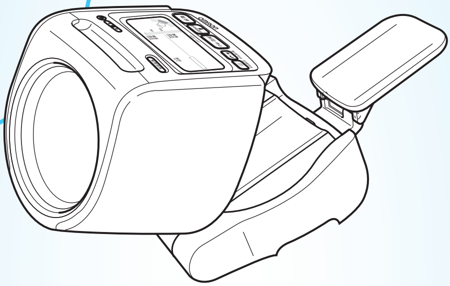
사용설명서

오므론 자동혈압계

HEM-1020



오므론 제품을 구입하여 주셔서 감사합니다.

- 본 설명서는 항상 가까이 두고 참조하여 주십시오.
- 본 설명서는 품질보증서를 겸하고 있습니다.
  분실하지 않도록 잘 보관하여 주십시오.
- **사용목적: 건강 관리를 위해 수축기혈압 및 확장기 혈압을 비관혈적으로 측정**

사용설명서의 내용에 따라 반드시 사용해 주십시오.

만일의 경우를 대비하여 분실하지 않도록 보관하여 주십시오.

측정 혈압에 대한 판단은 의사와 상의하시기 바랍니다.

본 설명서에 기재되어 있는 일러스트는 이미지입니다.

A Good Sense of Health

OMRON

목 차

사용하기 전에

혈압계 사용 방법 • • • • • 2
안전을 위한 주의사항 • • • 4
다음 품목들이 들어있습니까? • 7
각 부 명칭 • • • • • • • 8
전원을 준비합니다 • • • • 12
시간을 설정합니다 • • • • 14

측정 방법

커프에 팔을 넣습니다 • • • 16
올바른 자세를 확인합니다 • 18
혈압을 측정합니다 • • • • 20
기록 확인 • • • • • • • • 24
  측정 기록을 확인합니다 • 24
  주간 평균 확인하기 • • • 26
  조조고혈압과 주간 평균 • 28
손질과 보관 • • • • • • • 30

이상이있을때 이외

측정 Q&A • • • • • • • • 31
혈압 상식 • • • • • • • • 34
에러 표시 • • • • • • • • 39
고장이라고 생각되면 • • • 40
사양 • • • • • • • • • • 42
별매품 • • • • • • • • • 43

혈압계 사용 방법

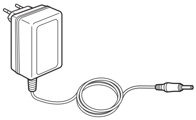
사용하기 전에

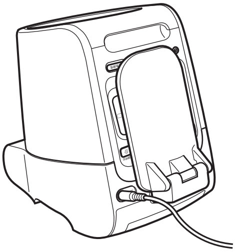
사용 방법

1

전원 준비

전용 AC 어댑터를 연결합니다.
【☞ 12페이지】





C 사이즈 알카라인 건전지 (별매)로도 사용할 수 있습니다.

시간은 미리 설정되어 있습니다. 시간이 빠르거나 늦으면 다시 설정하여 주십시오. 【☞ 14페이지】

2

측 정

1 커프에 팔을 통과 합니다.
【☞ 16페이지】

2 자세를 확인합니다.
【☞ 18페이지】

3 혈압을 측정합니다.
【☞ 20페이지】

1대의 혈압계로 2명의 사용자가 사용할 수 있습니다.

3

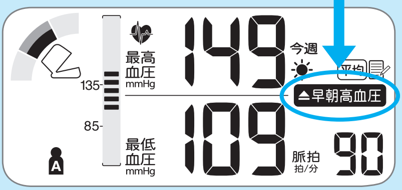
기록 확인

측정 기록을 확인합니다. 【☞ 24페이지】 **주간 평균 기록 확인** 【☞ 26페이지】

측정 결과는 자동으로 기록됩니다.

- 측정 기록 : 90회 × 2명
- 주간 아침 평균 기록 : 8주* × 2명
- 주간 야간 평균 기록 : 8주* × 2명
  (*8주 = 이번 주와 지난 7주)

조조고혈압 마크



주간 아침 평균값이 "고혈압 기준치" 보다 이상인 경우가 되면 조조고혈압 마크가 점등합니다

【☞ 28페이지】

안전을 위한 주의사항

●제품을 사용하기 전에 반드시 읽어 주시기 바랍니다.

경고 , 주의에 관하여	
⚠ 경고	잘못 취급할 경우, 사람이 사망 또는 상해를 입을 가능성이 잠재되어 있는 위험한 내용을 나타냅니다.
⚠ 주의	잘못 취급할 경우, 사람이 장해를 입거나 또는 물적 손해*가 발생할 가능성이 잠재되어 있는 내용을 나타냅니다.

* 물적 손해란: 가옥•재산 및 가축•애완 동물에까지 이르는 손해를 말합니다.

그림 기호의 예	
●	● 기호는 강제 (반드시 지켜야 할 사항)을 나타냅니다.
⃠	⃠ 기호는 금지 (해서는 안되는 사항)를 나타냅니다.

⚠ 경고

일반적인 사항에 관하여	
⃠	측정결과를 기준으로 투약량을 조절하지 마십시오. 약의 복용은 의사의 처방에 따라 주십시오. 고혈압의 진단과 치료는 의사만 가능합니다.
	다음 증상이 있을 때에는, 본 제품을 사용하기 전에 의사와 상담하여 주십시오. • 심방성 또는 심실성 기외수축이나 심방성 세동과 같은 부정맥. 동맥경화, 간류의 저하, 당뇨병, 고연령, 임신, 임신 중독증 (자간전증 또는 전자간증), 신장 질환 측정 중에 움직임, 떨림, 오환 등으로 인해 혈압 측정치에 영향을 미칠 수 있습니다.
	부상이나 치료중인 팔에 측정하지 마십시오.
	정맥주사나 수혈중인 팔에 커프를사용하지 마십시오.
	동정맥 션트(A−V)가 있는 팔에 측정할 경우, 사전에 의사와 상담하여 주십시오.
	다른 전자 의료기기와 동시에 사용하지 마십시오.
	HF 수술기기, MRI, CT 스캐너의 근처나 산소농도가 높은 환경에서는 사용하시 마십시오.
	AC 어댑터 코드가 유아나 소아의 목에 감기면 사망할 가능성이 있습니다.
	작은 부품은 유아나 소아가 삼키면, 질식할 가능성이 있습니다.
	피부에 통증이나 그외 이상을 느낄 때에는 사용을 중지하고 의사와 상담하여 주십시오.

이곳에 표시된 내용은 제품을 안전하고 올바르게 사용하기 위해 사용하시는 분은 물론 다른 분들에게 위험 및 재산상의 손해를 미연에 방지하기 위한 것입니다.

AC 어댑터 (별매) 의 취급에 관하여	
금지	기기나 전원 코드에 손상이 있을 때에는 사용하지 마십시오. 이 경우에는 즉시 전원을 끄고, 전원 플러그를 콘센트에서 뽑아 주십시오.
	적절한 교류 전압에서 사용하여 주십시오. 문어발식 배선은 하지 마십시오.
젖은 손 금지	젖은 손으로 전원 플러그를 콘센트에 꽂거나 뽑지 마십시오.

⚠ 주의

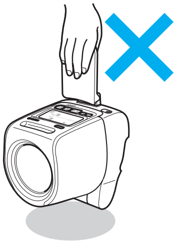
일반적인 사항에 관하여	
지시	반드시 의사와 상담하여 주십시오. 측정 결과에 따른 자기 진단이나 자기 치료는 위험합니다.
	측정 중에 가압이 멈추지 않는 등 이상이 있을 때는 신속하게 緊急排気 (긴급배기)스위치를 눌러 주십시오. • 압박에 의한 일시적인 내출혈이 발생하는 경우가 있습니다. • 당뇨병, 고지혈증, 고혈압증 등에 의해 동맥경화가 진행되면, 말초순환장애를 일으켜 손목과 상완의 혈압에 큰 차가 보여지는 경우가 있습니다.
	아래와 같은 증상이 있을 경우에는 사용 전에 의사와 상담하여 주십시오. • 유선절제를 한 경우. • 중증의 혈행장애나 혈액 질환이 있는 경우, 압박에 의한 내출혈이 발생할 수 있습니다.
	필요 이상으로 측정하지 마십시오. 압박에 의한 내출혈이 발생할 수 있습니다.
금지	유아 및 소아나 스스로 의사표시가 불가능한 사람은 사용하지 마십시오.
	필요 이상으로 가압하지 마십시오.
	본 제품을 혈압 측정 이외의 목적으로 사용하지 마십시오.
	커프를 잡고 이동하지 마십시오. 부상의 원인이 될 수 있습니다.
	커프의 헝겊 커버가 파손되어 있는 경우에는 측정하지 마십시오. 부상의 원인이 될 수 있습니다.
	혈압계의 근처에서 휴대전화나 전자파를 발생하는 기기를 사용하지 마십시오. 올바르게 조작되지 않는 경우가 있습니다.
	본체나 커프를 분해하거나 개조하지 마십시오. 정확하게 측정할 수 없습니다.
	습기가 많은 장소나 물이 닿을 수 있는 장소에서 사용하지 마십시오. 고장의 원인이 됩니다.
	이동수단 (자동차, 비행기 등)에서 사용하지 마십시오.

⚠ 주의

건전지의 취급에 관하여	
	건전지를 ⊕⊖ 극성에 맞도록 정확하게 넣어 주십시오.
	AA사이즈의 알카라인 건전지 또는 망간 건전지를 사용하여 주십시오. 이 외의 건전지는 사용하지 마십시오. 새로운 건전지와 오래된 건전지를 동시에 사용하지 마십시오.
	3개월 이상 사용하지 않을 경우, 건전지를 빼고 보관하여 주십시오.

AC 어댑터 (별매) 의 취급에 관하여	
	전원 플러그는 끝까지 정확히 꽂아 주십시오.
	전원 플러그를 뽑을 때에는 전원 코드를 잡아 당기지 마십시오. 전원 플러그를 잡고 뽑아 주십시오.
	전원 코드를 사용할 때에는 아래의 사항에 주의하여 주십시오. • 흠집내지 않음 • 파손시키지 않음 • 가공하지 않음 • 무리해서 구부리거나 당기지 않음 • 비틀지 않음 • 사용시 묶지 않음 • 끼워 넣지 않음 • 무거운 것을 올려 놓지 않음
	플러그의 먼지는 닦아 주십시오.
	장시간 사용을 하지 않을 때에는 전원 플러그를 뽑아 주십시오.
	손질 전에 전원 플러그를 뽑아 주십시오.
	전용 AC 어댑터 이외에는 사용하시 마십시오. 고장의 원인이 될 수 있습니다.

