

MEDISANA®

DE Personenwaage PSM mit Körperanalyse-Funktionen

GB Personal scales PSM with body analysis functionality

FR Pèse-personne PSM avec fonctions d'analyse corporelles

عربي ميزان الأشخاص PSM مع وظائف تحليل الأجسام



Art. 99398



Gebrauchsanweisung

Manual

Mode d'emploi

الرجاء القراءة بعناية!

Bitte sorgfältig lesen!

Please read carefully!

A lire attentivement s.v.p.!

دليل الاستخدام الإرشادي



DE Gebrauchsanweisung

1 Sicherheitshinweise	1
2 Wissenswertes	3
3 Betrieb	7
4 Verschiedenes	10
5 Garantie	12

GB Instruction Manual

1 Safety Information	13
2 Useful Information	15
3 Operation	19
4 Miscellaneous	22
5 Warranty	24

FR Mode d'emploi

1 Consignes de sécurité.....	25
2 Informations utiles	27
3 Utilisation	31
4 Divers	34
5 Garantie	36

عربي دليل الإستخدام الإرشادي

37	1 إرشادات للسلامة
39	2 معلومات مفيدة
43	3 التشغيل
46	4 مواضيع متنوعة
48	5 الضمان

Gerät und Bedienelemente
Device and controls
Appareil et éléments de commande
الجهاز وأزرار الإستخدام



DE

- 1 Batteriefach (auf der Unterseite)
- 2 Taste zur Einstellung der Gewichtseinheit (auf der Unterseite)
- 3 Display
- 4 Abwärts -Taste ▼ (DOWN)
- 5 Aufwärts -Taste ▲ (UP)
- 6 SET -Taste
zur Eingabe der Personen-Daten
- 7 ON/OFF -Taste
zum Ein- und Ausschalten der Waage
- 8 Elektroden
- 9 Wert für Körperfett
- 10 Wert für Körpergewicht
- 11 Wert für Körperwasser
- 12 Speicherplatz P3
(z. B. Benutzerprofil 3, Mann)
- 13 Wert für Muskelanteil
- 14 Wert für Kcal-Bedarf
- 15 Wert für Knochengewicht

GB

- 1 Battery Compartment (on underside)
- 2 Button for setting the weight units
(on the underside)
- 3 Display
- 4 DOWN button ▼
- 5 UP button ▲
- 6 SET button
for setting the personal data
- 7 ON/OFF button
for switching the scales on and off
- 8 Electrodes
- 9 Body fat value
- 10 Body weight value
- 11 Body water value
- 12 Preset P3
(e.g. user profile 3, male)
- 13 Muscle mass value
- 14 Calorific requirement value
- 15 Bone mass value

FR

- 1 Compartiment à piles
(sur la face inférieure)
- 2 Touche de réglage de l'unité de poids
(sur la partie inférieure)
- 3 Affichage
- 4 Touche BAS ▼ (DOWN)
- 5 Touche HAUT ▲ (UP)
- 6 Touche SET
d'entrée de données personnelles
- 7 Touche ON/OFF de mise en marche
et à l'arrêt de la balance
- 8 Électrodes
- 9 Taux de masse grasseuse
- 10 Poids du corps
- 11 Taux de masse hydrique
- 12 Emplacement de mémoire P3
(ex. : profil utilisateur 3, homme)
- 13 Taux de masse musculaire
- 14 Besoin calorique en kcal
- 15 Poids de masse osseuse

عربي

- 1 حجرة البطاريات (على الجهة السفلية)
- 2 زر تحديد وحدة الوزن (على الجهة السفلية)
- 3 الشاشة
- 4 زر النزول ▼ (لأسفل)
- 5 زر الصعود ▲ (لأعلى)
- 6 زر التحديد SET
لإدخال بيانات الشخص
- 7 زر التشغيل/إيقاف التشغيل ON/OFF
لتشغيل وإيقاف تشغيل الميزان
- 8 أقطاب ٩٥
- 9 قيمة دهون الجسم
- 10 قيمة وزن الجسم
- 11 قيمة ماء الجسم
- 12 مساحة التخزين P3
(مثلاً وصف المستخدم ، رجل)
- 13 قيمة نسبة العضلات
- 14 قيمة الإحتياج للسعرات الحرارية
- 15 قيمة وزن العظم



WICHTIGE HINWEISE ! UNBEDINGT AUFBEWAHREN !

Lesen Sie die Gebrauchsanweisung, insbesondere die Sicherheitshinweise, sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät einsetzen und bewahren Sie die Gebrauchsanweisung für die weitere Nutzung auf. Wenn Sie das Gerät an Dritte weitergeben, geben Sie unbedingt diese Gebrauchsanweisung mit.

Zeichenerklärung



Diese Gebrauchsanweisung gehört zu diesem Gerät. Sie enthält wichtige Informationen zur Inbetriebnahme und Handhabung. Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung vollständig. Die Nichtbeachtung dieser Anweisung kann zu schweren Verletzungen oder Schäden am Gerät führen.



WARNUNG

Diese Warnhinweise müssen eingehalten werden, um mögliche Verletzungen des Benutzers zu verhindern.



ACHTUNG

Diese Hinweise müssen eingehalten werden, um mögliche Beschädigungen am Gerät zu verhindern.



HINWEIS

Diese Hinweise geben Ihnen nützliche Zusatzinformationen zur Installation oder zum Betrieb.

LOT-Nummer



Hersteller



Sicherheitshinweise

- Benutzen Sie das Gerät nur entsprechend seiner Bestimmung laut Gebrauchsanweisung.
- Bei Zweckentfremdung erlischt der Garantieanspruch.
- Die Waage ist für den Hausgebrauch gefertigt. Sie ist nicht für den gewerblichen Einsatz in Krankenhäusern oder sonstigen medizinischen Einrichtungen bestimmt.
- Jede Behandlung bzw. Diät bei Über- oder Untergewicht bedarf einer qualifizierten Beratung durch entsprechendes Fachpersonal (Arzt, Diätassistent). Die mit der Waage ermittelten Werte können dabei unterstützend sein.
- Dieses Gerät ist für Schwangere nicht geeignet!
- Diese Waage ist nicht geeignet für Menschen mit Herzschrittmachern oder anderen medizinischen Implantaten. Bei Zuckerkrankheit oder anderen medizinischen/körperlichen Einschränkungen kann die Angabe des Körperfettes ungenau sein. Gleiches gilt auch für sehr sportlich trainierte Menschen.
- Dieses Produkt ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und/oder mangelndem Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist.
- Kinder müssen beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn das Gerät nicht einwandfrei funktioniert, wenn es herunter- oder ins Wasser gefallen ist oder beschädigt wurde.
- Platzieren Sie die Waage an einem Ort, an dem weder extreme Temperaturen noch extreme Luftfeuchtigkeit auftreten.



- Schützen Sie das Gerät vor Feuchtigkeit. Halten Sie die Waage von Wasser fern.
- Die Oberfläche der Waage ist bei Nässe und Feuchtigkeit glatt. Halten Sie die Oberfläche trocken.



- **Kippgefahr!**
Stellen Sie die Waage niemals auf einen unebenen Untergrund.
Steigen Sie niemals nur auf eine Ecke der Waage.
Stellen Sie sich beim Wiegen nicht auf eine Seite und nicht auf den Rand der Waage.



- **Rutschgefahr!**
Besteigen Sie die Waage niemals mit nassen Füßen.
Besteigen Sie die Waage niemals mit Socken.



- Stellen Sie die Waage auf einen festen ebenen Untergrund. Weiche, unebene Flächen sind für die Messung ungeeignet und führen zu falschen Ergebnissen.

- Wiegen Sie sich immer mit der selben Waage am selben Ort und auf dem selben Untergrund.
- Wiegen Sie sich ohne Bekleidung, Socken und Schuhe, vor den Mahlzeiten und immer zur selben Tageszeit.
- Die Waage hat einen Meßbereich bis zu 180 kg (396 lb / 28 st 4 lb). Überladen Sie die Waage nicht, das könnte zu einem dauerhaften Schaden an ihr führen.



- Gehen Sie vorsichtig mit der Waage um. Vermeiden Sie Schläge und Erschütterungen der Waage. Lassen Sie sie nicht fallen und lassen Sie nichts darauf fallen.
- Versuchen Sie nicht, das Gerät zu zerlegen, andernfalls erlischt die Garantie. Außer der Batterie enthält dieses Gerät keine Teile, die vom Benutzer gewartet werden können.
- Im Falle von Störungen reparieren Sie das Gerät nicht selbst, da dadurch jeglicher Garantieanspruch erlischt. Lassen Sie Reparaturen nur von autorisierten Servicestellen durchführen.
- Reinigen Sie die Standfläche und die Elektroden nach dem Gebrauch mit einem leicht angefeuchteten Tuch. Verwenden Sie keine Scheuermittel und tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser.
- Lagern Sie die Waage nicht in aufrechter Position, um ein Auslaufen der Batterien zu vermeiden.
- Wenn Sie beabsichtigen, das Gerät längere Zeit nicht zu benutzen, entfernen Sie die Batterien.

2 Wissenswertes

Herzlichen Dank

Vielen Dank für Ihr Vertrauen und herzlichen Glückwunsch! Mit der Personenwaage **PSM** mit Körperanalyse-Funktionen haben Sie ein Qualitätsprodukt von **MEDISANA** erworben. Dieses Gerät ist zum Wiegen und zur Berechnung des Körperfettanteils, Wassergehalts und Körpermuskelanteils von Personen bestimmt. Damit Sie den gewünschten Erfolg erzielen und recht lange Freude an Ihrer **MEDISANA** Personenwaage **PSM** mit Körperanalyse-Funktionen haben, empfehlen wir Ihnen, die nachstehenden Hinweise zum Gebrauch und zur Pflege sorgfältig zu lesen.

2.1 Lieferumfang und Verpackung

Bitte prüfen Sie zunächst, ob das Gerät vollständig ist und keinerlei Beschädigung aufweist. Im Zweifelsfalle nehmen Sie das Gerät nicht in Betrieb und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an Ihre Servicestelle.

Zum Lieferumfang gehören:

- 1 **MEDISANA** Personenwaage **PSM** mit Körperanalyse-Funktionen
- 3 Batterien (Typ AAA, R03P) 1,5 V
- 1 Gebrauchsanweisung

Verpackungen sind wiederverwendbar oder können dem Rohstoffkreislauf zurückgeführt werden. Bitte entsorgen Sie nicht mehr benötigtes Verpackungsmaterial ordnungsgemäß. Sollten Sie beim Auspacken einen Transportschaden bemerken, setzen Sie sich bitte sofort mit Ihrem Händler in Verbindung.

**WARNUNG**

Achten Sie darauf, dass die Verpackungsfolien nicht in die Hände von Kindern gelangen. Es besteht Erstickungsgefahr!

2.2 Leistungsmerkmale

- Flaches Design, Höhe 26 mm
- Hochwertiges Sicherheitsglas
- Hochwertige Sensor-Technologie
- Alterseingabe von 6 bis 100 Jahre
- Größeneingabe von 80 bis 220 cm
- Athleten-Modus
- Messbereich bis 180 kg, 396 lb oder 28st 4lb
- Teilung 100 g, 0,2 lb oder 1/4 lb
- Umschaltbar zwischen KG, LB und ST
- Körperfettanalyse 3 - 50 % in 0,1 % Schritten
- Wasseranteilmessung 20 - 75 % in 0,1 % Schritten
- Muskelanteilmessung 20 - 75 % in 0,1 % Schritten
- Knochenanteilmessung 0,5 - 8 kg in 0,1 kg-Schritten
- Kalorienbedarf/Tag-Anzeige in Kcal
- 10 Speicherplätze zum Speichern der Daten von 10 Personen
- Direktmessung des Körpergewichtes
- Übersichtliches LCD-Display mit Beleuchtung
- Einfach in der Handhabung
- Automatische Abschaltung
- Anzeige bei Überladen
- Anzeige bei schwacher Batterie
- Inklusive Batterien 3 x 1,5 V Typ AAA, R03P

2.3 Warum ist es wichtig, seinen Körperfettanteil zu kennen?

Der menschliche Körper besteht unter anderem aus Wasser, Fett und Muskelmasse. Ein zu hoher oder zu geringer Anteil an Fett kann zu einem erhöhten Gesundheitsrisiko führen. Mit der Überwachung des Körperfettanteils unterstützt die Personenwaage mit Körperanalyse-Funktionen die Motivation, das optimale Körpergewicht zu erreichen bzw. zu halten.

2.4 Wie arbeitet die Personenwaage mit Körperanalyse-Funktionen?

Die Personenwaage misst durch BIA (Bioelektrische Impedanz Analyse). Wenn Sie barfuß auf den Metallplatten stehen, werden sehr schwache elektrische Ströme in ihren Körper geleitet. Die Waage misst die Abweichungen, die diese Signale aufweisen. Die gemessenen Werte werden mit den persönlichen Daten wie Alter, Geschlecht, Größe und Gewicht zum Körperfettanteil verrechnet.



HINWEISE

Exzessives Trinken, Essen, Training, medizinische Behandlung, der weibliche Menstruationszyklus usw. haben Auswirkungen auf die Messergebnisse.
Körperfett-, Wassergehalts- und Muskelmessungen sind für Frauen während der Schwangerschaft nicht korrekt.

