

1. 欧姆龙产品从购买之日起，凭购物发票享受二年的免费保修。
2. 我方对因下列使用者个人的原因而造成的故障将不提供免费保修服务。
- 如：
- a) 擅自拆装、改装该产品而造成的故障；
 - b) 在使用、搬运的过程中不慎跌落而造成的故障；
 - c) 因缺乏合理的保养而造成的故障；
 - d) 没有按照使用说明书的正确指示进行操作而造成的故障；
 - e) 因非欧姆龙授权的维修店的不当修理而造成的故障等等。
3. 保修范围外的维修服务，将按规定收费。
4. 在要求提供保修服务时，请拨打客户服务热线咨询。
5. 在进行保修服务时，如有需要，可要求我方认定的合格技术人员提供产品电路图和可修理的元器件资料。
6. 保证产品停产五年内继续提供修理配件。
7. 产品零配件的相关保修事宜，请参照国家有关规定执行。

保 修 卡

产品型号：_____ 姓名：_____

购买日期：_____ 地址：_____

销售店名：_____ 邮政编码：_____

地址：_____ 联系电话：_____

销售店的印章 _____

销售商

电话 0411-87317201

邮编 116600

欧姆龙健康医疗（中国）有限公司

大连保税区 IC-45-1 号

制造商：

电话 0411-87614222

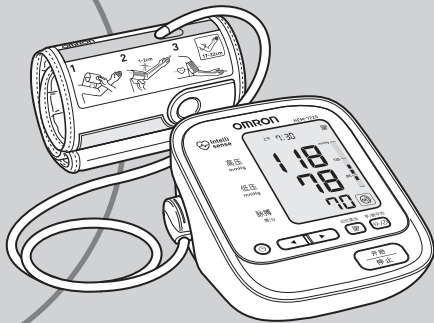
邮编 116600

欧姆龙（大连）有限公司

大连经济技术开发区松江路 3 号

使用说明书

电子血压计 HEM-7220



- 感谢您购买欧姆龙电子血压计。
- 本血压计仅适用于家庭人体血压测量
- 为了能够安全的使用本产品，使用前请务必阅读使用说明书。
- 阅读后请妥善保管，以便随时查阅、参考。
- 附有保修卡，请勿丢失。
- 本书中的插图为效果图。

MC 辽制00000153号
辽食药监械（准）字 2010 第 2200130 号
注册标准编号 YZB/辽 0850-2010
（企业标准编号 Q/OMD 25-2010）
辽食药监械生产许[2010]0069号

目录

血压计的使用方法 1

使用之前

安全注意事项 3

产品的组成 7

各部件名称 9

连接电源 11

设定日期与时间 13

使用方法

缠上袖带 15

确认正确姿势 17

测量血压 19

手动加压的方法 24

测量记录读出 25

周平均值读出 27

保养和保管 33

常见问题及保修等

测量 Q&A 35

（测量值偏高 / 偏低时）

血压小知识 38

画面显示出错时 41

有疑问时 43

规格 45

关于另售品 46

血压计量单位换算表 47

血压检验卡 48

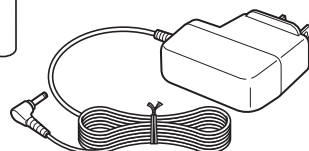
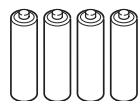
保修规定 / 保修卡 封底

本血压计的使用方法

请按下面的流程
使用 HEM-7220。

使用之前

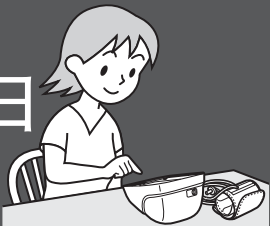
1 连接 电源



可使用电池和专用电源适配器

(第 11 页)

2 设定日 期与时 间



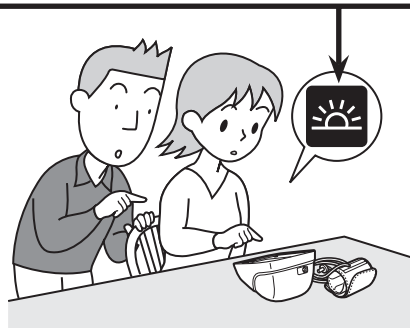
本血压计可自动记忆测量结果及日期和时间。使用之前，请务必校准日期和时间。

(第 13 页)

清晨血压提示功能

当一周的清晨血压平均值超过“高血压标准值”（高压值高于 135mmHg (18.0kPa) 或低压值高于 85mmHg (11.3kPa)）时，则显示清晨血压提示图标。

高血压标准值 135/85mmHg 是根据《中国高血压防治指南》（2005 年修订版）规定。



测量

每天请在同一时间段进行测量并管理血压。
※ 建议在起床后 1 小时内、就寝前测量

3 测量



1 缠上袖带
(第 15 页)

2 确认正确姿势
(第 17 页)

3 测量血压
(第 19 页)

4 查看 记忆值



测量记录读出
(第 25 页)

周平均值读出
(第 27 页)

自动记忆测量结果

- 记忆次数：90 次
- 清晨的周平均值记忆次数：8 周的平均值*
- 夜晚的周平均值记忆次数：8 周的平均值*
- (* 8 周的平均值 = 本周和过去 7 周的平均值)



安全注意事项

使用本产品之前，请仔细阅读本说明书。

使用之前

- 说明书中所表示的警告记号和图例，目的是为了您能够安全及正确地使用本产品，并防止对您和他人造成伤害。
- 图例、警告记号及其含义如下。

警告记号

⚠ 注意 错误使用时有发生人员伤害和物品损坏*的可能性。

* 物品损坏是表示有关房屋、家产以及家畜、宠物的损害。

图记号例



强制

● 符号是表示强制。

具体的强制内容在●中或在近处用文字或图画表示。

左图是表示“一般的强制”。



禁止

⊘ 符号是表示禁止。

具体的禁止内容在⊘中或在近处用文字或图画表示。

左图是表示“一般的禁止”。



△ 符号是表示注意 (包含警告和危险)。

具体的注意内容在△中或在近处用文字或图画表示。

左图是表示“当心触电”。



符号含义是 B 型应用部分。



符号含义是 II 类设备。



♻ 符号是电子信息产品污染控制标志。

表示本产品的环保使用期限为 10 年，并且可以回收利用，不应随意丢弃。不包括干电池。

⚠ 注意

关于电源适配器的操作

请务必使用本产品的电源适配器。

- 否则不能正确测量。



当心火灾

电源适配器请务必使用交流 220 V。插座请务必单独使用。

- 否则有引起火灾或触电的可能。



当心火灾

⚠ 注意

关于电源适配器的操作

电源适配器插头或电线破损时，请立刻将插头从插座中拔出。

- 否则有引起火灾或触电的可能。



当心火灾

请不要用湿手去拔插座上电源适配器。

- 否则有引起触电或受伤的可能。



当心触电

⚠ 注意

关于一般事项

患者通过测量结果进行自我判断、自我治疗很危险，所以请遵从医嘱。

- 自我判断会有使病情恶化的可能。



强制

患有严重的血液循环障碍、血液疾病的患者，请在医生的指导下使用。

- 测量时因手臂受到挤压，可能会导致急性内出血。



强制

手动加压时，请参照本使用说明书。

- 否则可能会因压迫而导致急性内出血。



强制

婴儿和不能自己表达思想的人请勿使用。

- 否则可能会导致事故或故障。



禁止

袖带的加压请控制在 299mmHg (39.9kPa) 以下。

- 否则手臂可能出现瘀血、麻木等症状。



禁止

本产品仅用于人体血压测量。

- 用于测量血压以外的目的时，可能会发生事故。



禁止

使用之前

⚠ 注意

关于一般事项

请务必使用专用袖带。
• 否则不能正确测量。



强制

请勿在本产品附近使用手提电话。
• 有使本产品产生误动作的危险。



禁止

请勿自行拆卸或修理、改造血压计的本体或袖带。
• 否则不能正确地测量。



禁止拆卸

请勿在移动的交通工具（汽车、飞机）上使用血压计。
• 否则不能正确地测量。



禁止

关于电池的操作

万一电池中的电解液不慎进入眼中，请立即用大量清水冲洗。
• 会有造成失明等伤害的危险，需立即到就近医院治疗。



强制

万一电池中的电解液不慎粘在皮肤或衣服上，请立即用大量清水冲洗。
• 否则可能会损伤皮肤



强制

⚠ 注意

关于电池的操作

勿装错电池的⊕⊖极。干电池使用完后，请同时更换 4 节新电池。
长时间（3 个月以上）不使用时请取出干电池。
• 否则可能会造成电池漏液、发热、破裂等，损害血压计本体。



强制

新旧电池、种类不同的电池请勿混用。
• 否则可能会造成电池漏液、发热、破裂等，损害血压计本体。



禁止

使用后电池的废弃方法请依照所居住的市、区、镇、村的有关环境保护规定进行处理。
• 如果作为可燃物进行处置，则有可能因电池爆炸引发火灾，进而导致烧伤以及受伤。



强制

请按照本说明书记载的使用及保存温湿度标准使用。

• 否则可能无法正确地测量。
当气囊在持久过分充气状态下，可能存在风险。
当有普通心律失常（比如房早，室早，房颤等）出现时，测量值可能不准确或血压无法测量。



强制

建议

请勿用力弯曲袖带和袖带空气管。

在拆下空气管时，请拿着空气管前部的空气管插头拔出。

请勿撞击或摔落本体。

请勿在袖带缠上手臂之前加压。

关闭本体上盖时，请注意切勿夹住手指。

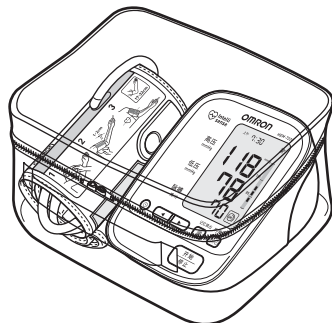
※本设备所测的血压值和听诊法的测量值等价，其误差符合 YY0667-2008 规定的要求。相关说明信息请拨打客户服务热线咨询或登陆欧姆龙官方网站 www.omronhealthcare.com.cn 查询。