부탁의 말씀



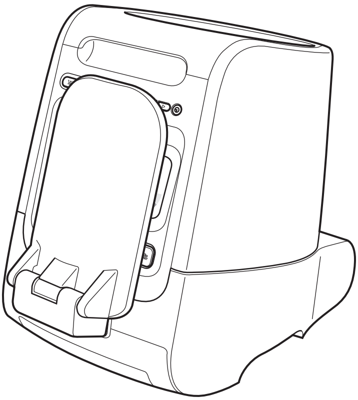
※ 본체에 강한 충격을 주거나, 떨어뜨리지 마십시오.
※ 커프에 팔을 통과하지 않은 상태에서 가압하지 마십시오.
※ 팔을 커프의 반대 방향에서 넣은 상태로 측정하지 마십시오.
※ 운반을 할 때는 본체 바닥면의 홈을 양손으로 잡고 이동하여 주십시오.
※ 운반할 때는 팔 받침대를 잡고 이동하지 마십시오.
※ 본체를 눕여 놓거나, 거꾸로 보관하지 마십시오.
※ 전자양립성에 관한 중요 정보가 기재된 별지 "EMC 정보"를 읽고 그에 따라 주십시오.
※ 지정된 환경 이외에서는 사용하지 마십시오. 올바르게 측정할 수 없는 경우가 있습니다.
※ 본체, 부품 및 별매품의 폐기는 지역의 규제에 따라 주십시오. 불법 폐기는 환경 오염의 원인이 됩니다.

다음 품목들이 들어 있습니까?

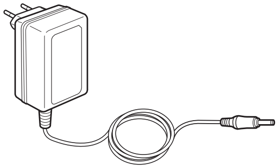
부족한 품목이 있으시면 오므론 고객서비스 센터 (1544−5718)로 문의하여 주십시오.

C 사이즈 알카라인 건전지 (별매)도 사용할 수 있습니다.

1 본체 (대상팔둘레: 17~32cm)



2 전용 AC 어댑터



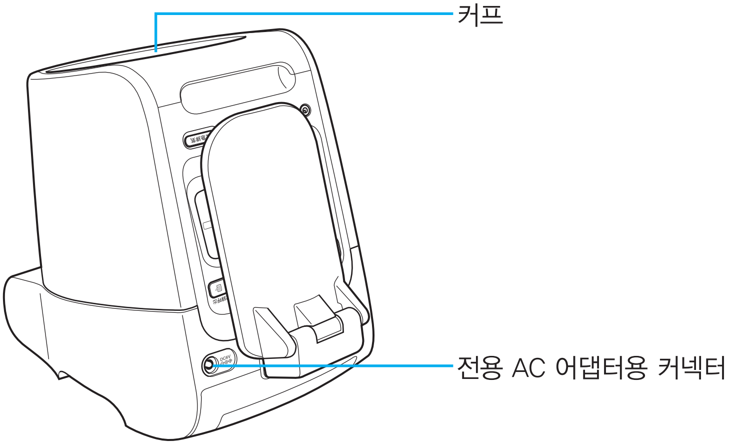
3 사용설명서 (품질보증서 포함): 본 설명서

4 EMC 정보 시트

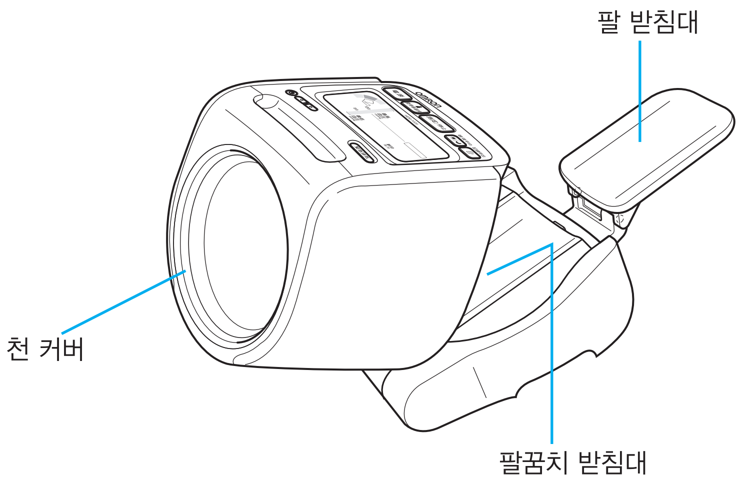
각 부 명칭

본　　체

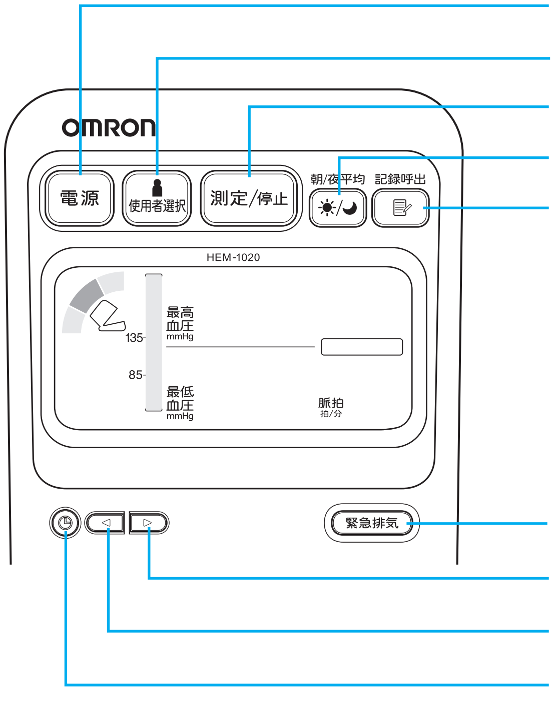
【커프를 접었을 경우】



【커프를 폈을 경우】



【조작부】



電源 (전원) 스위치

使用者選択 (사용자선택) 스위치

測定/停止 (측정/정지) 스위치

朝/夜平均 (아침/저녁평균) 스위치

記録呼出 (기록호출) 스위치

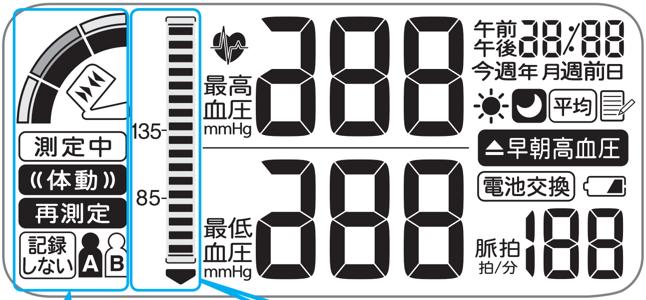
緊急排気 (긴급배기) 스위치

▷ (시계진행) 스위치

◁ (시계역진행) 스위치

◷ (시계설정) 스위치

표 시 부



측정 자세 체크 표시:
- 현재의 커프 각도를 표시
- 측정 시 커프 각도를 표시 (기록 표시중)

측정 중 표시:
측정 중에 표시

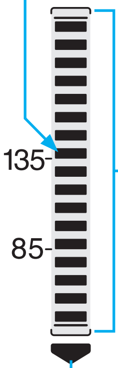
체동 마크:
측정 중에 신체 등이 움직였을 때 표시

재측정 마크:
측정이 정상적으로 실행되지 않았을 때 표시

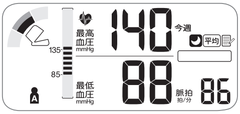
기록 안함 마크:
사용자를 선택할 때 「기록하지 않음」을 선택한 경우 표시

사용자 마크

이곳은 135 mmHg ～ 144 mmHg를 표시하고 있습니다.

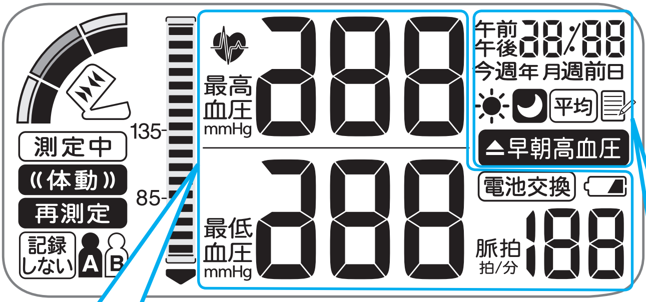


혈압 수치 레벨 표시:
측정 압력값과 측정값을 레벨로 표시합니다.
(1눈금＝약 10 mmHg)



(최고혈압 140 mmHg,
최저혈압 88 mmHg의 경우)

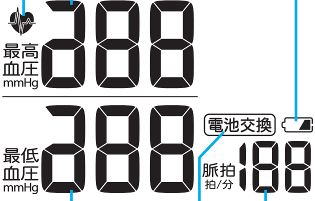
배기 마크: 배기 중에 표시됩니다.



맥파 마크:
측정 준비가 끝나면 점등했다가,
측정 시에는 점멸합니다.

건전지 마크:
건전지 잔량을 표시

최고혈압
(측정 압력값)



최저혈압

맥박수

건전지 교환 마크:
건전지 잔량이 적어지고,
건전지 교체가 필요할 때
표시

이번 주·이전 주 평균 마크:
이번 주 및 1~7 이전 주 평균과 함께 표시

날짜와 시간
(년, 지난 주, 기록 번호)

야간 마크:
야간 주 평균과
모두 표시

년, 월, 일:
시간 설정 시
표시

아침 마크:
아침의 주 평균과
모두 표시

평균 마크:
평균 값과 함께
표시

기록 마크:
측정 기록과
모두에 표시

조조고혈압 마크:
아침 주 평균값이 "고혈압 기준치" 이상인
경우 표시 【☞ 28페이지】

전원을 준비합니다

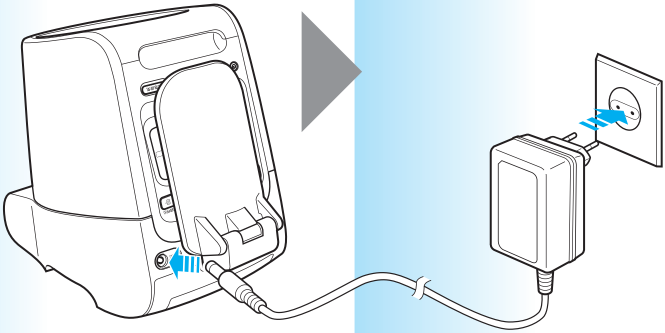
※ 전용 AC 어댑터 이외에는 사용하시지 마십시오.

1

전용 AC 어댑터의 본체용 플러그를 본체 커넥터에 연결합니다.

2

어댑터를 콘센트에 연결합니다.

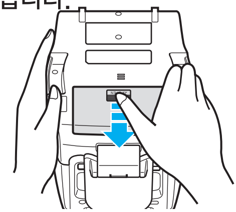


건전지를 사용하는 경우

※ 본 혈압계는 건전지도 사용할 수 있습니다. C 사이즈 알카라인 건전지를 사용하여 주십시오.