2.5 Voraussetzungen für korrekte Messergebnisse

Zuverlässige Messergebnisse sind nur unter bestimmten Voraussetzungen zu erreichen:

- Messen Sie stets barfuß.
- Die Füße müssen auf der Standfläche fest an den Elektroden anliegen.
- Stehen Sie aufrecht.
- Führen Sie die Messung etwa 15 Minuten nach dem Aufstehen bzw. nach dem Duschen oder Baden, mit leicht handtuchtrockenen Füßen durch.
- Messen Sie möglichst jeweils zur gleichen Tageszeit.
- Messen Sie nicht nach anstrengender körperlicher Betätigung, sondern warten Sie mindestens eine Stunde.
- An den Fußsohlen darf kein Schmutz haften. Bei ausgetrockneten oder stark verhornten Fußsohlen können fehlerhafte Messergebnisse erzielt werden.

Mit den Messergebnissen ist eine zuverlässige Kontrolle der Entwicklung des Körperfettanteils, Wassergehaltes und Körpermuskelanteils möglich, wenn die Messungen konsequent durchgeführt werden.

Bei Messungen unter veränderten Bedingungen können andere Messwerte erhalten werden.



HINWEISE

Die Daten der nachfolgenden Tabellen sind nur zur Orientierung. Wenn Sie Fragen zu Ihrem Körperfettanteil und Ihrer Gesundheit haben, besprechen Sie diese mit Ihrem Arzt.

2.6 Bereich des Körperfettanteils in %

<i>weiblich</i> (gleiche Werte für Athletinnen)	Alter	gering	normal	hoch	sehr hoch
6-15	3.0-16.0	16.1-21.0	21.1-29.6	29.7-50.0	
16-30	3.0-16.4	16.5-22.0	22.1-30.4	30.5-50.0	
31-60	3.0-17.0	17.1-22.4	22.5-31.4	31.5-50.0	
≥60	3.0-17.6	17.7-23.0	23.1-32.0	32.1-50.0	

männlich (gleiche Werte für Athleten)	Alter	gering	normal	hoch	sehr hoch
	6-15	3.0-13.0	13.1-17.4	17.5-25.6	25.7-50.0
	16-30	3.0-13.6	13.7-18.0	18.1-26.4	26.5-50.0
	31-60	3.0-14.0	14.1-18.6	18.7-27.0	27.1-50.0
	≥60	3.0-14.4	14.5-19.0	19.1-28.0	28.1-50.0

Analyse des Körperfettwertes:

Zur Analyse Ihres Körperfettwertes vergleichen Sie Ihren Wert mit der Körperfett-Tabelle.

2.7 Bereich des Körperwasseranteils in %

weiblich (gleiche Werte für Athletinnen)	Alter	niedrig	normal	hoch
	10-15	< 57	57-67	> 67
	16-30	< 47	47-57	> 57
	31-60	< 42	42-52	> 52
	61-80	< 37	37-47	> 47

männlich (gleiche Werte für Athleten)	Alter	niedrig	normal	hoch
	10-15	< 58	58-72	> 72
	16-30	< 53	53-67	> 67
	31-60	< 47	47-61	> 61
	61-80	< 42	42-56	> 56

Analyse des Körperwasserwertes:

Zur Analyse Ihres Körperwasserwertes vergleichen Sie Ihren Wert mit der Körperwasser-Tabelle.

2.8 Durchschnittlicher Körpermuskelanteil

Der durchschnittliche Körpermuskelanteil beträgt im Alter von 15 bis 100 Jahren bei Frauen maximal 44 % (bei Sportlerinnen/Athletinnen maximal 46 %) und bei Männern maximal 46 % (bei Sportlern/Athleten maximal 48 %). Zur Analyse Ihres Körpermuskelanteils vergleichen Sie Ihren Wert mit diesem Standardwert.

2.9 Anteil der Knochen am Körpergewicht in kg

weiblich (gleiche Werte für Athletinnen)	Körpergewicht	<45	45-60	>60
	durchschnittlicher Knochenanteil	max 3.0	4.2	max 6.5

männlich (gleiche Werte für Athleten)	Körpergewicht	<60	60-75	>75
	durchschnittlicher Knochenanteil	max 4.5	6.0	max 7.5

2.10 Täglicher Kalorienbedarf, gemessen am Körpergewicht

<i>weiblich</i>	<i>Alter</i>	<i>Körpergewicht (kg)</i>	<i>Kalorienbedarf (Kcal)</i>
	6-17	50	1265
	18-29	55	1298
	30-49	60	1302
	50-69	60	1242

<i>männlich</i>	<i>Alter</i>	<i>Körpergewicht (kg)</i>	<i>Kalorienbedarf (Kcal)</i>
	6-17	60	1620
	18-29	65	1560
	30-49	70	1561
	50-69	70	1505

<i>Sportlerinnen Athletinnen</i>	<i>Alter</i>	<i>Körpergewicht (kg)</i>	<i>Kalorienbedarf (Kcal)</i>
	6-17	50	1445
	18-29	55	1498
	30-49	60	1490
	50-69	60	1332

<i>Sportler Athleten</i>	<i>Alter</i>	<i>Körpergewicht (kg)</i>	<i>Kalorienbedarf (Kcal)</i>
	6-17	60	2030
	18-29	65	1810
	30-49	70	1761
	50-69	70	1605

3 Betrieb

3.1 Batterien einsetzen/wechseln

Bevor Sie Ihre digitale Waage in Betrieb nehmen, legen Sie die drei beige-fügten 1,5 V-Batterien (Typ AAA, R03P) in das Gerät ein. Öffnen Sie dazu das Batteriefach ❶ auf der Unterseite des Gerätes und setzen Sie die Batterien ein. Achten Sie dabei auf die Polarität (Abbildung im Batteriefach). Setzen Sie den Batteriefachdeckel wieder ein und drücken Sie ihn an, so dass er hörbar einrastet.

Wechseln Sie die Batterien aus, wenn das Batteriewechsel-Symbol "Lo" im Display ❸ erscheint oder wenn im Display nichts angezeigt wird, nachdem das Gerät betätigt wurde.



WARNUNG BATTERIE-SICHERHEITSHINWEISE

- **Batterien nicht auseinandernehmen!**
- **Batterie- und Gerätekontakte vor dem Einlegen bei Bedarf reinigen!**
- **Erschöpfte Batterien umgehend aus dem Gerät entfernen!**
- **Erhöhte Auslaufgefahr, Kontakt mit Haut, Augen und Schleimhäuten vermeiden! Bei Kontakt mit Batteriesäure die betroffenen Stellen sofort mit reichlich klarem Wasser spülen und umgehend einen Arzt aufsuchen!**
- **Sollte eine Batterie verschluckt worden sein, ist sofort ein Arzt aufzusuchen!**
- **Immer alle Batterien gleichzeitig austauschen!**
- **Nur Batterien des gleichen Typs einsetzen, keine unterschiedlichen Typen oder gebrauchte und neue Batterien miteinander verwenden!**
- **Legen Sie Batterien korrekt ein, beachten Sie die Polarität!**
- **Halten Sie das Batteriefach gut verschlossen!**
- **Batterien bei längerer Nichtverwendung aus dem Gerät entfernen!**
- **Batterien von Kindern fernhalten!**
- **Batterien nicht wiederaufladen! Es besteht Explosionsgefahr!**
- **Nicht kurzschließen! Es besteht Explosionsgefahr!**
- **Nicht ins Feuer werfen! Es besteht Explosionsgefahr!**
- **Lagern Sie ungebrauchte Batterien in der Verpackung und nicht in der Nähe von metallischen Gegenständen, um einen Kurzschluss zu vermeiden!**
- **Werfen Sie verbrauchte Batterien und Akkus nicht in den Hausmüll, sondern in den Sondermüll oder in eine Batterie-Sammelstation im Fachhandel!**

3.2 Nur Wiegen / "Step-on"-Funktion

1. Achten Sie darauf, dass die Waage auf festem und ebenem Boden steht. Wenn Sie sich nur wiegen möchten, die Waage aber unmittelbar zuvor bewegt haben, müssen Sie die Waage zunächst initialisieren. Drücken Sie hierzu mit dem Fuß kurz die Mitte der Waagenoberfläche. Im Display erscheint **"0.0 kg"**. Wenn sich die Waage abgeschaltet hat, ist sie für die "Step-on"-Funktion bereit.
Wurde die Waage vorher nicht bewegt, entfällt dieser Vorgang.
2. Steigen Sie auf die Waage und bleiben Sie ruhig stehen. Das Gerät schaltet sich automatisch ein, und im Display **3** wird kurz **"0.0 kg"** angezeigt.
3. Ihr Gewicht wird gemessen, blinkt zweimal und wird anschließend fest angezeigt.
4. Steigen Sie von der Waage. Die Anzeige wechselt zu **"0.0 kg"**. Die Waage schaltet sich nach ca. 8 Sek. automatisch aus, wenn keine weitere Bedienung vorgenommen wird.

3.3 Gewichtseinheit ändern

1. Drücken Sie die ON/OFF-Taste **7**, um die Waage einzuschalten. Im Display erscheint "**0.0 kg**".
2. Drehen Sie die Waage um und wählen Sie durch Drücken der roten Taste **2** die gewünschte Gewichtseinheit (**kg - st - lb**).

3.4 Persönliche Daten programmieren

Die Waage kann die Daten von 10 Personen: Geschlecht, Alter, Größe speichern. Die Waage hat voreingestellte Werte. Diese Werte sind: **kg, Frau, 25 Jahre, 165 cm**.

1. Drücken Sie die ON/OFF-Taste **7**, um die Waage einzuschalten. Im Display blinkt der Speicherplatz mit der Anzeige für das Geschlecht.
2. Im Anschluss erscheinen nacheinander die Einstellungsplätze für Größe und Alter, "- - -" und "**0.0 kg**" im Display.
3. Durch Drücken der ▲-Taste **5** und/oder der ▼-Taste **4** wählen Sie den gewünschten Speicherplatz für ihr Benutzerprofil (0 - 9).
4. Drücken Sie die SET-Taste **6**, um die Einstellung zu speichern. Im Display beginnt das Symbol für das Geschlecht zu blinken.

♂ = Mann ♀ = Frau ♂ = Mann/Athlet ♀ = Frau/Athletin

5. Stellen Sie Ihr Geschlecht ein, indem Sie mit der ▲-Taste **5** und/oder der ▼-Taste **4** das entsprechende Symbol im Display auswählen. Wenn Sie Sportler und zwischen 15 und 50 Jahre alt sind, können Sie bei dieser Einstellung den Athlet-Mode wählen.

♂ = Athlet ♀ = Athletin



HINWEIS

Da Sportler in der Regel einen sehr geringen Prozentsatz Körperfett haben, empfiehlt es sich, den Athleten-Modus einzustellen. Dieser Modus stellt sicher, dass der athletische Körper wegen des geringen Fettanteils nicht als untergewichtig angezeigt wird.

6. Drücken Sie die SET-Taste **6**, um die Einstellung zu speichern. Die voreingestellte Körpergröße beginnt im Display zu blinken.
7. Stellen Sie mit der ▲-Taste **5** und/oder der ▼-Taste **4** Ihre Körpergröße ein.
8. Drücken Sie die SET-Taste **6**, um die Einstellung zu speichern. Das voreingestellte Alter beginnt im Display zu blinken.
9. Stellen Sie nun mit der ▲-Taste **5** und/oder der ▼-Taste **4** Ihr Alter ein.
10. Drücken Sie die SET-Taste **6**, um die Einstellung zu speichern.
11. Der Einstellungsvorgang ist jetzt abgeschlossen. Im Display wird "**0.0 kg**" angezeigt.

Bevor sich das Gerät ausschaltet, können Sie die ▲-Taste **5** und/oder der ▼-Taste **4** drücken, um weitere Speicherplätze zu programmieren. Verfahren Sie wie vorher beschrieben und wiederholen Sie die Schritte **4.** bis **10.** Wenn Sie während des Programmiervorgangs für ca. 10 Sekunden keine Taste drücken, schaltet sich die Waage automatisch aus.

3.5

Wiegen und Messen des Körperfettwertes, Wassergehaltes und Körpermuskelanteils

1. Drücken Sie die ON/OFF-Taste **7**, um die Waage einzuschalten. Im Display blinkt der Speicherplatz.
2. Durch Drücken der **▲**-Taste **5** und/oder der **▼**-Taste **4** wählen Sie Ihren persönlichen Speicherplatz (0 - 9).
3. Ihre gespeicherten persönlichen Daten werden angezeigt.
4. Wenn im Display die Anzeige "**0.0 kg**" erscheint, steigen Sie barfuß auf die Waage und bleiben Sie ruhig stehen. Platzieren Sie Ihre Füße auf den Elektroden **8**. Zunächst wird das Gewicht angezeigt. Gleichzeitig erscheint im Display ein sich bewegendes Smbol "■■■■", das anzeigt, dass der Körperfettwert, der Wassergehalt und die Muskelmasse gemessen werden.
5. Wenn das Symbol "■■■■" im Display **3** stoppt, stehen die Werte fest. Im Display werden die gemessenen Werte für Körperfett, Wassergehalt, Körpergewicht und anschließend für Muskelanteil, Knochengewicht und Kcal-Bedarf angezeigt. Die Anzeigenfolge der gemessenen Werte wiederholt sich noch zweimal. Danach schaltet sich die Waage automatisch ab. Steigen Sie von der Waage.



