

Skaitmeninės svarstyklės

Vartotojo vadovas



SENCOR®

SBS 7000

Prieš pradėdami naudoti šį gaminį, atidžiai perskaitykite visus nurodymus, pateiktus šiame vartotojo vadove, net ir tuomet, jeigu jau mokate naudoti panašius gaminius. Šį gaminį naudokite tik pagal nurodymus, aprašytus vartotojo vadove. Laikykite šį vartotojo vadovą saugioje, lengvai pasiekiamoje vietoje, kad juo galima būtų pasinaudoti ir vėliau.

Išsaugokite originalią pakuotę, įskaitant vidines pakavimo medžiagas, garantinę kortelę ir pirkimą įrodantį čekį bent garantinio laikotarpio metu. Prireikus šį gaminį išsiųsti, supakuokite jį į originalią kartoninę dėžę, kad užtikrintumėte maksimalią apsaugą siuntimo arba transportavimo metu (pavyzdžiui, kai persikraustote arba jums reikia išsiųsti šį gaminį remontuoti).

TURINYS

SVARBUS ĮSPĖJIMAS DĖL SAUGOS	3
ĮVADAS	4
GAMINIO APRAŠYMAS	6
KŪNO SVORIO MATAVIMAS	7
RIEBALŲ, VANDENS, RAUMENŲ IR KAULŲ MASĖS KŪNE MATAVIMAS.....	7
IŠ ANKSTO NUSTATYTŲ MATAVIMO DIAPAZONŲ SVARSTYKLĖSE LENTELĖ	9
VALYMAS IR PRIEŽIŪRA	9
TRIKČIŲ DIAGNOSTIKA IR ŠALINIMAS	9
NAUDOTŲ MAITINIMO ELEMENTŲ IŠMETIMAS.....	9
TECHNINIAI DUOMENYS	10
SENŲ ELEKTRINIŲ IR ELEKTRONINIŲ ĮRENGINIŲ IŠMETIMAS	10
NURODYMAI IR INFORMACIJA APIE NAUDOTŲ PAKAVIMO MEDŽIAGŲ IŠMETIMO	10

SVARBUS ĮSPĖJIMAS DĖL SAUGOS

- 1) Atsargiai išpakuokite šį gaminį ir jokiais būdais neišmeskite jokios pakuotės dalies tol, kol neįsitikinsite, kad radote visas šio gaminio sudedamąsias dalis.
- 2) Šio gaminio negalima naudoti asmenims (įskaitant vaikus), turintiems fizinių ar psichinių negalių, arba patirties stokojantiems asmenims, nebent jie būtų tinkamai kvalifikuoti arba išmokyti saugiai naudoti šį gaminį, arba juos tinkamai prižiūrėtų kvalifikuotas, už jų saugą atsakingas asmuo.
- 3) Vaikus privaloma prižiūrėti, kad jie nežaistų su šiuo gaminium.
- 4) Jokiu būdu nebandykite taisyti arba reguliuoti gaminio patys - kyla elektros smūgio pavojus! Visus remonto ir reguliavimo darbus patikėkite specializuotai bendrovei / techninio aptarnavimo centrui. Bandant patiems taisyti arba reguliuoti šį gaminį garantiniu laikotarpiu, garantija gali nebegalioti.
- 5) Niekada nestokite ant šio gaminio šlapiomis pėdomis. Pasydę galite susižaloti.
- 6) Šį gaminį naudokite ir laikykite tik atokiai nuo degių arba lakių medžiagų ir tirpalų.
- 7) Saugokite šį gaminį nuo itin žemos ar aukštos temperatūros, tiesioginių saulės spindulių ir pernelyg didelės drėgmės. Nenaudokite ten, kur kyla daug dulkių.
- 8) Nestatykite šio gaminio prie šildytuvų, atviros liepsnos šaltinių arba šilumos prietaisų ar įrenginių.
- 9) Šis gaminys skirtas naudoti namų ūkyje. Nenaudokite pramonės ūkyje arba lauke!
- 10) Naudokite šį gaminį tik pagal numatytąją paskirtį.
- 11) Nepurškite ant šio gaminio vandens arba kokio nors kito skysčio. Nepilkite ant šio gaminio vandens arba kokio nors kito skysčio. Nepanardinkite šio gaminio į vandenį arba kokį nors kitą skystį.
- 12) Nešokinėkite ant svarstyklių.
- 13) Svarstyklės skirtos sverti tik žmones.
- 14) Su šiuo gaminium nenaudokite daugkartinio naudojimo elementų.
- 15) Jeigu ilgai nenaudosite gaminio, išimkite iš jo maitinimo elementus. Kitaip jie gali ištėkėti gaminio viduje ir sukelti nepataisomą gedimą.
- 16) Gamintojas neprisiima atsakomybės už jokią žalą, kilusią dėl netinkamo šio gaminio ir jo priedų naudojimo (sužeidimus, nudegimus, nusiplikymus, gaisrą, maisto sugedimą ir kt.).