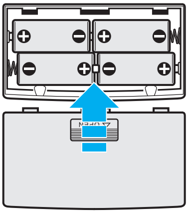
※ 본체, 부품 및 별매품의 폐기는 지역의 규제에 따라 주십시오. 불법 폐기는 환경 오염의 원인이 됩니다.

① 본체 뒷면에 있는 건전지 커버를 분리합니다.



건전지 커버를 눌러
화살표 방향으로 밀어냅니다.

② 건전지를 넣고 건전지 커버를 닫습니다.



건전지 커버는 딸깍 소리가
날 때까지 닫아 주십시오.

건전지 수명

중 요

건전지로만 사용하는 경우, 사용 조건에 따라서 건전지 수명은 다를 수 있습니다.

(C 사이즈 알카라인 건전지 4개 사용 시)

실온 23℃, 170 mmHg 가압, 대상팔둘레 25 cm인 경우: 약 300회

실온 15℃, 210 mmHg 가압, 대상팔둘레 17 cm인 경우: 약 100회

※ 측정 횟수는 건전지 제조업체 및 보존기간, 사용온도, 가압치, 대상팔둘레에 따라 크게 다를 수 있습니다.

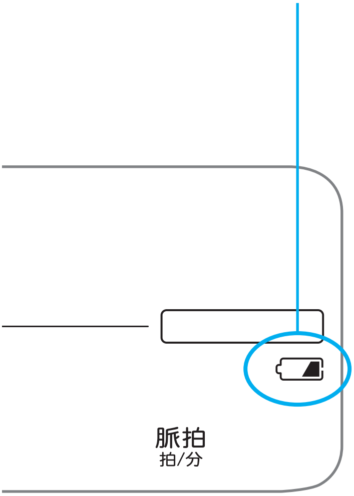
※ 실온이 낮을 때는 전용 AC 어댑터의 사용을 권장합니다.

건전지 교환

※ 사용이 완료된 건전지는 분리수거 규정에 따라 처분하여 주십시오.

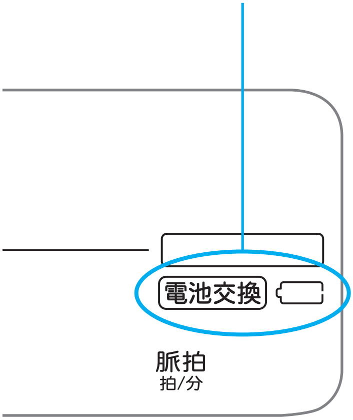
건전지 마크 점등

건전지가 곧 소모됩니다.



건전지 교환 마크 점등 電池交換

건전지가 전부 소모되었습니다.
같은 종류의 새 C 사이즈 알카라인 건전지 4개로 교환하여 주십시오.



시간을 설정합니다

중 요

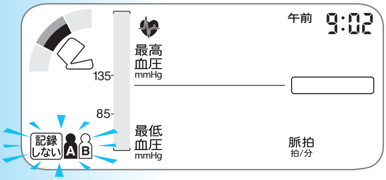
시간 설정은 혈압계 시간이 오전 10:00 ~ 오후 6:59 사이에 있을 때 설정하여 주십시오.

그 이외의 시간대에 시간을 변경하거나, 주 전환을 포함한 날짜를 변경하면 주 평균이 제대로 계산되지 않을 수 있습니다. 【☞ 29페이지】

1 커프를 열고

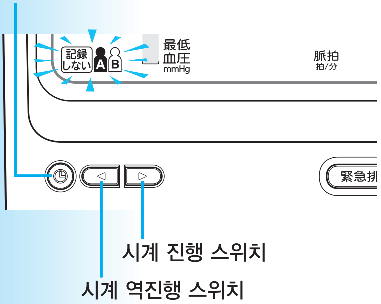
電源 (전원) 스위치를 누릅니다.

측정 대기 상태가 됩니다.

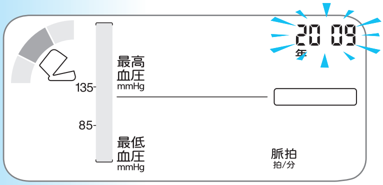


2 측정 대기 상태에서 「년」이 깜박일 때까지

시계 설정 스위치를 누릅니다.



시계 설정 모드에서 「년」이 점멸합니다.



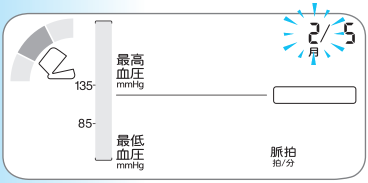
시간은 미리 설정되어 있습니다.
시간이 빨라지거나 느려진 경우에는 다시 설정하여 주십시오.

3

「년」을 설정합니다.

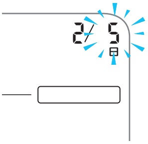
(시계 진행)/ (시계 역진행) 스위치를 사용하여 「년」을 맞추고 (시계 설정) 스위치를 눌러서 설정합니다.

「년」이 설정되고 「월」이 점멸합니다.



위와 동일하게 「월」을 설정합니다.

「월」 설정
「일」 점멸



위와 동일하게 「일」을 설정합니다.

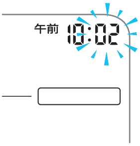
「일」 설정
「시」 점멸

4

「시」 와 「분」을 설정합니다.

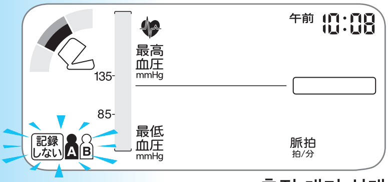
동일하게 「시」를 설정합니다.

「시」 설정
「분」 점멸



동일하게 「분」을 설정합니다.

「분」을 설정하면 시간 설정이 완료됩니다.



측정 대기 상태

電源 (전원) 스위치를 눌러 전원을 끕니다.

전원을 끄지 않고 바로 측정할 수도 있습니다.

- 장기간 사용하지 않아 시계가 맞지 않은 경우에는 제대로 다시 설정하여 주십시오.
  시간을 다시 설정할 때는 모든 기록을 삭제하고 사용하여 주십시오. 【 27페이지】

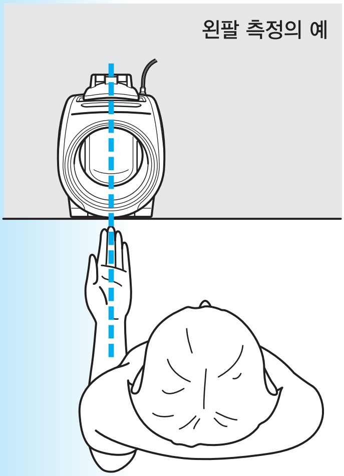
커프에 팔을 넣습니다

※ 맨살이나 얇은 옷만 입은 상태에서 측정하여 주십시오.
※ 두꺼운 옷을 입고 있는 경우에는 팔을 걷지 말고 탈의한 후에 측정하여 주십시오
※ 화장실은 미리 다녀오십시오.
※ 너무 춥거나 덥지 않은 실내에서 측정하여 주십시오.

1

측정하는 팔 앞에 혈압계를 둡니다.

오른팔, 왼팔 양쪽 모두 측정이 가능합니다.

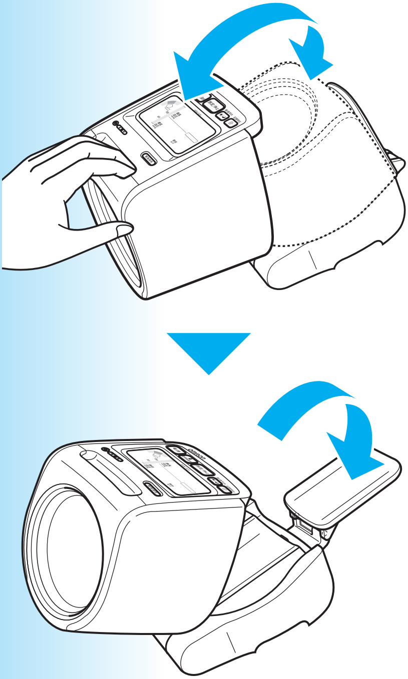


몸이 아니라 팔 정면에 둡니다.

2

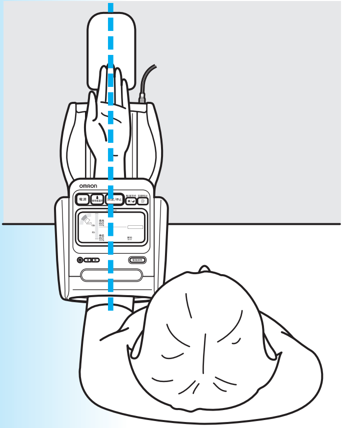
커프와 팔 받침대를 엽니다.

커프는 이 범위에서 움직입니다.



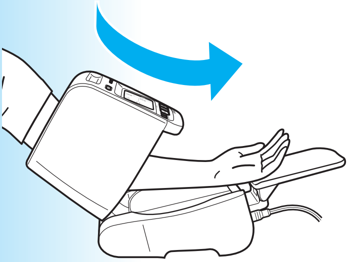
3

커프에 팔을 넣습니다.

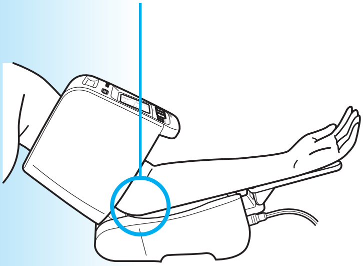


4

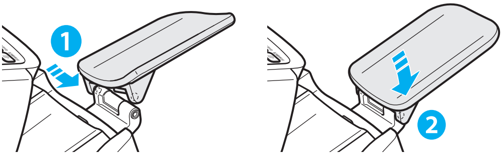
팔꿈치 받침대에 팔꿈치를 올려 놓습니다.



