

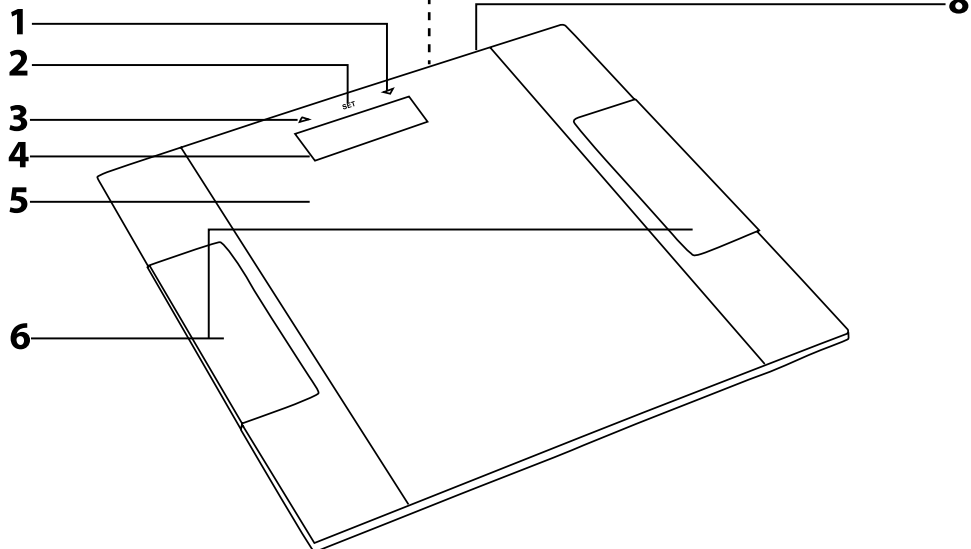
**SENCOR®**

SBS 5050BK  
SBS 5051WH

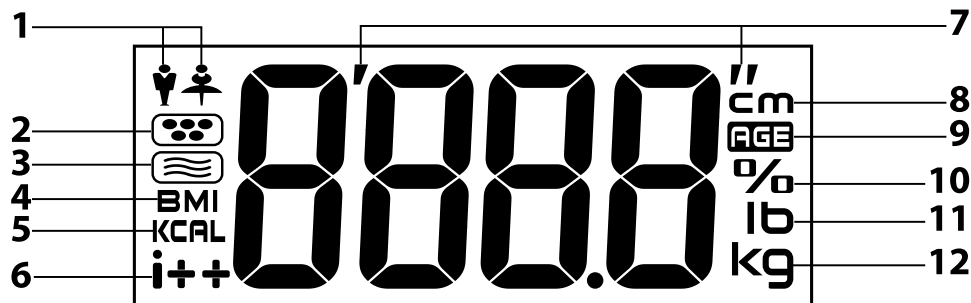


## **HR ■ Osobna dijagnostička vaga**

**A**

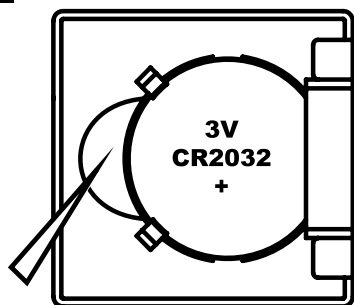


**B**

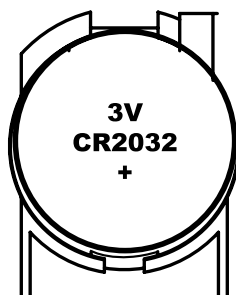


**C**

1



2



# HR Osobna dijagnostička vaga Korisnički priručnik

## SIGURNOSNE UPUTE I VAŽNE NAPOMENE

- Prije korištenja ovog uređaja temeljito pročitajte korisnički priručnik, čak i u slučajevima kada ste se prethodno upoznali s radom sličnih vrsta uređaja. Koristite ovaj uređaj samo onako kako je opisano u ovom korisničkom priručniku. Držite ovaj korisnički priručnik na sigurnom mjestu gdje ga ubuduće možete lako naći.
- Preporučujemo da zadržite originalnu kartonsku kutiju, materijal ambalaže, račun, izjavu proizvođača ili jamstvo barem u trajanju pravne odgovornosti za nezadovoljavajuć rad ili kvalitetu. U slučaju transporta, preporučujemo da zapakirate uređaj u originalnu kutiju od proizvođača.
- Uređaj je dizajniran za upotrebu u kućanstvu, uredu ili sličnoj vrsti prostora. Nemojte ga koristiti u komercijalne, medicinske ili druge svrhe.
- Ovaj uređaj mogu koristiti djeca i osobe sa smanjenim fizičkim, osjetilnim ili mentalnim sposobnostima ili bez dovoljnog iskustva i znanja, ako su pod odgovarajućim nadzorom.
- Djeca moraju biti pod nadzorom da bi se spriječilo njihovo igranje s uređajem.
- Nemojte koristiti uređaj na otvorenom niti ga stavljati na nestabilne površine ili u blizinu otvorenog plamena ili drugih izvora topline.
- Nemojte izlagati uređaj izravnom sunčevom svjetlu ili visokoj vlazi i nemojte ga koristiti u prekomjerno prašnjavom okruženju.
- Pazite da uređaj bude postavljen na ravnu, glatku, tvrd i stabilnu površinu. To vrijedi posebno kada se uređaj koristi. U suprotnom može doći do netočnog mjerenja.
- Nemojte koristiti uređaj u blizini jakog elektromagnetskog polja.
- Prije stajanja na ploču vage, provjerite da nije vlažna i da vam stopala nisu mokra. U suprotnom postoji opasnost od klizanja.
- Nemojte skakati na uređaj i nemojte premašivati maksimalni kapacitet vaganja. To može oštetiti uređaj.