HINWEISE

- **Zuverlässige Messergebnisse sind nur unter bestimmten Voraussetzungen zu erreichen, wie unter "2.5 Voraussetzungen für korrekte Messergebnisse", S. 5 beschrieben.**
- **Beachten Sie, dass der gemessene Muskelanteil auch einen gewissen Anteil Wasser enthält, der im Messergebnis enthalten ist. Die gemessenen Werte Ihres Körpers für Wassergehalt und Muskelanteil sind deshalb nicht addierbar.**

3.6

Fehlermeldungen

OL

Die Waage ist überladen.

LO

Die Batterie ist schwach und muss ersetzt werden.

ERR

Fehler beim Messen / Wert außerhalb des Analysebereichs.

Daten wurden nicht gespeichert.

4 Verschiedenes

4.1

Reinigung und Pflege

- Entfernen Sie die Batterien, bevor Sie das Gerät reinigen.
- Verwenden Sie nie aggressive Reinigungsmittel oder starke Bürsten.
- Reinigen Sie die Standfläche und die Elektroden nach dem Gebrauch mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch. Verwenden Sie keinesfalls scharfe Reinigungsmittel oder Alkohol.
- In das Gerät darf kein Wasser eindringen. Tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser. Benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es völlig trocken ist.

- Setzen Sie das Gerät nicht der direkten Sonneneinstrahlung aus, schützen Sie es vor Schmutz und Feuchtigkeit.
- Lagern Sie die Waage nicht in aufrechter Position, um ein Auslaufen der Batterien zu vermeiden.
- Nehmen Sie die Batterien aus dem Gerät, wenn Sie es längere Zeit nicht benutzen möchten. Es besteht sonst die Gefahr, dass die Batterien auslaufen.

4.2 Hinweis zur Entsorgung



Dieses Gerät darf nicht zusammen mit dem Hausmüll entsorgt werden. Jeder Verbraucher ist verpflichtet, alle elektrischen oder elektronischen Geräte, egal, ob sie Schadstoffe enthalten oder nicht, bei einer Sammelstelle seiner Stadt oder im Handel abzugeben, damit sie einer umwelt-schonenden Entsorgung zugeführt werden können. Entnehmen Sie die Batterie, bevor Sie das Gerät entsorgen. Werfen Sie verbrauchte Batterien nicht in den Hausmüll, sondern in den Sondermüll oder in eine Batterie-Sammelstation im Fachhandel. Wenden Sie sich hinsichtlich der Entsorgung an Ihre Kommunalbehörde oder Ihren Händler.

4.3 Technische Daten

Name und Modell	: MEDISANA Personenwaage PSM mit Körperanalyse-Funktionen
Spannungsversorgung	: 4,5 V=, 3 x 1,5 V Batterien (Typ AAA, R03P)
Anzeigesystem	: Digitale Anzeige
Speicher	: für 10 Personen
Messbereich	: bis 180 kg, 396 lb oder 28 st 4 lb
Maximale Messabweichung	: ± 1 %
Körperfettanteil	: 3 - 50 % in 0,1 % Schritten
Körperwasseranteil	: 20 - 75 % in 0,1 % Schritten
Muskelmasseanteil	: 20 - 75 % in 0,1 % Schritten
Knochenmasseanteil	: 0,5 - 8 kg in 0,1 kg-Schritten
Teilung	: 100 g, 0,2 lb oder 1/4 lb
Autom. Abschaltung	: nach ca. 8 Sek.
Abmessungen (L x B x H)	: ca. 32 cm x 32 cm x 2,6 cm
Gewicht	: ca. 2,45 kg
Betriebsbedingungen	: Temperatur 0 - 40 °C / 32 - 104 °F relative Luftfeuchtigkeit 85 %
Artikel-Nummer	: 99398
EAN-Nummer	: 40 15588 99398 5



Im Zuge ständiger Produktverbesserungen behalten wir uns technische und gestalterische Änderungen vor.

Garantie- und Reparaturbedingungen

Bitte wenden Sie sich im Garantiefall an Ihr Fachgeschäft oder direkt an die Servicestelle. Sollten Sie das Gerät einschicken müssen, geben Sie bitte den Defekt an und legen eine Kopie der Kaufquittung bei.

Es gelten dabei die folgenden Garantiebedingungen:

1. Auf **MEDISANA** Produkte wird ab Verkaufsdatum eine Garantie für drei Jahre gewährt. Das Verkaufsdatum ist im Garantiefall durch die Kaufquittung oder Rechnung nachzuweisen.
2. Mängel infolge von Material- oder Fertigungsfehlern werden innerhalb der Garantiezeit kostenlos beseitigt.
3. Durch eine Garantieleistung tritt keine Verlängerung der Garantiezeit, weder für das Gerät noch für ausgewechselte Bauteile, ein.
4. Von der Garantie ausgeschlossen sind:
 - a. alle Schäden, die durch unsachgemäße Behandlung, z.B. durch Nichtbeachtung der Gebrauchsanleitung, entstanden sind.
 - b. Schäden, die auf Instandsetzung oder Eingriffe durch den Käufer oder unbefugte Dritte zurückzuführen sind.
 - c. Transportschäden, die auf dem Weg vom Hersteller zum Verbraucher oder bei der Einsendung an den Kundendienst entstanden sind.
 - d. Zubehörteile, die einer normalen Abnutzung unterliegen, wie Batterien usw..
5. Eine Haftung für mittelbare oder unmittelbare Folgeschäden, die durch das Gerät verursacht werden, ist auch dann ausgeschlossen, wenn der Schaden an dem Gerät als ein Garantiefall anerkannt wird.



MEDISANA GmbH

Jagenbergstraße 19

41468 NEUSS

DEUTSCHLAND

eMail: info@medisana.de

Internet: www.medisana.de

Die Service-Adresse finden Sie auf dem separaten Beilageblatt.



IMPORTANT INFORMATION! RETAIN FOR FUTURE USE!

Read the instruction manual carefully before using this device, especially the safety instructions, and keep the instruction manual for future use. Should you give this device to another person, it is vital that you also pass on these instructions for use.

Explanation of symbols



This instruction manual belongs to this device. It contains important information about starting up and operation. Read the instruction manual thoroughly. Non-observance of these instructions can result in serious injury or damage to the device.



WARNING

These warning notes must be observed to prevent any injury to the user.



CAUTION

These notes must be observed to prevent any damage to the device.



NOTE

These notes give you useful additional information on the installation or operation.

Lot number



Manufacturer



Safety Information

- Only use the device for its intended use as in the instruction manual.
- If mis-used, all guarantee rights shall become null and void.
- The scale has been manufactured for domestic use. It is not suitable for commercial use in hospitals or other medical institutions.
- Any treatment or diet for people who are underweight or overweight requires the qualified advice of a professional (doctor, dietician). The values determined with the scales may be source of useful support.
- This device is not suitable for pregnant women!
- These scales are not suitable for people with pacemakers or other medical implants. The body fat information may be inaccurate in people with diabetes or other medical/physical limitations. The same also applies to very highly trained athletes.
- This device is not designed to be used by persons (including children) with limited physical, sensory or mental abilities, or by persons with insufficient experience and/or knowledge, unless under observation by a person responsible for their safety, or unless they have been instructed in the use of the device.
- Children must be supervised to ensure that they do not play with the device.
- Do not use the device if it is not working correctly, if it has been dropped or has fallen into water or has been damaged.
- Do not use the scale in a location where extremely high temperatures or humidity may occur.



- Protect the unit against moisture. Keep the scale away from water.
- The surface of the scales is slippery when wet. Keep the surface dry.



- **Risk of tipping over!**
Do not place the scale on an uneven surface.
Do not stand on the corners/edges of the scale.
When weighing yourself, do not stand on one side or the edge of the scales.



- **Risk of slipping!**
Do not stand on the scale with wet feet.
Do not stand on the scale wearing socks.



- Place the scales on a firm, level base. Soft, uneven surfaces are unsuitable for the measuring process and lead to incorrect results.
- Always weigh yourself on the same scales, in the same place and on the same surface.
- Weight yourself without clothes, socks and shoes, before meals and always at the same time of day.



- The scales have a measuring range up to 180 kg (396 lbs / 28 st 4 lbs). Do not overload the scales – this can cause irreversible damage.
- Handle the scale with care. The scale must not be subjected to impacts or vibration. Do not fall or drop anything on the scales.
- Do not attempt to dismantle the scale, otherwise the warranty will be invalidated. The scale does not contain any parts that need to be maintained by the user, with the exception of the battery.
- Do not attempt to repair the device yourself in the event of a malfunction since this will invalidate the warranty. Repairs should only be carried out by authorised service centres.
- Clean the surface and the electrodes after use with a damp cloth. Do not use scouring agent or immerse the device in water.
- Do not store the scales upright, as this can cause the batteries to leak.
- If the scale is not going to be used for a long period, please remove the batteries.

2 Useful Information

Thank you very much

Thank you for your confidence in us and congratulations!

The **PSM** personal scales with body analysis functionality which you have purchased are a top quality product from **MEDISANA**.

This unit is intended for weighing and calculating the proportion of body fat, water content and muscle mass in people.

In order to achieve the desired effect with your **MEDISANA** Personal scales **PSM** with body analysis functionality in the long term, we recommend that you read the following information on its use and maintenance carefully.

2.1 Items supplied and packaging

Please check first of all that the device is complete and is not damaged in any way. In case of doubt, do not use it and contact your dealer or your service centre.

The following parts are included:

- 1 **MEDISANA PSM** Personal scales with body analysis functionality
- 3 Type AAA, R03P 1.5 V batteries
- 1 Instruction manual

The packaging can be reused or recycled. Please dispose properly of any packaging material no longer required. If you notice any transport damage during unpacking, please contact your dealer without delay.

**WARNING**

Please ensure that polythene packing is kept away from the reach of children! Risk of suffocation!

2.2 Performance features

- Flat design, 26 mm high
- Top quality safety glass
- Top quality sensor technology
- Age entry from 6 to 100 years
- Height entry from 80 to 220 cm
- Athlete mode
- Measuring range to 180 kg, 396 lbs or 28 st 4 lbs
- 100 g, 0.2 lb or 1/4 lb graduation
- Switchable between KG, LB and ST
- Body fat analysis 3 - 50 % in 0.1 % steps
- Water content measurement 20 - 75 % in 0.1 % steps
- Muscle mass measurement 20 - 75 % in 0.1 % steps
- Bone mass measurement 0.5 - 8 kg in 0.1 kg steps
- Calorie intake/day display in Kcal
- 10 presets for saving data for 10 persons
- Direct measurement of body weight
- Clear, illuminated LC display
- Easy to use
- Automatic switch-off
- Overload warning
- Low battery warning
- Includes 3 type AAA, R03P 1.5 V batteries

2.3 Why is it important to know how much body fat you have?

The human body is made up amongst other things of water, fat and muscle mass. A fat proportion which is too high or too low may lead to increased health risks. The personal scales with body analysis functionality provide useful support in motivating someone to reach or maintain the best possible body weight by monitoring the proportion of body fat.

2.4 How does the scale with body analysis functionality work?

The scale measures using BIA (Bio-electrical Impedance Analysis). When you step onto the metal plates barefoot, extremely weak electrical current is passed into your body. The scale weighs the difference between these signals. The measurements are used in combination with personal data such as age, gender, height and weight to calculate the amount of body fat.

**NOTES**

Excessive drinking, eating, training, medical treatment, the female menstrual cycle etc. affect the measuring results. The body fat, water content and muscle measurements will be incorrect for women during pregnancy.

2.5

Prerequisites for correct measuring results

Reliable measurements can only be achieved under certain prerequisites:

- Always measure barefoot.
- The feet must have a good contact with the electrodes on the standing area.
- Stand upright.
- Carry out the measurement approximately 15 minutes after getting up, or after bathing or showering, with towel-dried feet.
- Please measure at the same time of day if possible.
- Do not measure after strenuous physical exercise. Wait at least an hour before measuring.
- There must not be any dirt stuck to the soles of your feet. Erroneous measuring results may occur if the soles of your feet are dry or extremely callused.

The amount of body fat, water content and muscle mass can only be reliably monitored using the measurements if they are taken consistently. Measurements that are taken under varying conditions can return different values.

**NOTES**

The data in the following tables is for orientation purposes only. If you have any questions about your proportion of body fat, please consult your doctor.

2.6

Body fat proportion range in %

Female (same values for female athletes)	Age	low	normal	high	very high
	6-15	3.0-16.0	16.1-21.0	21.1-29.6	29.7-50.0
	16-30	3.0-16.4	16.5-22.0	22.1-30.4	30.5-50.0
	31-60	3.0-17.0	17.1-22.4	22.5-31.4	31.5-50.0
	≥60	3.0-17.6	17.7-23.0	23.1-32.0	32.1-50.0

Male (same values for male athletes)	Age	low	normal	high	very high
	6-15	3.0-13.0	13.1-17.4	17.5-25.6	25.7-50.0
	16-30	3.0-13.6	13.7-18.0	18.1-26.4	26.5-50.0
	31-60	3.0-14.0	14.1-18.6	18.7-27.0	27.1-50.0
	≥60	3.0-14.4	14.5-19.0	19.1-28.0	28.1-50.0

Body fat value analysis:
In order to analyse your body fat proportion, please compare your value to the values in the body fat table.

2.7
Body water
proportion range
in %

Female (same values for female athletes)	Age	low	normal	high
	10-15	< 57	57-67	> 67
	16-30	< 47	47-57	> 57
	31-60	< 42	42-52	> 52
	61-80	< 37	37-47	> 47

Male (same values for male athletes)	Age	low	normal	high
	10-15	< 58	58-72	> 72
	16-30	< 53	53-67	> 67
	31-60	< 47	47-61	> 61
	61-80	< 42	42-56	> 56

Body water value analysis:
In order to analyse your body water value, please compare your value with the values in the body water table.