产品的组成

请打开包装箱，检查产品组成。

产品放置在收藏软袋中。
请从收藏软袋中取出并确认。

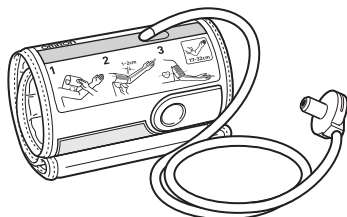
※ 携带及保管时，请放入收藏软袋中。



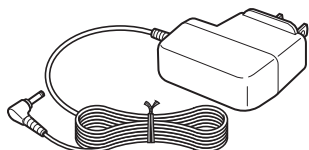
1 本体



2 袖带及空气管



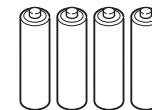
3 电源适配器 (电源适配器符合 GB9706.1-2007 标准要求)



附属品

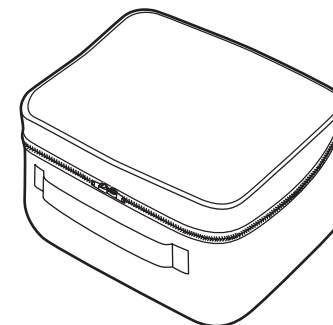
是否包含以下物品？

1 试用干电池 (5号锰性干电池4节)



※ 附带的电池仅供试用。
很可能测量不到300次。

2 收藏软袋



3 使用说明书(附：欧姆龙产品保证书)

4 顾客服务一览表

5 合格证

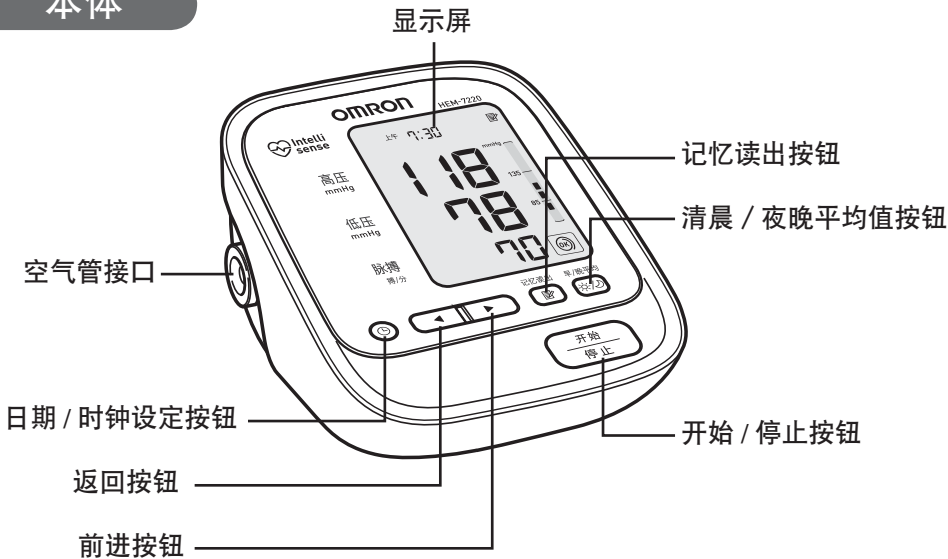
6 有毒有害物质或元素含有表

适用范围：用于测量人体血压及脉搏

各部件名称

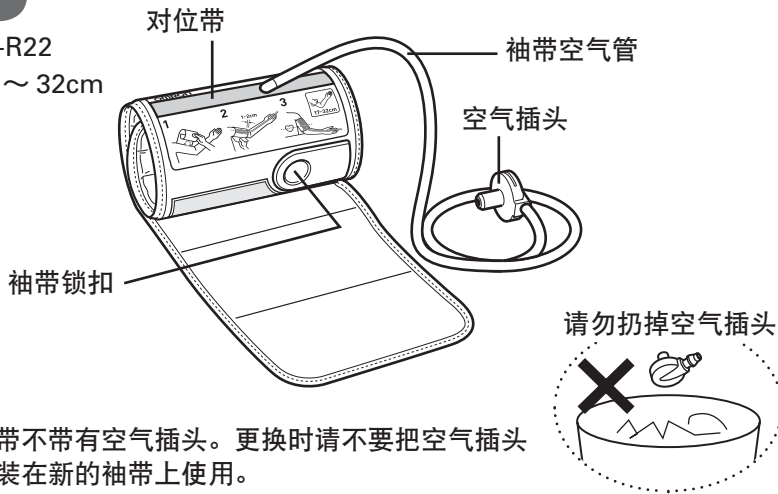
使用之前

本体



袖带

型号 HEM-CUFF-R22
适用臂周范围 17 ~ 32cm
(上臂中央部)



※ 另外购买的袖带不带有空气插头。更换时请不要把空气插头扔掉，将其安装在新的袖带上使用。

※ 以每天测量 6 次（早晚各 3 次）计算，袖带寿命为 1 年左右（采用本公司试验条件）。为了准确地测量血压，建议及时更换。
若发生漏气，请购买另售品。（第 46 页）

使用之前

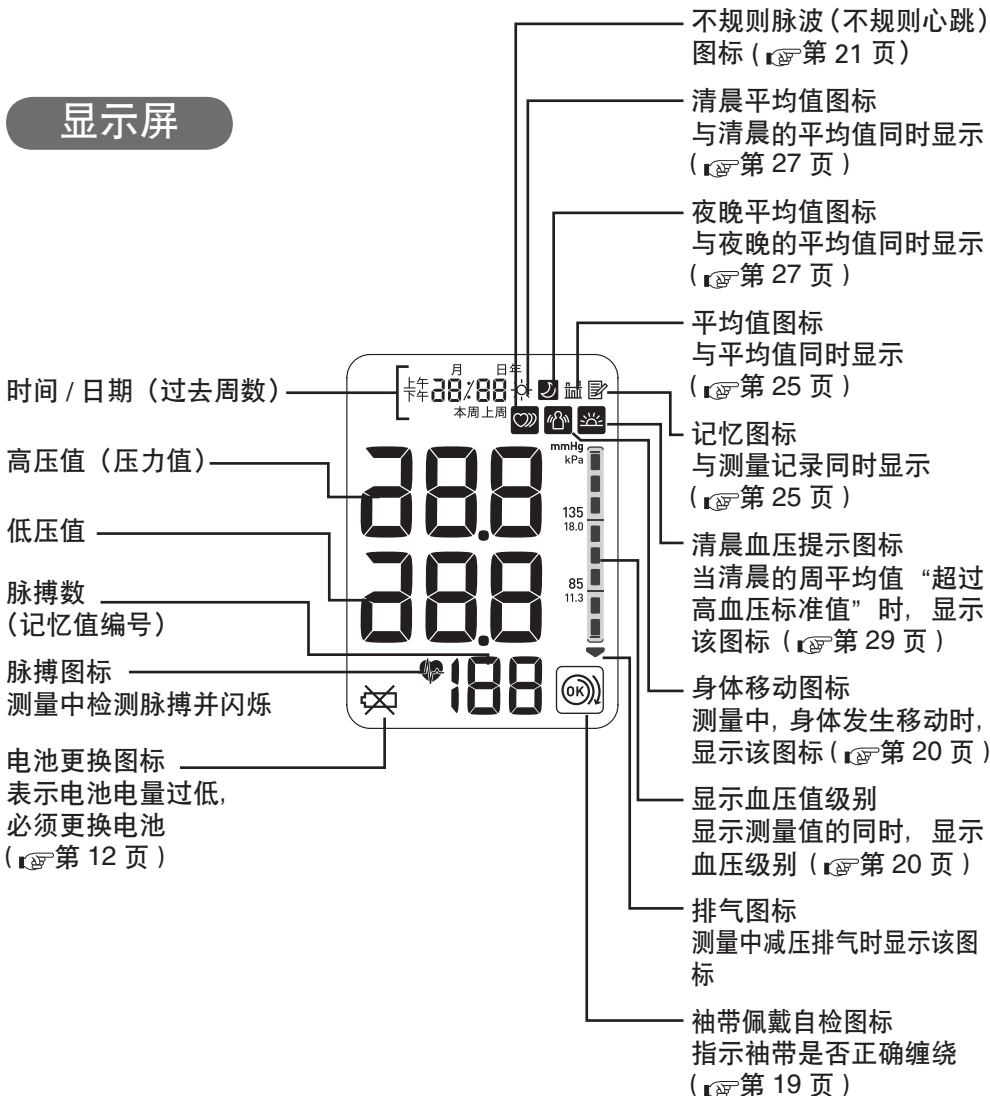
本体背面

电源适配器
插座

本体背面

电池盖

显示屏



连接电源

使用之前

使用前，请将电池装入本体。

装入干电池

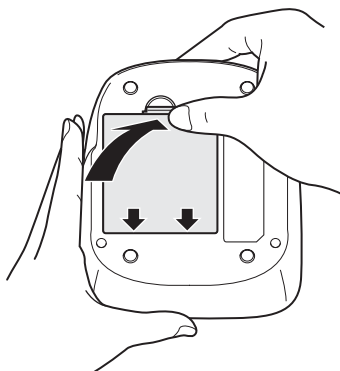
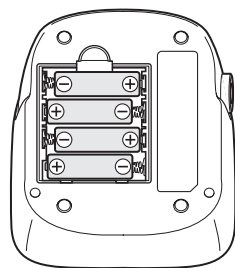
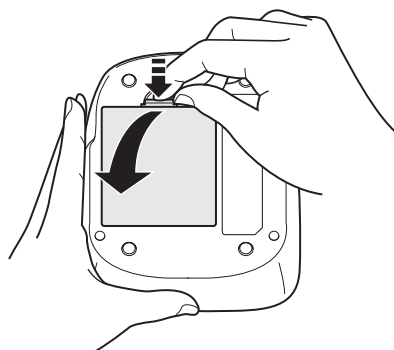
1 将本体翻过来

