



百略醫學電子血壓計 使用說明書

衛署醫器陸輸字第 000103 號

Microlife Blood Pressure Monitor Instruction Manual

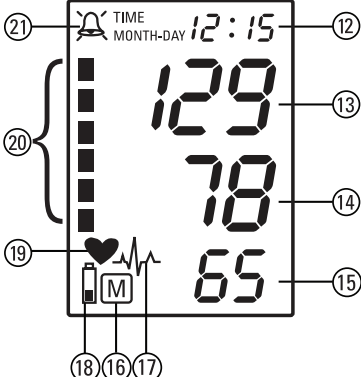
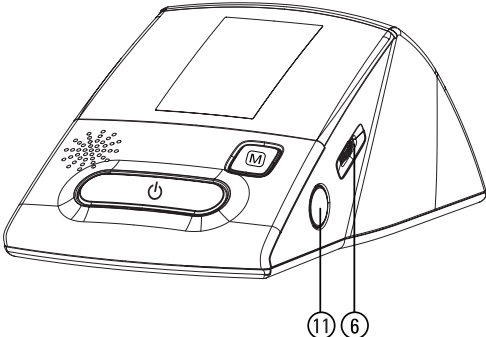
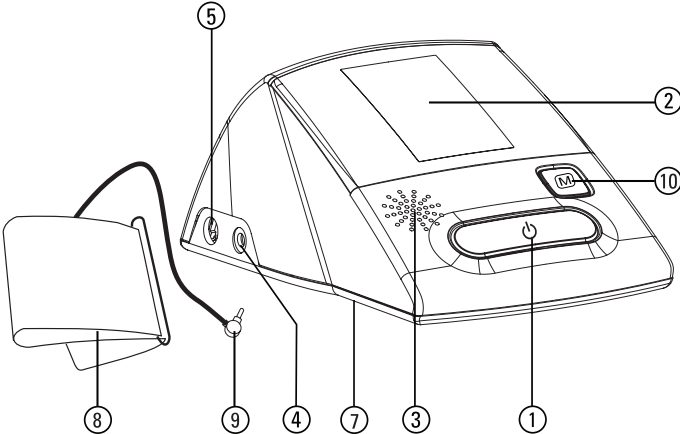
型號：BP 3AP1-3E



使用前請務必詳閱原廠之使用說明書並遵照指示使用

microlife®

Microlife BP 3AP1-3E



Microlife BP 3AP1-3E

- (1) 開 / 關按鈕
- (2) 顯示幕
- (3) 喇叭
- (4) 脈壓帶插座
- (5) 變壓器插座
- (6) 音量控制鈕
- (7) 電池槽
- (8) 脈壓帶
- (9) 脈壓帶接頭
- (10) 記憶按鈕
- (11) 時間按鈕

顯示幕

- (12) 日期 / 時間
- (13) 收縮壓
- (14) 舒張壓
- (15) 脈搏
- (16) 儲存數值
- (17) 心跳不規律
- (18) 電池顯示
- (19) 脈搏速率
- (20) 血壓危險等級指示
- (21) 鬧鈴時間

親愛的顧客：

您所購買的 Microlife 血壓計是測量上臂脈壓最可靠的醫學儀器。不僅操作方便、測量準確且非常適合自行在家中測量血壓。本項儀器與醫師共同研發，同時臨床實驗也證實其測量準確度極高。*

* 希望您會滿意所購買的 Microlife 產品。如有任何疑問，請洽 Microlife 客服部門。您的經銷商或藥局將會提供所在國家的 Microlife 經銷商地址。或者，您也可以上網 www.microlife.com 了解更多保持健康的方式！

