

Instruction Manual

2

Automatic Upper Arm
Blood Pressure Monitor
M2+ (HEM-7146-E)
(HEM-7146-E)

All for Healthcare

Read Instruction manual ① and ② before use.

Język polski Przed rozpoczęciem korzystania z ciśnieniomierza należy przeczytać instrukcję obsługi ① i ②.

Čeština Před použitím si přečtěte Návod k obsluze ① a ②.

Magyar Használat előtt olvassa el a(z) ① és a ② használati útmutatókat.

Slovenčina Pred použitím si prečítajte návod na použitie ① a ②.

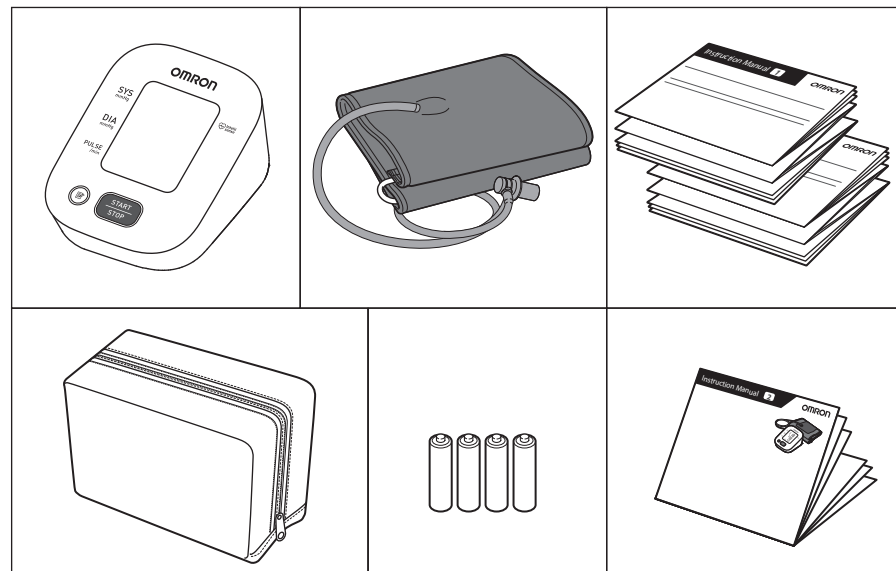
Slovenščina Pred uporabo preberite priročnik z navodili ① in ②.

Hrvatski Pročitajte priručnik s uputama ① i ② prije upotrebe.

IM2-HEM-7146-E-E2-01-06/2023

1 Package Contents

PL Zawartość opakowania	SL Vsebina embalaže
CZ Obsah balení	HR Sadržaj pakiranja
HU A csomag tartalma	
SK Obsah balenia	



2 Preparing for a Measurement

PL Przygotowanie do pomiaru	SL Priprava na meritve
CZ Příprava na měření	HR Pripremanje za mjerenje
HU A mérés előkészítése	
SK Priprava na meranie	

30 minutes before

PL 30 minut przed
CZ 30 minut před měřením
HU 30 perccel előtte
SK 30 minút vopred
SL 30 minut prej
HR 30 minuta prije



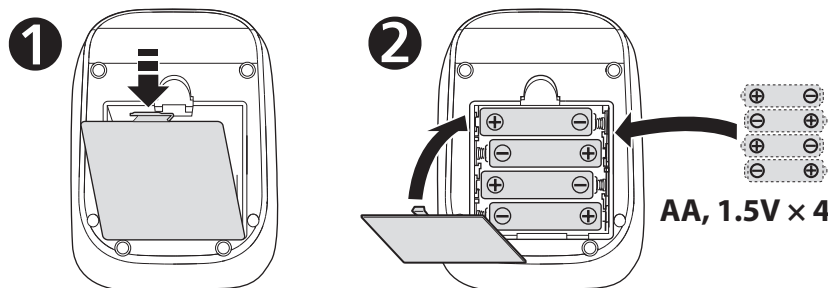
5 minutes before: Relax and rest.

PL 5 minut przed: odpręż się i odpocznij.
CZ 5 minut před měřením: Uvolněte se a odpočejte.
HU 5 perccel előtte: Nyugodjon meg és pihenjen.
SK 5 minút vopred: Uvoľnite sa a oddychujte.
SL 5 minut prej: sprostite se in počivajte.
HR 5 minuta prije: opustite se i odmorite.