2 取下电池盖

按电池盖上方的钩爪，取下电池盖。

3 将电池按图所示装入

4 关上电池盖

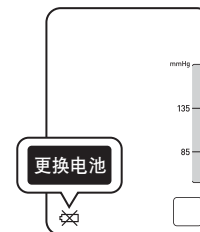


图标显示后更换电池

“电池更换图标”闪烁：电池电量将很快用完。

“电池更换图标”点亮：电池电量已耗尽。

请同时更换 4 节新电池（相同种类）。



使用之前

※ 更换电池时请关闭本体电源。若在打开电源的情况下取出电池，则时钟会停止。（在此之前记忆的测量值会被删除。）

※ 对于已经设置的日期和时间，请在 30 秒内更换电池。

取出电池的时间超过 30 秒，机器将自动停止计时。此时，请重新设置日期、时间。（在此之前记忆的测量值会被删除。）

※ 若没有按照上述方法更换电池，可能会无法正确更新周平均值的周数。

※ 更换后的旧电池，请根据当地法规进行处理。

◎ 4 节 5 号锰性干电池能测量约 300 次。
（室温 23℃、臂周 25cm、170mmHg (22.7kPa) 加压时）

◎ 因附带的干电池只作试用，所以很可能用不到 300 次。

连接电源适配器

若使用电源适配器，则可从家用插座供电。

※ 请勿使用非专用电源适配器。

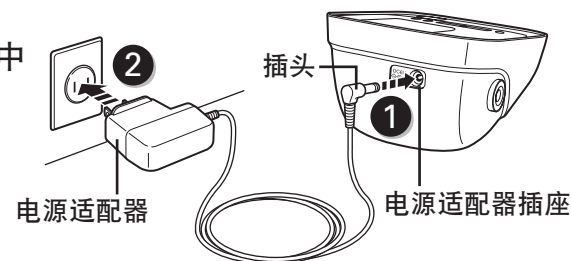
· 即使使用电源适配器，也请在本体中装入电池。

可通过装入电池保持时间设置。

如果在使用时没有装入电池，从插座上拔下电源适配器，机器将自动停止计时。（在此之前记忆的测量值会被删除。）

1 将电源适配器的插头插入本体的电源适配器接口中

2 将电源适配器插入插座中



连接电源

设定日期与时间

电源准备就绪后，请务必校准日期和时间。

本血压计可自动记忆测量结果及日期和时间。若要读出测量记录及清晨、夜晚的周平均值，或要确认清晨血压，必须先校准时间。

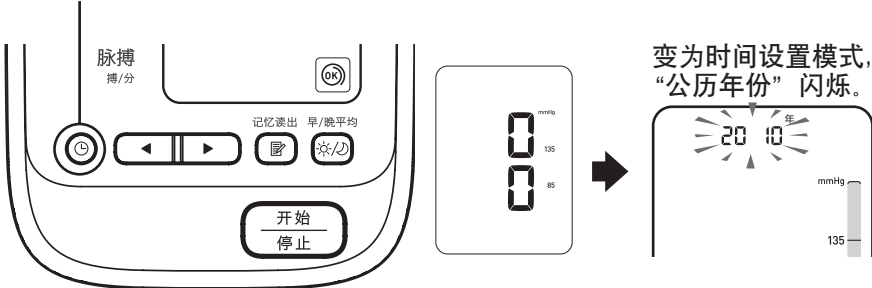
※ 如果不校准时间，则不会记忆测量的日期和时间。为了持续地管理血压，请在使用前准确校准日期、时间。

※ 重新校准时间时，请在血压计显示时间为上午 10:00 ~ 下午 6:59 之间进行。如果在此时间段之外更改时间，或进行包含周数切换在内的日期更改，可能会无法正确计算周平均值。（☞第 31 页）

※ 长期不使用，时间不准时，请重新正确设置。此时，请在使用前将记忆全部删除。（☞第 32 页）

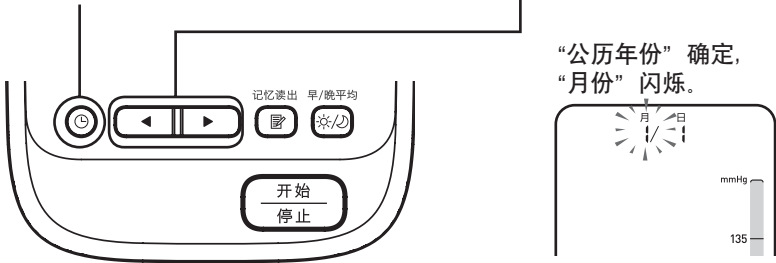
※ 使用时不设置时间，时间显示变为“-:--”。

1 关闭电源时，按时间设置按钮



2 设置“公历年份”“月份”“日期”

按返回 / 前进按钮调整“公历年份”，按时间设置按钮确认。



同样设置“月份”。

“月份”确定，“日期”闪烁。



同样设置“日期”。

“日期”确定，“时间”闪烁。



3 设置“小时”和“分钟”

同样设置“小时”。

“小时”确定，“分钟”闪烁。



同样设置“分钟”。

“分钟”确定，设置完成。



4 按开始 / 停止按钮，关闭电源

※ 即使忘记关闭电源，约 2 分钟后也会自动关闭电源。

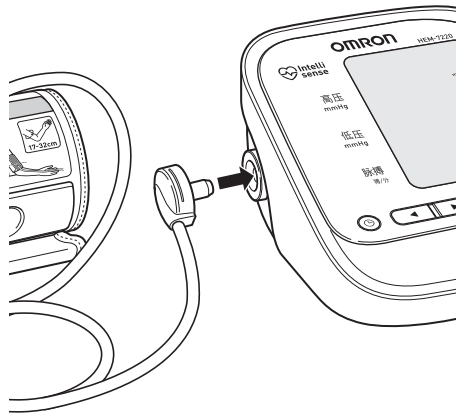
缠上袖带

- 左臂、右臂都可以进行测量。
- 裸露手臂或仅穿薄衣进行测量。
- 请预先上好厕所。
- 测量时请在温度适宜的房间进行。

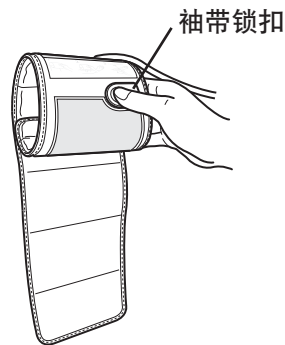
※ 穿着厚衣服时不要将袖子挽起测量，而要脱下后再测量。
 ※ 当气囊在持久过分充气的状态下时可能存在风险。