2.8
Average
Muscle Mass

The average proportion of muscle mass for women between 15 and 100 years of age is max. 44 % (for sportswomen/female athletes no more than 46 %) and for men 46 % (for sportsmen/male athletes no more than 48 %). Compare your value with this standard value to analyse your muscle mass.

2.9
Proportion of bone
in body weight
in kg

Female (same values for female athletes)	Body weight	<45	45-60	>60
	average bone mass	max 3.0	4.2	max 6.5

Male (same values for male athletes)	Body weight	<60	60-75	>75
	average bone mass	max 4.5	6.0	max 7.5

2.10
Daily calorific
requirement,
measured according
to body weight

<i>Female</i>	<i>Age</i>	<i>Body weight (kg)</i>	<i>Calorific requirement (Kcal)</i>
	6-17	50	1265
	18-29	55	1298
	30-49	60	1302
	50-69	60	1242

<i>Male</i>	<i>Age</i>	<i>Body weight (kg)</i>	<i>Calorific requirement (Kcal)</i>
	6-17	60	1620
	18-29	65	1560
	30-49	70	1561
	50-69	70	1505

<i>Sportswomen Female athletes</i>	<i>Age</i>	<i>Body weight (kg)</i>	<i>Calorific requirement (Kcal)</i>
	6-17	50	1445
	18-29	55	1498
	30-49	60	1490
	50-69	60	1332

<i>Sportsmen Male athletes</i>	<i>Age</i>	<i>Body weight (kg)</i>	<i>Calorific requirement (Kcal)</i>
	6-17	60	2030
	18-29	65	1810
	30-49	70	1761
	50-69	70	1605

3 Operation

3.1 Insert/replace batteries

Before you start up your digital scale, insert the three provided 1,5 V batteries (type AAA, R03P) into the device. To do this, open the battery compartment ❶ beneath the device and insert the batteries. Make sure the polarity is correct (as shown in the battery compartment). Put the lid of the battery compartment back on and push it until it clicks into place. Change the batteries when the battery change symbol "**Lo**" appears in the display ❸ or when nothing is shown in the display after the device is switched on.



WARNING BATTERY SAFETY INFORMATION

- Do not disassemble batteries!
- Clean the battery and device contacts if necessary before putting in the batteries!
- Remove discharged batteries from the device immediately!
- Increased risk of leakage, avoid contact with skin, eyes and mucous membranes! If battery acid comes in contact with any of this parts, rinse the affected area with copious amounts of fresh water and seek medical attention immediately!
- If a battery has been swallowed seek medical attention immediately!
- Replace all of the batteries simultaneously!
- Only replace with batteries of the same type, never use different types of batteries together or used batteries with new ones!
- Insert the batteries correctly, observing the polarity!
- Keep the battery compartment well sealed!
- Remove the batteries from the device if it is not going to be used for an extended period!
- Keep batteries out of children's reach!
- Do not attempt to recharge these batteries! There is a danger of explosion!
- Do not short circuit! There is a danger of explosion!
- Do not throw into a fire! There is a danger of explosion!
- Keep unused batteries in their packaging away from metal objects in order to prevent short circuiting!
- Do not throw used batteries into the household refuse; put them in a hazardous waste container or take them to a battery collection point, at the shop where they were purchased!

3.2 Weight only / "Step-on"-function

1. Make sure the scales are on a firm, level surface. If you only want to weigh yourself but have moved the scales just before, you must first initialise the scales. To do this, press your foot on the middle of the surface of the scales. "**0.0 kg**" appears in the display. When the scales switch off, they are ready for the "step-on" function.
This procedure is not necessary if you have not moved the scales.
2. Step onto the scales and stand still. The device switches on automatically and the display **3** briefly shows "**0.0 kg**".
3. Your weight is measured, flashes twice and is then finally displayed.
4. Step down from the scales. The display changes to "**0.0 kg**". The scales switch off automatically after 8 seconds if you do not do anything else.

3.3 Change the Unit of Weight

1. Press the ON/OFF button **7** to switch on the scales. "**0.0 kg**" appears in the display.
2. Turn the scales over and press the red button **2** to select the weight units (**kg - st - lb**).

3.4 Programming personal data

The scales can store data for up to 10 people: sex, age, height. The scales have preset values. These are: **kg, female, 25 years old, 165 cm**.

1. Press the ON/OFF button **7** to switch on the scales. The panel for setting the sex flashes in the display.
2. After that, the panels for setting the height and age, "- - -" and "**0.0 kg**" flash in succession in the display.
3. Press the ▲ button **5** and/or the ▼ button **4** to select the preset for your user profile (0 - 9).
4. Press the SET button **6** to save the setting. The symbol for the sex starts flashing in the display.

 = male  = female  = male/athlete  = female/athlete

5. Set your sex by pressing the ▲ button **5** and/or the ▼ button **4** to select the appropriate symbol in the display. If you are a fit sportsman or sportswoman between 15 and 50 years of age, you can select athlete mode for this setting.

 = male athlete  = female athlete



NOTE

Because trained sportsmen and sportswomen usually have a very low percentage of body fat, it is advisable to select athlete mode. This mode ensures that athletes' bodies are not displayed as underweight due to the low percentage of body fat.

6. Press the SET button **6** to save the setting. The preset height starts flashing in the display.
7. Press the ▲ button **5** and/or the ▼ button **4** to set your height.
8. Press the SET button **6** to save the setting. The preset age starts flashing in the display.
9. Press the ▲ button **5** and/or the ▼ button **4** to set your age.
10. Press the SET button **6** to save the setting.
11. The settings are now concluded. "**0.0 kg**" appears in the display.

Before you switch off the device, you can press the ▲ button **5** and/or the ▼ button **4** to program other presets. Proceed as described above and repeat steps **4.** to **10.** If you do not press any button for 10 seconds during the programming, the scales switch off automatically.

3.5

Weighing and measuring body fat, water content and muscle mass

1. Press the ON/OFF button ⑦ to switch on the scales. The preset flashes in the display.
2. Press the ▲ button ⑤ and/or the ▼ button ④ to select your personal preset (0 - 9).
3. Your personal data is displayed.
4. When "0.0 kg" appears in the display, step barefoot onto the scales and stand still. Place your feet on the electrodes ⑧. First, your weight is displayed. At the same time, the display shows a moving symbol "■■■■■", which indicates that your body fat, water and muscle mass are being measured.
5. When the "■■■■■" symbol in the display ③ stops, the values are fixed. The display shows the values measured for the body fat, water, body weight and then the muscle mass, bone weight and calorific requirement. The series of measured values is repeated twice in the display. The scales then switch off automatically. Step off the scales.

**NOTES**

- **Reliable measurements can only be achieved under certain circumstances, as described in "2.5 Prerequisites for correct measuring results", p. 14.**
- **Note that the measured muscle mass contains a certain amount of water, which is included in the result. The values measured for the water and muscle mass in your body can therefore not be added together.**

3.6

Error messages**OL**

The scale is overloaded.

LO

The battery is low and must be replaced.

ERR

Error during measurement / Value not within analysis range.

Data not saved.

4 Miscellaneous

4.1

Cleaning and maintenance

- Remove the batteries before cleaning the unit.
- Never use aggressive cleaning agents or stiff brushes.
- Clean the surface and the electrodes after use with a soft, damp cloth. Never use abrasive cleaning agents or alcohol.
- Do not allow any water to get into the unit. Do not immerse the device in water. Do not use the unit again until it is completely dry.

- Do not expose the unit to direct sunlight; protect it against dirt and moisture.
- Do not store the scales upright, as this can cause the batteries to leak.
- Remove the batteries from the unit if it will be unused for a longish period. Otherwise there is a risk that the batteries might leak.

4.2

Disposal



This product must not be disposed of together with domestic waste.

All users are obliged to hand in all electrical or electronic devices, regardless of whether or not they contain toxic substances, at a municipal or commercial collection point so that they can be disposed of in an environmentally acceptable manner.

Please remove the batteries before disposing of the device / unit. Do not dispose of old batteries with your household waste, but at a battery collection station at a recycling site or in a shop.

Consult your municipal authority or your dealer for information about disposal.

4.3

Technical specifications

Name and model	:	MEDISANA PSM Personal scales with body analysis functionality
Voltage supply	:	4.5 V $\approx$, 3 x 1.5 V batteries (type AAA, R03P)
Display system	:	Digital display
Memory	:	for 10 persons
Measuring range	:	to 180 kg, 396 lbs or 28 st 4 lbs
Maximum measuring deviation	:	$\pm$ 1 %
Body fat	:	3 - 50 % in steps of 0.1 %
Body water	:	20 - 75 % in steps of 0.1 %
Muscle mass	:	20 - 75 % in steps of 0.1 %
Bone mass	:	0,5 - 8 kg in steps of 0.1 kg
Graduation	:	100 g, 0.2 lb or 1/4 lb
Autom. switch-off	:	after approx. 8 sec.
Dimensions (L x W x H)	:	approx. 32 cm x 32 cm x 2.6 cm
Weight	:	approx. 2.45 kg
Operating conditions	:	Temperature 0 - 40 °C / 32 - 104 °F 85 % relative humidity
Item number	:	99398
EAN number	:	40 15588 99398 5



In accordance with our policy of continual product improvement, we reserve the right to make technical and optical changes without notice.

Warranty and repair terms

Please contact your dealer or the service centre in case of a claim under the warranty. If you have to return the unit, please enclose a copy of your receipt and state what the defect is.

The following warranty terms apply:

1. The warranty period for **MEDISANA** products is three years from date of purchase. In case of a warranty claim, the date of purchase has to be proven by means of the sales receipt or invoice.
2. Defects in material or workmanship will be removed free of charge within the warranty period.
3. Repairs under warranty do not extend the warranty period either for the unit or for the replacement parts.
4. The following is excluded under the warranty:
 - a. All damage which has arisen due to improper treatment, e.g. non-observance of the user instructions.
 - b. All damage which is due to repairs or tampering by the customer or unauthorised third parties.
 - c. Damage which has arisen during transport from the manufacturer to the consumer or during transport to the service centre.
 - d. Accessories which are subject to normal wear and tear (batteries etc.).
5. Liability for direct or indirect consequential losses caused by the unit are excluded even if the damage to the unit is accepted as a warranty claim.



MEDISANA GmbH

Jagenbergstraße 19

41468 NEUSS

GERMANY

eMail: info@medisana.de

Internet: www.medisana.de

The service centre address is shown on the attached leaflet.



REMARQUE IMPORTANTE ! TOUJOURS CONSERVER !

Lisez attentivement le mode d'emploi, et en particulier les consignes de sécurité, avant d'utiliser l'appareil. Conservez bien ce mode d'emploi. Vous pourriez en avoir besoin par la suite. Lorsque vous remettez l'appareil à un tiers, mettez-lui impérativement ce mode d'emploi à disposition.

Légende



Ce mode d'emploi fait partie du contenu de l'appareil. Elle contient des informations importantes concernant sa mise en service et sa manipulation. Lisez l'intégralité de ce mode d'emploi. Le non respect de cette notice peut provoquer de graves blessures ou des dommages de l'appareil.



AVERTISSEMENT

Ces avertissements doivent être respectés afin d'éviter d'éventuelles blessures de l'utilisateur.



ATTENTION

Ces remarques doivent être respectées afin d'éviter d'éventuels dommages de l'appareil.



REMARQUE

Ces remarques vous donnent des informations supplémentaires utiles pour l'installation ou l'utilisation.

N° de lot



Fabricant



Consignes de sécurité

- Uniquement utiliser cet appareil conformément au but d'utilisation décrit dans ce mode d'emploi.
- Tout emploi non conforme annule les droits de garantie.
- La balance est conçue pour un usage domestique. Elle ne convient pas à un usage professionnel en hôpital ou autre institution médicale.
- Tout traitement ou régime en cas de surpoids ou de poids trop bas nécessite le suivi par des personnes qualifiées (médecin, diététicien). Les valeurs déterminées par le pèse-personne peuvent être utiles dans ce cadre.
- Cet appareil ne convient pas aux femmes enceintes !
- Ce pèse-personne ne convient pas aux personnes possédant un stimulateur cardiaque ou d'autres implants médicaux. En cas de diabète ou d'autres restrictions médicales/corporelles, l'indication du taux de graisse peut être inexacte. Il en va de même pour les personnes qui suivent un entraînement sportif poussé.
- Cet appareil n'est pas destiné aux personnes (y compris les enfants) à capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou dépourvues d'expérience et/ou de connaissances, sauf si elles sont surveillées par une personne responsable de leur sécurité ou ont été instruites de l'utilisation de l'appareil.
- Les enfants doivent être surveillés en s'assurant qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- N'utilisez pas l'appareil s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé par terre ou dans l'eau ou bien s'il a été endommagé.
- Placez la balance dans un endroit à l'abri d'une chaleur et d'une humidité de l'air extrêmes.



- Protégez l'appareil contre l'humidité. Tenez la balance à distance de l'eau.
- La surface de la balance devient glissante si elle est mouillée ou humide ; veillez à ce qu'elle reste sèche.



- **Risque de basculement !**
Ne placez jamais la balance sur une surface non plane.
Ne montez jamais sur le coin de la balance.
Lors de la pesée, ne vous mettez pas d'un côté ni au bord de la balance.