ĮVADAS

Šios asmeninės elektroninės svarstyklės naudoja bioelektrinę pilnutinės varžos analizės (biopilnutinės varžos) metodą, kuriuo išmatuoja procentinį riebalų, raumenų, kaulų ir vandens kiekį kūne.

Šiuo matavimo metodu per kūną leidžiama silpna elektros srovė, kurią perduoda ir vėliau priima svarstyklių paviršiuje įrengti jutikliai. Du sumontuoti jutikliai atskirti taip, kad matavimo grandinė uždaroma abiem kojomis atsistojus ant svarstyklių. Ši silpna srovė žmogui visiškai nepavojinga ir nejuntama.

Faktinė matavimo metodika yra grindžiama tuo, kad elektros srovei lengviau tekėti mūsų raumenyse esančiu skystiu nei riebalais.

Žmogaus kūne vidutiniškai yra 45–85 % vandens. Raumenyse yra apie 90 % vandens, o riebaluose – apie 45 % vandens.



Dėmesio:

Dėl šios priežasties atskirų išmatuotų verčių suma gali viršyti 100 %. Tai reiškia, kad išmatuotų procentinių riebalų, raumenų ir vandens verčių **NEGALIMA SUDĖTI**, kadangi vandens yra tiek raumenyse, tiek riebaluose.

Žmogui senstant vandens kiekis kūne mažėja, tuo tarpu kūdikio organizme vandens gali būti iki 85 %. Senstant kūno baltymai dehidruojasi ir prarandamas tarpląstelinis skystis. Dėl šios priežasties vandens kiekis senesnių žmonių organizme nesiekia 55 % ribos. Produktyvaus amžiaus žmonių kūne vandens kiekis vidutiniškai siekia 62 % (vyrų) ir 56 % (moterų). Atitinkama moterų vertė mažesnė dėl didesnio riebalų kiekio.

Normalus riebalinio audinio procentinis kiekis vyrų organizme sudaro 10–20 %. Dėl fiziologinių priežasčių riebalų kiekis moterų kūnuose siekia 18–28 %. Riebalų procentinis lygis didėja su amžiumi, pvz., moteriai perkopus 50 metų ribą, jos kūne toleruojamas 33–35 % riebalų kiekis.

Raumenų masės matavimas

Raumenų masės žmogaus kūne procentinė vertė apskaičiuojama matavimo metu atimant elektrinę varžą ir pasitelkiant faktą, kad žmogaus kūne tam tikrame amžiuje yra atitinkamas procentinis vandens kiekis. Įvesta lytis, amžius ir žmogaus ūgis padeda padidinti bendrojo matavimo proceso tikslumą.

Riebalinio audinio matavimas

Procentiniam riebalinio audinio kiekiui kūne apskaičiuoti naudojamas skirtumas tarp kūno svorio ir išmatuotos raumenų masės. Kūno riebalai atlieka izoliatoriaus funkciją (mažina elektros srovės tekėjimo galimybę), todėl jų kiekio tiesiogiai apskaičiuoti neįmanoma.