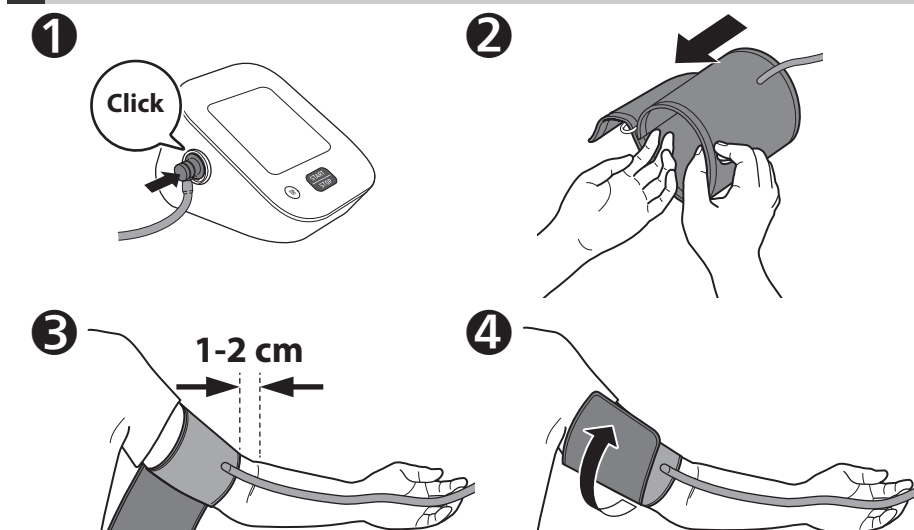
3 Installing Batteries

PL Instalacja baterii	SL Namestitev baterij
CZ Instalace baterií	HR Stavljanje baterija
HU Az elemek behelyezése	
SK Inštalácia batérií	



4 Applying the Cuff on the Left Arm

PL Zakładanie mankietu na lewe ramię	SL Namestitev manšete na levo roko
CZ Umístění manžety na levou paži	HR Stavljanje manžete na lijevu ruku
HU A mandzsetta bal karra törtéző felhelyezése	
SK Nasadenie manžety na ľavé rameno	



③ Tube side of the cuff should be 1 - 2 cm above the inside elbow.

PL Koniec mankietu z podłączonym przewodem powietrza powinien znajdować się 1–2 cm powyżej zgięcia łokcia.
CZ Manžeta by měla být umístěna stranou s hadičkou 1 až 2 cm nad vnitřní stranou lokte.
HU A mandzsetta levegőcső felőli része körülbelül 1-2 cm-rel legyen a könyök belső része fölött.
SK Strana manžety s hadičkou má byť 1 až 2 cm nad vnútornou stranou lakťa.
SL Stran manšete s cevjo naj bo 1 do 2 cm nad notranjo stranjo komolca.
HR Strana cijevi manžete mora biti od 1 do 2 cm iznad unutrašnjosti lakta.

④ Make sure that air tube is on the inside of your arm and wrap the cuff securely so it can no longer slip round.

PL Upewnij się, że przewód powietrza znajduje się po wewnętrznej stronie ramienia i owinąć starannie mankiety, aby się nie zsuwał.
CZ Dbejte na to, aby vzduchová hadička byla na vnitřní straně paže, a manžetu bezpečně oviňte tak, aby se nemohla otáčet kolem ruky.
HU Ellenőrizze, hogy a levegőcső a kar belső részénél legyen, és a mandzsettát úgy rögzítse, hogy az ne csúszkáljon, hanem stabilan a karján maradjon.
SK Uistite sa, že je vzduchová hadička na vnútornej strane ramena a bezpečne obmotajte manžetu, aby sa nemohla posúvať.
SL Prepričajte se, da je zračna cev na notranji strani roke, in ovijte manšeto dovolj tesno, da je ni mogoče premikati.
HR Pobrinite se da vam je cijev za zrak s unutarnje strane ruke i čvrsto omotajte manžetu da više ne može kliziti oko.