- **Risque de glissade !**
Ne montez jamais sur la balance avec les pieds humides.
Ne montez jamais sur la balance avec des chaussettes.
- Placez le pèse-personne sur un sol ferme et plat. Les surfaces non dures et non planes ne conviennent pas pour les mesures et donnent de faux résultats.
- Pesez-vous toujours avec la même balance, au même endroit et sur le même sol.

- Pesez-vous sans porter de vêtements, de chaussettes ou de chaussures, avant les repas et toujours à la même heure.
- La plage de mesure du pèse-personne va jusqu'à 180 kg (396 lb / 28 st 4 lb). Ne surchargez pas la balance car cela pourrait causer des dommages irréparables.



- Manipulez la balance avec précaution. Évitez les coups et les secousses. Veillez à ce qu'aucun objet ne tombe sur la balance et à ne pas la faire tomber.
- N'essayez pas de démonter l'appareil car cela entraînerait l'annulation de la garantie. En dehors des piles, cet appareil ne contient pas de pièces nécessitant un entretien de la part de l'utilisateur.
- En cas de dérangements, ne réparez pas l'appareil vous-même, car cela annulerait tout droit à la garantie. Adressez-vous au service clientèle agréé pour effectuer les réparations.
- Nettoyez la surface de pose et les électrodes après usage avec un chiffon légèrement humide. N'employez pas de produit abrasif et ne trempez pas l'appareil dans l'eau.
- Ne stockez pas la balance à la verticale afin d'éviter que les piles ne fuient.
- Si vous avez l'intention de ne pas utiliser l'appareil pendant une période prolongée, veuillez retirer les piles.

2 Informations utiles

Merci !

Merci de votre confiance et félicitations !

Avec le pèse-personne **PSM** avec fonctions d'analyse corporelles, vous avez fait l'acquisition d'un produit de qualité **MEDISANA**.

Cet appareil est destiné à la pesée et au calcul du taux de masse grasseuse, hydrique et musculaire des personnes.

Afin d'obtenir les résultats escomptés et de profiter longtemps de votre pèse-personne **PSM** avec fonctions d'analyse corporelles **MEDISANA**, nous vous recommandons de lire attentivement les instructions suivantes concernant l'utilisation et l'entretien.

2.1 Éléments fournis et emballage

Veuillez vérifier si l'appareil est au complet et ne présente aucun dommage. En cas de doute, ne faites pas fonctionner l'appareil et adressez-vous à votre revendeur ou à un point de service après-vente.

La fourniture comprend:

- 1 **MEDISANA** Pèse-personne **PSM** avec fonctions d'analyse corporelles
- 3 Piles 1,5 V type AAA, R03P
- 1 mode d'emploi

Les emballages sont réutilisables ou peuvent être recyclés afin de récupérer les matières premières. Respectez les règles de protection de l'environnement lorsque vous jetez les emballages dont vous n'avez plus besoin. Si vous remarquez lors du déballage un dommage survenu durant le transport, contactez immédiatement votre revendeur.



AVERTISSEMENT

Veillez à garder les films d'emballage hors de portée des enfants. Ils risqueraient de s'étouffer!

2.2

Caractéristiques

- Design plat, hauteur de 26 mm
- Verre de sécurité de qualité supérieure
- Technologie de capteurs de haute qualité
- Entrée de l'âge de 6 à 100 ans
- Taille de 80 à 220 cm
- Mode athlète
- Plage de mesure jusqu'à 180 kg, 396 lb ou 28 st 4 lb
- Graduation de 100 g, 0,2 lb ou 1/4 lb
- Commutation KG, LB et ST
- Précision de l'analyse du taux de graisse 3 - 50 % par degrés de 0,1 %
- Précision de l'analyse du taux hydrique 20 - 75 % par degrés de 0,1 %
- Mesure de la proportion de muscles 20 - 75 % par degrés de 0,1 %
- Mesure de la masse osseuse 0,5 - 8 kg par degrés de 0,1 kg
- Affichage dépense calorifique journalière en Kcal
- 10 emplacements de mémorisation des données de 10 personnes
- Mesure directe du poids
- Affichage à cristaux liquides avec éclairage
- Manipulation aisée
- Arrêt automatique
- Affichage de signalement de surcharge
- Affichage de signalement de pile déchargée
- Piles 3 x 1,5 V type AAA, R03P fournies

2.3

Pourquoi est-il important de connaître la proportion de graisse de son corps ?

Le corps humain est composé entre autres d'eau, de graisse et de masse musculaire. Un taux de graisse trop élevé ou trop bas peut entraîner un risque accru pour la santé. Grâce au contrôle du taux de masse grasseuse, ce pèse-personne avec fonctions d'analyse corporelle motive à atteindre et maintenir son poids idéal.

2.4

Comment fonctionne la balance avec fonctions d'analyse corporelles ?

La balance impédancemètre effectue les mesures par le biais de l'analyse de l'impédance bioélectrique (AIB). Lorsque vous êtes debout et pieds nus sur les plaques métalliques, de très faibles courants électriques sont envoyés dans votre corps. La balance mesure les écarts que ses signaux présentent. Les valeurs mesurées sont calculées en pourcentage corporel à partir des données personnelles telles que l'âge, le sexe, la taille et le poids.

**REMARQUES**

Une consommation exagérée de boissons et de nourriture ainsi qu'une pratique du sport excessive tout comme les traitements médicaux ou le cycle menstruel des femmes etc. ont une incidence sur les résultats des mesures.

Les mesures des taux de graisse, d'eau et de muscle ne sont pas correctes pour les femmes enceintes.

2.5

Conditions nécessaires pour des résultats corrects

Des résultats fiables ne peuvent être obtenus qu'à certaines conditions.

- Effectuez les mesures pieds nus uniquement.
- Les pieds doivent bien reposer sur les surfaces de contact au niveau des électrodes.
- Tenez-vous droit.
- Effectuez la mesure environ 15 minutes après le lever ou après la douche ou le bain en vous essuyant légèrement les pieds préalablement avec une serviette.
- Effectuez les mesures si possible toujours au même moment de la journée.
- Ne procédez pas à la mesure après une activité physique intense ; attendez dans ce cas au moins une heure.
- Le dessous des pieds doit être exempt de saleté. Si le dessous des pieds est particulièrement sec ou si l'épaisseur de la corne est importante, les mesures peuvent être erronées.

Les résultats des mesures permettent un contrôle sûr de l'évolution des taux de graisse, d'eau et de muscle lorsque les mesures sont effectuées de manière conséquente. Lorsque les mesures sont effectuées dans d'autres conditions, les résultats obtenus peuvent différer.

**REMARQUES**

Les données des tableaux suivants n'ont qu'une valeur indicative. Si vous avez des questions concernant votre taux de graisse et votre état de santé, adressez-vous à votre médecin.

2.6

Répartition du taux de graisse en %

Femmes (même valeurs pour les athlètes)	Âge	faible	normal	élevé	très élevé
	6-15	3.0-16.0	16.1-21.0	21.1-29.6	29.7-50.0
	16-30	3.0-16.4	16.5-22.0	22.1-30.4	30.5-50.0
	31-60	3.0-17.0	17.1-22.4	22.5-31.4	31.5-50.0
	≥60	3.0-17.6	17.7-23.0	23.1-32.0	32.1-50.0

Hommes (même valeurs pour les athlètes)	Âge	faible	normal	élevé	très élevé
	6-15	3.0-13.0	13.1-17.4	17.5-25.6	25.7-50.0
	16-30	3.0-13.6	13.7-18.0	18.1-26.4	26.5-50.0
	31-60	3.0-14.0	14.1-18.6	18.7-27.0	27.1-50.0
	≥60	3.0-14.4	14.5-19.0	19.1-28.0	28.1-50.0

Analyse des valeurs :

Pour analyser votre taux de graisse, veuillez comparer la valeur obtenue avec les valeurs du tableau correspondant.

2.7
Répartition du taux hydrique en %

Femmes (même valeurs pour les athlètes)	Âge	faible	normal	élevé
	10-15	< 57	57-67	> 67
	16-30	< 47	47-57	> 57
	31-60	< 42	42-52	> 52
	61-80	< 37	37-47	> 47

Hommes (même valeurs pour les athlètes)	Âge	faible	normal	élevé
	10-15	< 58	58-72	> 72
	16-30	< 53	53-67	> 67
	31-60	< 47	47-61	> 61
	61-80	< 42	42-56	> 56

Analyse des valeurs :

Pour analyser votre taux hydrique, veuillez comparer la valeur obtenue avec les valeurs du tableau correspondant.

2.8
Taux de masse musculaire moyenne

Le taux moyen de masse musculaire est de 44 % au plus chez les femmes (le taux maximal est de 46 % chez les sportives/athlètes) de 15 à 100 ans et de 46 % au plus chez les hommes (le taux maximal est de 48 % chez les sportifs/athlètes). Pour analyser votre taux de masse musculaire, comparez-le avec cette valeur de référence.

2.9
Proportion de masse osseuse en kg

Femmes (même valeurs pour les athlètes)	Poids du corps	<45	45-60	>60
	Proportion moyenne de masse osseuse	max 3.0	4.2	max 6.5

Hommes (même valeurs pour les athlètes)	Poids du corps	<60	60-75	>75
	Proportion moyenne de masse osseuse	max 4.5	6.0	max 7.5

2.10 Besoin calorique journalier mesuré avec le poids du corps

<i>Femmes</i>	Âge	Poids du corps (kg)	Besoin calorique (Kcal)
	6-17	50	1265
	18-29	55	1298
	30-49	60	1302
	50-69	60	1242

<i>Hommes</i>	Âge	Poids du corps (kg)	Besoin calorique (Kcal)
	6-17	60	1620
	18-29	65	1560
	30-49	70	1561
	50-69	70	1505

<i>Sportives Athlètes féminines</i>	Âge	Poids du corps (kg)	Besoin calorique (Kcal)
	6-17	50	1445
	18-29	55	1498
	30-49	60	1490
	50-69	60	1332

<i>Sportifs Athlètes masculins</i>	Âge	Poids du corps (kg)	Besoin calorique (Kcal)
	6-17	60	2030
	18-29	65	1810
	30-49	70	1761
	50-69	70	1605

3 Application

3.1 Insérer/changer les piles

Avant d'utiliser la balance numérique, veuillez installer les trois piles 1,5 V fournies (type AAA, R03P) dans l'appareil. Ouvrez le compartiment à piles ❶ situé sur le dessous de l'appareil et insérez les piles. Respectez la polarité (cf. illustration dans le compartiment des piles). Remettez le couvercle du compartiment en place et veillez à ce que l'emboîtement soit audible.

Remplacez les piles lorsque le symbole « **Lo** » apparaît à l'écran ❸ ou bien si celui-ci n'affiche plus rien après actionnement de l'appareil.



AVERTISSEMENT INSTRUCTIONS DE SECURITE RELATIVES AUX PILES

- Ne désassemblez pas les piles !
- Nettoyez le cas échéant les contacts de l'appareil et des piles avant de placer celles-ci !
- Retirez immédiatement les piles usagées de l'appareil !
- Danger accru de fuite ! Evitez tout contact avec la peau, les yeux et les muqueuses ! En cas de contact avec l'électrolyte, rincez tout de suite les endroits concernés à l'eau claire en abondance et consultez immédiatement un médecin !
- En cas d'ingestion d'une pile, consultez immédiatement un médecin !
- Remplacez toujours toutes les piles à la fois !
- N'utilisez que des piles de type identique! N'utilisez pas simultanément des piles différentes ou des piles ayant déjà été utilisées et des piles neuves !
- Introduisez correctement les piles en faisant attention à la polarité !
- Veillez à ce que le compartiment des piles soit parfaitement fermé !
- Retirez-les de l'appareil lors d'une non-utilisation prolongée !
- Conservez les piles hors de portée des enfants !
- Ne rechargez pas les piles ! Risque d'explosion !
- Ne pas les court-circuiter ! Risque d'explosion !
- Ne pas les jeter au feu ! Risque d'explosion !
- Stockez les piles que vous n'utilisez pas dans leur emballage et veillez à ce qu'elles restent éloignées d'objets métalliques afin d'éviter des courts-circuits !
- Ne jetez pas les piles et batteries usées dans les ordures ménagères ! Jetez-les dans un conteneur prévu à cet effet ou dans un point de collecte des batteries, dans un commerce spécialisé !

3.2 Pesée seule / Fonction "Step-on"

1. Veillez à ce que la balance repose sur un sol ferme et plat. Si vous ne souhaitez que vous peser mais avez auparavant déplacé la balance, vous devrez d'abord l'initialiser. Appuyez pour cela brièvement avec le pied au centre de la surface de la balance. L'écran affiche « **0,0 kg** ». Si la balance s'arrête, la fonction « Step-on » est prête pour vous. Cette procédure est inutile si la balance n'a pas été déplacée.
2. Montez sur la balance et ne bougez plus. L'appareil se met automatiquement en marche et l'écran ❸ affiche brièvement « **0,0 kg** ».
3. Votre poids apparaît à l'écran après avoir clignoté deux fois.
4. Descendez du pèse-personne. « **0,0 kg** » réapparaît à l'écran. Le pèse-personne s'éteint automatiquement au bout de 8 sec. si aucun autre actionnement n'a lieu.