Vandens kiekio matavimas

Procentinė vandens kiekio žmogaus kūne vertė apskaičiuojama atimant matavimo metu gautą elektrinę varžą ir pasitelkiant faktą, kad elektrinė varža yra tiesiogiai proporcinga vandens kiekiui žmogaus organizme. Įvesta lytis, amžius ir žmogaus ūgis padeda padidinti bendrojo matavimo proceso tikslumą.

Prieš pradėdami naudoti

- 1) Kad užtikrintumėte tikslių svėrimą, pastatykite svarstykles ant tvirto plokščio paviršiaus, pvz., parketo grindų, plytelių, linoleumo ir pan. Nerekomenduojame statyti svarstyklių ant kilimo.
- 2) Prieš sverdamiesi visada nusaukite batus.
- 3) Rekomenduojame tikrinti svorį visada tuo pačiu metu, geriausiai - ryte, prabudus. Rytais eliminuojami svorio skirtumai dėl maisto, virškinimo procesų ar fizinės veiklos.
- 4) Pamatuotas rezultatas gali būti klaidingas, jei matuosite po intensyvios fizinės veiklos, dietos ar ekstremalios dehidratacijos.
- 5) Matuodami svorį stovėkite ramiai.
- 6) Jei svarstyklių nenaudosite ilgesnį laiką, laikykite jas horizontalioje padėtyje. Šioje padėtyje bus geriau apsaugoti jautrūs jutikliai, esantys ant svarstyklių pagrindo.
- 7) Ant svarstyklių nedėkite ir nepalikite jokių daiktų, kadangi tai gali sukelti nereikalingą jutiklių apkrovą.
- 8) Stiprus elektromagnetinis laukas gali neigiamai paveikti matavimo tikslumą. Stenkitės tokiose vietose svarstyklių nenaudoti.



PASTABA:

Šios svarstyklės skirtos matuoti kūno svorį, riebalų, vandens ir raumenų masės kūne turinį ir kaulų svorį namų sąlygomis; juo jokių būdu nepakeičiami tikslūs medicininiai matavimai, atliekami specialiomis kalibruotomis svarstyklėmis. Matavimo rezultatai yra tik apytikslių informacija. Jei domitės tiksliais vertėmis, kreipkitės į gydytoją.

Maitinimo elementų įdėjimas

Nuo apatinės svarstyklių dalies nuimkite maitinimo elementų skyriaus dangtelį. Į maitinimo elementų skyrių įdėkite pridėdamus 4 AAA maitinimo elementus, atkreipkite dėmesį į poliškumą, kaip pažymėta maitinimo elementų skyriaus apačioje.

Išsekusių maitinimo elementų keitimas

Jei rodoma „Lo“, turite keisti maitinimo elementus. Atidarykite maitinimo elementų skyrelį, esantį apatinėje svarstyklių dalyje ir pakeiskite maitinimo elementus naujais.

Svorio vienetų perjungimas

Svarstyklės yra su svorio vienetų jungikliu. Jei norite perjungti iš metrinųjų vienetų (kilogramai) į imperinius (svarai) ir atv., pastumkite svarstyklių gale esantį jungiklį į atitinkamą padėtį (kg → lb). Vienetų pakeitimas bus rodomas svarstyklių ekrane.



Patarimas:

1 lb (svaras) = 0,45 kg



Pastaba:

Vienetus galima pakeisti net išjungus svarstykles.

GAMINIO APRAŠYMAS

Ekrano indikatorių aprašymas

Simbolis	Aprašymas
ft	kūno aukščio vienetas
cm	kūno aukščio vienetas
kg	svorio vienetas
lb	svorio vienetas
FAT	kūno riebalų masė
TBW	kūno vandens masė
MUS	raumenų masė
BONE	kaulų masė
P1 – P8	naudotojo numeris
	indikatorius vyrams
	indikatorius moterims
	indikatorius sportininkams
	per mažo svorio indikatorius
	optimalaus svorio indikatorius
	viršsvorio indikatorius
	nutukimo indikatorius

Automatinio išsijungimo funkcija

Svarstyklės yra su automatinio išsijungimo funkcija. Šia funkcija išjungiamos svarstyklės, jei 10 sekundžių nefiksuojamas joks veiksmas.

