

# Diagnostická váha Rossmax WF260

## Návod k obsluze



### 1. Úvod

Děkujeme za Vaše rozhodnutí o koupi osobní diagnostické váhy Rossmax. Prosim dobře si prostudujte tento návod před prvním použitím a uložte si ho k pozdějšímu použití.

### 2. Bezpečnostní upozornění

Osobní váha není určena pro použití osobami (včetně dětí) s omezenými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi, nebo nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud osoby odpovědné za jejich bezpečnost na ně nedohlížejí, nebo pokud jim nedali instrukce týkající se používání váhy. Děti by měly být pod dozorem, aby si s váhou nehrály.

- Váha není vhodná pro osoby s elektronickými implantáty (kardiostimulátor, atd.).
- Umístěte monitor na rovný a pevný povrch (dlažba, dřevěné podlahy, apod.), aby se zabránilo nesprávnému měření způsobené měkkým podkladem (podlahou s kobercem apod.)
- Pozor - nebezpečí uklouznutí! Nestůjte na váze s mokřýma nohama nebo na vlhkém povrchu váhy.
- Dbejte, aby žádný těžký předmět nespadol na váhu. Skleněný povrch je rozbitný.
- Vyčistěte váhu pouze pomocí mírně navlhčeného hadříku. Nepoužívejte rozpouštědla nebo abrazivní čisticí prostředky. Neponořujte váhu do vody. Tato váha je určena pro soukromé použití, není určena pro komerční nebo profesionální použití v nemocnicích a jiných zdravotnických zařízeních.

### 3. Užitečné informace

#### Co je to BMI?

Body Mass Index (BMI) je jednoduchý index hmotnosti v závislosti na výšce, který se běžně používá ke klasifikaci podváhy, nadváhy a obezity u dospělých. BMI se vypočte dle vzorce:

$$\text{BMI} = \text{hmotnost (kg)} / \text{výška}^2 \text{ (m)}$$

Hodnocení indexu BMI dle Světové zdravotnické organizace (WHO):

<18,5	podváha
18,5 – 24,99	normální hmotnost
25 – 29,99	nadváha
>30	obezita

#### Co je procento tělesného tuku?

Obsah tělesného tuku je popsán jako množství uloženého tuku, jako procento z celkové tělesné hmotnosti. Neexistuje žádná obecně přijímaná hodnota, protože se významně liší v závislosti na pohlaví (kvůli tělesné stavbě) a věku.

Tělesný tuk je nezbytný pro základní tělesné funkce. Chrání orgány tlumící klouby, reguluje tělesnou teplotu, slouží tělu jako zásoba energie. Minimální podíl tělesného tuku je mezi 10% a 13%.

Tělesný tuk není jasným ukazatelem zdraví. Příliš vysoká tělesná hmotnost a příliš vysoké procento tělesného tuku jsou spojeny s výskytem mnoha civilizačních chorob, jako je diabetes, kardiovaskulární onemocnění, atd. Nedostatek pohybu a nesprávné výživy jsou často hlavní příčinou těchto chorob. Tam je zřejmá přímá souvislost mezi nadváhou a nedostatkem pohybu.

Výkyvy v hodnotě tělesného tuku v průběhu dne

Hladina hydratace v těle může mít vliv na měření tělesného tuku. Naměřené hodnoty jsou většinou nejvyšší po probuzení, protože tělo má tendenci k dehydrataci po dlouhém nočním spánku. Pro co nejpřesnější údaj by měl člověk přijmout hodnoty měření tělesného tuku ve stejnou denní dobu za srovnatelných podmínek.

Kromě tohoto základního cyklu výkyvů v měření tělesného tuku mohou být odchylky způsobeny změnami hydratace v těle v důsledku jídla, pití, menstruace, nemoci, fyzického výkonu nebo koupání.

