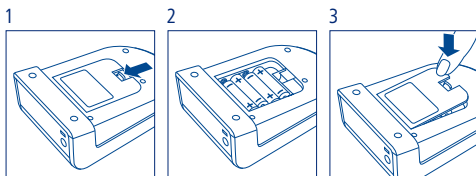


Tensoval® duo control

Kurzanleitung
Notice abrégée
Korte instructies
Istruzioni brevi

1. Inbetriebnahme · Mise en service · In gebruik nemen · Prima accensione

1.1 Einlegen der Batterien · Installation des piles · Plaatsen van de batterijen · Inserimento delle batterie



1.2 Datum und Uhrzeit Einstellung · Réglage de la date et de l'heure · Instellen van datum en tijd · Impostazione di data e ora

DE Nach dem Einlegen der Batterien schaltet das Gerät automatisch in die Zeitfunktion. Das Datum (Tagesanzeige) blinkt im Display und kann durch drücken der Tasten **+** (= +) oder **-** (= -) geändert werden. Speichern Sie Ihre Einstellung anschließend mit der START/STOP-Taste. Nun blinkt die Monatsanzeige. Fahren Sie mit der Jahres und Uhrzeit Einstellung ebenso fort.

FR Après l'installation des piles, l'appareil affiche automatiquement la fonction de réglage de la date et l'heure. La date (jour) clignote à l'écran, et peut être modifiée en appuyant sur les boutons **+** (= +) ou **-** (= -). Mémorisez ensuite votre réglage en appuyant sur le bouton START/STOP. Puis, l'affichage du mois clignote. Continuez ensuite pour le réglage de l'année et de l'heure de la même manière.

NL Na het plaatsen van de batterijen schakelt het apparaat automatisch over naar de tijdfunctie. De datum (dagaanduiding) knippert in het display en kan worden aangepast door op de toets **+** (= +) of **-** (= -) te drukken. De nieuwe instelling moet worden opgeslagen door op de toets START/STOP te drukken. Nu knippert de maandaanduiding. Het instellen van het jaar en de tijd gaat op dezelfde manier.

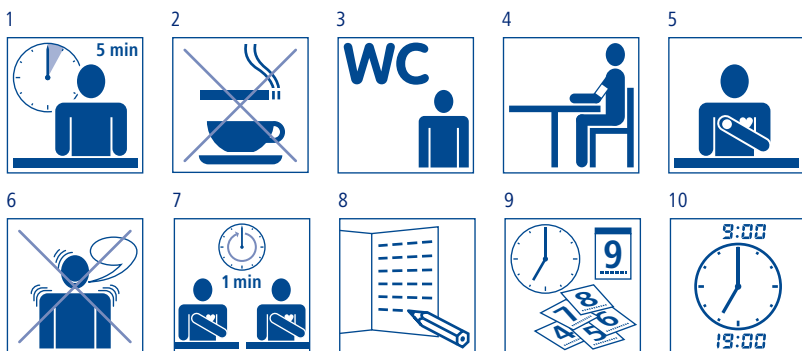
IT Dopo l'inserimento delle batterie, l'apparecchio passa automaticamente alla funzione tempo. La data (il giorno) lampeggia sul display e può essere modificata premendo i pulsanti **+** (= +) oppure **-** (= -). Successivamente memorizzare il dato con il pulsante START/STOP. A questo punto lampeggia il mese. Continuare ugualmente con l'impostazione dell'anno e dell'ora.

- | | | | | |
|-----------|----------|----------|----------------|-------------------|
| 1. Tag | 2. Monat | 3. Jahr | 4. Stundenzahl | 5. Minutenzahl |
| 1. Jour | 2. Mois | 3. Année | 4. Heure | 5. Minutes |
| 1. Dag | 2. Maand | 3. Jaar | 4. Tijd (uren) | 5. Tijd (minuten) |
| 1. Giorno | 2. Mese | 3. Anno | 4. Ore | 5. Minuti |



2. Vor der Messung · Avant la mesure · Vóór het meten · Prima della misurazione

2.1 Die 10 goldenen Regeln der Blutdruckmessung · Les 10 règles d'or de la mesure de la pression artérielle · De 10 gouden regels van de bloeddrukmeting · Il decalogo per l'auto-misurazione della pressione sanguigna



DE

1. Vor der Messung ausruhen.
2. Kein Nikotin / Kaffee vor der Messung.
3. Nicht unter starkem Harndrang messen.
4. Im Sitzen am unbedeckten Oberarm messen.
5. Manschette muss sich auf Herzhöhe befinden.
6. Während der Messung nicht sprechen und nicht bewegen.
7. Zwischen zwei Messungen mindestens eine Minute warten.
8. Werte in den Blutdruckpass eintragen.
9. Regelmäßig messen.
10. Immer zur gleichen Zeit messen.

