. Hengitä rauhallisesti ja odota, kunnes mittaus on valmis.
- Tulos siirtyy automaattisesti Omply-sovellukseen. Jos olet mittauksen aikana yhteydessä lääkäriin, hän näkee mittaustuloksen heti reaaliajassa.
- Mittauksen päättyttyä voit sammuttaa laitteen.