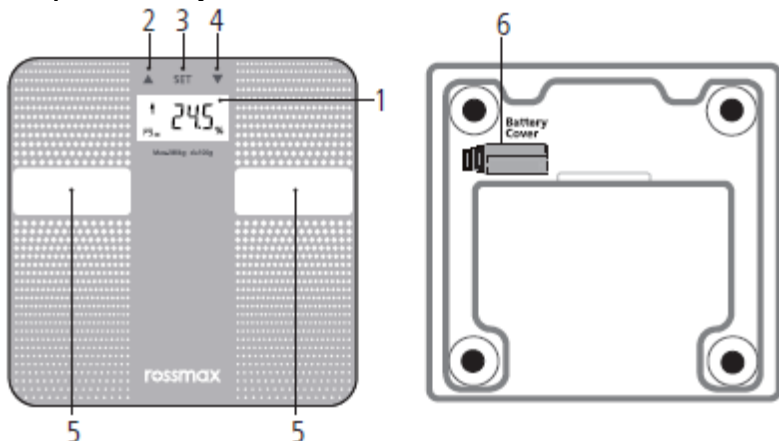
Co je procento hydratace těla?

Je to celkové množství tekutiny v těle člověka vyjádřené jako procento z jejich celkové hmotnosti. Přibližně 50 až 60% z hmotnosti zdravého člověka je voda. Voda hraje zásadní roli v mnoha tělesných procesech, nachází se v každé buňce, tkáni a orgánu. Udržování zdravého procenta celkové tělesné vody zajistí efektivní tělesné funkce a sníží riziko vzniku souvisejících zdravotních problémů.

Co je to bazální metabolismus (BMR)?

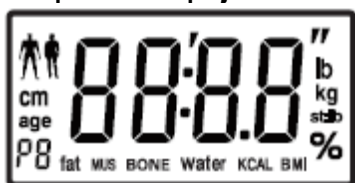
Bez ohledu na vaši úroveň aktivity, je vyžadována minimální úroveň příjmu kalorií pro udržení každodenních tělesných funkcí. Je znám jako klidový metabolismus, znamená to, jakou energii spotřebuje tělo pro svoji činnost.

#### 4. Popis částí váhy



- 1 – LCD displej
- 2 – Tlačítko „+“
- 3 – Tlačítko „Nastavení“
- 4 – Tlačítko „-“
- 5 – Elektrody
- 6 – Baterie

#### 5. Popis LCD displeje



- Pohlaví
- age - Věk
- fat - Množství tuku (%)
- MUS - Množství svalové hmoty (%)
- BONE - Hmotnost kostní hmoty
- Water - Tělesná hydratace (%)
- KCAL - Bazální metabolismus
- BMI - BMI

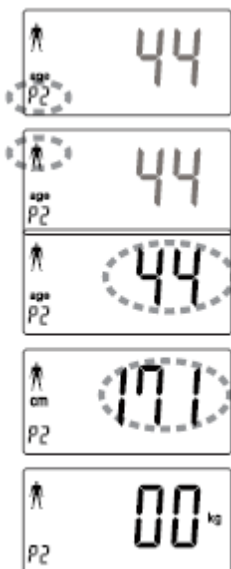
#### 6. Příprava k použití / výměna baterií

Před prvním použitím odstraňte izolační proužek.

Výměna baterií

Vyměňte 3 ks "AAA" baterie do prostoru pro baterie podle vyznačené polaritě v prostoru baterií.

#### 7. Nastavení osobních dat



Výběr osobního čísla v paměti

- Stiskněte tlačítko „set“
- Stiskněte tlačítko „+“ nebo „-“ a vyberte pozici v paměti
- Stiskněte tlačítko „set“ pro potvrzení

Výběr pohlaví

- Stiskněte tlačítko „+“ nebo „-“ a vyberte pohlaví
- Stiskněte tlačítko „set“ pro potvrzení

Nastavení věku

- Stiskněte tlačítko „+“ nebo „-“ a nastavte věk
- Stiskněte tlačítko „set“ pro potvrzení

Nastavení výšky

- Stiskněte tlačítko „+“ nebo „-“ a nastavte výšku
- Stiskněte tlačítko „set“ pro potvrzení

Provedte měření

- Po těchto krocích displej zobrazuje „0,0kg“

Změna měřicí jednotky

- Stiskem tlačítka „+“ vyberte měřicí jednotky „kg“ (případně „lb“ nebo „st-lb“).

