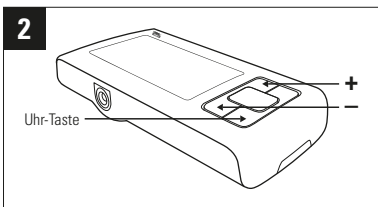
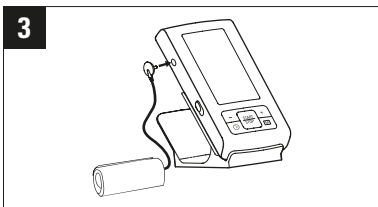


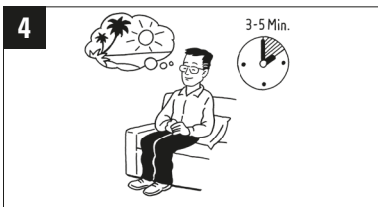
Legen Sie nach Deaktivierung der Tastensperre über den Schiebeschalter rechts am Gerät zuerst die vier mitgelieferten Batterien in das Batteriefach auf der Geräte-Rückseite ein. Achten Sie dabei auf die im Batteriefach angegebene Polung-Ausrichtung.



Stellen Sie nun zunächst das Datum und die Uhrzeit ein: Durch Drücken der „+“ oder „-“-**Tasten** können Sie jeweils zwischen den Jahren/Monaten/Tagen/Stunden/Minuten (in dieser Reihenfolge) wählen. Mit der ☹-**Taste** bestätigen Sie Ihre jeweilige Auswahl.

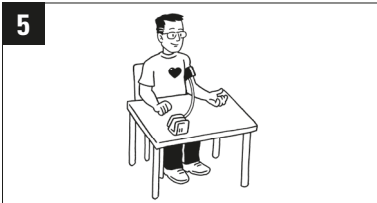


Schließen Sie die mitgelieferte Manschette über den im Schlauch befindlichen Anschlussstecker an die linke Seite des Geräts an.

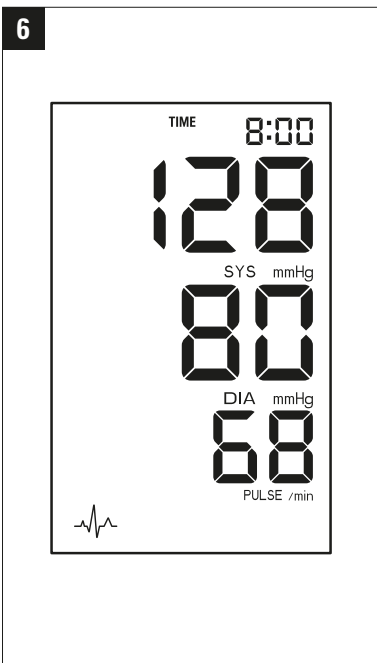


Um korrekte Messwerte zu erhalten ist es zwingend nötig, dass Sie sich VOR Messbeginn etwa 3-5 Minuten entspannen. Nutzen Sie diese Zeit, um die „8 Goldenen Regeln der Blutdruckmessung“ zu lesen (über nebenstehenden QR-Code).





Legen Sie im Anschluss die Manschette korrekt an und nehmen Sie die richtige Messhaltung ein. Beachten Sie dazu alle Größen- und Anlegehinweise aus den unter **4** aufgeführten Goldenen Regeln. Die korrekte Nutzung der Manschette ist entscheidend für verlässliche Messergebnisse.



Starten Sie den Messvorgang durch Tippen der **START/STOP -Taste**. Bleiben Sie während der anschließenden Messung möglichst ruhig sitzen, denn Bewegung, Sprechen oder allgemeine Unruhe können das Messergebnis verfälschen.

Am Bildschirm werden Ihnen Blutdruck- und Pulswert ausgegeben. Wurden während der Messung Pulsanomalien festgestellt, wird Ihnen außerdem zusätzlich folgendes Symbol angezeigt:

 **Herzunregelmäßigkeiten erkannt**

Wiederholen Sie im Falle einer Pulsanomalie-Anzeige die Messung.

Zur Übertragung Ihrer Messwerte an Ihr Smartphone gehen Sie bitte auf die Produktwebsite unter [www.aponorm.de/app](http://www.aponorm.de/app). Hier finden Sie eine aktuelle Anleitung zur Datenübertragung.