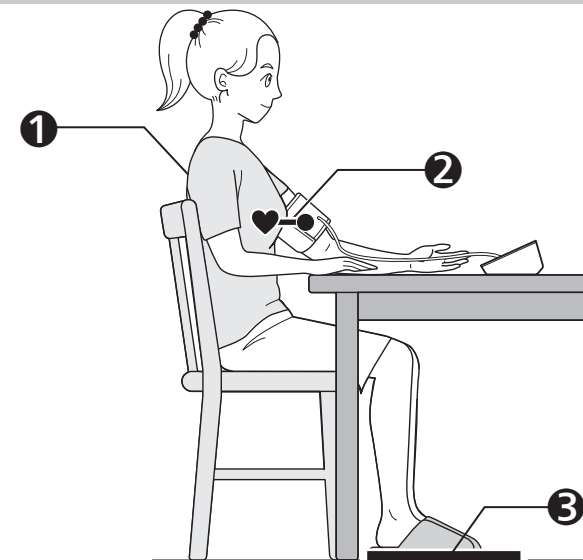
If taking measurements on the right arm, refer to:

PL Pomiar ciśnienia na prawym ramieniu, patrz:
CZ Pokud provádíte měření na pravé paži, přečtěte si:
HU A jobb karon törtéző vérnyomásméréssel kapcsolatos információkért lásd:
SK Pri meraní na pravom ramene si pozrite:
SL Če meritev izvajate na desni roki, glejte:
HR Ako obavljate mjerenja na desnoj ruci, pogledajte sljedeće:

Instruction Manual ①
General Precautions

5 Sitting Correctly

PL Prawidłowa pozycja ciała	SL Pravilna postavitev
CZ Správné sezení	HR Pravilno sjedenje
HU A megfelelő ülőhelyzet	
SK Správne sedenie	



① Sit comfortably with your back and arm supported.

PL Usiąść wygodnie, opierając plecy i ramię.
CZ Posadte se pohodlně, s opěrnými zády a podepřenou rukou.
HU Ülőn le kényelmesen, a hátát és a karját támaszsa meg.
SK Sadnite si pohodlne tak, aby ste mali chrbát aj hornú končatinu podporenú.
SL Pri sedenju naj bosta vaš hrbet in roka podprta.
HR Sjednite u udoban položaj i neka su vam leđa i ruke poduprte.

② Place the arm cuff at the same level as your heart.

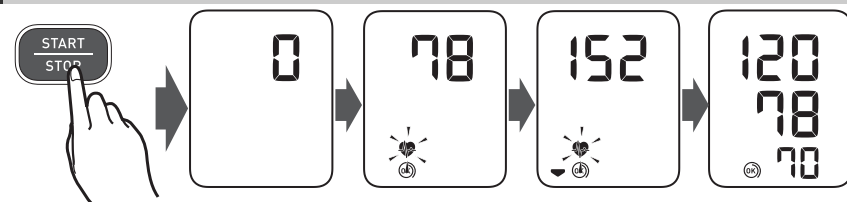
PL Mankiet powinien znajdować się na wysokości serca.
CZ Umístěte manžetu v úrovni srdce.
HU A mandzsetta legyen a szívével azonos magasságban.
SK Manžetu umiestnite do rovnakej výšky ako máte srdce.
SL Manšeta za roko mora biti v višini vašega srca.
HR Stavite manžetu za ruku na razinu sa srcem.

③ Keep feet flat, legs uncrossed, remain still and do not talk.

PL Stopy ułożyć płasko na podłodze, nie krzyżować nóg, siedzieć spokojnie, bez ruchu i nie rozmawiać.
CZ Chodidla položte rovně, nohy nepřekřížujte, nehybejte se a nemluvte.
HU Mindkét talpa legyen egyenes padlón, lábait ne tegye keresztbe, ne mozogjon és ne beszéljen.
SK Nohy majte vystreté, neprekrížené, nehybte sa a nerozprávajte.
SL Stopala naj plosko počivajo na tleh, noge ne smejo biti prekrizane, mirujte in ne govorite.
HR Neka vam stopala budu ravno na podu, noge neprekrižene, ostanite mirni i ne govorite.

6 Taking a Measurement

PL Wykonywanie pomiaru	SL Izvajanje meritve
CZ Měření	HR Mjerenje
HU Mérés	
SK Meranie tlaku krvi	



When the [START/STOP] button is pressed, the measurement is taken and saved automatically.