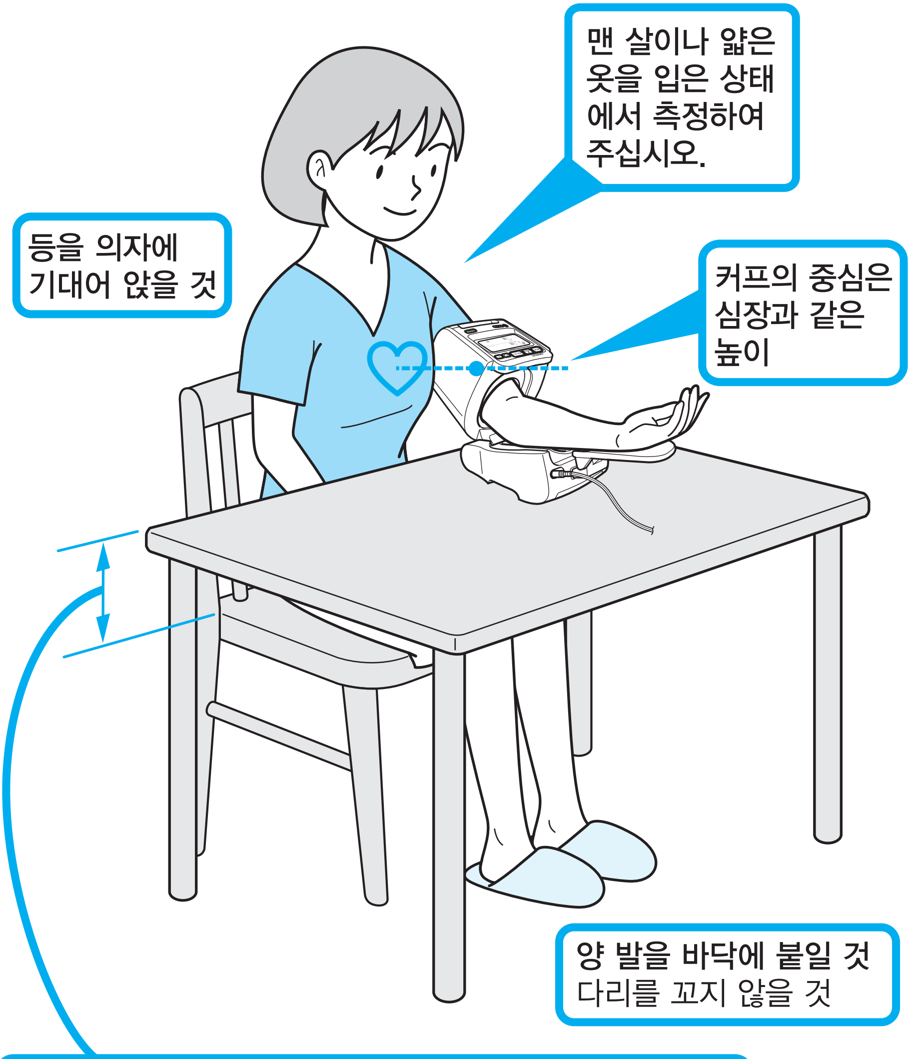
팔꿈치를 올려 주십시오.



팔꿈치 받침대가 빠지면 그림 ①②와 같이 다시 장착하여 주십시오.



올바른 자세를 확인합니다



책상과 의자의 높이 차는 25~30cm가 이상적입니다.

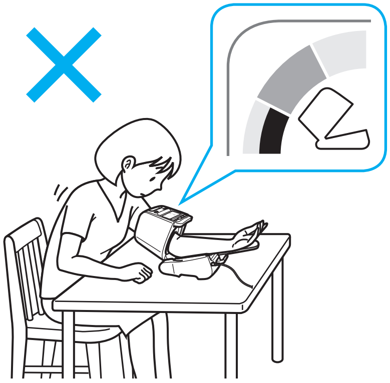
가정에서의 테이블과 의자의 높이 차는 일반적으로 25~30 cm입니다.
(좌식 책상의 경우에는 바닥과 책상면의 높이 차입니다.)

정확한 측정 서포트 기능

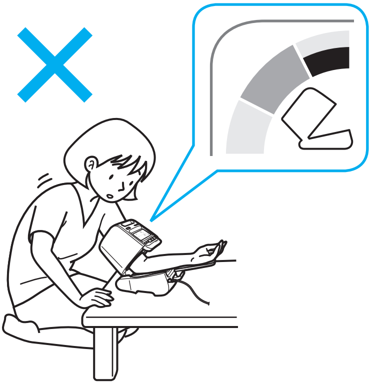
측정 자세 체크 표시로 올바른 자세를 알려줍니다.

커프가 올바른 각도가 되면 안쪽 검은 마크가 중앙으로 이동됩니다.

아래의 경우에는 정확한 측정이 되지 않습니다.



혈압계가 너무 멀리 있습니다.



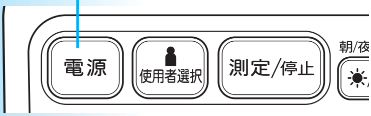
혈압계가 너무 낮게 있습니다.

앞으로 숙인 자세가 되어 배를 압박하고 있습니다.
측정 시 자세가 앞으로 기울어지면 정확한 측정을 할 수 없습니다.

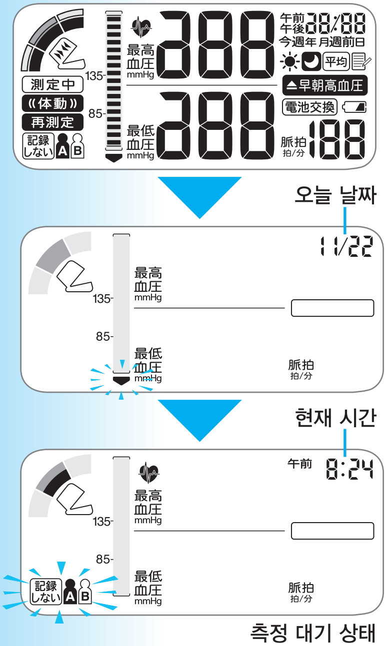
혈압을 측정합니다

1 커프에 팔을 넣은 상태로

電源 (전원) 스위치를 누릅니다.



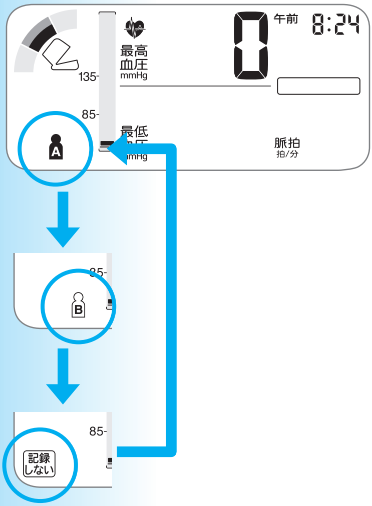
아래와 같이 표시가 전환됩니다.



2

使用者選択 (사용자선택) 스위치를 눌러서 사용자를 선택합니다.

스위치를 누르면 사용자가 전환됩니다.

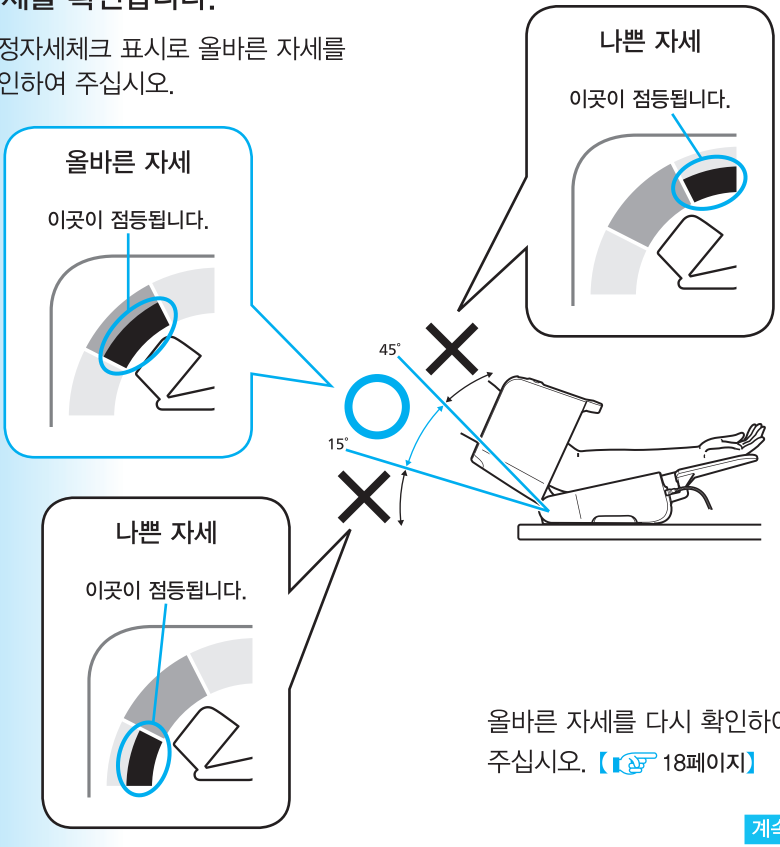


※ 使用者選択 (사용자선택) 스위치를 누르지 않고 측정하면 측정 결과는 기록되지 않습니다.

※ 안전을 위해 커프가 닫힌 상태에서는 전원이 켜지지 않습니다.

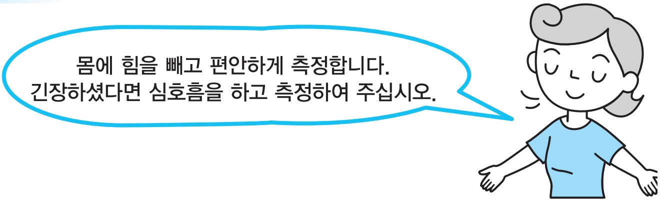
3 자세를 확인합니다.

측정자세체크 표시로 올바른 자세를
확인하여 주십시오.



올바른 자세를 다시 확인하여
주십시오. 【☞ 18페이지】

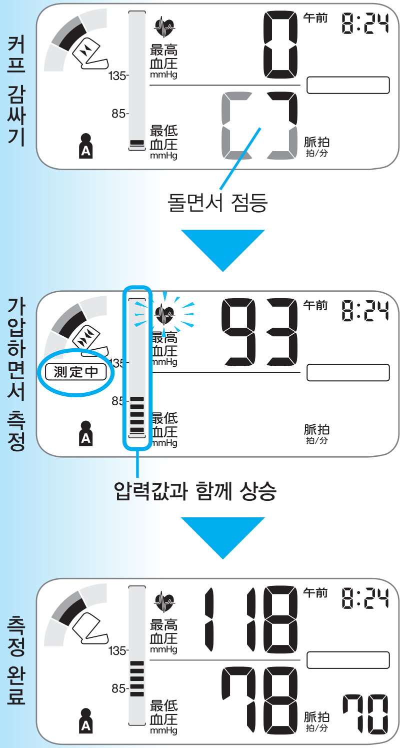
계속



4

測定/停止 (측정/정지)스위치를 누릅니다.

측정이 시작됩니다.

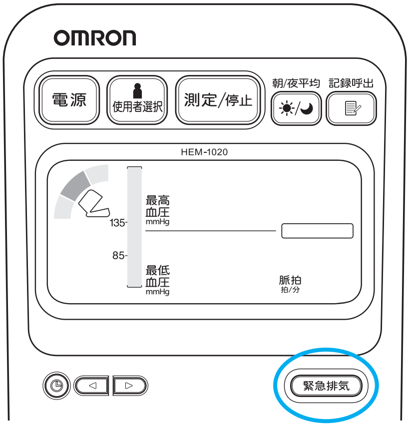


측정을 중지하고 싶을 때는

電源 (전원) 스위치 또는 測定/停止 (측정/정지) 스위치를 누르면 측정이 멈추고 커프에서 공기가 빠집니다. 안전을 고려하여 아무 스위치를 눌러도 측정이 중지됩니다.