Apsauga nuo perkrovos

Svarstyklės yra su apsauga nuo perkrovos. Jei pasitaikytų perkrova, rodomas įspėjamasis simbolis " --- -".

KŪNO SVORIO MATAVIMAS

Šiose svarstyklėse yra automatinio įsijungimo funkcija. Prieš sveriantis reikia paliesti jas koja ar pan., kad svarstyklės įsijungtų. Jei norite sužinoti savo svorį, paprasčiausiai užlipkite ant svarstyklių ir tuojau pat bus parodytas jūsų svoris.

Įprastiniam svėrimui (t.y., kūno svorio matavimui) nereikia atlikti jokių nustatymų.

- 1) Užlipkite ant svarstyklių (svarstyklės automatiškai įsijungs ir pradės svėrti).
- 2) Keletą sekundžių stovėkite ramiai, nusistovės galutinė svorio vertė.



Pastaba:

Galutinis svoris pateikiamas, kai rodomas svorio vienetas (kg/lb).

RIEBALŲ, VANDENS, RAUMENŲ TŪRIO IR KAULŲ MASĖS KŪNE MATAVIMAS

Individualaus naudotojo parametrų nustatymas

Pirmiausiai rekomenduojame nustatyti konkretaus naudotojo parametrus:

- 1) Kai svarstyklės išjungtos, paspauskite mygtuką SET (pradės mirksėti naudotojo numeriai P1 - P8).
- 2) Rodyklėmis pasirinkite vieną iš atminties padėčių, kur norite išsaugoti savo parametrus. ◀▶
- 3) Dar kartą paspauskite mygtuką SET (pradės mirksėti lyties piktograma).
- 4) Rodyklėmis pasirinkite vieną iš parinkčių (rodyklių spaudimo eilės tvarka): ◀▶▶
 - vyras
 - moteris – sportininkė
 - vyras – sportininkas
 - moteris
- 5) Dar kartą paspauskite mygtuką SET (pradės mirksėti ūgio piktograma).
- 6) Rodyklėmis įveskite savo ūgį. ◀▶
- 7) Dar kartą paspauskite mygtuką SET (pradės mirksėti amžiaus piktograma).
- 8) Rodyklėmis įveskite savo amžių. ◀▶
- 9) Paspauskite mygtuką SET ir išsaugokite visus pasirinktus parametrus pasirinktoje atminties padėtyje.

Išsaugojus šias vertes svarstyklės po 3 sekundžių automatiškai persijungs į svėrimo režimą. Jei per kitas 7 sekundes nieks neužlips ant jų, svarstyklės automatiškai išsijungs.



Pastaba:

- Jei nustatę parametrus 20 sekundžių nespausite jokio mygtuko, svarstyklės automatiškai įsijungs į pristabdymo režimą ir vertės nebus išsaugotos.
- Jei paspaudę mygtuką SET per 5 sekundes nenustatysite pirmojo reikalaujamo parametro, t.y. naudotojo numerio (atminties padėties), svarstyklės automatiškai išsijungs ir neišsaugos jokių parametrų.

Svėrimas naudojant rankinį naudotojo identifikavimą

- 1) Įjunkite svarstyklės spausdami mygtuką SET.
- 2) Rodyklėmis pasirinkite naudotojo numerį (atminties padėties numerį). ◀▶
- 3) Palaukite, kol ekrane bus rodomas nulis.
- 4) Dabar užlipkite ant svarstyklių basomis.
- 5) Keletą sekundžių stovėkite ramiai, nusistovės galutinė svorio vertė.

**Pastaba:**

Galutinis svoris pateikiamas, kai rodomas svorio vienetas (kg/lb).