3.3 Modification de l'unité de poids

1. Appuyez sur la touche ON/OFF **7** pour mettre la balance en marche. L'écran affiche « **0,0 kg** ».
2. Tournez la balance et appuyez sur la touche rouge **2** pour sélectionner une unité de poids (**kg - st - lb**).

3.4 Programmer les données personnelles

La balance peut mémoriser les données (sexe, âge, taille) de 10 personnes. Valeurs par défaut de la balance : **kg, femme, 25 ans, 165 cm**.

1. Appuyez sur la touche ON/OFF **7** pour mettre la balance en marche. L'emplacement de mémoire clignote à l'écran avec l'affichage du sexe.
2. Ensuite apparaissent les emplacements de réglage de taille et d'âge, « - - - - » et « **0,0 kg** ».
3. Sélectionnez l'emplacement de mémoire de votre profil d'utilisateur (de 0 à 9) en appuyant sur la (les) touche(s) **▲ 5** et/ou **▼ 4**.
4. Sauvegardez le réglage en appuyant sur la touche SET **6**. Le symbole du sexe clignote.

 = homme  = femme  = homme/athlète  = femme/athlète

5. Sélectionnez le symbole du sexe avec la (les) touche(s) **▲ 5** et/ou **▼ 4**. Les sportifs entre 15 et 50 ans peuvent sélectionner à cette occasion le mode athlète.

 = athlète masculin  = athlète féminine



REMARQUE

Nous recommandons aux athlètes de passer en mode athlète car leur corps a en règle générale une taux minime de masse grasseuse. Cela permet d'éviter que le poids de leur corps athlétique ne soit évalué comme insuffisant.

6. Sauvegardez le réglage en appuyant sur la touche SET **6**. La taille du préréglage clignote.
7. Réglez votre taille avec la (les) touche(s) **▲ 5** et/ou **▼ 4**.
8. Sauvegardez le réglage en appuyant sur la touche SET **6**. L'âge du préréglage clignote.
9. Réglez votre âge avec la (les) touche(s) **▲ 5** et/ou **▼ 4**.
10. Sauvegardez le réglage en appuyant sur la touche SET **6**.
11. La procédure de réglage est terminée. L'écran affiche « **0,0 kg** ».

Vous pouvez encore programmer d'autres emplacements de mémoire avec la (les) touche(s) **▲ 5** et/ou **▼ 4** avant que l'appareil ne s'éteigne. La procédure est la même que celle précédemment exposée ; reprenez les étapes **4 à 10**. La balance s'éteint automatiquement si vous n'appuyez sur aucune touche pendant environ 10 secondes durant la procédure de programmation.

3.5

**Pesée et mesure
des taux de graisse,
d'eau et de muscle**

1. Appuyez sur la touche ON/OFF ⑦ pour mettre la balance en marche. L'emplacement de mémoire clignote.
2. Sélectionnez votre emplacement de mémoire personnel (de 0 à 9) en appuyant sur la (les) touche(s) ▲ ⑤ et/ou ▼ ④.
3. Vos données personnelles sauvegardées s'affichent.
4. Si l'écran affiche « **0,0 kg** », montez pieds nus sur la balance et ne bougez plus. Placez vos pieds sur les électrodes ⑧. Le poids et le symbole mobile « ■■■■ » apparaissent, ce qui signifie que les taux de masse grasseuse et hydrique, ainsi que la masse musculaire sont en cours de mesure.
5. La mesure des valeurs est effective lorsque le symbole « ■■■■ » s'immobilise sur l'écran ⑨. L'écran affiche : taux de masse grasseuse et hydrique ; poids du corps ; masses musculaire et osseuse ; besoin calorique en kcal. L'affichage successif des valeurs se reproduit deux fois avant que la balance ne s'éteigne. Descendez de la balance.

**REMARQUES**

- **Des mesures fiables ne peuvent être obtenues qu'à certaines conditions, comme cela est décrit au point « 2.5 Conditions nécessaires pour des résultats corrects », p. 29 .**
- **Notez que la masse musculaire comprend une certaine proportion en eau, comprise dans le résultat de la mesure. Les taux de masse hydrique et musculaire ne peuvent par conséquent pas s'additionner.**

3.6

Messages d'erreur**OL**

La balance est surchargée.

LO

Les piles sont faibles et doivent être remplacées.

ERR

Erreur lors de la mesure / Valeur située en dehors de la plage analysée.

Les données n'ont pas été mises en mémoire.

4 Divers

4.1

**Nettoyage
et entretien**

- Retirez les piles avant de nettoyer l'appareil.
- N'utilisez jamais de produits de nettoyage agressifs ou de brosses dures.
- Nettoyez la surface de pose et les électrodes après usage avec un chiffon doux et légèrement humide. N'utilisez en aucun cas de produits de nettoyage détergents ou d'alcool.
- L'eau ne doit pas pénétrer dans l'appareil. N'immergez pas l'appareil dans l'eau. Attendez que l'appareil soit complètement sec pour le réutiliser.

- N'exposez pas l'appareil aux rayons directs du soleil, protégez-le des saletés et de l'humidité.
- Ne stockez pas la balance à la verticale afin d'éviter que les piles ne fuient.
- Retirez les piles de l'appareil lorsque vous ne vous en servez pas durant une période prolongée. Les piles risqueraient de couler.

4.2 Élimination de l'appareil



Cet appareil ne doit pas être placé avec les ordures ménagères.

Chaque consommateur doit ramener les appareils électriques ou électroniques, qu'ils contiennent des substances nocives ou non, à un point de collecte de sa commune ou dans le commerce afin de permettre leur élimination écologique.

Retirez les piles avant de jeter l'appareil. Ne mettez pas les piles usagées à la poubelle, placez-les avec les déchets spéciaux ou déposez-les dans un point de collecte des piles usagées dans les commerces spécialisés.

Pour plus de renseignements sur l'élimination des déchets, veuillez vous adresser aux services de votre commune ou bien à votre revendeur.

4.3 Caractéristiques techniques

Nom et modèle	: MEDISANA Pèse-personne PSM avec fonctions d'analyse corporelles
Alimentation électrique	: 4,5 V = , 3 x 1,5 V piles (type AAA, R03P)
Système d'affichage	: Affichage numérique
Mémoire	: pour 10 personnes
Plage de mesure	: jusqu'à 180 kg, 396 lb ou 28 st 4 lb
Ecart de mesure maximum	: ± 1 %
Taux de masse graisseuse	: de 3 à 50 %, en incréments de 0,1 %
Taux de masse hydrique	: de 20 à 75 %, en incréments de 0,1 %
Taux de masse musculaire	: de 20 à 75 %, en incréments de 0,1 %
Taux de masse osseuse	: de 0,5 à 8 kg, en incréments de 0,1 kg
Graduation	: 100 g, 0,2 lb ou 1/4 lb
Arrêt automatique	: au bout de 8 sec. environ
Dimensions (L x l x h)	: environ 32 cm x 32 cm x 2,6 cm
Poids	: environ 2,45 kg
Conditions d'utilisation	: Température 0 - 40 °C / 32 - 104 °F Humidité de l'air relative 85 %
Numéro d'article	: 99398
Numéro EAN	: 40 15588 99398 5



Dans le cadre du travail continu d'amélioration des produits, nous nous réservons le droit de procéder à des modifications techniques et de design.

Conditions de garantie et de réparation

En cas de recours à la garantie, veuillez vous adresser à votre revendeur spécialisé ou contactez directement le service clientèle. S'il est nécessaire d'expédier l'appareil, veuillez indiquer le défaut constaté et joindre une copie du justificatif d'achat.

Les conditions de garantie sont les suivantes:

1. Une garantie de trois ans à compter de la date d'achat est accordée sur les produits **MEDISANA**. En cas d'intervention de la garantie, la date d'achat doit être prouvée en présentant le justificatif d'achat ou la facture.
2. Durant la période de garantie, les défauts liés à des erreurs de matériel ou de fabrication sont éliminés gratuitement.
3. Les services effectués sous garantie n'entraînent pas de prolongation de la période de garantie, ni pour l'appareil, ni pour les composants remplacés.
4. Sont exclus de la garantie:
 - a. tous les dommages dus à un usage incorrect, par exemple au non-respect de la notice d'utilisation.
 - b. les dommages dus à une remise en état ou des interventions effectuées par l'acheteur ou par de tierces personnes non autorisées.
 - c. les dommages survenus durant le transport de l'appareil depuis le site du fabricant jusque chez l'utilisateur ou lors de l'expédition de l'appareil au service clientèle.
 - d. les accessoires soumis à une usure normale (batteries, piles, etc.).
5. Nous déclinons toute responsabilité pour les dommages consécutifs causés directement ou indirectement par l'appareil, y compris lorsque le dommage survenu sur l'appareil est couvert par la garantie.



MEDISANA GmbH

Jagenbergstraße 19

41468 NEUSS

ALLEMAGNE

eMail: info@medisana.de

Internet: www.medisana.de

Vous trouverez l'adresse du SAV sur la fiche jointe séparément.



إرشادات مهمة! إحفظها للضرورة!

اقرأ دليل الاستخدام الإرشادي وخصوصاً إرشادات السلامة بعناية قبل استخدام الجهاز واحفظ دليل الاستخدام الإرشادي للاستخدام اللاحق في المستقبل. إذا أعطيت الجهاز لشخص آخر، فمن الضروري عليك أن تعطيه دليل الاستخدام الإرشادي.

توضيح الصور

دليل الاستخدام هذا ينتهي إلى هذا الجهاز. هو يحتوي على معلومات هامة لبدء تشغيل الجهاز للمرة الأولى والتعامل معه. اقرأ دليل الاستخدام بشكل كامل. عدم مراعاة هذه الإرشادات قد يؤدي إلى حدوث إصابات خطيرة أو أضرار على الجهاز.



تحذير

يجب مراعاة إرشادات التحذير هذه، لتجنب حدوث إصابات ممكنة للمستخدم.



إنتباه

يجب مراعاة الإرشادات هذه، لتجنب حدوث أضرار ممكنة للجهاز.



إرشاد

هذه الإرشادات تعطيك معلومات مفيدة إضافية للتركيب والتشغيل.



رقم الشحنة

الشركة الصانعة





إرشادات السلامة

- استخدم الجهاز فقط للغرض المخصص له وفقاً لدليل الاستخدام الإرشادي.
- عند استخدام الجهاز لأغراض أخرى فإن حق الضمان يُلغى.
- تم تصميم وتصنيع الميزان لأغراض الاستخدام المنزلي. وهو ليس مُخصصاً للاستخدام التجاري في المستشفيات أو في المراكز الطبية الأخرى.
- أي معالجة أو حماية غذائية في حالة زيادة الوزن أو نقص الوزن تحتاج إلى مشورة متخصصة من شخص مؤهل ومتخصص (مثل طبيب، أو أخصائي حماية غذائية). القيم التي يقيسها الميزان تفيد أثناء تلك الاستشارة.
- لا يجوز للنساء الحوامل أن يستخدموا الجهاز!
- هذا الميزان ليس مناسب للإنسان الذي لديه منظم ضربات القلب أو قطعة طبية أخرى مزروعة في الجسم. في حالة وجود مرض السكري أو وجود معيقات طبية أو جسدية فإن قياس الدهون في الجسم قد يكون غير دقيقاً. نفس الشيء ينطبق على الأشخاص الرياضيين المدربين بشكل جيد.
- هذا المنتج ليس مُخصصاً لاستخدامه من قِبَل أشخاص (بما في ذلك الأطفال) ممن يعانون من إعاقات جسدية أو حسية أو إختلالات عقلية أو نقص في الخبرة والمعرفة، إلا إذا كان استخدام هؤلاء تحت إشراف شخص يُعنى بسلامتهم أو عندما يتلقوا الإرشادات اللازمة الكافية لاستخدام الجهاز.
- يجب الإشراف على الأطفال، للتأكد من عدم عيئهم بالجهاز.
- لا تستخدم الجهاز إذا لاحظت أنه لا يشتغل كما يجب أو إذا سقط على الأرض أو سقط في الماء أو تضرر.
- ضع الميزان في مكان لا تحصل فيه درجات حرارة عالية جداً ولا تكون فيه رطوبة عالية جداً.



- إحتفظ الجهاز من أن تصيبه الرطوبة. إحتفظ الميزان بعيداً عن الماء.

- سطح الميزان يصير زلقاً عند الرطوبة والبلل. حافظ على أن يبقى سطح الميزان جافاً.



- خطر الانقلاب
- لا تضع الميزان أبداً على أرضية أو سطح غير مستوي.
- لا تقف أبداً على حافة واحدة فقط للميزان.
- لا تقف على جهة دون الأخرى من الميزان عند التوزين ولا تقف على حافة الميزان.
- خطر الإنزلاق!



- لا تصعد على الميزان أبداً إذا كان هناك بلل في قدميك. لا تصعد بقدميك بالجوارب على الميزان أبداً.
- ضع الجهاز على أرضية صلبة ومستوية. الأرضيات الطرية وغير المستوية لا تكون مناسبة للقياس وتؤدي إلى نتائج قياس خاطئة.