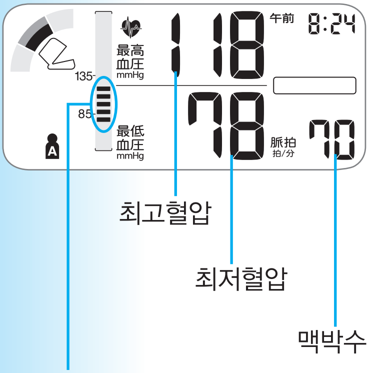
중요

電源 (전원) 스위치 또는 測定/停止 (측정/정지) 스위치를 눌러도 가압이 멈추지 않으면 緊急排気 (긴급배기) 스위치를 눌러 주십시오.



※ 반복해서 측정할 때는 약 2~3분 정도 간격을 두고 측정하여 주십시오.
※ 측정 결과의 자가 판단, 치료는 위험합니다. 반드시 의사의 지도를 따라 주십시오.

5 측정값을 확인합니다.



혈압 수치 레벨 표시는 최고혈압과 최저혈압의 사이가 점등됩니다.

측정 결과는 자동으로 기록됩니다.

「기록 확인」【☞ 24페이지】

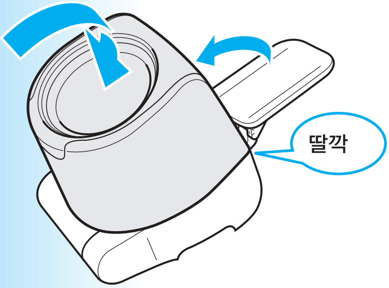
6 커프에서 공기가 빠지면 팔을 빼고 電源 (전원) 스위치를 눌러 전원을 끕니다.

전원을 끄지 않아도 약 5분 후에 자동으로 전원이 꺼집니다

커프와 팔 받침대 정리

커프를 원래의 위치로 돌려놓습니다. 딸깍 소리가 나면서 본체에 고정됩니다.

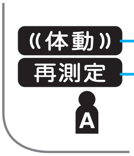
「손질과 보관」【☞ 30페이지】



커프를 원래대로 돌려놓아도 전원이 꺼집니다.

체동 마크와 재측정 마크

《体動》 이나 再測定 이 점등하면 제대로 측정이 되지 않은 것입니다.



《体動》: 측정 중에 몸을 움직이는 등에 인해 정확한 측정을 하지 못하는 경우가 있습니다. 다시 한번 측정하여 주십시오.

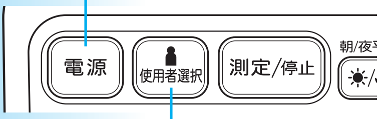
再測定: 측정이 정상적으로 되지 않았습니다. 다시 한번 측정하시기를 권장합니다.

기록확인 측정 기록을 확인합니다.

본 혈압계는 10분 이내에 측정한 3회 측정 기록의 평균치를 계산하여 저장합니다.
연속으로 측정한 경우에 측정 기록을 참조하여 주십시오.

1 커프를 열고,

電源 (전원) 스위치를 누릅니다.



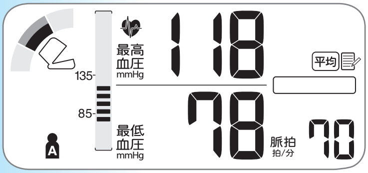
使用者選択 (사용자선택) 스위치를 눌러 확인을 원하는 사용자를 선택합니다.

2

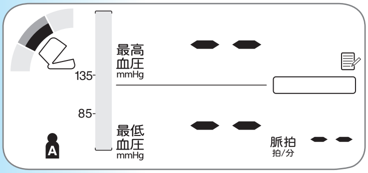
記録呼出 (기록호출) 스위치를 누릅니다.

평균값이 표시됩니다.

표시 예: (사용자 A의 평균값)



표시 예: (저장된 기록이 없는 경우)



※ 기록된 측정값이 90회, 또는 아침과 저녁의 주 평균이 8주를 초과하면 자동으로 오래된 순서대로 삭제되고 새로운 측정값이 기록됩니다.

※ 측정 시 《体動》이 점등하였다면, 측정 기록을 확인할 때도 점등됩니다.

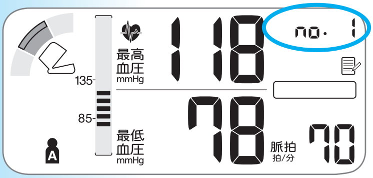
본 혈압계는 2명의 사용자의 혈압과 맥박을 시간과 함께 기록합니다. 최근 3회 측정 평균치와 최대 90회의 측정 기록, 8 주간의 아침과 저녁의 주 평균을 각각 확인할 수 있습니다.

3 평균값 표시 중에

記録呼出 (기록호출) 스위치를 누릅니다.

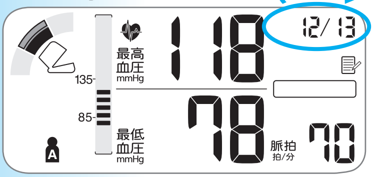
가장 최근의 측정 기록이 표시됩니다.

최근의 측정 결과는 1로 표시됩니다.
기록번호가 표시됩니다.



날짜와 시간이 교대로 표시됩니다.

최근 측정 기록

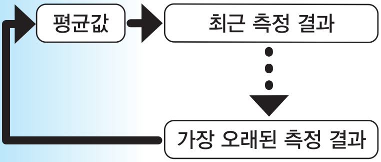


4 측정 기록 표시 중에,

記録呼出 (기록호출) 스위치를 누릅니다.

이전 측정 결과가 표시됩니다.

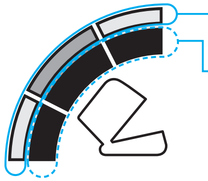
누를 때마다 한단계씩 이전 결과를 확인할 수 있습니다. 스위치를 누르고 있으면 가장 오래된 결과까지 빠르게 이동할 수 있습니다.



電源 (전원) 스위치를 눌러 전원을 끕니다.

전원을 끄지 않아도 약 5분 후에 자동으로 전원이 꺼집니다

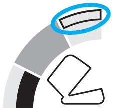
「손질과 보관」【☞ 30페이지】



측정 시 올바른 자세 표시가 측정 기록과 함께 표시됩니다.

잠시 후에 현재의 커프 각도가 안쪽에 표시됩니다.

올바른 자세로 측정한 예
(커프가 너무 벌어져 있습니다.)

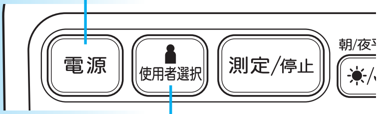


잘못된 자세로 측정한 예
(커프가 너무 벌어져 있습니다.)

주간 평균 확인하기

1 커프를 열고,

電源 (전원) 스위치를 누릅니다.



使用者選択 (사용자선택) 스위치를 눌러 확인을 원하는 사용자를 선택합니다.

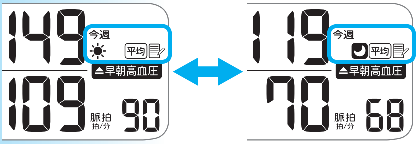
2

朝/夜平均 (아침/저녁평균) 스위치를 누릅니다.

이번 주의 아침/저녁 평균이 교대로 표시됩니다.

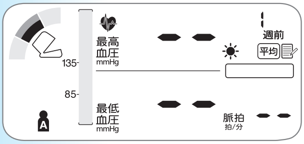
표시 예 (이번 주, 조조고혈압)

아침 평균　　　저녁 평균



교대로 표시

측정 결과가 없는 경우에는 아래 그림처럼 표시됩니다.
(표시 예: 1 주일 전의 아침 평균 측정 기록이 없는 경우)



조조고혈압 마크

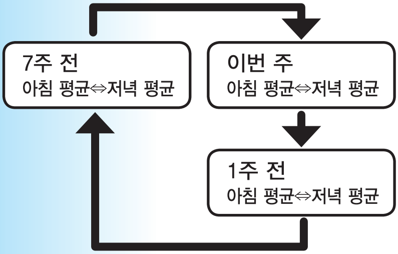
아침 평균이 고혈압의 기준 이상인 경우에는 ▲早朝高血圧가 점등됩니다. 【☞ 28페이지】

본 혈압계는 아침과 저녁의 혈압을 각각 1주일 단위로 평균을 계산하여 기록합니다.
아침 · 저녁의 주간에 대한 이번 주와 지난 7주분의 주간 평균을 불러올 수 있습니다.

3 주간 평균 표시 중에

朝/夜平均 (아침/저녁평균) 스위치를 누릅니다.

아침/저녁평균 스위치를 누를 때마다 일주일 단위로 전환됩니다.



電源 (전원) 스위치를 눌러 전원을 끕니다.

전원을 끄지 않아도 약 5분 후에 자동으로 전원이 꺼집니다

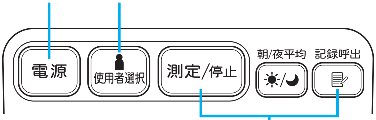
「손질과 보관」【☞ 30페이지】

측정 기록 모두 삭제

기록된 측정 결과와 주간 평균 기록이 모두 삭제됩니다.

측정값은 하나씩 삭제할 수 없습니다.

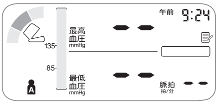
1 커프를 열고, 전원을 켜고, 기록을 삭제하려는 사용자를 선택합니다.



2 記録呼出 (기록호출) 스위치를 누른 상태로, 測定/停止 (측정/정지) 스위치를 약 3초간 계속하여 누릅니다.

測定/停止 (측정/정지) 스위치를 먼저 누르면 측정을 시작합니다.

삭제 완료 화면



電源 (전원) 스위치를 눌러 전원을 끕니다.