为了准确地进行测量，请注意正确地缠绕袖带。

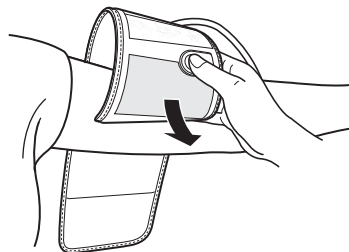
1 将空气插头插入袖带接口



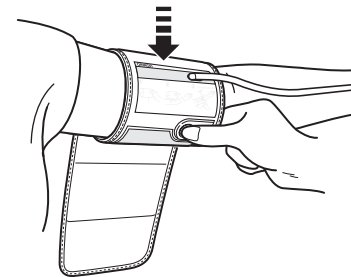
2 用大拇指顶住袖带锁扣拿起袖带



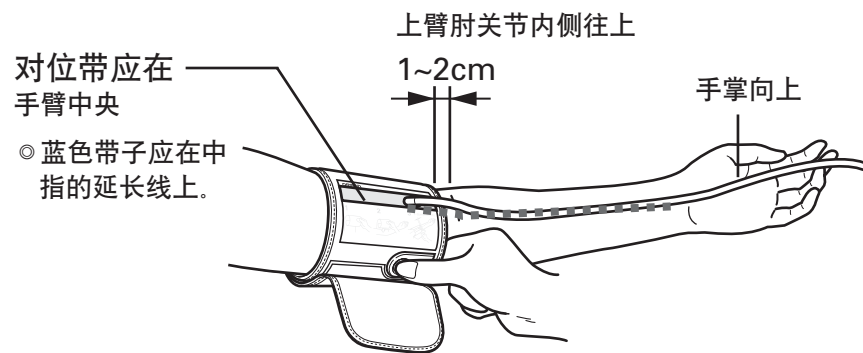
3 将左臂伸入袖带



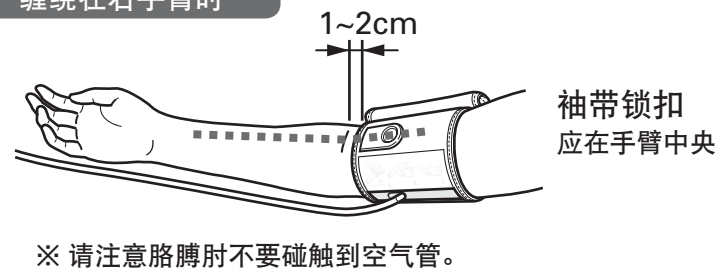
4 调整袖带位置，让对位带（蓝色带子）位于手臂的中央位置



袖带的正确位置

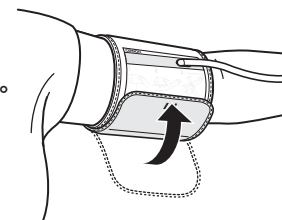


缠绕在右手臂时



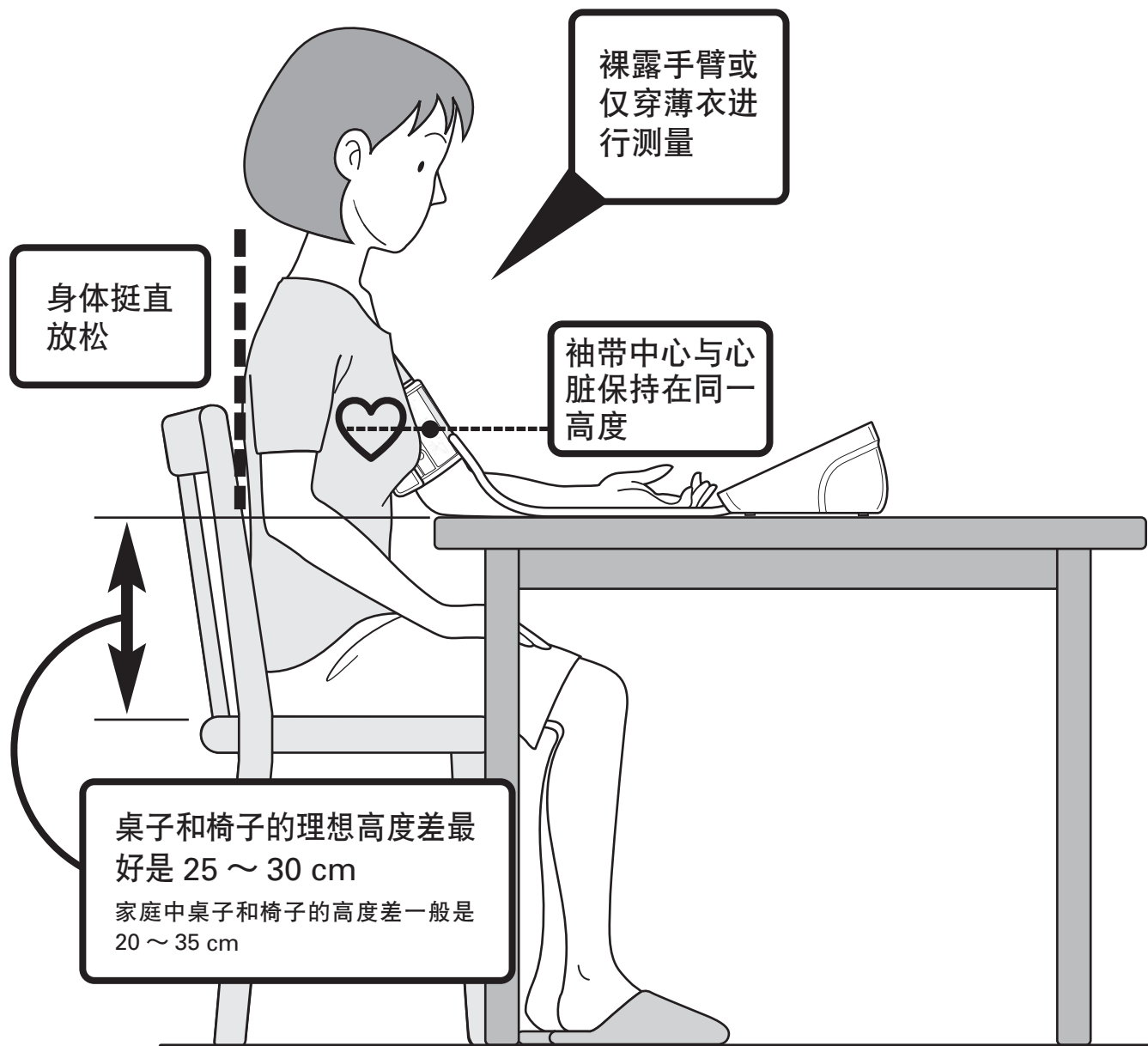
5 用布扣加以固定

※ 缠紧袖带，手臂与袖带之间不要有间隙。



正确的测量姿势

使用方法



确认正确姿势

测量时必须保证正确的姿势才能获得准确的结果。

- 应该在安静的场进行测量，被测者应该处于放松、就座的位置。确保房间不要太热或太冷。
- 测量前至少 30 分钟避免饮食、饮酒、抽烟或锻炼。
- 测量过程中切勿移动或说话。
- 测量前最好休息 15 分钟。

下图所示的姿势和袖带缠绕方法，可能无法进行正确的测量。

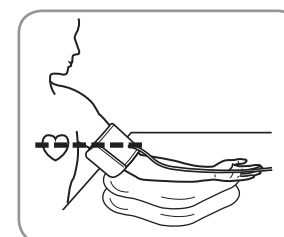
袖带缠绕太松



测量过程中说话或移动



向前倾的姿势



※ 袖带中心处位置低于心脏的高度时，请用椅垫等物品调节。

使用方法

测量血压

每天请在同一时间段进行测量并管理血压。
(建议在起床后 1 小时内、就寝前测量。)

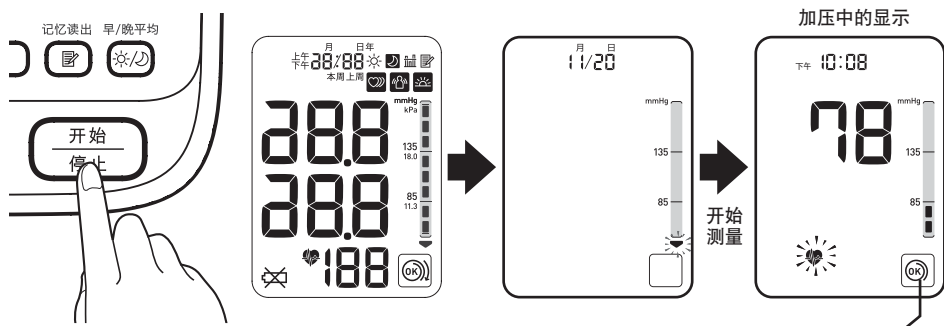
※ 预测高压会超过 220mmHg (29.3kPa) 时, 请参阅第 24 页“手动加压的方法”。
※ 本说明书讲解以 mmHg 值显示为例进行说明。

身体放松。如果感到紧张, 就深呼吸。

1 按开始 / 停止按钮, 开始测量

打开电源, 自动开始测量。

使用方法



■ 袖带缠绕图标

通过袖带缠绕图标提醒使用者袖带是否缠绕正确。袖带缠绕正确时, 显示 。如果袖带缠绕太松, 则显示 。显示 图标, 请按开始 / 停止按钮关闭电源, 重新正确缠绕袖带后再进行测量。
(第 15 页)

测量过程中请保持自然姿势, 身体不要移动, 保持安静状态。
另外, 测量时不要碰触袖带。

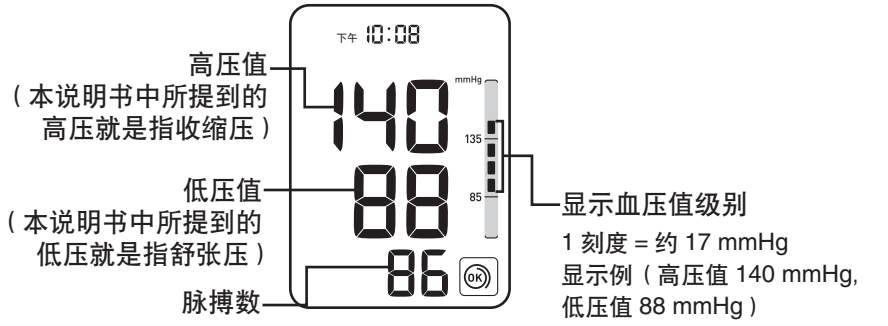
- 重新缠绕袖带时, 请关闭电源。
- 如果希望中止测量…
按开始 / 停止按钮, 袖带的空气排出。
- 如果加压不足, 会自动再次加压。
(再加压只进行 1 次)

2 显示了测量结果后测量结束

3 测量值的确认

测量值被自动存储。(“测量记录读出” 第 25 页)

※ 根据测量结果进行自我判断、治疗是很危险的, 请务必接受医生的指导。



○ 如果觉得测量结果过高或过低 (第 35 页)

■ 显示图标时…

测量过程中身体发生移动, 可能会导致无法正确测量。请重新测量。

■ 显示错误信息 “E1 ~ E5” 时…

测量不能正常进行。(第 41 页)

■ 要继续测量, 请间隔一段时间。

反复测量时, 由于手臂出现淤血, 则可能测量不到正确的血压值。请在手臂血压畅通后再进行测量。
(第 36 页)

使用方法

高血压指示

最新研究表明以下数值可作为家庭测量时衡量高血压的指标。

高压
(心脏收缩时的血压) **135** mmHg以上

低压
(心脏舒张时的血压) **85** mmHg以上

根据《中国高血压防治指南》(2005 年修订版) 中提出家庭自测血压值超过 135/85mmHg 时, 将诊断为高血压。

请作为衡量血压状态的指标加以利用。

※ 必要时请咨询医生。

4 拆下袖带

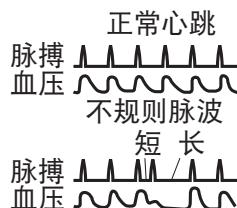
5 按开始 / 停止按钮, 关闭电源

※ 即使忘记关闭电源, 约 2 分钟后也会自动关闭电源。

(保养和保管 第 33 页)

何谓不规则脉波 (不规则心跳)?