本儀器所使用的測量科技與經過英國高血壓協會 (BHS) 協議測試的精密型號 <BP 3BTO-A> 相同。

目錄

1. 血壓與自我測量要點

- 該如何評估我的血壓？

2. 第一次使用血壓計

- 使用合適的電池
- 設定日期和時間
- 語言切換
- 音量調整
- 選擇正確的壓脈帶

3. 使用此儀器進行血壓測量

4. 顯示心跳律不規律以便早期發現

5. 顯示幕上的血壓危險等級指示

6. 資料記憶

- 檢視儲存的數值
- 記憶體已滿
- 清除所有數值
- 如何不儲存量測值

7. 設定鬧鈴提醒功能

8. 電池電量指示和電池更換

- 電池電力不足
- 電池沒電 — 更換
- 電池類型和更換程序？
- 使用可充電式電池

9. 錯誤訊息

10. 安全、照顧、準確度測試和丟棄處置

- 安全與保護

- 儀器保養

- 清潔壓脈帶

- 準確度測試

- 丟棄處置

11. 保固

12. 技術規格

13. www.microlife.com.tw

1. 血壓與自我測量要點

- 血壓是血液由心臟送出時，在動脈血管中造成的波動性壓力。測量值有兩種：收縮壓（較高）值和舒張壓（較低）值。
- 本儀器同時也顯示脈搏數（每分鐘心跳次數）。
- 長期高血壓將危害您的健康，必須接受醫師治療！
- 務必與醫師討論您的血壓值，若發現或覺得有任何不正常的現象，也必須告知醫師。切勿僅依靠單一血壓數據判斷。
- 將您的數據輸入隨附的血壓健康護照中。這將有助醫師快速瞭解您的血壓狀況。
- 造成過度高血壓值的原因很多。醫師將可提供詳細的說明並給予適當的治療。除藥物治療外，放鬆技巧、減重和運動都能幫助降低您的血壓。
- 任何情況下皆不應任意變更醫師開立的藥物劑量或服用方法！
- 體力透支和身體狀況均可能造成每日血壓的變動。因此應在相同平靜的情況下和感到放鬆時測量您的血壓！每天至少測量兩次，早晚各一次。
- 快速地連續兩次測量後得到之明顯不同的量測結果是很正常的。
- 由於所處狀況完全不同，由醫師或藥局所測量出來的數值和您在家自行測量出來的數值之間，會產生誤差是很正常的。
- 多次測量比只測量一次能提供更清楚確實的血壓情況。
- 兩次測量之間至少休息 15 秒。
- 如果您是孕婦，應該密切觀察您的血壓，因為此時所測量出來的血壓數值差異非常大！

- 如果您患有心跳不規則（心跳不規則，請參閱《章節 4》）的毛病，利用此儀器測量出來的數值需與醫師諮詢過後才能進行評估。
- 脈搏顯示不適用於檢查心跳起搏點頻率！

該如何評估我的血壓？

依照世界衛生組織 (WHO) 於 2003 所提供之資料，製作成以下成人血壓值分級表格。資料單位：mmHg。

	範圍	收縮壓	舒張壓	建議
	低血壓	↓ 100	↓ 60	諮詢醫師
1	理想血壓	100 - 120	60 - 80	自我檢查
2	正常血壓	120 - 130	80 - 85	自我檢查
3	正常偏高型血壓	130 - 140	85 - 90	諮詢醫師
4	輕度高血壓	140 - 160	90 - 100	尋求醫療諮詢
5	中度高血壓	160 - 180	100 - 110	尋求醫療諮詢
6	重度高血壓	180 ↑	110 ↑	緊急尋求醫療諮詢！

較高的數值為血壓分析的決定因素。例如：150/85 或 120/98 mmHg 的讀值代表「血壓過高」。

2. 第一次使用本儀器

使用合適的電池

打開機台底部的電池蓋 (7) 並按極性指示裝入電池。

設定日期和時間

1. 新電池裝好無誤後，顯示幕上的年份數字會閃動。可按記憶按鈕 (10) 設定年份。確認年份後，接著按時間按鈕 (11) 進入月份設定。

- 現在可用記憶按鈕設定月份。請按時間按鈕確認月份，接著設定日期。
- 請依照上述指示設定日期、小時和分鐘。
- 設定分鐘並按時間按鈕後，日期和時間便設定完成，並且會顯示時間。
- 如果想要變更日期和時間，按住時間按鈕約 3 秒鐘直到年份數字開始閃動。現在可依照上述步驟輸入新的數值。

語言切換

請依照以下程序進行使用語言切換：

- 在關機狀態下，按開 / 關按鈕 (1)，直到 «LAN» 出現在顯示幕上。
- 您可以連續按壓記憶按鈕 (10) 做語言切換。
1= 英文，2= 閩南語，3= 國語 (中文)，4= 越南語
- 按開 / 關按鈕 (1) 去確認所選擇語言。