- 6) Tada seka kūno riebalų, vandens, raumenų ir kaulų masės įvertinimas, rodomas paeiliui išdėstytomis vertėmis „o“ iš kairės į dešinę ekrano apačioje. Visą šį laiką ramiai stovėkite ant svarstyklių ir palaukite, kol bus parodyti matavimų rezultatai.
- 7) Rezultatai bus rodomi trimis paeiliui einančiais ciklais.
 - Kūno riebalų masė %
 - Kūno vandens masė %
 - Kūno raumenų masė %
 - Kaulų masė kg

**Pastaba:**

Ciklas bus rodomas 3 kartus, tada svarstyklės išsijungs.

Svėrimas naudojant automatinį naudotojo identifikavimą

- 1) Užlipkite ant svarstyklių (svarstyklės automatiškai įsijungs ir pradės svėrti).
- 2) Keletą sekundžių stovėkite ramiai, nusistovės galutinė svorio vertė.

**Pastaba:**

Galutinis svoris pateikiamas, kai rodomas svorio vienetas (kg/lb).

- 3) Jei dabartinis svoris mažai skiriasi nuo paskutiniojo matavimo, atlikto naudojant tą patį naudotojo numerį (atminties padėtį), naudotojo numeris bus pasirinktas automatiškai, o visų verčių matavimas bus atliekamas kaip aprašyta ankstesniame skyriuje nuo 6 punkto.
- 4) Jei dabartinis svoris ženkliai skiriasi nuo paskutiniojo matavimo, svarstyklėse bus rodomas tik svoris, tada jos automatiškai išsijungs. Tokiu atveju reikia atlikti svėrimą naudojant rankinį naudotojo identifikavimą, kad būtų galima jus identifikuoti. Jei to neatliksite, kito svėrimo naudojant automatinį naudotojo identifikavimą metu svarstyklės jūsų neatpažins ir vėl bus rodomas tik svoris.

IŠ ANKSTO NUSTATYTŲ MATAVIMO DIAPAZONŲ SVARSTYKLĖSE LENTELĖ

Kūno riebalų masės matavimo diapazonas (3% - 50%):

Amžius	Moteris				Vyras			
	Per mažas svoris	Optimalus	Viršsvoris	Nutukimas	Per mažas svoris	Optimalus	Viršsvoris	Nutukimas
<39	<21	21,1 - 33	33,1 - 39	>39	<8	8,1 - 20	20,1 - 25	>25
40 - 59	<23	23,1 - 34	34,1 - 40	>40	<11	11,1 - 22	22,1 - 28	>28
>59	<24	24,1 - 36	36,1 - 42	>42	<13	13,1 - 25	25,1 - 30	>30

Kūno vandens masės matavimo diapazonas (25% - 75%):

Lytis	Moteris			Vyras		
Amžius	Mažas	Normalus	Didelis	Mažas	Normalus	Didelis
10 - 15	<57	57,1 - 67	>67	<58	58,1 - 72	>72
16 - 30	<47	47,1 - 57	>57	<53	53,1 - 67	>67
31 - 60	<42	42,1 - 52	>52	<47	47,1 - 61	>61
61 - 80	<37	37,1 - 47	>47	<42	42,1 - 56	>56

Raumenų masės matavimo diapazonas (25% - 75%):

Amžius	Moteris	Vyras
	Optimalus	Optimalus
6-100	>34	>40

Kaulų masės matavimo diapazonas (≤ 10 kg):

	Moteris			Vyras		
Svoris	<45 kg	45 - 60 kg	>60 kg	<60 kg	60 - 75 kg	>75 kg
Kaulų svoris	1,8 kg	2,2 kg	2,5 kg	2,5 kg	2,9 kg	3,2 kg

VALYMAS IR PRIEŽIŪRA

Norėdami nuvalyti išorines šio gaminio dalis, naudokite minkštą, drungnu vandeniu sudrėkintą šluostę. Nenaudokite stipriai veikiančių valymo priemonių, dažų skiediklių arba tirpiklių. Naudojant šiuos tirpalus, galima sugadinti gaminio paviršių.