不规则脉波 (不规则心跳) 是指当本血压计测量收缩血压和舒张血压时, 检测到的瞬时心跳节奏超过平均心跳节奏上下25%的范围。在测量过程中, 若检测到两次以上这种不规则脉波 (不规则心跳), 在显示测量结果时, 将出现不规则脉波 (不规则心跳) 图标 ()。



何谓心律失常?

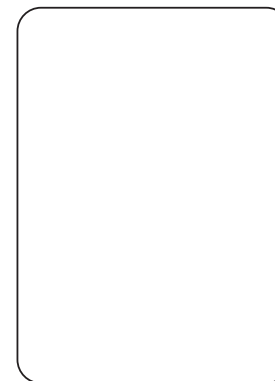
心脏受到生物电信号刺激收缩从而产生的心跳。心律失常是一种由于驱动心脏的生物电系统缺陷而导致心跳节奏异常的状况。典型的症状是间隔心跳、提前收缩、异常快 (心动过速) 或异常慢 (心搏缓慢) 的脉搏。心脏疾病、衰老、体质虚弱、压力、缺乏睡眠、疲劳等都会导致这种状况。

只能由医生通过专业检查才能诊断心律失常。

测量结果中出现的 irregular pulse wave (irregular heart rate) icon () 是否意味着心律失常, 只能由医生经过检查和诊断后才能确定。若经常显示不规则脉波 (不规则心跳) icon (), 请将该情况告知您的医生。根据测量结果进行自我诊断或治疗是非常危险的。请务必遵从医嘱。

mmHg 与 kPa 单位转换:

1. 血压计关闭状态下

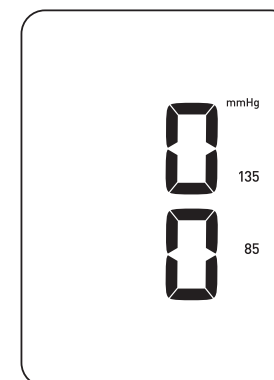


2. 按 “日期 / 时钟” 设定按钮



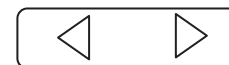
3. mmHg 的单位显示

高压值和低压值部分用 0 表示



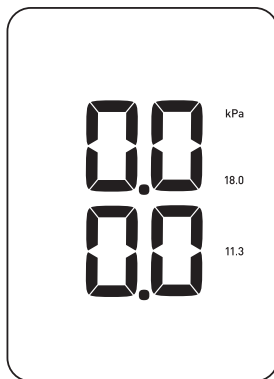
4. 按 “返回 / 前进” 按钮进行

mmHg 和 kPa 单位的转换



5. kPa 的单位显示

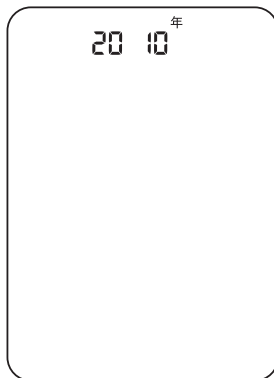
高压值和低压值部分用 0.0 表示



6. 按“日期/时钟”设定按钮确定 mmHg 或 kPa 显示



7. “2010” 闪烁（进行时间设定）

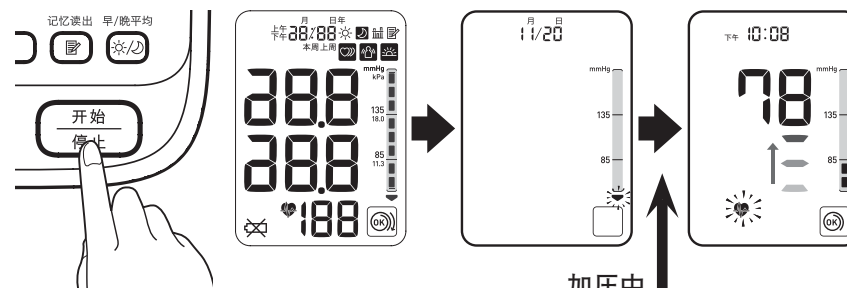


手动加压的方法

预测加压值可能超过 220mmHg (29.3kPa) 时，请采用手动加压方式。

※ 手动加压前，请仔细阅读“缠绕袖带”“确认正确姿势”（第 15～18 页）。

- 1 缠上袖带、
按下开始 / 停止按钮
开始加压。



- 2 开始加压后，
再次持续按住开始 / 停止按钮

※ 请持续按住，直到高于预计高压值
约 30mmHg ~ 40mmHg (4.0kPa~5.3kPa)。
(右上图显示的是 250mmHg (33.3kPa))

※ 手动加压最多可加到 299mmHg (39.9kPa)，请勿加压至
不必要的压力。否则可能会造成手臂急性内出血。

※ 如果加压到 300mmHg (40.0kPa) 以上将出现错误。



- 3 当达到高于预计高压值约 30mmHg ~ 40mmHg (4.0kPa~5.3kPa) 时，
松开开始 / 停止按钮
开始减压，测量开始。

- 4 接下来的操作请参考第 20 ~ 21 页的步骤 2 ~ 5

测量记录读出

本血压计可同时自动记忆及读出所测量的血压、脉搏与日期时间。最多可分别读出 90 次记忆，最近 3 次平均值，清晨 / 夜晚周平均值 * 8 周。

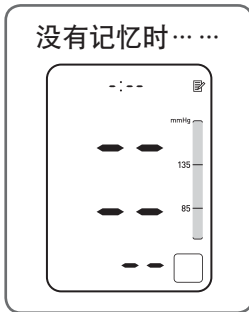
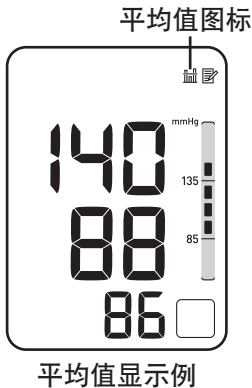
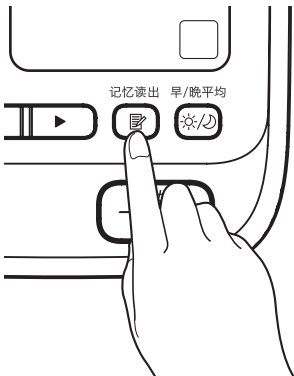
※ 没有设置时间时，最新的测量值不计算入平均值。

◎如果记忆的测量结果超过 90 次，或清晨 / 夜晚周平均值超过 * 8 周，则较早的测量记录会被删除，将记忆最新的测量结果。

(* 8 周的平均值 = 本周和过去 7 周的平均值)

- 按 1 次记忆读出按钮，显示“平均值”
显示“平均值”

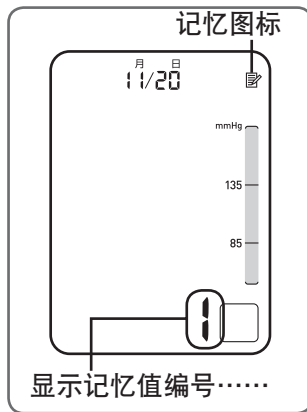
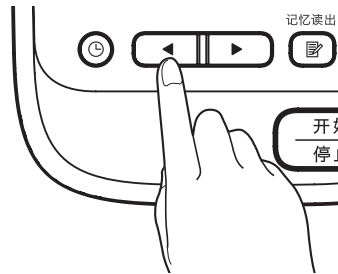
平均值：是距最新的测量记录 10 分钟以内完成的测量记录（最多 3 组）的平均值。请作为短时间内继续测量的参考。