音量調整

使用音量控制鈕 (6) 去調整喇叭音量。

選擇正確的壓脈帶

Microlife 提供不同尺寸的壓脈帶。請依據您的上臂圍 (以完全包覆上臂中央作為測量標準) 選擇適當的壓脈帶尺寸。M 號為多數人使用的壓脈帶大小。

壓脈帶尺寸	上臂圍
S	17 - 22 公分 (6.75 - 8.75 英吋)
M	22 - 32 公分 (8.75 - 12.5 英吋)
L	32 - 42 公分 (12.5 - 16.5 英吋)
M-L	22 - 42 公分 (8.75 - 16.5 英吋)

※ Microlife 提供的扇型寬範圍壓脈帶，適合臂圍為 22 - 42 公分。

※ 僅使用 Microlife 的壓脈帶！

- 如果隨附的壓脈帶 (8) 尺寸不符，請與 Microlife 服務中心聯絡。
- 將壓脈帶接頭 (9) 插入壓脈帶插座 (4) 以連接壓脈帶與本儀器。

3. 使用本儀器測量血壓

測出可靠血壓值的要點：

- 測量前請避免活動、飲食或抽煙。
- 測量前請至少靜坐 5 分鐘 — 並放鬆身體。
- 請務必測量同一手臂 (一般為左手臂)。
- 移除上臂的貼身衣物。為避免手臂緊縮，不應捲起短袖袖子 — 袖子平整時並不會干擾壓脈帶的運作。
- 請確認壓脈帶正確位置 (標示在壓脈帶的圖示中)。
 - 套牢壓脈帶，但不宜過緊。
 - 請確認壓脈帶位於手肘以上 2 公分 (0.75 英吋) 的位置，接管則位於手臂內側。
 - 放鬆手臂。
 - 請確認壓脈帶的高度與心臟同高。
- 按開 / 關按鈕 (1) 開始測量。
- 壓脈帶會自動充氣。測量時請放鬆，不要亂動，手臂也不要出力。正常地呼吸即可，切勿說話。
- 氣壓充滿後，幫浦會停止充氣，氣壓會漸漸下降。若未達所需的氣壓，儀器會自動再充氣至壓脈帶中。
- 測量時，螢幕上會閃爍心臟的符號 (19)，而且每次偵測到心跳時都會發出嗶聲。
- 測量結束後，一長嗶聲收縮壓 (13) 和舒張壓 (14) 以及脈搏 (15) 並同時顯示。另請留意本手冊中進一步顯示的說明。

11. 測量完後，取下壓脈帶。

12. 將結果填入所附的血壓表中再關閉儀器（螢幕約 3 分鐘後才會自動關閉）。

※ 隨時都可以按開 / 關按鈕停止測量（如感到不適或不明的壓力感時）。

4. 顯示心跳不規律早期偵測指示符號

本符號 (17) 代表測量血壓時偵測到心跳不規律的情形。這時的測量結果可能與您正常的血壓有所出入 — 請再多測量幾次。

有這種情形時多半不用太過擔心。但如果此符號不時都會顯示（例如以每天測量的方式來說，一週有好幾次符號顯示的情形），我們建議您將這種情形告訴醫師。

請向醫師解釋下列情況：

提供醫師心跳不規律指示符號出現頻繁的資訊

本儀器屬於振幅探測血壓測量，在測量過程中同時也會分析脈搏。本儀器經臨床測試驗證過。

若測量時發生心跳不規律的情形，測量後會出現心跳不規律的符號。若此符號出現次數過於頻繁（例如以每天測量的方式來說，一週有好幾次符號顯示的情形），我們建議您尋求醫療諮詢。

本儀器無法用來進行心臟檢查，但可早期偵測出心跳不規律的情形。

5. 螢幕上的血壓危險等級指示

左側的長條顯示您血壓值所屬的範圍。

依長條的高度不同，測量讀值會落在正常（綠燈）、臨界（黃燈）或危險（紅燈）的範圍。此分類方式是依上表（由 WHO 所制訂）中的 6 個範圍而定的（如《第 1 節所述》）。