- U načinu vaganja s mjerenjem i analizom tjelesnih parametara, potrebno je stati na ploču za vaganje sa čistim bosim stopalima, a oba stopala treba staviti na elektrode.
- Izmjerene vrijednosti masnoće i vode u tijelu samo su informativne. Nemojte ih koristiti za medicinsku dijagnozu. Ako se izmjerene vrijednosti značajno razlikuju od norme, preporučujemo da razgovarate o tom stanju s liječnikom ili nutricionistom. U vezi preporuka za prikladne korake za postizanje optimalne tjelesne težine također konzultirajte liječnika ili nutricionista.
- Odstupanja u mjerenju udjela masnoće i vode u tijelu mogu biti veća kod osoba starijih od 70 godina i kod profesionalnih sportaša.
- Upotreba funkcije za mjerenje masnoće i vode u tijelu ne preporučuje se za:
  - osobe s implantiranim srčanim elektrostimulatorom ili drugim medicinskim implantatom,
  - trudnice,
  - osobe sa simptomima edema (naticanje) ili osobe koje su na terapiji dijalizom.
- Djeca mlađa od 100 godina i osobe starije od 100 godina smiju koristiti uređaj samo u načinu rada za vaganje.
- Nemojte koristiti uređaj kao policu za odlaganje stvari. Držite ga u vodoravnom položaju i pazite da ne stavljate stvari na njega.
- Unatoč tome što je rizik od curenja litijske baterije vrlo malen, izvadite bateriju iz uređaja kada odlučite da ga nećete koristiti tijekom duljeg vremena. Kada bi baterija procurila u unutrašnjost uređaja, to bi ga moglo oštetiti.
- Nemojte koristiti punjive baterije za napajanje uređaja.
- Držite baterije izvan dohvata djece jer one mogu predstavljati opasnost za dijete. U slučaju da dijete proguta bateriju, odmah zatražite liječničku pomoć.
- Držite uređaj čist. Očistite pliticu prema uputama u poglavlju "Čišćenje i održavanje". Nemojte uranjati uređaj u vodu ili bilo koju drugu tekućinu i nemojte ga ispirati pod tekućom vodom.
- Nemojte sami popravljati uređaj niti obavljati preinake na njemu. Prepustite sve popravke ili podešavanja ovlaštenom servisnom centru. Neovlaštenim modifikacijama uređaja riskirate poništavanje prava koja vam daje jamstvo u slučaju nezadovoljavajućeg rada ili kvalitete.