전원을 끄지 않아도 약 5분 후에 자동으로 전원이 꺼집니다

「손질과 보관」【☞ 30페이지】

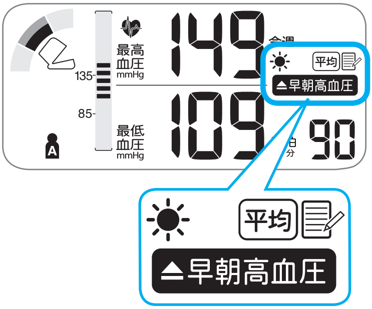
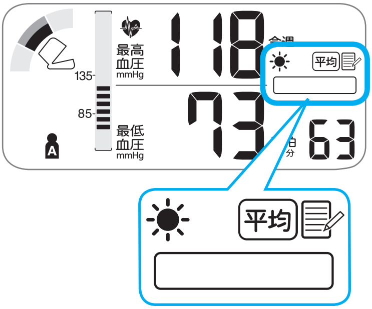
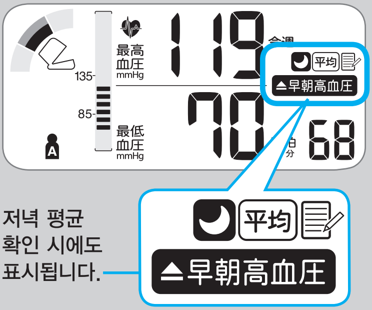
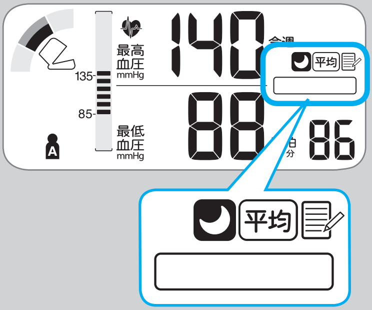
조조고혈압 확인 기능

아침 평균이 고혈압 기준보다 이상
(최고혈압 135mmHg 이상 또는 최저혈압 85mmHg 이상*)인
경우에는 조조고혈압 마크가 점등합니다.

▲早朝高血圧
조조고혈압 마크

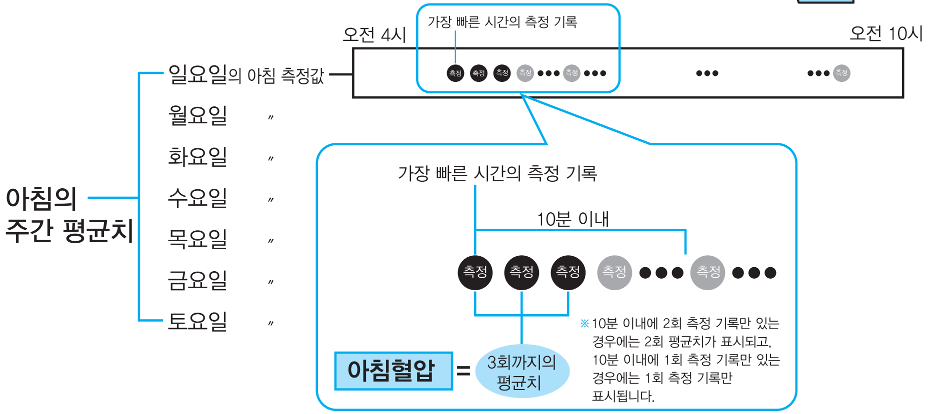
출처 : 한국 고혈압학회 혈압 모니터 지침 2007에 의함.

(아래 표는 사용자 A의 이번 주 평균 예입니다.)

	아침 평균이 고혈압 기준보다 이상인 경우	아침 평균이 고혈압 기준보다 미만인 경우
아침 평균		
저녁 평균	 저녁 평균 확인 시에도 표시됩니다.	

- 저녁 평균이 고혈압 기준보다 이상인 경우에는 점등하지 않습니다.
- 조조고혈압 마크는 아침 평균 · 저녁 평균 확인 두가지 모두에서 점등됩니다.

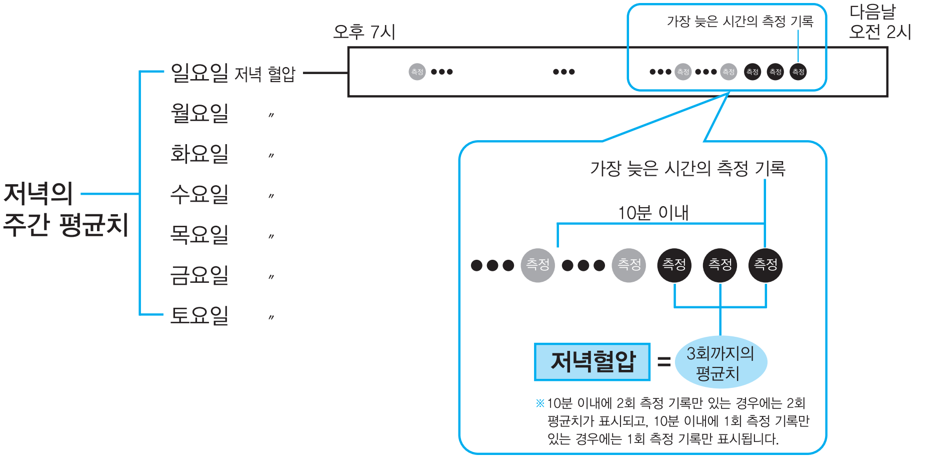
아침의 주간 평균



아침의 주 평균값: 일요일~토요일 「아침혈압」의 평균치입니다.

아침혈압 : 오전 4시부터 오전 10시 사이에 가장 빠른 시간의 측정 기록에서 10분 이내에 처음 3회까지의 측정 기록의 「평균치」입니다.

저녁의 주간 평균



저녁의 주 평균값: 일요일~토요일 「저녁혈압」의 평균치입니다.

저녁혈압 : 오후 7시부터 다음날 오전 2시 사이에 가장 늦은 시간의 측정 기록에서 10분 이내에 마지막 3회의 측정 기록의 「평균치」입니다.

손질과 보관

여기에 기재되어 있는 주의사항, 기타 올바른 사용 방법을 반드시 지켜 주십시오.
지키지 않은 경우에는 품질에 대한 책임을 지지 않습니다.

손질에 관하여

혈압계는 항상 청결하게 사용하여 주십시오.

본체에 묻은 오염물은 부드럽고 마른 헝겊으로 닦아 주십시오.

오염이 심할 경우에는 물 또는 중성 세제를 적신 헝겊을 잘 짜서 닦은 후에, 부드럽고 마른 헝겊으로 닦아 주십시오.

손질 시 주의사항

본체 내부에 물 등이 들어가지 않도록 주의하여 주십시오.

커프 헝겊 커버는 분해하지 마십시오.

커프가 젖지 않도록 주의하여 주십시오.

오염물을 제거할 때는 알코올, 벤젠, 시너 등을 사용하지 마십시오.

보관에 관하여

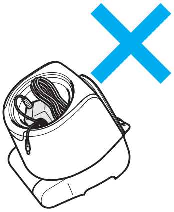
커프와 팔 받침대는 접어서 보관하여 주십시오.

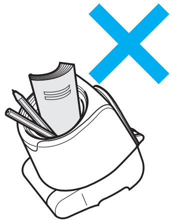
보관 시 주의사항

다음과 같은 곳에는 보관하지 마십시오.

- 물이 닿는 곳
- 고온 · 다습, 직사광선, 먼지, 염분 등을 포함하고 있는 공기의 영향을 받는 곳
- 경사, 진동, 충격이 있는 곳
- 화학 약품의 보관 장소나 부식성 가스가 발생하는 곳

혈압계를 사용하시지 않을 때, 또는 이동할 때 등 커프 안에 물건 (예 : 필기도구 및 노트, 전용 AC 어댑터 등)을 넣지 마십시오.
커프의 헝겊 커버나 본체가 파손되어 측정할 수 없게 되는 원인이 될 수 있습니다.





측정 Q&A

Q. 병원에서의 수치와 비교하여 낮게 나옵니다.…

A. 이상이 있는 것이 아닙니다.

병원에서는 충분한 안정을 취하지 않고 긴장도 한 상태이기 때문에, 평소보다 혈압이 높아지는 경우가 자주 있습니다. 이것을 백의효과라고 하며, 30 mmHg 이상 높아질 수 있습니다. 백의효과가 없는 가정에서의 혈압이 신체 상태를 정확하게 나타낸다고 알려져 있습니다. 가정혈압을 진료에 활용하는 것이 중요합니다.

A. 측정할 때, 커프의 위치가 심장보다 높지 않았습니까?

커프의 위치가 심장보다 높으면 혈압이 낮게 측정될 수 있습니다.

Q. 병원에서의 수치와 비교하여 높게 나옵니다.…

A. 혈압약을 복용합니까?

아침에 혈압약을 복용하고 외래 진료를 받을 때에 비하여, 약을 먹기 직전에 가정에서 측정하는 편이 혈압이 높아지는 경우가 있습니다. 이것을 가면고혈압이라고 합니다. 의사와 상담하여 주십시오.

A. 팔꿈치를 팔꿈치 받침대의 홈에 올려 놓았습니까?

커프의 위치가 틀리면, 압박력이 혈관에 전달되기 어려워져 혈압은 높게 측정됩니다.

팔꿈치 위치를 확인하여 주십시오. 【 17페이지】

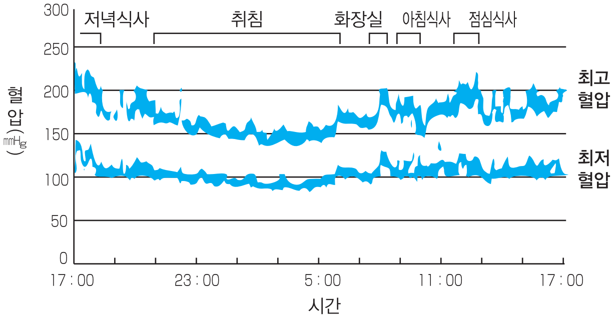
A. 허리를 구부리거나 책상다리로 앉아 측정하지 않았습니까?

허리를 구부리거나, 책상다리로 앉거나, 소파나 낮은 테이블에서 구부리는 등의 자세는 복부에 압력이 가해집니다. 또한 커프의 위치가 심장보다 낮기 때문에 바르게 측정할 수 없습니다. 바른 자세로 측정하여 주십시오.

Q. 측정할 때마다 측정값이 다르게 나옵니다.…

A.동일한 시간대에 측정하고 있습니까?

아래 그래프는 10초 간격으로 혈압을 측정한 결과입니다.
혈압은 하루 중에서도 이렇게 변동하고 있습니다.
정확한 혈압 관리를 위하여 매일 같은 시간대에 측정합시다.



상완 혈압의 데이터 (요코하마 시립대학 의학부 제공)

A.혈압은 시시각각 변화하고 있습니다.

집에서 측정을 해도 측정자세, 커프의 감는 방법이나 아래의 요인에 의해 변화합니다.

- 식사 후 1시간 이내
- 흡연
- 운동
- 측정 시 대화
- 실내 온도 변화
- 술, 커피, 홍차를 마신 후
- 목욕 후
- 배뇨 · 배변 후
- 긴장이나 불안
- 평상 시와 다른 환경

A.계속해서 측정하면 울혈이 생기지 않습니까?

팔을 압박하면 손 끝의 혈액이 멈춰 울혈 상태가 될 수 있습니다.
울혈을 없애기 위해서는 커프에서 팔을 빼고 손을 높이 올려 손바닥을 쥐었다 펴는 운동을 15회 정도 반복하여 주십시오.