- قم بتوزين نفسك دائماً على نفس الميزان وفي نفس المكان وضع الميزان على نفس الأرضية.
- قم بتوزين نفسك بدون ملابس زائدة وبدون جوارب وحذاء قبل وجبة الطعام ودائماً في نفس الوقت من اليوم.
- الميزان يستطيع القياس إلى حد 180 كيلوغرام (396 رطل أو 28 حجر 4 رطل). لا تزد من حمل الميزان لأن ذلك قد يؤدي إلى أضرار دائمة.
- تعامل بحذر وعناية مع الميزان. تجنب حدوث صدمات أو ضربات للميزان. لا تدع الميزان يسقط ولا تدع شيئاً يسقط عليه.
- لا تحاول تفكيك الجهاز، وإلا فإن الضمانة سيتم إلغاؤها. الجهاز لا يحتوي على قطع تحتاج إلى صيانة أو تبديل من قبل المستخدم باستثناء البطارية.
- في حالة حدوث أعطال، لا تقم بإصلاح الجهاز بنفسك، وإلا فإنه سيتم لغى جميع حقوق الضمانة. دع الإصلاحات لتقوم بها مراكز الخدمة المعتمدة لذلك.
- قم بتنظيف سطح الوقوف على الميزان وكذلك الأقطاب بعد كل استخدام بواسطة قطعة قماش رطبة قليلاً. لا تستخدم المواد الكاشطة ولا تدع الجهاز يغطس في الماء.
- لا تضع الميزان في وضعية قائمة، كي لا يتسرب سائل البطاريات إلى الخارج.
- إذا كنت لا تريد استخدام الجهاز لفترة زمنية طويلة، فقم بتزج البطاريات منه.



2 معلومات مفيدة

شكراً جزيلاً

الشكر الجزيل لثقتكم وتمنياتنا القلبية لكم بالتوفيق!

لقد حصلت بشرائك ميزان الأشخاص PSM بوظائفه التحليلية للجسم على مُنتج عالي الجودة من ميديساننا.

هذا الجهاز مُخصّص للتوزين ولحساب نسب الدهون في الجسم ونسبة الماء ونسبة العضلات في الجسم للأشخاص.

من أجل تحقيق النجاح والاستخدام الطويل الممتع مع ميزان الأشخاص PSM من ميديساننا بوظائفه التحليلية للجسم، فإننا نوصي بأن تقرأ إرشادات الاستخدام التالية باهتمام من أجل العناية به.

2.1 محتوى

العلبة والتغليف

الرجاء التأكد من الجهاز بشكل كامل إن كان به أي أضرار ولو كانت صغيرة. في حالة الشك، لا تشغل الجهاز وتوجه إلى الوكيل الخاص بك أو أحد مراكز الخدمة لديك.

يُسلم في العلبة ما يلي:

- ميزان الأشخاص PSM بوظائف تحليل الإجمام من ميديساننا (عدد 1)
- بطاريات (نوع 1.5 AAA، R03P) فولت (عدد 3)
- دليل إرشادي (عدد 1)

مواد التغليف تكون قابلة للإستخدام المتكرر أو يمكن إرجاعها إلى حلقة تدوير المواد الخام. الرجاء التخلص بطريقة سليمة من مواد التغليف التي لم تعد تحتاج إليها. إذا لاحظت أثناء فك التغليف أي أضرار بسبب النقل، فقم بالإتصال بوكيلك مباشرة وإبلاغه بذلك.

تحذير



الرجاء الإنتباه بأن لا تقع مواد التغليف في متناول أيدي الأطفال. هناك خطر الإختناق!

2.2

مميزات القدرة

- تصميم منبسط، إرتفاع 26 ملم
- زجاج حماية عالي الجودة
- تقنية المجسات عالية الجودة
- إدخال العمر من 6 إلى 100 سنة
- إدخال الطول من 80 إلى 220 سم
- طور الرياضيين
- مجال القياس: حتى 180 كيلوغرام، 396 رطل أو 28 حجر 4 رطل
- أجزاء قيم القياس: 100 غرام، 0.2 رطل أو ¼ رطل
- تبديل الوحدات بين كيلوغرام ورطل وحجر
- تحليل دهن الجسم 3 - 50 % في 0.1 % من الأجزاء
- قياس نسبة الماء 20 - 75 % في 0.1 % من الأجزاء
- قياس نسبة العضلات 20 - 75 % في 0.1 % من الأجزاء
- قياس نسبة العظم 0.5 - 8 كيلوغرام في 0.1 من أجزاء الكيلوغرام
- حاجة السعرات الحرارية / اليوم - تظهر على الشاشة بوحدة كيلو كالوري
- 10 مساحات تخزين لحفظ بيانات 10 أشخاص
- القياس المباشر لوزن الجسم
- شاشة إلكترونية LCD واضحة ومضاءة
- سهلة الإستخدام
- توقف أوتوماتيكي عن التشغيل
- يظهر مؤشر على الشاشة في حالة الوزن الزائد عن قدرة الميزان
- يظهر مؤشر في حالة ضعف البطاريات
- البطاريات المرفقة (نوع 1.5 AAA, R03P فولت (عدد 3)

2.3

لماذا من المهم معرفة

نسبة الدهن في

الجسم؟

يتكون جسم الإنسان من ماء ودهون وكتلة عضلات وغيرها. النسبة العالية جداً أو القليلة جداً من الدهن تؤدي إلى خطر كبير على الصحة. من خلال مراقبة نسبة الدهن في الجسم بواسطة ميزان الأشخاص بوظائفه التحليلية للجسم يمكن الوصول إلى الهدف في الحفاظ على وزن الجسم أو تحسينه.

2.4

كيف يعمل ميزان
الأشخاص بوظائفه
التحليلية للجسم؟

ميزان الأشخاص يعتمد في القياس على مبدأ BIA (التحليل بالمقاومة البيولوجية الكهربائية). عندما تقف بقدمين حافيتين على اللوح المعدني، فإن تيارات كهربائية ضعيفة جداً تسري في جسم. يقيس الميزان الانحرافات أو الاختلافات في القيم التي تشير إليها هذه المؤشرات. القيم التي يتم قياسها يتم حسابها بناءً على البيانات الشخصية مثل العمر والجنس والطول والوزن لحساب نسبة الدهون في الجسم.

إرشادات



الشرب والأكل والتدريب الزائد وكذلك المعالجة الطبية والدورة عند المرأة كل هذه لها تأثير على نتائج القياس.
قياس نسبة الدهون في الجسم ونسبة الماء والعضلات تكون أثناء فترة الحمل عند المرأة غير صحيحة

2.5

شروط تحقيق نتائج
قياس صحيحة

لتكون نتائج القياس موثوق منها، يجب بالضرورة تحقيق شروط محددة وهي:

- قم بإجراء القياس دائماً بقدمين حافيتين.
 - يجب أن تكون القدمان ثابتتين على سطح الميزان على الأقطاب.
 - قف بشكل منتصب قائم.
 - قم بإجراء القياس في غضون حوالي 15 دقيقة بعد الإستيقاظ من النوم وبعد أخذ الحمام أو الإستحمام بعد أن تجفف قدميك بالفوطة.
 - قم بعملية التوزين في نفس الوقت من اليوم.
 - لا تقم بالقياس بعد أداء جهد بدني كبير، وإنما عليك بعد ذلك الجهد الراحة لمدة ساعة على الأقل.
 - يجب أن يكون كعبا القدمين نظيفين بدون أوساخ. في حالة القدمين المقشبتين والمتضررتين بشدة قد تكون نتائج القياس خاطئة.
- من خلال نتائج القياس يمكن عمل مراقبة فعالة لتطور نسبة الدهون في الجسم وكذلك نسبة الماء ونسبة العضلات في الجسم، وذلك إذا تم إجراء القياسات بشكل منتظم حسب الأصول. عند تغير ظروف القياس فإن قيم القياس قد تختلف تبعاً لذلك.

إرشادات



البيانات في الجداول التالية هي فقط. كمرجعية تقريبية. إذا كان لديك أسئلة تتعلق بنسبة الدهون في الجسم أو بصحتك، تكلم مع طبيبك بهذا الخصوص.

2.6

مجال نسبة
دهون الجسم
مثنوياً (%)

للنساء

(نفس القيم للنساء الرياضيات)

العمر	قليل	طبيعي	عالي	عالي جداً
15-6	16.0-3.0	21.0-16.1	29.6-21.1	50.0-29.7
30-16	16.4-3.0	22.0-16.5	30.4-22.1	50.0-30.5
60-31	17.0-3.0	22.4-17.1	31.4-22.5	50.0-31.5
60=<	17.6-3.0	23.0-17.7	32.0-23.1	50.0-32.1

(نفس القيم للرياضيين)

العمر	قليل	طبيعي	عالي	عالي جداً
15-6	13.0-3.0	17.4-13.1	25.6-17.5	50.0-25.7
30-16	13.6-3.0	18.0-13.7	26.4-18.1	50.0-26.5
60-31	14.0-3.0	18.6-14.1	27.0-18.7	50.0-27.1
60=<	14.4-3.0	19.0-14.5	28.0-19.1	50.0-28.1

تحليل قيمة الدهون في الجسم:

لتحليل قيمة الدهون في الجسم يجب مقارنة قيمتك مع القيم الموجودة في جدول الدهون في الجسم.

للنساء

(نفس القيم للنساء الرياضيات)

العمر	قليل	طبيعي	عالي
15-10	57 >	67-57	67 <
30-16	47 >	57-47	57 <
60-31	42 >	52-42	52 <
80-61	37 >	47-37	47 <

2.7

مجال نسبة
الماء في الجسم
مثنوياً (%)

للرجال (نفس القيم للرياضيين)

العمر	قليل	طبيعي	عالي
15-10	58 >	72-58	72 <
30-16	53 >	67-53	67 <
60-31	47 >	61-47	61 <
80-61	42 >	56-42	56 <

تحليل قيمة الماء في الجسم:

لتحليل قيمة الماء في الجسم يجب مقارنة قيمتك مع القيم الموجودة في جدول نسب الماء في الجسم.

2.8

المتوسط الحسابي
لنسبة العضلات في
الجسم

المتوسط الحسابي لنسبة العضلات في الجسم للعمر بين 15 إلى 100 سنة هي 44% للنساء (للساء الرياضيات تكون في أقصى حد 46%) وتكون 46% للرجال (للرجال الرياضيين في أقصى حد 48%). لتحليل نسبة العضلات في الجسم يجب مقارنة قيمتك مع هذه القيمة المعيارية المذكورة.

2.9

نسبة العظم
بالكيلوغرام
حسب وزن
الجسم

للنساء (نفس القيم للنساء الرياضيات)

وزن الجسم	45 >	60-45	60 <
المتوسط الحسابي لنسبة العظم	في أقصى حد 3.0	4.2	في أقصى حد 6.5

للرجال (نفس القيم للرياضيين)

وزن الجسم	60 >	75-60	75 <
المتوسط الحسابي لنسبة العظم	في أقصى حد 4.5	6.0	في أقصى حد 7.5

2.10

للنساء

الحاجة اليومية

للسعرات الحرارية

تقاس حسب وزن

الجسم

العمر	وزن الجسم (بالكيلوغرام)	حاجة الجسم للسعرات الحرارية (كيلو كالوري)
17-6	50	1265
29-18	55	1298
49-30	60	1302
69-50	60	1242

للنساء الرياضيات

العمر	وزن الجسم (بالكيلوغرام)	حاجة الجسم للسعرات الحرارية (كيلو كالوري)
17-6	60	1620
29-18	65	1560
49-30	70	1561
69-50	70	1505

للرجال

العمر	وزن الجسم (بالكيلوغرام)	حاجة الجسم للسعرات الحرارية (كيلو كالوري)
17-6	50	1445
29-18	55	1498
49-30	60	1490
69-50	60	1332

للرجال الرياضيين

العمر	وزن الجسم (بالكيلوغرام)	حاجة الجسم للسعرات الحرارية (كيلو كالوري)
17-6	60	2030
29-18	65	1810
49-30	70	1761
69-50	70	1605

3 التشغيل

3.1

وضع وتبديل
البطاريات

قبل تشغيل ميزانك الرقمي لأول مرة، ضع البطاريات الثلاثة المرفقة مع الجهاز (كل بطارية 1.5 فولت من نوع AAA R03P) في داخل الجهاز. افتح حجرة البطاريات **1** على الجهة السفلية من الجهاز وضع البطاريات فيها. انتبه إلى اتجاه القطبية (حسب الصورة في حجرة البطاريات). أعد غطاء حجرة البطاريات واضغطه حتى تسمع صوت طقة الإغلاق.

قم بتبديل البطاريات إذا ظهر رمز تبديل البطاريات "Lo" على الشاشة **3** أو إذا لم يعد يظهر أي شيء على الشاشة رغم الضغط على أزرار الجهاز.

تحذير

إرشادات السلامة المتعلقة بالبطاريات

- لا تفكك البطاريات!
- قم بتنظيف نقاط الإتصال على البطاريات وعلى الجهاز عند الحاجة!
- إنزع البطاريات المستهلكة فوراً من الجهاز!
- هناك خطر كبير من تسرب سائل البطاريات إلى خارج البطارية، فتجنب ملامسته للجلد أو العينين أو البطانة داخل الأنف! عند ملامسة حمض البطاريات لأي منطقة في الجسم، قم بشطف تلك المنطقة من الجسم بماء نقي بكمية كافية وتوجه إلى طبيب فوراً!
- إذا حصل إبتلاع لبطارية، قم بالتوجه فوراً إلى الطبيب!
- قم بتبديل البطاريات دائماً في نفس الوقت!
- إستخدم نفس النوع من البطاريات، ولا تستخدم أنواعاً مختلفة ولا تجمع بين بطاريات جديدة وأخرى مستعملة مع بعضهما البعض!
- ضع البطاريات بشكل صحيح وانتبه إلى اتجاه القطبية!
- حافظ على بقاء حجرة البطاريات مغلقة جيداً!
- إذا تركت الجهاز فترة طويلة دون تشغيل، فعليك نزع البطاريات منه!
- أبعد البطاريات عن متناول أيدي الأطفال!
- لا تعد شحن البطاريات! هناك خطر الانفجار!
- تجنب حدوث ماس كهربائي! هناك خطر الانفجار!
- لا تلقها في النار! هناك خطر الانفجار!
- ضع البطاريات المستهلكة في التغليف مرة أخرى ولا تتركها بالقرب من أشياء معدنية، وذلك كي لا يحدث ماس كهربائي!
- لا ترمي البطاريات المستهلكة في سلة النفايات المنزلية، وإنما ضعها في نقاط الجمع العامة المخصصة للبطاريات أو عند محطة جمع البطاريات لدى المحل التجاري المتخصص!