## OPIS VAGE

- |   |   |
|---|---|
| <b>A1</b> Gumb ▼  | <b>A6</b> Metalne elektrode za mjerenje udjela masnoće i vode u tijelu. |
| <b>A2</b> Gumb SET  | <b>A7</b> Prekidač za odabir mjernih jedinica                           |
| <b>A3</b> Gumb ▲  | nalazi se na donjoj strani vage.  |
| <b>A4</b> LCD zaslon  | <b>A8</b> Odjeljak baterije (nije prikazan)                             |
| <b>A5</b> Ploča za vaganje od kaljenog sigurnosnog stakla debljine 6 mm | nalazi se na donjoj strani vage.  |

## OPIS ZASLONA

- |  |  |
|--|--|
| <b>B1</b> Spol (muško/žensko)                                  | <b>B7</b> Imperijalna jedinica za dužinu |
| <b>B2</b> Postotak tjelesne masnoće                            | <b>B8</b> Metrička jedinica za dužinu    |
| <b>B3</b> Postotak vode u tijelu                               | <b>B9</b> Dob                            |
| <b>B4</b> Indeks tjelesne mase (ITM)                           | <b>B10</b> Postotak                      |
| <b>B5</b> Jedinica energije                                    | <b>B11</b> Imperijalna jedinica težine   |
| <b>B6</b> Grafički prikaz izmjerenog postotka tjelesne masnoće | <b>B12</b> Metrička jedinica težine      |

## NAČELO MJERENJA MASNOĆE I VODE U TIJELU

- Ova osobna dijagnostička vaga je opremljena funkcijom za mjerenje i analizu tjelesnih parametara. Određivanje postotka masnoće i vode u tijelu temelji se na metodi analize bioelektrične impedancije (ABI). Metoda ABI omogućuje određivanje tih vrijednosti na temelju električnog otpora ljudskog tkiva koji se mjeri pomoću slabog električnog impulsa. Postoci masnoće i vode u tijelu izračunavaju se na temelju razlika u električnom otporu pojedinačnog ljudskog tkiva.
- Šalje se električni impuls, a metalne elektrode **A6**, koje se nalaze na ploči za vaganje **A5**, primaju odgovor na takav način da se strujni krug zatvara kada oba stopala stoje na ploči za vaganje **A5**.

## IZVOR NAPAJANJA

- Vaga se isporučuje s jednom litijском baterijom CR 2032 (1x3 V). Baterija se umeće u odjeljak za bateriju **A8**. Prije prve upotrebe izvadite izolacijsku traju iz odjeljka **A8**. Traka služi da bi spriječila pražnjenje baterije prije nego što vaga stigne do krajnjeg korisnika.
- Zamijenite bateriju kada se na zaslonu **A4** prikaže "Lo" (slaba baterija) ili kada se zaslon **A4** ne upali kada stanete na ploču za vaganje **A5** ili kad se pritisne gumb SET **A2**. Da biste zamijenili bateriju, otvorite poklopac odjeljka za bateriju **A8**. Izvadite plosnatu bateriju i umetnite novu istog tipa na njeno mjesto. Pazite da polovi baterije budu pravilno okrenuti i da baterija pravilno sjedne na mjesto. Zatvorite poklopac.
- Način umetanja baterije u odjeljak za bateriju **A8** razlikuje se ovisno o vrsti vage. U nastavku su mogućnosti za vađenje baterije:
  - za vađenje baterije upotrijebite alat s tupim vrhom, pogledajte sliku C1.
  - pažljivo gurnite bateriju prema dolje. To će osloboditi bateriju iz odjeljka za bateriju **A8** i tada se može lako izvaditi, pogledajte sliku C2.



### Paznja:

Koristite samo baterije tipa CR 2032 za napajanje ovog uređaja. Nemojte koristiti punjive baterije.

## UPOTREBA VAGE

- Stavite vagu na ravnu, glatku, tvrd i stabilnu površinu. Nemojte ju stavljati na tepih ili drugu mekanu površinu, inače rezultat vaganja može biti netočan.
- Kada se važete, stojte mirno i nemojte se nagninjati. Da bi rezultati bili usporedivi, morate se vagati u isto doba dana, po mogućnosti ujutro. Na rezultate vaganja utječe težina odjeće koju nosite, kao i hrana i piće koje konzumirate prije vaganja.
- Vaganje s mjerenjem i analizom tjelesnih parametara zahtijeva bosa stopala, dok oba stopala moraju biti postavljena na elektrode **A6**.

## 1. NAČIN RADA ZA VAGANJE

- Vaga je opremljena funkcijom "Auto-On" (automatsko uključivanje) koja automatski pokreće vaganje nakon što se stane na ploču za vaganje **A5**.
- Stanite s obje noge na ploču za vaganje **A5** i pričekajte da se mjerena težina prikazana na zaslonu **A4** stabilizira. Prikazana mjerena težina jedanput će trepnuti i zatim će se vaga automatski isključiti.