6. 資料記憶

測量後，儀器會自動儲存測量結果，包括測量日期和時間。

檢視儲存數值

關閉儀器時，輕按記憶按鈕 (10)。螢幕會依序顯示 «M» (16) 和數值，如 «M 17»。代表記憶體中有 17 個測量值。然後儀器會切換至最近一次的結果。再按一次記憶按鈕顯示下一個數值。

重複按記憶按鈕可切換不同的儲存數值。

記憶體已滿

若記憶體儲存 100 筆結果時，其後的新數值都會以覆寫最前面數值的方式來儲存。記憶容量到達 100 筆之前，量測值應請您的醫師進行評估，否則最前面的數值會被新的數值覆寫。

清除所有數值

若決定要永久移除所有儲存的數值，請按住記憶按鈕（須先關閉儀器 – 即在關機狀態）直到顯示 «CL» 後再放開按鈕。要永久清除記憶，請在閃爍 «CL» 時再按記憶按鈕一次。本機型無法清除個別的數值。

如何不儲存量測值

當量測完成，讀值顯示在螢幕時，持續按住開關按鈕直到儲存數值 «M» 閃爍，此時放開開關按鈕，若決定不儲存該筆記憶值，請按記憶按鈕來確認。

7. 設定鬧鈴提醒功能

本儀器可設定 2 組鬧鈴，做為服藥時間的提醒之用。

1. 要設定鬧鈴，按時間按鈕 (11)，接著立即按記憶按鈕 (10)，兩個按鈕按住不放直到螢幕左下角出現鬧鈴符號 (21)。然後放開按鈕。螢幕上閃爍狀態 «1» 代表可開始設定第一組鬧鈴。
2. 按時間按鈕進入小時設定 — 當小時閃爍時，按記憶按鈕用以設定小時。再按時間按鈕來確認設定。
3. 接著將顯示分鐘。使用記憶按鈕設定分鐘。再按一次時間按鈕來確認設定。
4. 接著將顯示鬧鈴符號。再使用記憶按鈕選擇要啓用或停用鬧鈴。再按時間按鈕去確認設定。

- 要設定第 2 組鬧鈴，依上述說明操作，但若 «1» 閃爍，請按記憶按鈕選擇 «2»，再按時間按鈕確認設定。
- 螢幕上有鬧鈴的符號代表有啓用鬧鈴功能。
- 鬧鈴每天都會在同一時間響起。
- 要在鬧鈴響起時關閉，請按開 / 關按鈕 (1)。
- 要永久關閉鬧鈴，先依上述說明操作，然後選擇上有叉號的鬧鈴符號，鬧鈴符號就會消失。
- 每當更換電池時，鬧鈴時間必須重設。

8. 電池電量指示和電池更換

電池電力不足

電池電量耗盡 3/4 時，儀器一開機時便會閃爍 1/4 電池電力警示符號 (18) (顯示僅有部分電量的電池)。雖然這時儀器還是可以測量，但您應該準備備用電池。

電池沒電 — 更換

電池沒電時，儀器一開機時便會閃爍低電壓電池符號 (18)。這時無法再進行測量，必須更換電池。

1. 打開位於儀器底部的電池蓋 (7)。
2. 更換電池 — 請務必依電池槽上的極性符號裝入電池。
3. 要設定日期和時間，請依《第 2 節》中所述的程序操作。
 - 雖然需重設日期和時間 (可能也需設定鬧鈴)，但記憶體還是會保留所有的測量數值 — 更換電池後便會自動閃爍顯示年份數字，請重新設定日期和時間。

電池類型和更換程序？

- 請使用 4 顆全新長效型 1.5 V 的 AA 電池。
- 請勿使用過期的電池。
- 若儀器久置不用，請取出電池。

使用充電電池

您也可以使用充電電池供儀器操作。

- 請使用《鎳氫》充電電池！
- 若顯示電池符號 (電池沒電)，請取出電池充電！請勿將電池留置儀器內，不然可能會損壞 (即使關閉儀器，電池還是會因儀器閒置而完全放電)。
- 若有一週以上不使用儀器，請取出充電電池！
- 請勿將電池放在血壓計中充電。請以外接充電器來充電並遵照充電、維護和耐用性的資訊操作使用！