PL Po naciśnięciu przycisku [START/STOP] następuje pomiar i jego automatyczny zapis.
CZ Po stisknutí tlačítka [START/STOP] bude měření provedeno a uloženo automaticky.
HU A [START/STOP] gomb megnyomásakor megkezdődik a vérnyomásmérés, az eredményt pedig a készülék automatikusan elmenti.
SK Po stlačení tlačidla [START/STOP] sa vykoná meranie a výsledok sa automaticky uloží.
SL Ko pritisnete gumb [START/STOP], se meritev izvede in samodejno shrani.
HR Kada pritisnete gumb [START/STOP], izvodi se mjerenje i automatski se sprema.

If your systolic pressure is more than 210 mmHg:

After the arm cuff starts to inflate, press and hold the [START/STOP] button until the monitor inflates 30 to 40 mmHg higher than your expected systolic pressure.

PL Jeśli ciśnienie skurczowe jest wyższe niż 210 mmHg:

Po rozpoczęciu napełniania mankietu nacisnąć i przytrzymać przycisk [START/STOP], aż ciśnieniomierz napompuje mankiety do wartości o 30–40 mmHg wyższej od przewidywanego ciśnienia skurczowego.

CZ Je-li váš systolický tlak vyšší než 210 mmHg:

Jakmile se manžeta začne nafukovat, stiskněte a přidržte tlačítko [START/STOP], dokud se přístroj nenafoukne o 30 až 40 mmHg více, než je váš očekávaný systolický tlak.

HU Ha a szisztolés vérnyomás értéke 210 Hgmm-nél magasabb:

Miután megkezdődött a mandzsetta felfújása, nyomja meg és tartsa lenyomva a [START/STOP] gombot, amíg a készülék a várt szisztolés vérnyomást 30–40 Hgmm-rel meg nem haladja.

SK Ak máte systolický tlak vyšší než 210 mmHg:

Keď sa začne manžeta nafukovať, pridržte stlačené tlačidlo [START/STOP] dovtedy, kým merač nenafúkne manžetu na tlak o 30 až 40 mmHg vyšší, než je váš očakávaný systolický tlak.

SL Če vaš sistolični tlak presega 210 mmHg:

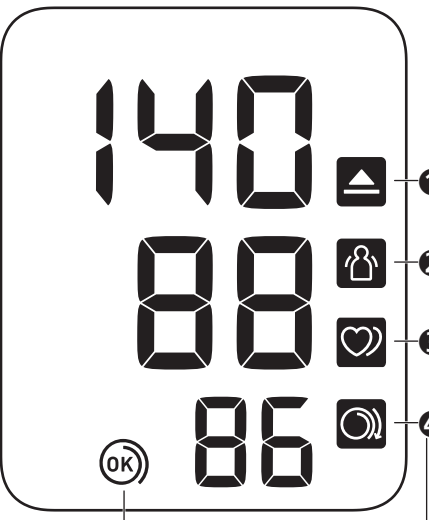
Ko se začne manšeta za roko napihovati, pritisnite in držite gumb [START/STOP], dokler merilnik manšete ne napihne za od 30 do 40 mmHg nad vašim pričakovanim sistoličnim tlakom.

HR Ako je vaš sistolički tlak viši od 210 mmHg:

Kad se manžeta počne napuhavati, pritisnite i držite gumb [START/STOP] dok se uređaj ne napuše na 30 do 40 mmHg više od očekivanog sistoličkog tlaka.

7 Checking Readings

PL Sprawdzanie odczytów	SL Preverjanje meritev
CZ Kontrola naměřených hodnot	HR Provjera mjerenja
HU Eredmények ellenőrzése	
SK Kontrola nameraných výsledkov	



- 1 Appears if "SYS" is 135 mmHg or above and/or "DIA" is 85 mmHg* or above.**
- PL** Pojawia się, jeżeli wartość SYS (ciśnienie skurczowe) wynosi 135 mmHg lub jest wyższa i/lub wartość DIA (ciśnienie rozkurczowe) wynosi 85 mmHg* lub jest wyższa.
- CZ** Zobrazí se, pokud je hodnota „SYS“ 135 mmHg nebo vyšší a/nebo hodnota „DIA“ 85 mmHg* nebo vyšší.
- HU** Akkor jelenik meg, ha a „SYS“ érték 135 Hgmm vagy magasabb, és/vagy a „DIA“ érték 85 Hgmm* vagy magasabb.
- SK** Zobrazí sa, ak „SYS“ má hodnotu 135 mmHg alebo vyššiu a/alebo „DIA“ má hodnotu 85 mmHg* alebo viac.
- SL** Prikaže se, če je „SYS“ (sistolni tlak) 135 mmHg ali višji in/ali „DIA“ (diastolni tlak) 85 mmHg* ali višji.
- HR** Pojavljuje se ako je „SYS“ 135 mmHg ili viši i/ili je „DIA“ 85 mmHg* ili viši.