TRIKČIŲ DIAGNOSTIKA IR ŠALINIMAS

Jei svarstyklėse rodomi atsitiktinės vertės arba jis automatiškai neišsijungia, turite įjungti jas iš naujo. Tokiu atveju turite išimti maitinimo elementą maždaug 10 sekundžių, tada vėl įdėti atgal. Svarstyklės turi vėl veikti įprastai.

NAUDOTŲ MAITINIMO ELEMENTŲ IŠMETIMAS

Šis gaminytis tiekiamas su šarminiais maitinimo elementais. Neišmeskite senų maitinimo elementų su įprastomis buitinėmis atliekomis. Išmeskite maitinimo elementus specialiose maitinimo elementų surinkimo vietose.

TECHNINIAI DUOMENYS

Maitinimo šaltinis	4x 1,5 V AAA maitinimo elementai
Matavimo diapazonas	10–180 kg
Svėrimo jautrumas	100 g
Kūno riebalų masės matavimo diapazonas	3 % – 50 %
Kūno vandens masės matavimo diapazonas	25 % – 75 %
Raumenų masės matavimo diapazonas	25 % – 75 %
Kaulų masės matavimo diapazonas	≤10 kg
Svorio vienetų perjungimas	kg ↔ lb
Ekrano matmenys (sv. x ilg. x aukš.)	61 x 59 mm
Matmenys (sv. x ilg. x aukš.)	320 x 320 x 22 mm
Svoris	2,0 kg

NURODYMAI, KAIP IŠMESI PANAUDOTAS PAKAVIMO MEDŽIAGAS MEDŽIAGOS

Išmeskite pakavimo medžiagas į tam skirtą atliekų išmetimo vietą.

ELEKTRONINIŲ IR ELEKTRINIŲ BUITINIŲ PRIETAISŲ IŠMETIMO INSTRUKCIJA



Šis ant gaminių pažymėtas arba originaliuose dokumentuose esantis ženklas reiškia, kad panaudotų elektrinių arba elektroninių įrenginių negalima išmesti kartu su standartinėmis buitinėmis atliekomis. Siekiant šiuos gaminius išmesti, perdirbti ar pakeisti susidėvėjusius įrenginius naujais, juos reikia atiduoti į nustatytus atliekų surinkimo punktus. Arba, alternatyviai, kai kuriose Europos Sąjungos valstybėse narėse arba kitose Europos šalyse įsigydami atitinkamą naują gaminį, senus gaminius galite grąžinti vietos pardavėjams. Tinkamai išmesdami šį gaminį, padėsite tausoti brangius gamtinius išteklius ir išvengti potencialiai neigiamo poveikio aplinkai, kuris gali būti padarytas netinkamai išmetus atliekas. Išsamesnės informacijos pasiteiraukite savo savivaldybėje arba artimiausiame atliekų surinkimo punkte. Atsižvelgiant į nacionalinius teisės aktus, už netinkamą šio tipo atliekų išmetimą gali būti taikomos nuobaudos.

Europos Sąjungos valstybių narių verslo subjektams

Jeigu norite išmesti elektrinius arba elektroninius prietaisus, reikiamos informacijos teiraukitės pas savo pardavėją arba tiekėją.

Atliekų išmetimas kitose, ne Europos Sąjungos šalyse

Šis ženklas galioja Europos Sąjungoje. Jeigu norite išmesti šį gaminį, teiraukitės reikiamos informacijos apie tinkamą atliekų išmetimo būdą vietos savivaldybėje arba pas savo pardavėją. Šis gaminyje atitinka ES reglamento dėl elektromagnetinio suderinamumo ir elektros saugos reikalavimus.



Šis gaminyje atitinka visus atitinkamus pagrindinius ES reglamentų reikalavimus.

Tekstas, dizainas ir techninė specifi kacija gali būti keičiami be išankstinio įspėjimo ir mes pasilikame teisę daryti šiuos pakeitimus.

Skaitmeninės svarstyklės

SBS 7000