FR

1. Reposez-vous avant la mesure.
2. Ne consommez pas de nicotine ou de café avant la mesure.
3. N'effectuez pas la mesure en cas d'envie d'uriner pressante.
4. Mesurez la pression artérielle en position assise, sur le bras nu.
5. Le brassard doit être à la hauteur du cœur.
6. Pendant la mesure, ne parlez pas et ne bougez pas.
7. Entre deux mesures, attendez au moins une minute.
8. Inscrivez les résultats sur le carnet de suivi de la pression artérielle.
9. Effectuez des mesures régulières.
10. Effectuez toujours la mesure à la même heure.

NL

1. Vóór het meten uitrusten.
2. Geen nicotine/koffie vóór de meting.
3. Niet meten als u dringend moet urineren.
4. Rechtop zittend aan de ontblote boven arm meten.
5. De manchet moet zich ter hoogte van het hart bevinden.
6. Tijdens het meten niet praten en niet bewegen.
7. Tussen twee metingen minstens een minuut wachten.
8. Gemeten waarden in de bloeddrukpas noteren.
9. Regelmatig meten.
10. Altijd op hetzelfde tijdstip meten.

IT

1. Rilassarsi prima della misurazione.
2. Non assumere nicotina / caffè prima della misurazione.
3. Non eseguire la misurazione in caso di forte stimolo ad urinare.
4. Eseguire la misurazione da seduti sul braccio nudo.
5. Il bracciale deve trovarsi alla stessa altezza del cuore.
6. Durante la misurazione non parlare e non muoversi.
7. Attendere almeno un minuto tra due misurazioni.
8. Annotazione dei valori nel tesserino della pressione sanguigna.
9. Effettuare la misurazione regolarmente.
10. Eseguire la misurazione sempre alla stessa ora.

3. Messvorgang · Déroulement de la mesure · Het uitvoeren van de meting · Procedimento di misurazione

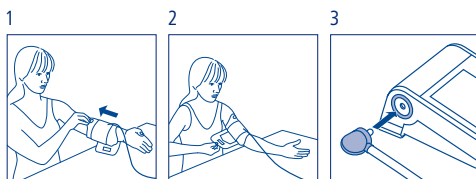
3.1 Anlegen der Manschette · Mise en place du brassard · Aanleggen van de manchet Applicazione del bracciale

Die Messung sollte am unbekleideten Arm stattfinden.

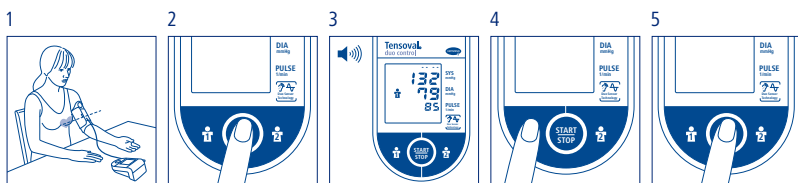
La mesure doit être effectuée sur le bras nu.

De meting moet worden uitgevoerd aan de onblote bovenarm.

La misurazione va eseguita sul braccio nudo.



3.2 Messung des Blutdrucks · Mesure de la pression artérielle · Meting van de bloeddruk Misurazione della pressione sanguigna



Wenn Sie während der Messung den Messvorgang abbrechen möchten, drücken Sie einfach die START/STOP-Taste.

Si vous devez interrompre la mesure pendant le processus de mesure, appuyez simplement sur la touche START / STOP.

Als u tijdens het meten de meting wilt afbreken hoeft u alleen maar op de START/STOP-toets te drukken.

Se durante la misurazione si desidera interrompere il procedimento di misurazione, basta premere il pulsante START/STOP.

4. Nach dem Messvorgang · Après la mesure · Na de meting · Dopo il procedimento di misurazione

4.1 Abrufen der Messwerte · Recherche de résultats · Opvragen van de meetwaarden Visualizzazione dei valori della misurazione

Drücken Sie im abgeschalteten Modus die personenentsprechende Speichertaste.

L'appareil éteint, appuyez sur le bouton mémoire correspondant à l'utilisateur.

Druk, terwijl het apparaat is uitgeschakeld, op de geheugentoets die is toegewezen aan de betreffende persoon.

Nel modo spento, premere il pulsante di memoria corrispondente alla persona.

1 x  = Durchschnitt morgens · Moyenne des mesures du matin · Gemiddelde waarde van de ochtendmetingen · Valore medio della mattina 

2 x  = Durchschnitt abends · Moyenne des mesures du soir · Gemiddelde waarde van de avondmetingen · Valore medio della sera 

3 x  = Gesamtdurchschnitt · Moyenne globale · Gemiddelde waarde van alle metingen · Valore medio totale 

Danach: Einzelne Werte der letzten 60 Messungen mit Uhrzeit und Datum

Ensuite : Valeurs individuelles des 60 dernières mesures avec l'heure et la date.

Daarna: De individuele waarden van de laatste 60 metingen met tijd en datum.

Successivamente: Singoli valori delle ultime 60 misurazioni corredati di ora e data.