2 Appears when your body moves during a measurement. Remove the arm cuff, wait 2 - 3 minutes and try again.

- PL** Pojawia się w przypadku wykrycia ruchów ciała podczas pomiaru. Zdjąć mankiet, poczekać 2–3 minuty i spróbować ponownie.
- CZ** Zobrazí se, pokud se vaše tělo během měření pohne. Sejměte manžetu, vyčkejte 2–3 minuty a zkuste to znovu.
- HU** Akkor jelenik meg, ha a mérés közben a mozog. Vegye le a mandzsettát, várjon 2 - 3 percig, majd próbálja újra a mérést.
- SK** Zobrazí sa, keď sa vaše telo počas merania hýbe. Odstráňte manžetu, počkajte 2 až 3 minúty a skúste to znova.
- SL** Prikaže se, če se med meritvijo premikate. Odstranite manšeto za roko, počakajte 2–3 minute in poskusite znova.
- HR** Pojavljuje se kada se vaše tijelo miče tijekom mjerenja. Skinite manžetu za ruku i pričekajte od 2 do 3 minute i pokušajte ponovno.

3 Appears when an irregular rhythm** is detected during a measurement. If it appears repeatedly, OMRON recommends to consult your physician.

- PL** Pojawia się, gdy w czasie pomiaru wykryto arytmie**. Jeżeli pojawia się wielokrotnie, firma OMRON zaleca konsultację z lekarzem.
- CZ** Zobrazí se, pokud je během měření zjištěn nepravidelný rytmus**. Pokud se zobrazuje opakovaně, společnost OMRON doporučuje obrátit se na lékaře.
- HU** Akkor jelenik meg, ha a készőlők a mérés közben szabálytalan szíverést** érzékel. Ha ez ismételten megjelenik, akkor javasolt felkeresni orvosát és követni útmutatásait.
- SK** Zobrazí sa, keď sa počas merania zistí nepravidelný rytmus**. Ak sa zobrazí opakovane, spoločnosť OMRON odporúča obrátiť sa na lekára.
- SL** Prikaže se, če merilnik zazna neenakomeren** srčni utrip. Če se ponavlja, OMRON priporoča, da se posvetujete s svojim zdravnikom.
- HR** Pojavljuje se kada se tijekom mjerenja prepozna nepravilan srčani ritam**. Ako se više puta pojavi, OMRON preporučuje da se posavjetujete sa svojim liječnikom.

4 Cuff is tight enough.

- PL** Mankiet jest wystarczająco ciasno założony.
- CZ** Manžeta je dostatečně utažená.
- HU** A mandzsetta elég szorosan van felhelyezve.
- SK** Manžeta nie je dostatočne utiahnutá.
- SL** Manšeta je nameščena dovolj tesno.
- HR** Manžeta je dovoljno stegnuta.

4 Apply cuff again MORE TIGHTLY.

- PL** Założyć mankiet ponownie, MOCNIEJ zaciskając.
- CZ** Nasadte manžetu znovu a UTÁHNĚTE JI PEVNĚJŠI.
- HU** Rögzítse SZOROSABBAN a mandzsettát.
- SK** Znova nasadte manžetu, tentokrát PEVNĚJŠIE.
- SL** TESNEJE namestite manšeto.
- HR** Ponovo stavite manžetu i STEGNITE JE JAČE.

*The high blood pressure definition is based on the 2018 ESH/ESC Guidelines.

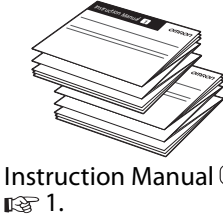
- PL** *Definicję wysokiego ciśnienia krwi oparto na wytycznych ESH/ESC z 2018 r.
- CZ** *Definice vysokého krevního tlaku je založena na doporučených postupech 2018 ESH/ESC.
- HU** *A magas vérnyomás definíciója a 2018 ESH/ESC útmutatásai alapján került meghatározásra.
- SK** *Definícia vysokého krvného tlaku je založená na usmerneniach ESH/ESC na rok 2018.
- SL** *Visok krvni tlak je opredeljen po smernicah 2018 ESH/ESC.
- HR** *Definicija visokog krvnog tlaka temelji se na smjernicama 2018 ESH/ESC.