Q. 커프가 조일 때 통증이나 저림을 느낍니다만…

A. 일시적인 현상으로 걱정하지 않으셔도 됩니다.

혈압 측정은 동맥의 혈액 흐름을 일시적으로 멈출 때까지 조일 필요가 있습니다. 통증이나 저림을 느낄 수 있으나 커프를 빼고 잠시 있으면 괜찮아 집니다.

Q. 측정 시간은 언제가 좋습니까?

A. 아침에는 기상 후 1시간 이내, 밤에는 잠자기 전

기상 후 1시간 이내와 취침 전에 측정하십시오.
아침은 기상 후 1시간 이내에, 배뇨 후, 조식 전, 복약 전에 측정합니다.
밤은 취침 전에 측정합니다.
두 경우 모두 1~2분 안정을 취하고 측정하십시오.

Q. 가정에서의 혈압 관리 요령은?

A. 혈압수치 뿐 아니라 약의 복용이나 생활 상태도 기록하여 주십시오.

매일 혈압을 기록하면 자신의 혈압 변동 경향을 알 수 있으므로 건강 관리에 도움이 됩니다. 또한 의사의 진단을 받는 경우에도 크게 도움이 됩니다. 정확한 진단을 위하여 혈압 수치 뿐만 아니라 측정 시의 상태 (혈압약 등의 복용 여부 및 생활 상태 등)를 포함하여 기록해 둘 것을 권장합니다.

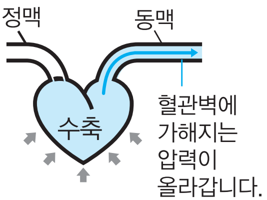
혈압 상식

혈압이란

혈액은 심장이라고 하는 펌프의 박동 (수축하고 확장하는 일)에 의하여 동맥으로 보내집니다.
혈액을 동맥으로 내보될 때의 압력을 「최고혈압」이라고 합니다.
몸 전체를 순환한 혈액이 돌아와서 심장이 확장할 때의 압력을 「최저혈압」이라고 합니다.

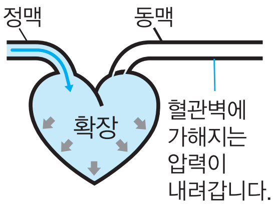
최고혈압

혈액을 내보냅니다.



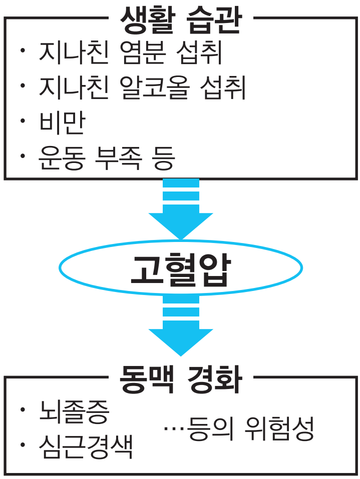
최저혈압

혈액이 돌아옵니다.



건강과 혈압

혈압은 일상 생활이나 나이의 영향을 받아 변합니다. 고혈압은 동맥경화로 발전하고 뇌졸증이나 심근경색 등의 위험한 병을 일으키기 쉽게 만드는 증상입니다.
혈압의 상태를 앎으로써 건강과 생활 습관을 고치는 계기로 삼아 주십시오.



고혈압의 기준

최근, 세계의 주요 학회에서는 가정에서의 고혈압의 기준을 아래와 같이 정의하였습니다.
혈압의 상태를 아는 기준으로써 이용하여 주십시오.

※ 걱정이 되는 경우에는 반드시 의사의 지도를 받아 주십시오.

최고혈압 (수축기혈압) 135 mmHg 이상

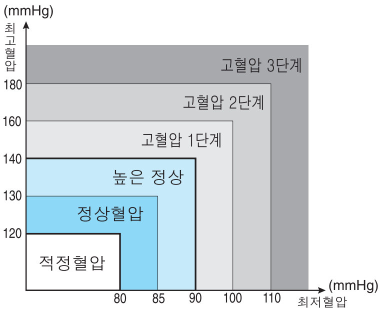
최저혈압 (확장기혈압) 85 mmHg 이상

출처: 대한고혈압학회 고혈압 진료지침 2013

혈압의 분류

세계보건기구 (WHO), 국제고혈압학회(ISH)에서는 병원에서의 혈압 측정을 기본으로 아래 그래프와 같이 혈압의 분류를 제정하였습니다.
이는 나이에 관계없이 병원에서 의자에 앉아 상완으로 측정한 값을 기준으로 합니다.

※ 저혈압에 대한 정의는 따로 없습니다. 일반적으로 최고혈압이 100mmHg이하인 경우를 저혈압이라고 합니다.



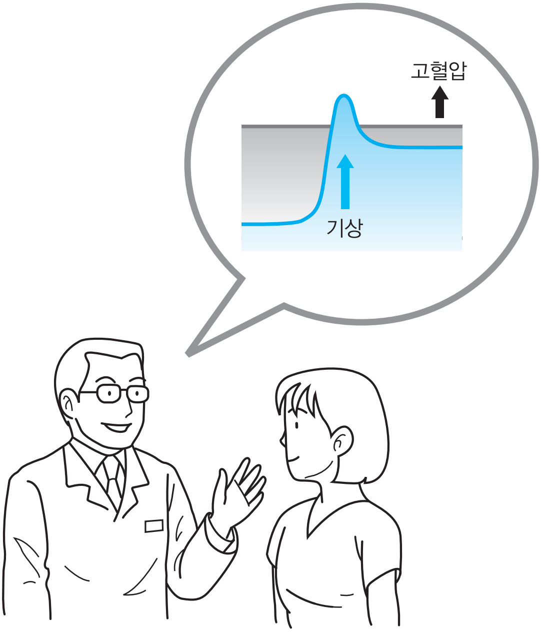
※1999 World Health Organization–International Society of Hypertension Guidelines for the Management of Hypertension

조조고혈압에 대하여

◆조조고혈압이란

혈압은 하루에도 크게 변동합니다. 변동방식은 개인차가 있지만, 정상혈압의 경우에는 기상 후 서서히 상승하여 오후쯤 최고치를 보인 후 조금 내려가며 저녁 쯤에 다시 한번 최고치가 된 다음 서서히 떨어져 심야에 가장 낮아집니다. 그러나 이 혈압의 변동 패턴이 바뀌어, 아침 혈압이 급상승하는 경우가 있는데 이를 조조고혈압이라 하여 주목하고 있습니다.

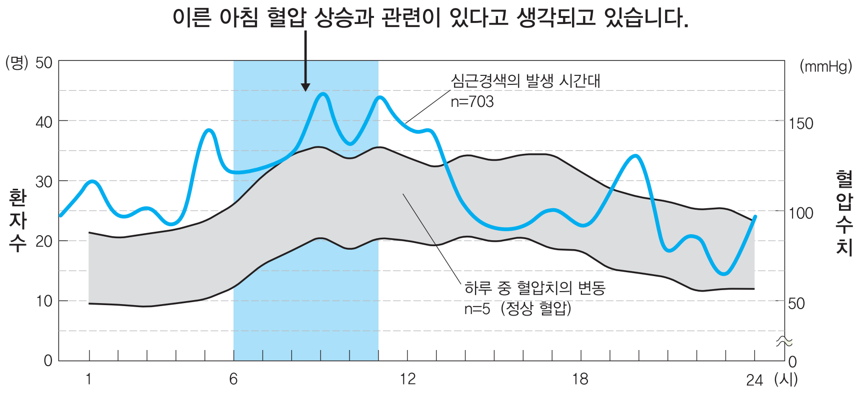
강압제를 복용하고 있는 분의 경우 아침식사 후 약을 복용하여 혈압을 떨어뜨린 후에 점심 쯤 병원에서 혈압을 측정하실 경우에는 자칫 정상으로 나올 가능성이 있으므로 주의를 기울일 필요가 있습니다. (가면 고혈압)



◆가정 혈압의 중요성

아침부터 정오 사이에 자율신경이 활성화되기 때문에 혈압은 높고 혈액은 굳어지기 쉽습니다. 이는 심근경색이나 뇌졸중 등의 위험한 병이 아침부터 정오 사이에 많이 발생되는 하나의 원인으로 생각되고 있습니다.
의료시설에서 측정하는 혈압 뿐만 아니라 가정에서 측정하는 혈압을 중시하는 가장 큰 이유 중 하나는 이른 아침의 높은 혈압이 가정 내 혈압 측정을 통해서만 파악할 수 있기 때문입니다.

이른 아침에 증가하는 심근경색과 혈압 상승시간



Muller JE, et al : New Eng. J. Med. 313, 1315-1322, 1985

사용하기 전에

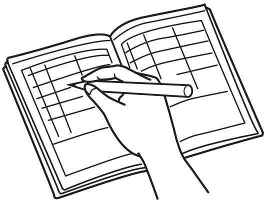
측정방법

이상이 있을때 이외

◆아침의 혈압 측정

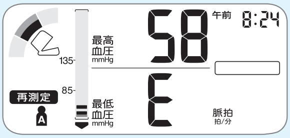
아침에 측정하는 경우에는 기상 후 1시간 이내에, 배뇨 후, 조식 전, 복약 전에 측정합니다.

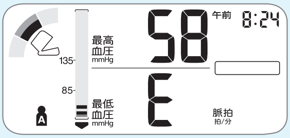
※혈압은 항상 변동하고 있습니다. 따라서 아침 뿐 아니라, 하루 중–예를 들면 취침 전 등–시간을 정해 일정한 기간 동안 측정해 봅시다.
측정한 혈압치는 기록해 두었다가 의사의 지시를 따라주십시오.

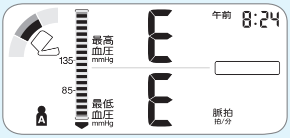


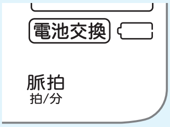
에러 표시

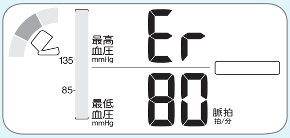
측정이 정상적으로 되지 않는 경우에는 다음과 같이 에러 표시가 나타납니다.