- 显示平均值时，
按 1 次返回 ◀ 按钮，显示最新测量记录

显示最新测量记录。

按前进 ▶ 按钮，则从最旧的测量记录开始显示。

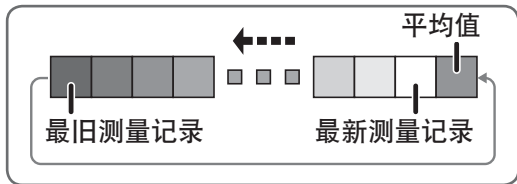


- 使用返回 ◀ / 前进 ▶ 按钮查看过去的测量记录

◎每按 1 次返回 ◀ 按钮，则显示 1 条较早的测量记录。

◎持续按住返回 ◀ 按钮，可以快速跳到最早的测量记录。

◎按住前进 ▶ 按钮，可以快速跳到平均值。



※ 测量过程中 图标显示时，读出该记忆时也会显示。

※ 测量时所显示的 (OK) 图标和 (M) 图标，在读出该记忆时也会显示。

- 按下开始 / 停止按钮，切断电源

※ 即使忘记关掉电源，约 2 分钟后也会自动切断电源。

周平均值读出

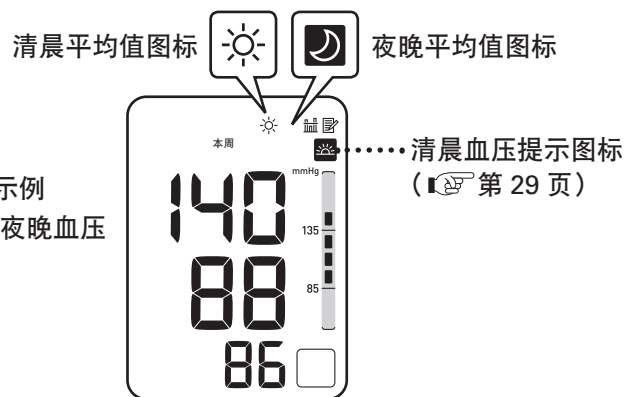
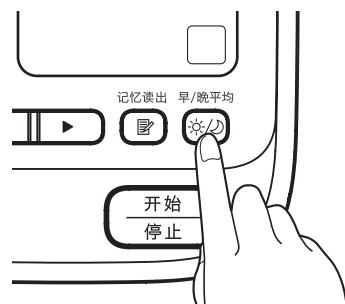
本血压计以周为单位分别记忆清晨 / 夜晚血压平均值。
可以分别读出本周与过去 7 周的清晨 / 夜晚血压平均值。

读出清晨 / 夜晚血压平均值

1 按早 / 晚平均值按钮，分别读出周平均值

◎每按一次早 / 晚平均值按钮，显示按照如下方式切换。

- 清晨周平均值（显示清晨平均值图标）
- 夜晚周平均值（显示夜晚平均值图标）



清晨周平均值显示例
(读出本周清晨 / 夜晚血压平均值时)

※ 周平均值的详情请参阅 (第 31 页)

◎每按 1 次返回 ◀ 按钮，显示如下。

按前进 ▶ 按钮，则按照相反的顺序显示。

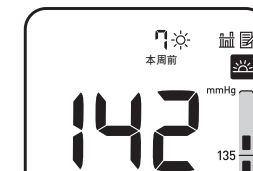


查看同一周内清晨 / 夜晚周平均值

显示清晨周平均值时，若按早 / 晚平均值按钮，则切换为该周的夜晚周平均值。

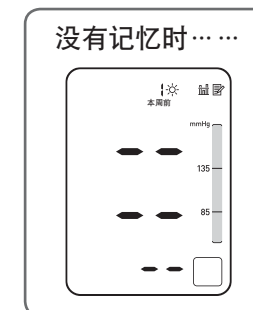
显示夜晚周平均值时，若按早 / 晚平均值按钮，则切换为该周的清晨周平均值。

7 周前的清晨周平均值



7 周前的夜晚周平均值

※ 没有记忆值时，如右图所示：
(显示例表示没有 1 周前的周平均值记忆)



关于清晨血压提示图标



读出周平均值时,如果所显示的一周清晨平均值超过“高血压标准值”(高压值 135mmHg (18kPa) 以上,或低压值 85mmHg(11.3kPa) 以上*),则清晨血压提示图标亮灯。

* 根据《中国高血压防治指南》(2005 年修订版)

2 按开始 / 停止按钮, 关闭电源

※ 即使忘记关闭电源, 约 2 分钟后也会自动关闭电源。

清晨血压提示功能

平均值超过高血压标准值时, 清晨血压提示图标亮灯。

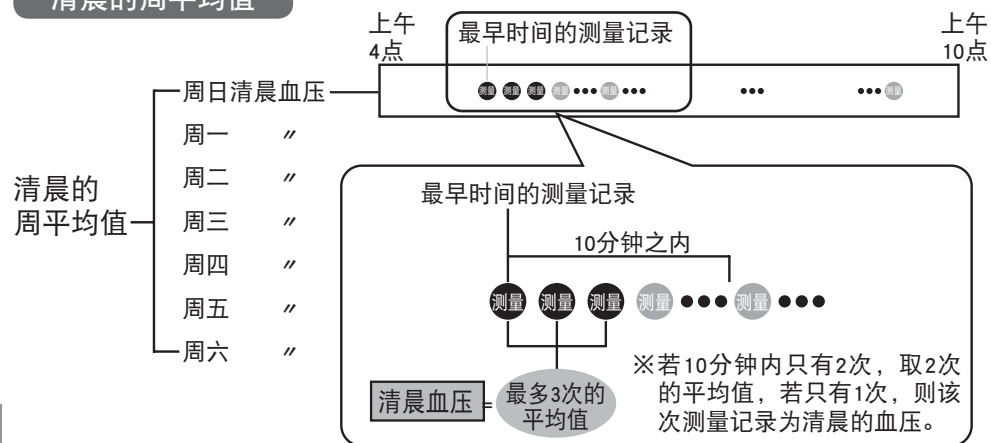
(表中是本周的周平均值例)

	清晨平均值 高于高血压标准值时	清晨平均值 低于高血压标准值时
清晨平均值显示		
夜晚平均值显示		

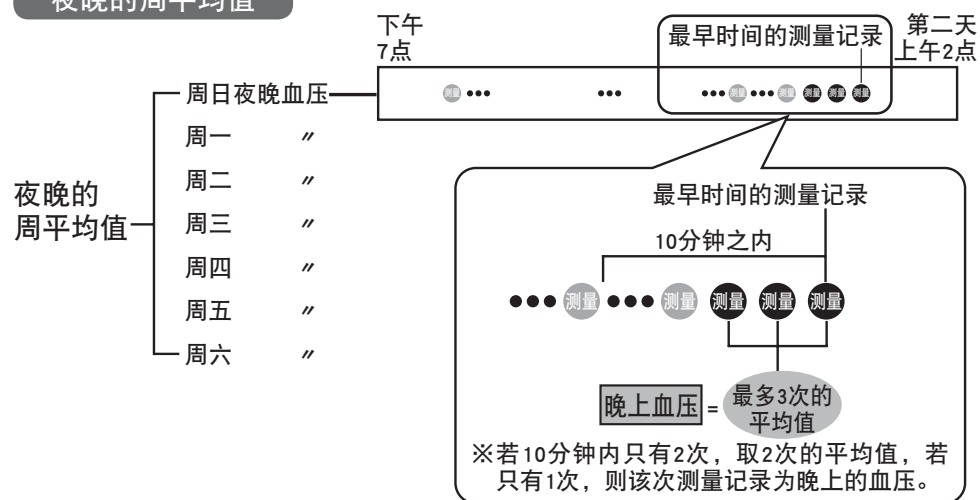
- 读出清晨(夜晚)平均值时显示“清晨平均值图标”(“夜晚平均值图标”)。
- 清晨平均值低于高血压标准值, 但是夜晚平均值高于标准值时, 清晨血压提示图标不显示。
- 读出清晨 / 夜晚平均值时, 均可以确认是否有清晨血压高倾向。

说明如何计算周平均值

清晨的周平均值



夜晚的周平均值

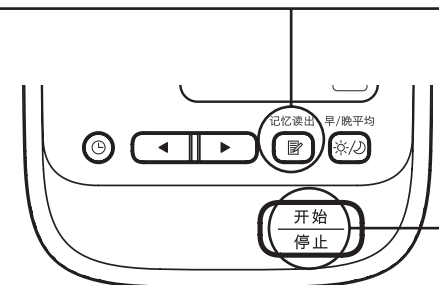


删除所记忆的所有测量结果时……

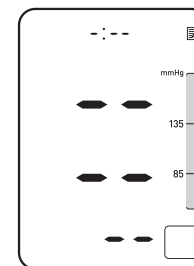
注意：该血压计只能一次性删除所有记忆（测量记录，最近3次平均值，清晨/夜晚周平均值），无法删除单条记忆。

- 1 测量记录读出时，按住记忆读出按钮，同时按住开始/停止按钮约3秒钟

※ 请勿先按开始/停止按钮。
如果先按下，则会关闭电源。



显示右侧所示的画面，删除完成。



- 2 按开始/停止按钮，关闭电源

※ 即使忘记关闭电源，约2分钟后也会自动关闭电源。

重要提示

- 当有普通心律失常（比如说房早、室早及房颤等）出现时，测量值可能不准确或血压无法测量。
- 声明如果在指示的温度或湿度范围外储存或使用，系统可能无法达到声称的性能规格。
- 本产品适合家庭应用或自我日常血压的监测，如果在极端情况下，如心律失常等，该血压测量结果不能作为判断标准，请遵医嘱。

保养和保管

请务必遵守此处记载的注意事项及其它正确使用方法。
若您不遵守，本公司将不承担质量责任。

保养方法

- 请经常清洁血压计。
- 本体如有脏物，请用干的软布进行擦拭。
- 如果本体特别脏，则可将软布沾有水或中性洗涤剂，充分拧干后擦拭本体，然后擦干。

※ 请勿使本体内部进水。

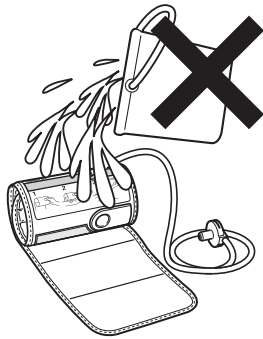
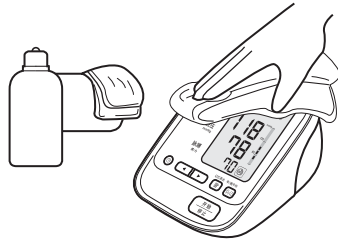
本设备为不防水的普通设备。