**An irregular heart beat rhythm is defined as a rhythm that is 25 % less or 25 % more than the average rhythm detected during a measurement.

- PL** **Jako nieregularny rytm serca określa się stan, w którym rytm uderzeń serca jest o 25% wolniejszy lub o 25% szybszy od średniej częstotliwości uderzeń serca wykrytej podczas pomiaru.
- CZ** **Nepravidelný srdeční rytmus je definován jako rytmus, který je o 25 % nižší nebo o 25 % vyšší než průměrný rytmus zjištěný během měření.
- HU** **A szabálytalan szíverés olyan ritmust jelent, amely 25 %-kal kevesebb vagy 25 %-kal több a készőlők által a vérnyomás mérés során észlelt átlagos szívrítmusnál.
- SK** **Nepravidelný srdcový rytmus je definovaný ako rytmus, ktorý je o 25 % pomalší alebo o 25 % rýchlejší ako priemerný pulz zistený pri meraní.
- SL** **Neredno bitje srca je definirano kot ritem, ki je za 25 % manjši ali za 25 % večji od povprečnega ritma, zaznanega med meritvijo.
- HR** **Nepravilan srčani ritam jest ritam koji je za 25 % manji ili za 25 % veći od prosječnog ritma koji se prepoznaje tijekom mjerenja.

Error messages or other problems? Refer to:

- PL** Komunikaty o błędzie lub inny problem? Przejdź do:
- CZ** Vyskytla se chybová hlášení či jiné problémy? Přečtěte si:
- HU** Hibáüzeneteket lát vagy egyéb problémák merűltek fel? Lásd:
- SK** Chybové hlásenia alebo iné problémy? Pozrite si:
- SL** Sporočila o napakah ali druge težave? Glejite:
- HR** Poruke o pogreškama ili drugi problemi? Pogledajte:



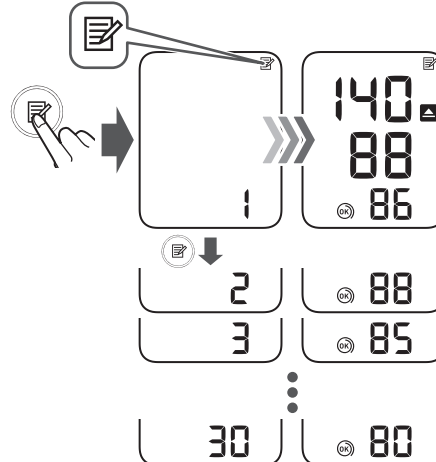
Instruction Manual 1.

8 Using Memory Functions

PL Korzystanie z funkcji pamięci	SL Uporaba funkcij pomnilnika
CZ Použití funkcí paměti	HR Upotreba memorijske funkcije
HU A memóriafunkciók használatá	
SK Používanie funkcie pamäte	

8.1 Readings Stored in Memory

- PL** Odczyty zapisane w pamięci
- CZ** Hodnoty uložené v paměti
- HU** A memóriában tárolt értékek
- SK** Výsledky uložené v paměti
- SL** Odčitki, shranjeni v pomnilniku
- HR** Mjerenja pohranjena u memoriju



Up to 30 readings are stored.

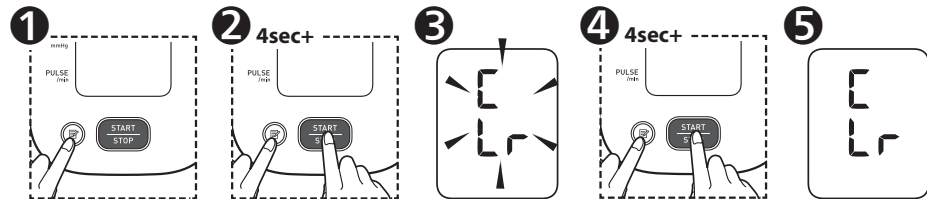
- PL** Maksymalna liczba odczytów przechowywanych w pamięci urządzenia wynosi 30.
- CZ** Ukládá se až 30 měření.
- HU** Legfeljebb 30 értéket lehet tárolni.
- SK** Uloží sa najviac 30 nameraných výsledkov.
- SL** Shranite lahko do 30 meritev.
- HR** Pohranjuje se do 30 mjerenja.