<table>
<tr><th>에러 표시</th><th>원 인</th><th>대처 방법</th></tr>
<tr><td rowspan="3">

재측정 마크와 「E」가 표시됩니다.</td><td>커프에 정확하게 팔을 통과하지 않았습니다.</td><td>커프에 정확하게 팔을 통과하여 주십시오.
【☞ 16페이지】</td></tr>
<tr><td>말아올린 겉옷 (속옷)이 팔을 압박하고 있습니다.</td><td>겉옷 (속옷)을 벗고 다시 측정하여 주십시오.
【☞ 16페이지】</td></tr>
<tr><td>측정 중에 팔이나 몸을 움직였습니다.</td><td>♥가 표시된 것을 확인하고, 팔이나 몸을 움직이지 말고 다시 측정하여 주십시오.
【☞ 20페이지】</td></tr>
<tr><td>

「E」가 표시됩니다.</td><td>커프에서 공기가 새어 나옵니다.</td><td>오므론 고객서비스 센터 (1544–5718)로 문의하여 주십시오.
【☞ 뒷표지】</td></tr>
<tr><td>

「E」가 수직으로 2개 표시됩니다.</td><td>측정 중에 팔이나 몸을 움직였거나 300 mmHg 이상으로 가압되었습니다.</td><td>팔이나 몸을 움직이지 말고 다시 측정하여 주십시오.
【☞ 20페이지】</td></tr>
<tr><td>

건전지 교환 마크가 표시됩니다.</td><td>건전지가 소모되고 있습니다.</td><td>C 사이즈 건전지 4개를 동시에 새로운 건전지로 교환하여 주십시오.
【☞ 12페이지】</td></tr>
<tr><td>

「Er」이 표시됩니다.</td><td>기기 이상에 의한 고장입니다.</td><td>오므론 고객서비스 센터 (1544–5718)로 문의하여 주십시오.
【☞ 뒷표지】</td></tr>
</table>

고장이라고 생각되면...

증 상	원 인	대처 방법
혈압 수치가 이상하게 낮게 (높게) 측정됩니다.	커프에 정확하게 팔을 통과하지 않았습니다.	커프에 팔을 정확하게 통과시켜 주십시오. 【☞ 16페이지】
	측정 중에 이야기를 했거나, 움직였습니다.	조용하게 측정하여 주십시오. 측정 Q&A를 참조하여 주십시오. 【☞ 31페이지】
	감아 올린 소매가 팔을 압박하고 있습니다.	겉옷 (속옷)을 벗고 커프를 다시 감아 주십시오. 【☞ 16페이지】
	커프의 헝겊 커버가 파손되었습니다.	측정을 중지하고 오므론 고객서비스 센터 (1544–5718)로 문의하여 주십시오. 【☞ 뒷표지】
압력이 올라가지 않습니다.	커프에서 공기가 새어 나옵니다.	오므론 고객서비스 센터 (1544–5718)로 문의하여 주십시오. 【☞ 뒷표지】
혈압계가 정상적으로 작동되고 정확이 측정해도··· · 병원에서 측정한 수치보다 낮음 (높음) · 측정할 때마다 혈압수치가 다릅니다.		측정 Q&A를 참조하여 주십시오. 【☞ 31페이지】
어떤 스위치를 눌러도 아무것도 표시되지 않습니다.	건전지가 완전히 소모되었습니다.	새로운 건전지로 교환하여 주십시오. 【☞ 12페이지】
	건전지의 극성 방향이 잘못되었습니다.	건전지를 올바른 방향으로 다시 넣어 주십시오. 【☞ 12페이지】
	건전지를 사용하지 않고 AC 어댑터 (별매품)가 혈압계 또는 콘센트에서 빠져 있습니다.	전용 AC 어댑터를 혈압계와 콘센트에 올바르게 연결하여 주십시오. 【☞ 12페이지】
측정값이 기록 되지 않습니다.	使用者選択 (사용자선택)을 記録しない (기록 안함)으로 선택하였거나, 사용자가 선택되어 있지 않습니다.	사용자를 올바르게 선택하여 주십시오. 【☞ 20페이지】

<table>
<tr><th>증 상</th><th>원 인</th><th>대처 방법</th></tr>
<tr><td rowspan="2">건전지를 교환 하여도 사용할 수 없습니다.</td><td>지정된 알카라인 건전지가 아닌 건전지를 사용하고 있습니다.</td><td>지정된 알카라인 건전지를 사용하여 주십시오.
【☞ 12페이지】</td></tr>
<tr><td colspan="2">알카라인 건전지를 사용하는 경우에는 제조회사의 보존기간, 사용온도, 가압 수치, 대상팔둘레 등으로 인해 측정 횟수는 크게 다를 수 있습니다.
【☞ 13페이지】
새 알카라인 건전지를 넣고, 혈압계에 전원을 켜지 않은 상태에서 1주일 정도에 건전지가 소모된다면 제품의 불량이 의심됩니다.
오므론 고객서비스 센터 (1544–5718)로 문의하여 주십시오.
【☞ 뒷표지】</td></tr>
<tr><td colspan="2">그 외의 현상</td><td>· 전원을 끄고 다시 켜서 처음부터 다시 시작하여 주십시오.
· 건전지를 교체하여 주십시오.
위의 방법으로도 문제가 해결되지 않으면 오므론 고객서비스 센터 (1544–5718)로 문의하여 주십시오.
【☞ 뒷표지】</td></tr>
</table>

위의 방법으로도 정상적으로 측정이 되지 않는 경우에는 제품 고장이라고 생각됩니다.
제품의 고장 또는 수리 의뢰에 대해서는 오므론 고객서비스 센터 (1544–5718)로 문의하여 주십시오. 【☞ 뒷표지】

아주 드물게 그 사람의 체질 등으로 인해 오차가 발생하여 측정이 불가능한 경우가 있습니다.
오므론 고객서비스 센터 (1544–5718)로 문의하여 주십시오. 【☞ 뒷표지】

사 양

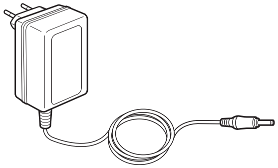
제 품 명	오므론 자동혈압계 **HEM-1020**
표 시 방 식	디지털 표시방식
측 정 방 식	오실로메트릭 방식
측 정 범 위	압력: 0~299 mmHg 맥박수: 40~180박/분
측 정 정 확 도	압력: ±3 mmHg이내 맥박수: 측정 수치의 ±5%이내
가 압	펌프에 의한 자동가압방식
배 기	자동 급속 배기 방식
압 력 검 출	정전 용량식 압력 센서
IP 보 호 등 급	IP20
전 원	전용 AC 어댑터 (AC100~240 V) C 사이즈 알카라인 건전지 (별매)
건 전 지 수 명	C 사이즈 알카라인 건전지 4개 사용 시 약 300회 (실온 23℃, 170 mmHg 가압의 경우, 대상팔둘레 25 cm) 약 100회 (실온 15℃, 210 mmHg 가압의 경우, 대상팔둘레 17 cm)
내 용 연 수	본체 : 5년
사 용 환 경 조 건	온도: + 10 ~ + 40℃ / 습도: 30 ~ 85% RH / 기압:700 ~ 1060 hPa
보 관 환 경 조 건	온도: − 20 ~ + 60℃ / 습도: 10 ~ 95% RH / 기압:700 ~ 1060 hPa
본 체 무 게	약 1.6kg (건전지 미포함)
외 형 치 수	약 179 (W) × 211 (H) × 246 (D) mm
커 프	약 17 cm~32 cm (상완중앙부)
정 격 보 호	AC 어댑터 사용 시: Class Ⅱ 기기
	AC 어댑터 미사용 시: 내부 전원 기기
장 착 부 분 류	BF형 장착부
구 성 품	본체, 전용 AC 어댑터, 사용설명서 (품질보증서 포함), EMC 정보 시트

●사양은 사전 고지없이 변경될 수 있으므로 양해 바랍니다.
●본 제품은 EMC 규격 IEC 60601-1-2:2007에 적합합니다.
●IP 보호등급은 IEC 60529에 의해 규정된 본체에 대한 보호 구조를 등급 분류한 것입니다.
본 제품은 손가락 등의 직경 12mm를 넘는 고형체가 위험한 부분에 접촉하지 않도록 보호되어 있습니다.

별매품

별매품 구입은 오므론 고객서비스 센터 (1544-5718)로 연락하여 주십시오.

전용 AC 어댑터
모델 HXA-ACADP-220KA(SA1310-060160KR)



전용 AC 어댑터는 혈압계와 함께 제공된
AC 어댑터와 동일한 제품입니다.

보증규정

1. 사용설명서, 본체 부착 라벨 등의 주의서에 따라 정상적으로 사용한 상태에서, 구입 후 1년 이내에 고장이 발생한 경우 무상 수리해 드립니다.
2. 무상 수리 기간 내에 고장이 발생하여 수리를 받아야 하는 경우에는, 오므론 고객서비스 센터로 연락하여 주십시오.
3. 무상 수리 기간 내인 경우라도 다음과 같은 경우에는 유상 수리가 됩니다.
   (1) 사용자의 실수 및 부당한 수리나 개조에 따른 고장이나 손상
   (2) 구입 후 제품을 떨어뜨리는 등에 따른 고장이나 손상
   (3) 화재, 지진, 수해, 낙뢰, 기타 천재지변이나 공해, 전원의 이상 전압, 지정된 것 이외의 사용전원 (전압,주파수) 등에 따른 고장이나 손상
   (4) 품질보증서의 표시가 없는 경우
   (5) 품질보증서에 구입 년월일, 고객명, 판매처명이 기록되지 않은 경우 또는 기록 내용을 수정한 경우
   (6) 소모부품(별매품)
   (7) 고장 원인이 본 제품 이외에 있을 경우
   (8) 기타 사용설명서에 기재되어있지 않은 사용방법에 따른 고장이나 손상
4. 품질보증서는 재발행되지 않으므로 분실하지 않도록 잘 보관해 주십시오.
5. 품질보증서는 본 규정에 명시된 기간, 조건에 따라 무상보증을 약속하는 것입니다. 따라서 이 보증서가 고객님의 법률상 권리를 제한하지는 않습니다.

품 질 보 증 서

오므론 제품을 구입해 주셔서 감사합니다. 본 제품은 엄격한 검사를 통해 뛰어난 품질을 확보하고 있습니다.
그러나 정상적인 사용에서 고장이 발생하였을 경우는 보증규정에 따라 구입 후 1년 동안 무상수리 또는 교환해 드립니다.

※제품 보증은 한국 내에서 판매된 제품에 한합니다.
This warranty is valid only in Korea.

※ 아래의 사항은 반드시 판매처에서 기입하여 날인하여 주십시오.

판매명 오므론 자동혈압계 **HEM-1020**

고객명

주 소

TEL ( )

판매처

印

주 소

TEL ( )

구입년월일 년 월 일

한국오므론헬스케어 (주)
서울특별시 서초구 강남대로 465, A동 18층 (서초동, 교보타워)

사용설명서 작성년월: 2014년 01월
사용설명서 개정년월: 2015년 08월
사용설명서 개정년월: 2017년 07월

Manufacturer	**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, Kyoto 617-0002 JAPAN
Production Facility	**OMRON DALIAN Co., Ltd.** Dalian CHINA
수입판매원	**한국오므론헬스케어(주)** 서울특별시 서초구 강남대로 465, A동 18층 (서초동, 교보타워) 오므론 고객서비스 센터 (1544-5718) http://www.omron-healthcare.co.kr

Made in CHINA

4054598-5C