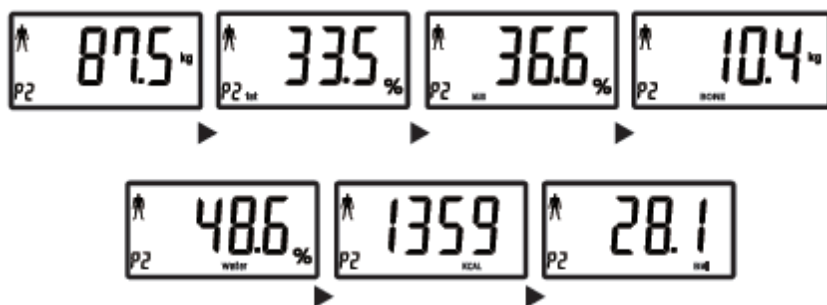
## Zapnutí váhy

Stiskněte tlačítko „set“. Po zapnutí displej zobrazuje nastavení, proveďte výběr příslušné osoby nebo případné nastavení paměti. Váha je připravena k použití, jakmile zobrazí „0,0 kg“. Nyní můžete začít analýzu těla. Dříve než se zobrazí 0.0 kg, prosím nevstupujte na váhu. Bez další činnosti se váha automaticky vypne. Vaše osobní data zůstanou uložena.

## 8. Provedení analytického měření

- Zapněte váhu stiskem tlačítka „set“
- Stiskem tlačítka „+“ nebo „-“ vyberte osobní předvolbu
- Případně nastavte nebo upravte svou osobní předvolbu. Jakmile se na displeji zobrazí „0,0 kg“, je váha připravena k měření
- Stoupněte si na váhu, bosýma nohama na pružky z nerezové oceli (měřicí elektrody), zůstaňte v klidu. Nejprve se zobrazí vaše hmotnost. Po dokončení měření se dvakrát zobrazí vaše naměřené hodnoty v pořadí tělesný tuk v %, svalová hmota v %, kostní hmota v kg, tělesná hydratace v %, BMR a BMI. Pak se váha automaticky vypne.

Průběh zobrazení hodnot:



## 9. Vážení (bez analytických funkcí)

- Krátce stoupněte na váhu, automaticky se zapne
- Zobrazí "0.0 kg". Nyní je monitor je připraven k použití. Dříve než se zobrazí 0.0 kg ,prosím nevstupujte na váhu.
- Zůstaňte v klidu, váha na cca 10 vteřin zobrazí vaši hmotnost. Poté se automaticky vypne.

## 10. Chybová hlášení

„Lo“ – vybité baterie, nahradte je novými

„Err.“ – nestojíte bosýma nohama na elektrodách, nebo jste sestoupili z váhy před dokončením analytického měření, nebo nestojíte na elektrodách, případně je nějaké znečištění chodidel nebo elektrod při analytickém měření

„0-Ld“ – hmotnost přesáhla měřící rozsah 180 kg, okamžitě opusťte váhu, abyste předešli poškození z nadměrného zatížení

„C“ – zopakujte měření

## 11. Technická data

Maximální zatížení: 180 kg

Zobrazení hmotnosti: po 100g

Zobrazení analytických hodnot: po 0.1%

Rozsah měření:

- Tělesný tuk 5,0 – 75,0 %; Tělesná hydratace 5,0 – 75,0 %; Svalová hmota 5,0 – 75,0 %; Kostní hmota 5,0 – 22,6 kg; Předvolba osobního nastavení - 10 osob; Nastavení věku: 6 – 100 let; Nastavení výšky: 80 – 220 cm

Rozměry: 300 x 300 x 24.4 mm

Baterie: 3 x AAA (jsou součástí balení)

Distributor pro ČR a SR:

  
**BONECO CR**  
ZDRAVOTNICKÁ TECHNIKA

Na Podhoře 185

588 13 Polná

Tel: 774 162 396

e-mail: [info@boneco-cr.cz](mailto:info@boneco-cr.cz)

[objednavky@boneco-cr.cz](mailto:objednavky@boneco-cr.cz)

[www.boneco-cr.cz](http://www.boneco-cr.cz)

[www.muji-tlakomer.cz](http://www.muji-tlakomer.cz)

[www.stopmrtvici.cz](http://www.stopmrtvici.cz)