■ 保养建议

- 请勿用酒精、苯、稀释剂等进行擦拭。

- 请勿清洗或弄湿袖带。

- 此血压计精度已经经过严格的测试，建议定期校准，相关的说明信息请登陆欧姆龙官方网站 (www.omronhealthcare.com.cn) 或者拨打客户服务热线咨询，以确保血压计功能正常和测温精确。请勿自行进行任何维修。



保管方法

1 从插座上拔下电源适配器

2 从本体上拔出插头

3 将空气插头从袖带接口上拔下

4 将袖带空气管轻轻折好放到袖带中

※ 请勿用力弯曲袖带空气管。

5 将袖带与本体放入收藏软袋中

如右图所示放入。

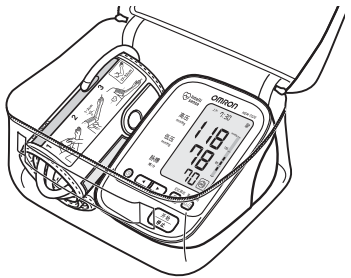
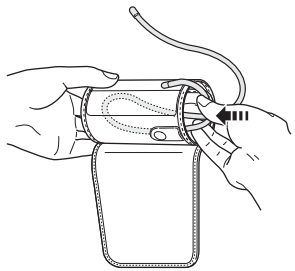
※ 收藏电源适配器时，请注意不要伤及显示部。

■ 保管建议

请勿将本机放在以下地方。

- 容易溅水的地方。
- 高温、潮湿、阳光直射、灰尘多、盐分，易使本血压计受到影响的地方。
- 倾斜、震动、撞击的地方。
- 存放化学药品或有腐蚀性气体的地方。

长期（3个月以上）不使用时，请取出电池保管。



血压测量 Q&A

(测量值偏高 / 偏低时)

Q 为什么在家测得的血压值比在医院测得的血压值低?

A 在医院测量血压时，常会感到紧张

因为在自己家里测量时心情稳定，有时会比在医院测量的血压值低 20mmHg ~ 30mmHg (2.7kPa~4.0kPa)。

了解自己在家里平静时的血压值很重要。

A 测量时袖带的位置高于心脏时…

如果放置血压计的桌子或平台过高，导致袖带的位置高于心脏，则测出的血压值偏低。

Q 为什么在家测得的血压值比在医院测得的血压值高?

A 是否服用降压药?

服用降压药的人，失去药效时会引起血压值偏高。请接受医生的指导。

A 袖带缠绕位置是否正确?

袖带位置错位则捕捉不到动脉信号，测出的血压值偏高。

请确认蓝色对位带的位置。(见第 16 页)

A 袖带缠的是否太松?

袖带缠的太松会使其压迫力传送不到动脉，因此测出的血压会偏高。手臂和袖带间不要有间隙，请缠紧袖带。

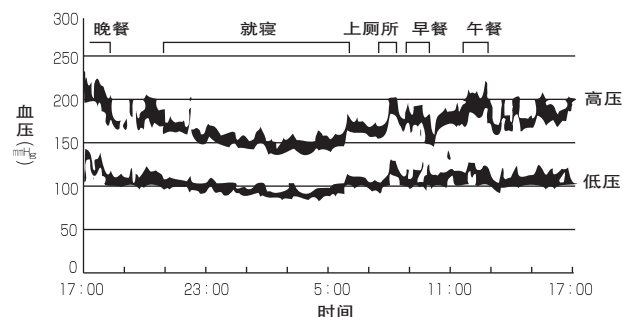
A 测量时姿势是否正确?

弯腰、盘腿坐、在沙发或低矮的桌子上弯下身体测量等的测量姿势，会因为产生腹压或手臂的位置低于心脏的情况而使血压升高。

Q 为什么每次测得的血压值都不一样?

A 是否在同一时间段测量?

一天中，即使每隔 10 秒测量一次血压也有变化。



上臂血压的数据 (横浜市立大学医学部 朽久保 修先生提供)

为了正确进行血压管理，每天请在同一时间段测量。

A 血压会因各种原因的影响而波动

即使是在自家测量，下列情况下测量结果也将出现变化。

- 饭后 1 小时之内
- 饮酒、喝咖啡、红茶之后
- 吸烟之后
- 沐浴之后
- 运动之后
- 大、小便之后
- 测量过程中谈话
- 因紧张、不安引起心情烦躁时
- 室温突然变化时
- 测量场地或环境与往日不同时

A 持续测量时，是否引起淤血?

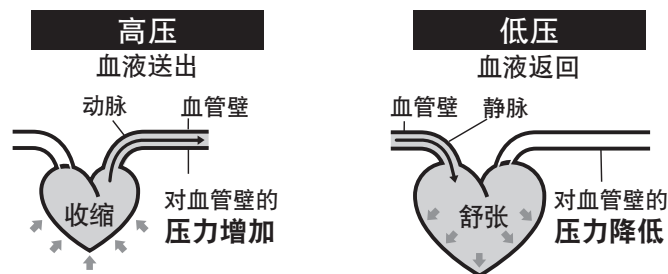
测量时由于手臂受压迫使手指尖部血液流通不畅而引起淤血的情况。

在淤血时，松开袖带，把手举过头顶，反复进行 15 次左右手掌的握紧和伸展运动，就能疏通淤血。

血压小知识

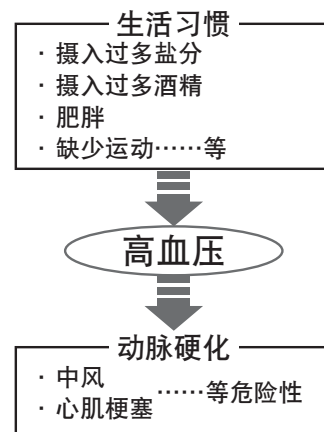
血压是什么

血液由于心脏的跳动（收缩或舒张）向动脉送出。心脏收缩时血液由心脏送出至动脉的压力称为「高压」；循环全身后，血液返回、心脏舒张时的压力称为「低压」。



健康与血压

血压会受日常生活及年龄的影响而发生变化。高血压会发展为动脉硬化，易于引起中风及心肌梗塞等危险疾病。通过了解血压状态，确保身体健康，改善生活习惯。



Q 为什么袖带缠绕手臂会感到疼痛和麻木？

A 此为暂时性现象，不必担心

测量血压时，需要将袖带紧缩至动脉的血液流动暂时停止，因此可能会感到手臂有些疼痛和麻木。当取下袖带后，稍事休息即可缓解。

Q 什么时候是测量血压的最佳时间？

A 测量血压的最佳时间为清晨起床后 1 小时之内*，或者夜晚就寝之前

* 如果清晨测量，请在起床后 1 小时之内、排尿后、早餐前（如果正服用降压药，那么在服药之前）进行。

如果夜晚测量建议在就寝前进行。

如果是其他时间，在身体和心情都处于稳定状态时测量为好。

另外，建议每天在同一时间段进行测量。

Q 家庭血压管理的关键是什么？

A 不仅要记录血压值，还要同时记录用药状况及生活习惯

每天记录血压可了解自己的血压波动趋势，有助于健康管理。另外，接受医生诊断时也能发挥很大作用。为了正确进行判断，建议不仅记录血压值，还要同时记录测量条件（服用降压药状况、生活习惯等）。

衡量高血压程度的标准

最新研究表明以下数值可作为家庭测量时衡量高血压的指标。



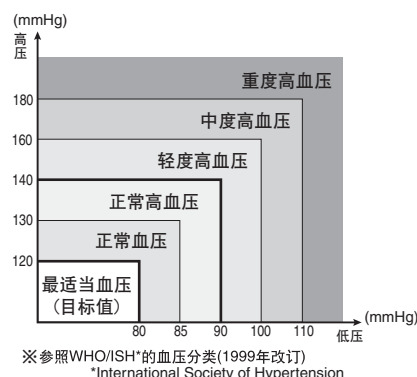
根据《中国高血压防治指南》(2005年修订版)中提出家庭自测血压值超过135/85mmHg时,将诊断为高血压。

请作为衡量血压状态的指标加以利用。

※ 血压状况异常时,请务必接受医生的指导。

世界卫生组织的血压分类

基于医院的血压测量,世界卫生组织(WHO)、国际高血压学会(ISH)制订了如下图所示的血压分类。此表以不同年龄、在医院坐在椅子上、测上臂血压为基准。



※ 低血压还没有定义。一般认为高血压值不满100 mmHg (13.3kPa)的人为低血压。

关于清晨血压提示

清晨血压提示

人体的血压在一天内会不断地发生变化,变化的方式及幅度也因人而异。正常的情况下清晨起床后血压渐渐升高,到中午达到最高,随后渐渐下降,在傍晚时会再次升高后并再次下降,深夜时会降至最低。