9 Other Settings

PL Inne ustawienia	SL Druge nastavitve
CZ Další nastavení	HR Ostale postavke
HU Egyéb beállítások	
SK Další nastavenia	

9.1 Restoring to the Default Settings

- PL** Przywracanie ustawień domyślnych
- CZ** Obnovení výchozích nastavení
- HU** Visszatérés az alapértelmezett beállításokhoz
- SK** Obnova predvolených nastavení
- SL** Obnovitev privzetih nastavitev
- HR** Vraćanje na zadane postavke



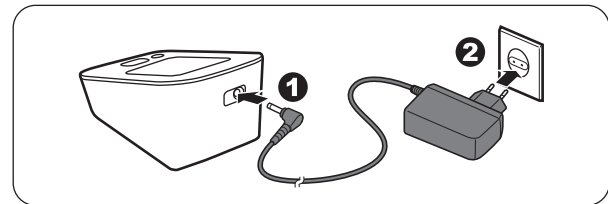
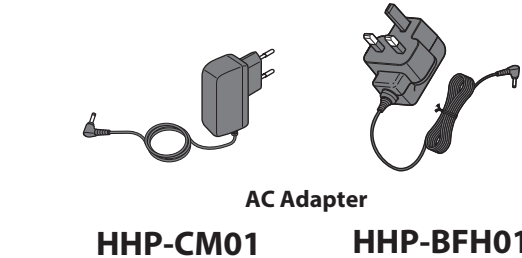
10 Optional Medical Accessories

PL Opcjonalne akcesoria medyczne	SL Izbirni medicinski pripomočki
CZ Volitelné zdravotnické příslušenství	HR Opcijska dodatna medicinska oprema
HU Opcionális orvosi tartozékok	
SK Voliteľné zdravotnícke príslušenstvo	



Do not throw the air plug away. The air plug can be applicable to the optional cuff.

- PL** Nie wyrzucać wtyczki przewodu powietrza. Wtyczkę przewodu powietrza można podłączyć do opcjonalnego mankietu.
- CZ** Vzduchovou zástrčku nevyhazujte. Vzduchovou zástrčku lze použít na volitelnou manžetu.
- HU** Ne dobja el a levegőcsatlakozót. A levegőcsatlakozó az opcionális mandzsettához használható.
- SK** Vzduchovú zástrčku neodhadzujte. Vzduchovú zástrčku možno použiť s voliteľnou manžetou.
- SL** Ne zavržite zračnega vtiča. Zračni vtič se lahko uporablja za dodatno manšeto.
- HR** Ne bacajte čep za zrak. Čep za zrak može biti primjenjiv za neobaveznu manžetu.



https://www.omron-healthcare.com/

Manufacturer Producent Výrobce Gyártó	Výrobca Proizvajalec Proizvođač	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
EC REP EU-representative	Przedstawiciel handlowy w UE Zástupce pro EU EU-képviselő	Zastúpenie v EU EU predstavnik Predstavnířtvo u Europskej uniji
Importer in EU Importer na terenie UE Dovozce do EU	EU importör Dovozca pre EU Uvoznik v EU	
Production Facility Siedziba produkcji Výrobní závod	Termékképviselet Výrobná prevádzka Proizvodni obrat Proizvodni pogon	OMRON HEALTHCARE MANUFACTURING VIETNAM CO., LTD. No.28 VSIP II, Street 2, Vietnam-Singapore Industrial Park II, Binh Duong Industry-Services-Urban Complex, Hoa Phu Ward, Thu Dau Mot City, Binh Duong Province, Vietnam
Subsidiaries Filie Pobočky Leányvállalatok Dcérske spoločnosti Hčérinske družbe Podružnice	Importer in the United Kingdom and UK responsible person	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors
Issue Date / Data publikacji / Datum vydání / Vietnamu / Származási ország: Vietnám / Vietnám / Vyrobene vo Vietname / Datum izdavanja		Made in Vietnam / Wyprodukowano w Vietname / Vyrobene vo Vietname / Izdelano v Vietnami / Proizvedeno u Vietjetnami