Verze: 2019/11

 Rossmax Swiss GmbH, Tramstrasse 16, CH-9442 Berneck, Switzerland



## ZÁRUČNÍ PODMÍNKY Boneco CR, s.r.o.

- Boneco CR, s.r.o. (dále jen ručitel) se sídlem v Polné poskytuje záruku na kvalitu zařízení, které distribuuje (dále jen zařízení), ke kterému jsou připojeny provozní pokyny k těmto záručním podmínkám.
- Výrobce ručí v rámci záruky, že je zařízení bez fyzických a právních vad.
- Záruční doba je 24 měsíců pro konečného spotřebitele, 6 měsíců pro komerční použití.
- Odpovědnost v rámci záruky se vztahuje pouze na vady způsobené příčinami, které jsou vlastní tomuto zařízení.
- Záruka se nevztahuje na:
  - a) části vystavené přirozenému opotřebením
  - b) mechanické, tepelné a chemické poškození zařízení způsobené uživatelem
  - c) poškození a závady způsobené:
    - nesprávným nebo neslučitelným s pokyny k použití, údržbě nebo skladování
    - nesprávným nebo neslučitelným s instalačními pokyny
    - používáním spotřebního materiálu a příslušenství, které nejsou doporučeny Ručitelem
    - svévolné opravy, změny a konstrukční změny provedené uživatelem nebo jinými osobami – vyšší moc (povodeň, oheň nebo blesky atd.)
  - d) závady způsobené nevhodným čištěním Zařízení nebo jeho neprovedením
- Záruka poskytnutá na Zařízení zaniká, pokud jakékoliv neoprávněné osoby (zejména neoprávněným servisním střediskem nebo Kupujícím zařízením) provedou opravy, úpravy nebo změny ve struktuře Zařízení. Identifikace poškození pečeti, štítků nebo jiných bezpečnostních prvků nebo jejich rozmazání, které znemožňuje čtení informací, které jsou na nich obsaženy, lze považovat za pokus o neoprávněné zásahy do zařízení neoprávněné osoby a jako výsledek vyprší platnost záruky.
- Osoba oprávněná v rámci záruky (dále jen „Oprávněná osoba“) je povinna bez zbytečného odkladu nahlásit odhalení vady Zařízení.
- Reklamace na Zařízení v rámci záruky lze podat prostřednictvím obchodu, kde byl nákup proveden, nebo přímo u Ručitele (kontaktní údaje jsou níže).
- Reklamované zařízení by mělo být doručeno do místa prodeje, kde byl nákup proveden, nebo přímo u Ručitele (kontaktní údaje jsou níže).
- Reklamované zařízení by mělo být doručeno do místa prodeje, kde byl nákup proveden, nebo přímo u Ručitele. Zařízení by mělo být v obalu, který jej chrání před mechanickým poškozením během přepravy.
- Ručitel poskytuje bezplatné odstranění vady do 30 pracovních dnů ode dne doručení vadného Zařízení do servisu Ručitele.
- O tom, jak bude stížnost posuzována, rozhoduje pouze Ručitel.
- V případě výměny vybavení nebo částí za nové se stávají majetkem oprávněné osoby, zatímco vadné vybavení nebo části vyměněné během opravy jsou ve vlastnictví Ručitele.
- Záruční oprava se nevztahuje na činnosti uvedené v provozní příručce, které je uživatel povinen provádět na vlastní náklady (např. výměna spotřebního materiálu, čištění, odstranění vodního kamene, praní, kalibrace atd.)
- V případě neoprávněné stížnosti budou odpovědné osobě účtovány náklady spojené s její přepravou a kontrolou.
- Zařízení předložené k opravě musí být úplné (tj. musí obsahovat všechny prvky původně obsažené v soupravě). K opravě se smí přijímat pouze čistá a suchá zařízení zbavená tekutin. Servis si vyhrazuje právo účtovat příjemci náklady na uvedení zařízení do stavu, který splňuje požadavky na přijetí na servis. Cena je ekvivalentní jedné pracovní hodině servisního zaměstnance.
- Se Zařízením je třeba podat následující náležitosti: doklad o nákupu formou účtenky nebo faktury (včetně razítka obchodu a data nákupu); jasný a přesný popis závady včetně jejího původu a pozorování; Autorizované údaje; jméno a příjmení, adresa, telefonní číslo nebo e-mailová adresa. Stížnosti, které neobsahují žádný z prvků uvedených v této části, se považují za nepodané, dokud nebudou odstraněny nedostatky.
- Ve věcech, na které se nevztahují tyto záruční podmínky, se použijí ustanovení občanského zákoníku.
- Záruka nevylučuje, neomezuje ani nepozastavuje práva kupujícího vyplývající z ustanovení o záruce za vady prodaného zboží.

Prohlašuji, že jsem si přečetl a přijímám záruční podmínky

.....  
Podpis kupujícího