9. 錯誤訊息

測量時若發生錯誤，測量便會中斷並顯示錯誤訊息，如 «ERR 3»。

錯誤	說明	可能原因和解決方式
«ERR 1»	訊號太弱	壓脈帶的脈衝訊號太弱。 請重新調整壓脈帶的位置再測量。*
«ERR 2»	錯誤訊號	在測量時，壓脈帶會偵測出因手臂移動或肌肉張力而產生的錯誤訊號。 請再測量一次，手臂保持靜止狀態。
«ERR 3»	壓脈帶無法充氣	壓脈帶內無法產生足夠的壓力。 可能是有漏氣的情形。 請檢查壓脈帶是否有緊密接好。 必要時請更換電池。然後再測量一次。
«ERR 5»	異常的結果	因測量訊號不正確而無法顯示結果。 請詳讀並執行有效測量的要點，然後再測量一次。*
«HI»	脈搏或壓脈帶壓力過高	壓脈帶的壓力（超過 300 mmHg）或脈搏（每分鐘超過 200 下）過高。 請放鬆 5 分鐘後再測量一次。
«LO»	脈搏過低	脈搏過低（每分鐘不到 40 下）。 請再測量一次。

* 若以上任一情況持續發生，請詢問醫師。

> 若認為結果不正常，請詳讀《第 1 節》中的資訊。

10. 安全性、維護、準確度測試和丟棄

安全與保護

• 本儀器僅供說明書內提及的用途使用。製造商對儀器不當使用所造成的損壞一概不負責。

• 本儀器內含精密元件，必須謹慎處理。存放和操作條件請遵照《技術規格》章節中的說明。

• 請勿讓儀器：

- 接觸水或受潮
- 暴露在高溫下
- 受到撞擊或摔落
- 沾染灰塵
- 受到陽光直射
- 處於過冷或過熱環境

• 壓脈帶結構精密，必須謹慎處理。

- 裝上壓脈帶後才可充氣。
- 請勿將儀器靠近手機或無線電等強烈電磁場。
- 若發覺儀器損壞或發生不正常，請勿再使用儀器。
- 請勿企圖拆開儀器。
- 置儀器不用時應先取出電池。
- 請詳讀手冊內各章節的詳細安全說明。



請勿讓兒童擅自使用儀器；有些小零件會造成吞食的危險。

儀器保養

請以乾軟的布擦拭儀器。

準確度測試

我們建議儀器每兩年或機體受到撞擊（如摔落）後需進行一次準確度的測試。請洽詢 Microlife 維修中心安排測試（請參閱前言）。

丟棄



丟棄電池或電器時需遵照當地的相關法規（不包括家居廢物）。

11. 保固

本儀器具有 3 年保固（自購買日起算）。保固效力需憑經銷商（請見背面）認可並含購買日期和收據的保證卡。

- 保固含儀器和壓脈帶，不含電池。
- 任意打開或拆裝儀器將使保固無效。
- 保固不含因不當處理、電池放電、意外情形或未遵照操作說明而導致的儀器損壞。請洽詢 Microlife 維修中心。

12. 技術規格

操作溫度：	10 - 40 °C / 50 - 104 °F
儲存溫度：	- 5 - +50 °C / - 4 - +122 °F
	15 - 85 % 最大相對濕度
重量：	480 g（含電池）
尺寸：	180 x 110 x 75 mm
測量方法：	振幅探測法：第一相為收縮壓、 第五相為舒張壓）
測量範圍：	血壓 30 - 280 mmHg 脈搏 40 - 200 次每分鐘
壓脈帶壓力顯示範圍：	0 - 299 mmHg
解析度：	1 mmHg
準確度：	血壓 ± 3 mmHg 以內 脈搏 讀數的 ± 5 % 以內
電源：	4 x 1.5 V Size AA 的 3 號電池

參考標準：

機體標準： 本機體符合以下規格

非侵入式血壓計規格：

EN1060-1

EN1060-3

EN1060-4

IEC 60601-1

IEC 60601-1-2

電磁波相容：本機體完全符合 IEC 60601-1-2 法條規範

臨床測試：本臨床測試績效係根據 BHS 在英國進行

CE0044 產品符合 EU-Directive 93/42/EEC 第 IIa 類醫療器械規定。



使用前請詳細閱讀本使用說明書。



表示此產品為內部電源類 BF 型應用部份設備。

13. www.microlife.com.tw

您可以透過 www.microlife.com.tw 網站獲取有關本產品的詳細資訊或服務。