但是,血压的这种变化规律也会有所变化,也会有清晨血压急剧上升的情况,这种情况被称为“清晨血压高”并被人们所关注。

服用降压药的人请注意,早饭后服用降压药会使血压降低,日间在医院测量血压时很可能得到正常的血压测量值。

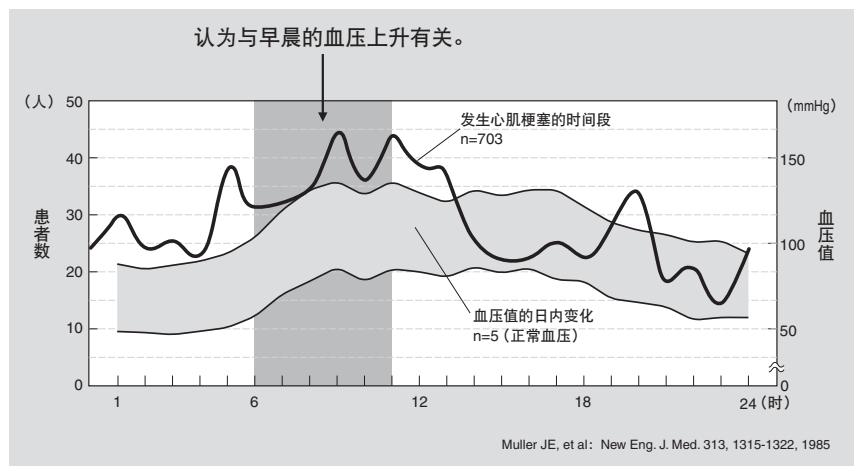


与心肌梗塞及中风的关系

从清晨到中午,由于自律神经处于活跃状态,因此血压高,血液易于凝固。这被认为是心肌梗塞及中风等危险疾病多发于清晨及中午的原因之一。

不仅要在医疗机构中测量血压,家庭血压是发现清晨血压高的重要手段之一,也是重视家庭血压的重要理由之一。

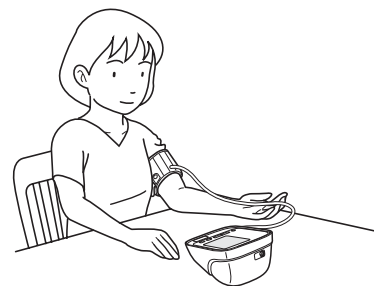
清晨增加的心肌梗塞与血压上升时间



清晨血压的测量

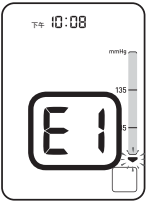
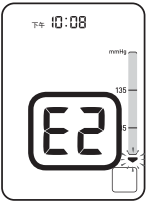
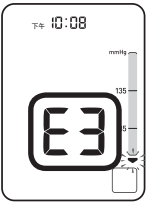
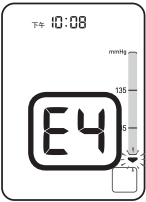
为了更准确的了解清晨血压,请在起床后1小时内、排尿后、早餐前、服用降压药前,测量您的血压。

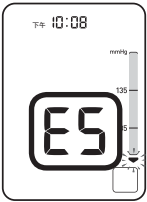
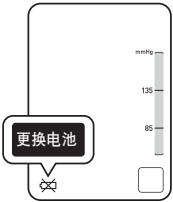
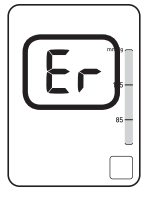
※ 由于人体的血压不断的变化,因此不仅在清晨,请在中午、晚间就寝前等固定的时间测量你的血压并作记录,提供给医生以便参考。(多次测量时,请记录下每一次的测量结果。)



画面显示出错时

测量不能正常进行时，会出现以下出错显示。

出错显示记号	原因	处理方法
 显示“E1”	袖带未加压	请正确缠绕袖带 (☞第 15 页) 请正确插入空气插头 (☞第 15 页)
 显示“E2”	袖带未能适当加压	请勿移动手臂和身体，重新测量 (☞第 19 页) 再次发生错误时，请勿自动加压， 改用手动加压进行测量 (☞第 24 页)
 显示“E3”	加压超过 300mmHg (40.0kPa) 以上	手动加压时，加到目标值后即 松开开始 / 停止按钮 (☞第 24 页) 袖带空气管弯曲，可能会导致加 压至 300mmHg (40.0kPa) 以上 请确保袖带空气管没有弯曲
 显示“E4”	在测量中移动手臂或说 话	请勿移动手臂和身体，重新测量 (☞第 19 页)

错误提示	原因	处理方法
 显示“E5”	未能正常检测出脉搏	请勿移动手臂和身体，重新测量 (☞第 19 页) 缠绕在外套上、或将外套袖子卷 起时，不能正确测量 请重新缠绕袖带 (☞第 15 页)
 “电池更换图标”亮灯时	电池能量不足	请同时更换 4 节新的电池 (☞第 11 页)
 显示“Er”	功能异常引起的故障	请拨打客户服务热线咨询 (☞第 46 页)

※ 测量过程中移动身体，显示上述错误提示时，可能会显示  图标。
※ 按照上述处理方法无法解决时，请拨打客户服务热线咨询。

有疑问时

常见问题及保修等

异常现象	原因	处理方法
血压值异常低 (高)	袖带没有正确缠好	请正确缠绕袖带 ( 第 15 页)
	测量中说话或移动手臂	测量时请保持安静 请参照血压测量 Q&A。 ( 第 35 页)
	卷起的衣服压迫了手臂	将压迫手臂的衣服脱去后测量。
压力无法增加	空气插头没有正确插在本体上	请正确连接 ( 第 15 页)
	袖带漏气	请另行购买新袖带 ( 第 46 页) ※ 新购买的袖带不带有空气插头。更换时请勿扔掉空气插头
袖带在短时间内进行排气	袖带缠的太松	请缠紧袖带 ( 第 15 页) ※ 若不缠紧, 会给袖带加上多余的压力而缩短其使用寿命
血压计正常工作, 也按照正确的测量方法进行了测量 · 但是比在医院测量的血压值高 (低) · 每次测量的值不同		请参照血压测量 Q&A。 ( 第 35 页)

状态	原因	处理方法
加压过程中断电 时间被复位	长时间不使用, 或温度变化干电池能量耗尽	更换新电池。 ( 第 11 页)
已经设置了时间, 但每次打开电源时, 时间 / 日期都显示为 “-:--”	拆换电池的时间太长	再次校准时间 ( 第 13 页) 取出电池的时间超过 30 秒, 时间会停止。在 30 秒内完成电池更换
按任何按钮后, 没有任何显示	电池能量完全消耗	更换新电池。 ( 第 11 页)
	电池的 ⊕ ⊖ 极接反	正确放入电池。 ( 第 11 页)
	未装干电池, 电源适配器与血压计连接脱落。	将电源适配器与血压计正确连接。 ( 第 12 页)
其它现象		请按下「开始 / 停止」按钮, 重新操作一遍。 请更换电池试试。 除此之外仍然无法测量, 请拨打客户服务热线咨询。 ( 第 46 页)

常见问题及保修等

※ 按照上述方法处理后仍然无法正常测量时, 则视为出现故障。产品故障及修理时, 请拨打客户服务热线咨询。( 第 46 页)

※ 极少数的客户可能会由于身体变化而不能进行正常测量。如果出现这种情况, 也请拨打客户服务热线咨询。( 第 46 页)

规格

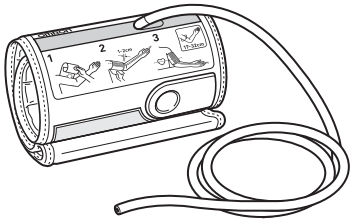
名称	电子血压计
型号	HEM-7220
显示方式	数字式显示方式
测量方法	示波测定法
测量范围	压力：0mmHg~299mmHg（0kPa~39.9kPa） 脉搏数：40跳/分～180跳/分
精度	压力：±3 mmHg（±0.4kPa）以内 脉搏数：精度为 ±5 %
压力检测	压力传感器
电源	5 号干电池（4 节）、电源适配器（AC220V）
电池寿命	约 300 次（5 号锰性干电池、室温 23℃、臂周 25cm、加压至 170mmHg（22.7kPa）的条件下）※ 也可使用碱性干电池。
使用温湿度	+5℃～+40℃・15%RH～85 % RH
保存温湿度	-20℃～+60℃・10%RH～95 % RH
运行大气压力	700hPa~1060hPa
运输和保存大气压力	500hPa~1060hPa
本体重量	约 380g（不含电池）
外形尺寸	宽 123mm × 高 85mm × 厚 158mm
袖带	宽 120mm × 长 480mm（质量约 130g）空气管长 600mm
电击保护	内部电源设备、Ⅱ类设备、B 型应用部分
进液防护分类	普通设备
消毒、灭菌方法	按照制造商推荐方法进行清洁
安全分类	不能在有易燃麻醉气与空气的混合气或与氧或氧化亚氮的混合气情况下使用的设备
按工作制分类	连续运行
电磁兼容性	1 组、B 类设备
附件	袖带（型号 HEM-CUFF-R22、适用臂周范围 17cm～32cm）、 试用干电池（5 号锰性干电池 4 节）、电源适配器、收藏软袋、 使用说明书（附欧姆龙产品保证书）、顾客服务一览表、合格证、 有毒有害物质或元素含有表

※ 产品规格若有变更，恕不另行通知。

关于另售品

需购买另售品时，请拨打客户服务热线咨询。
备有下面的另售品。

- 袖带
型号 HEM-CUFF-R22
适用臂周范围 17cm～32cm（上臂中央部）
这种袖带与本产品所附带的袖带相同。



※ 另外购买的袖带不带有空气插头。
请不要把空气插头扔掉，把它安装在新的袖带上使用。

欧姆龙客户服务热线：

客户服务热线

400-770-9988

服务时间

周一至周五 8:45-17:45

节假日休息

常见问题及保修等

1kPa=7.5 mmHg
注：数值已按四舍五入修正

常见问题及保修等

[illegible]