- 3.2 فقط التوزين / وظيفة الصعود "step-on"
1. تأكد من أن الميزان موضوع على أرضية صلبة ومستوية. إذا كنت تريد فقط التوزين ولكن حدث قبل ذلك مباشرة تحريك للميزان، فعليك تصفير الميزان. ولعمل ذلك إضغط بقدمك بشكل قصير على منتصف سطح الميزان. فيظهر على الشاشة "kg 0.0". إذا توقف تشغيل الميزان، يكون الميزان في وضع جاهز للتشغيل من خلال وظيفة الصعود "step-on". وإذا لم يتم تحريك الميزان قبلها، فإن هذه العملية تنتهي.
 2. إصعد على الميزان وإبقى واقفاً بدون تحرك. سيشتغل الجهاز بشكل أوتوماتيكي وسيظهر على الشاشة 3 بشكل قصير "kg 0.0".
 3. الوزن يتم قياسه وسيظهر بشكل متقطع مرتين ثم بعدها يثبت ظهوره على الشاشة.
 4. إنزل عن الميزان. سيظهر على الشاشة بعد ذلك "kg 0.0". سيتوقف تشغيل الميزان بعد حوالي 8 ثواني بشكل أوتوماتيكي، إذا لم يتم أي تعامل مع الجهاز.

1. إضغط على زر ON/OFF 7 لكي تعيد تشغيل الميزان. فيظهر على الشاشة "kg 0.0".
2. إقلب الميزان وإختر وحدة الوزن المطلوبة من خلال الضغط على الزر الأحمر 2 (kg - st - lb).

3.4 برمجة البيانات الشخصية

يستطيع الميزان أن يحفظ بيانات 10 أشخاص: الجنس، العمر، الطول. يكون في الميزان قيم معينة مبرمجة مسبقاً. وهذه القيم هي: كيلوغرام، امرأة، 25 سنة، 165 سم.

1. إضغط على زر ON/OFF 7 لكي تعيد تشغيل الميزان. سيظهر مكان التخزين على الشاشة بشكل متقطع ليشير إلى الجنس.
2. وبعد ذلك تظهر أماكن التخزين الأخرى الواحدة تلو الأخرى: الطول والعمر "----" و "kg 0.0" على الشاشة.
3. من خلال الضغط على زر 5 ▲ مع / أو زر 4 ▼
4. إنضغط على زر "التحديد" SET 6 لكي تحفظ المحددات. على الشاشة يظهر رمز الجنس بشكل متقطع.
 رجل =  = امرأة
 رجل رياضي =  = رجل رياضي
 امرأة رياضية =  = امرأة رياضية
5. حدد الجنس من خلال الضغط على زر 5 ▲ أو زر 4 ▼ لإختيار الرمز الصحيح على الشاشة. إذا كنت رياضياً بين عمر 15 إلى 50 سنة، فإنك تستطيع هنا إختيار طور الرياضي.

♂ = رجل رياضي ♀ = امرأة رياضية

إرشاد



بما أن الرياضيين في الغالب ليس لديهم نسبة عالية من الدهون في الجسم، فإننا ننصح الرياضيين باختيار طور الرياضي (ممارسي ألعاب القوى). هذا الطور يضمن أن جسم الرياضي لا يظهر بأنه قليل الوزن بسبب تدني نسبة الدهون.

6. اضغط على زر "التحديد" SET 6 لكي تحفظ المحددات. طول الجسم المبرمج مسبقاً يبدأ بالظهور المتقطع على الشاشة.
 7. حدد طول الجسم من خلال الضغط على الزر ▲ 5 أو الزر ▼ 4 .
 8. اضغط على زر "التحديد" SET 6 لكي تحفظ المحددات. العمر المبرمج مسبقاً يبدأ بالظهور المتقطع على الشاشة.
 9. حدد العمر من خلال الضغط على الزر ▲ 5 أو الزر ▼ 4 .
 10. اضغط على زر "التحديد" SET 6 لكي تحفظ المحددات.
 11. عملية تحديد المحددات تمت الآن. سيظهر على الشاشة "kg 0.0".
- قبل أن يقف الجهاز عن العمل، يمكن أن تضغط على ▲ 5 أو ▼ 4 لبرمجة أماكن التخزين الأخرى. قم بالعملية كم تم شرحها سابقاً وكرر الخطوة رقم 4. حتى 10. إذا لم تضغط على أي زر أثناء عملية البرمجة، فإن الميزان سيتوقف عن التشغيل بشكل أوتوماتيكي.

1. اضغط على زر ON/OFF 7 لكي تعيد تشغيل الميزان. سيظهر على الشاشة مكان التخزين 3.5
- بشكل متقطع. التوزيع
2. من خلال الضغط على زر ▲ 5 أو زر ▼ 4 تستطيع اختيار وقياس
- مكان التخزين الشخصي الخاص بك (0 - 9). قيمة الدهون
3. بياناتك الشخصية المحفوظة ستظهر على الشاشة. في الجسم
4. عندما يظهر "kg 0.0" على الشاشة، تستطيع الصعود على الميزان بقدمين حافيتين بحيث ونسبة الماء
- تبقى واقفاً عليه بدون حركة. ضع قدميك على الأقطاب 8. وبعد ذلك سيظهر الوزن على ونسبة العضلات
- الشاشة. في الجسم
- في نفس الوقت يظهر على الشاشة الرمز المتحرك "■■■■" ، ويشير إلى أن قيمة الدهون في الجسم ونسبة الماء وكتلة العضلات يتم قياسها في ذلك الوقت.
5. إذا توقف الرمز "■■■■" على الشاشة 3 ، فإن القيم تصبح ثابتة. ستظهر على الشاشة قيم القياس لدهون الجسم ونسبة الماء ووزن الجسم وأخيراً نسبة العضلات ووزن العظم والحاجة إلى السعرات الحرارية بالكيلو كالوري.
- سلسلة ظهور قيم القياس تعيد نفسها مرتين. وبعد ذلك يتوقف الميزان عن التشغيل بشكل أوتوماتيكي. إنزل عن الميزان.



إرشادات

- نتائج القياس الموثوق بها تكون فقط تحت ظروف محددة يجب مراعاتها، وذلك كما هو مشروح تحت "2.5 شروط تحقيق نتائج قياس صحيحة"، في صفحة رقم .
- إنتهى إلى أن نسبة العضلات التي تم قياسها تحتوي أيضاً على نسبة من الماء متضمنة في نتيجة القياس تلك. القيم المقاسة لجسمك في ما يتعلق بنسبة الماء ونسبة العضلات لا يجب أن تُضاف مع بعضها البعض لذلك السبب.

الميزان عليه وزن زائد.	OL	3.6
البطارية ضعيفة ويجب تبديلها.	LO	إشارات الأخطاء
خطأ في القياس / القيم خارج مجال التحليل.	ERR	
لم يتم حفظ البيانات.	----	

4 مواضيع متنوعة

4.1

التنظيف والعناية

- إنزع البطاريات، قبل تنظيف الجهاز.
- لا تستخدم أبداً مواد تنظيف شديدة التأثير أو فرشاة خشنة. قم بتنظيف سطح الوقوف على الميزان وكذلك الأقطاب بعد كل استخدام بواسطة قطعة قماش رطبة قليلاً. لا تستخدم أبداً مواد تنظيف قوية بأي حال من الأحوال أو كحول.
- لا يجوز أن يدخل الماء إلى داخل الجهاز. لا تغمر الجهاز في الماء. شغل الجهاز مرة أخرى فقط عندما يكون جافاً تماماً.
- لا تضع الجهاز تحت أشعة الشمس المباشرة، واحفظه من الإتساخ ومن الرطوبة.
- لا تضع الميزان في وضعية قائمة، كي لا يتسرب سائل البطاريات إلى الخارج.
- إنزع البطاريات من الجهاز، إذا كنت لا تريد استخدام الجهاز لفترة طويلة من الزمن. وإلا فإن هناك خطر تسرب السائل الحامضي من البطاريات.

4.2 إرشاد للتخلص



هذا الجهاز لا يجوز التخلص منه برميهِ في سلة المهملات المنزلية. كل مستهلك ملزم بتسليم الأجهزة الكهربائية والإلكترونية لدى نقاط الجمع في مدينته أو في المحلات التجارية المخصصة لذلك، بغض النظر إذا كانت تحتوي على مواد ضارة أو لا، وذلك لكي يتم التخلص منها بطريقة مناسبة تراعي البُعد البيئي.

إنزع البطاريات، قبل التخلص من الجهاز. لا ترمي البطاريات المستهلكة في سلة النفايات المنزلية، وإنما ضعها في نقاط الجمع العامة المُخصَّصة للبطاريات أو عند محطة الجمع لدى المحل التجاري المتخصص! توجه نحو السلطة البلدية أو الوكيل المعتمد بخصوص عملية التخلص.

4.3

البيانات الفنية

الإسم والطراز	: من ميديساننا ميزان الأشخاص PSM بوظائف تحليل الجسم
تقنية الجهد الكهربائي	: 4.5 فولت= 3 X 1.5 فولت بطاريات (نوع AAA, R03P)
نظام الشاشة	: شاشة رقمية
التخزين	: لعدد 10 من الأشخاص
مجال القياس	: حتى 180 كيلوغرام، 396 رطل أو 28 حجر 4 رطل
أقصى إنحراف للقياس	: $\pm 1\%$
نسبة الدهون في الجسم	: 3 - 50 % في أجزاء 0.1 %
نسبة الماء في الجسم	: 20 - 75 % في أجزاء 0.1 %
نسبة كتلة العضلات	: 20 - 75 % في أجزاء 0.1 %
نسبة كتلة العظم	: 0.5 - 8 كيلوغرام في 0.1 من أجزاء الكيلوغرام
أجزاء قيم القياس	: 100 غرام، 0.2 رطل أو ¼ رطل
وقف تشغيل أتوماتيكي	: بعد حوالي 8 ثواني.
الأبعاد	
(الطولXالعرضXالارتفاع)	: تقريباً 32 X 32 X 2.6 سم
الوزن	: تقريباً 2.45 كيلوغرام
ظروف التشغيل	: درجة الحرارة 0 - 40 °C / 32 - 104 °F
رقم السلعة	: 99398
رقم الشحنة الأوروبي	: 40 15588 99398 5



ضمن سياستنا في التطوير المستمر للمنتج نحفظ بحقنا في إجراء تعديلات فنية أو شكلية.

5 الضمان

شروط الضمان في حالات تتعلق بالمطالبة بحق الضمان، الرجاء التوجه إلى المتجر المتخصص أو مباشرة إلى مكتب الخدمة. وإجراء الإصلاحات إذا كان عليك إرسال الجهاز، فأذكر العلة والخلل فيه وضع نسخة من وصل الشراء.

شروط الضمان التالية سارية المفعول:

1. على منتجات ميديساننا يوجد ضمان لمدة 3 أعوام من تاريخ البيع. إثبات تاريخ البيع في حالة المطالبة بحق الضمان يكون من خلال وصل الشراء أو الفاتورة.
2. سيتم تصليح الأخطاء في المواد أو أخطاء التصنيع خلال فترة الضمان مجاناً.
3. التصليح في إطار خدمة الضمان لا يؤدي إلى تمديد مدة الضمان. لا على الجهاز نفسه ولا على القطع التي تم تبديلها فيه.
4. يُستثنى من الضمان ما يلي:

أ. جميع الأضرار التي تنتج عن سوء التعامل، مثل عدم مراعاة دليل الإستخدام الإرشادي.

- ب. الأضرار التي تنتج عن عمليات التصليح الذاتية أو إحداث تغييرات يقوم بها المشتري أو شخص آخر.
- ج. أضرار النقل، التي قد تحدث على الطريق من الشركة الصانعة إلى المستهلك أو التي تحدث أثناء الإرسال إلى مركز خدمة الزبائن.
- د. القطع الإضافية المرفقة، والتي تتعرض للتلف الإعتيادي، مثل البطاريات وغيرها.
5. المسؤولية على الأضرار التابعة بشكل مباشر أو غير مباشر الناتجة عن الجهاز نفسه تكون مستثناة من الضمان، حتى وإن كانت تلك الأضرار بحد ذاتها مقبولة في حق الضمان.

شركة ميديساننا المساهمة

Jagenbergstraße 19

NEUSS 41468

ألمانيا

البريد الإلكتروني: info@medisana.de :

الموقع الإلكتروني: www.medisana.de :

تجد عنوان مركز الخدمة على الورقة المنفصلة المرفقة.





MEDISANA GmbH

Jagenbergstraße 19

41468 NEUSS

GERMANY

eMail: info@medisana.de

Internet: www.medisana.de