2. NAČIN VAGANJA S MJERENJEM I ANALIZOM TJELESNIH PARAMETARA

- Pritisnite gumb SET **A2** i unesite osobne parametre. Kada se baterija prvi put umetne i pokrene, zadani parametri su podešeni na sljedeće vrijednosti: osobni korisnički kod P-01., spol --- ženski, visina 165 cm (5'05.0") i dob 25 godina. Osobni parametri se mogu podesiti u sljedećem rasponu: osobni korisnički kod P-01 do P-12, spol --- ženski/muški, visina 100 do 250 cm (3'03.5" – 8'032.5") i dob 10 do 100 godina.
- Za odabir osobnog korisničkog koda, upotrijebite gumb **A1** i **A3**. Za potvrdu postavki pritisnite gumb SET **A2**. Pomoću gumbiju **A1** i **A3** odaberite spol i potvrdite odabir pritiskom gumba SET **A2**. Na isti način podesite visinu i dob. Kada unesete svoju dob, dodirnite ploču za vaganje **A5** ili pričekajte 6 sekundi. Zaslon **A4** će prikazati težinu nula i nakon nekoliko sekundi će se vaga automatski isključiti.



Napomena:

- Ako ne pritisnete nijedan gumb u načinu za podešavanje parametara unutar 6 sekundi, na zaslonu **A4** će se prikazati nulta težina. To znači da je pokrenuto vaganje s mjerenjem i analizom tjelesnih parametara. Parametri koji su bili postavljeni prije nego što je vaga prešla u način za vaganje će se automatski spremati u memoriju. Pritisnite i držite gumb SET **A2** na 3 sekunde za povratak u način za postavljanje osobnih parametara.
- Za uključivanje vage, pritisnite gumb SET **A2**. Pomoću gumbiju **A1** i **A3** odaberite korisnički kod pod kojim se spremaju vaši osobni parametri. Dodirnite ploču za vaganje **A5** stopalom. Na zaslonu **A4** se prikazuje nulta težina. Pazite da vam stopala budu čista i suha te stanite na ploču za vaganje **A5** tako da vam oba stopala budu na elektrodama **A5**. U suprotnom neće doći do mjerenja i analize tjelesnih parametara. Stanite mirno na vagu i pričekajte da se izmjerena težina prikazana na zaslonu **A4** stabilizira. Izmjerena težina će jedanput trepnuti. Nakon toga će se prikazati analiza tjelesnih parametara i izmjerenih vrijednosti. Unutar kratkog vremena, zaslon **A4** će postupno tri puta prikazivati izmjerenu težinu, postotak tjelesne masnoće s grafičkim prikazom, postotni udio vode u tijelu, indeks tjelesne mase (BMI) i preporučeni dnevni unos energije u kcal (BMR). Vaga će se zatim automatski isključiti.
3. PROCJENA TJELESNIH PARAMETARA
- Ljudsko tijelu u prosjeku sadrži 45–85% vode, dok je udio vode u mišićima oko 90%, a u masnom tkivu oko 45%. Dok tijelo dojenčeta može imati udio vode do 85%, sa starenjem se udio vode smanjuje, tjelesni proteini dehidriraju i izvanstanične tekućine se gube. Zbog toga starije osobe imaju udio vode u tijelu ispod razine od 55%. Muškarci u produktivnoj dobi imaju prosječan udio vode u tijelu od 62%, a žene 56%. Niža vrijednost za žene je rezultat njihovog većeg udjela tjelesne masnoće.
  - Za muškarce, normalni postotak tjelesne masnoće bi trebao biti u rasponu od 15–25%. Zbog fizioloških razloga, žene imaju razinu masnoće od 18–28 %. Postotak masti se povećava sa starenjem, npr. postotak tjelesne masnoće od 33–35% je sasvim normalan za žene starije od 50 godina.

Dob	Tjelesna masnoća (Z)	Hidracija (Z)	Tjelesna masnoća	Hidracija (M)	Procjena stanja	Grafička ilustracija (prikazana na zaslonu)
	4,0–16,0 %	66,0–57,8 %	4,0–11,0 %	66,0–61,2 %	Vrlo nizak postotak tjelesne masnoće	i – –
	16,1–20,5 %	57,7–54,7 %	11,1–15,5 %	61,1–58,1 %	Nizak postotak tjelesne masnoće	i –
≤ 30	20,6–25,0 %	54,6–51,6 %	15,6–20,0 %	58,0–55,0 %	Normalan postotak tjelesne masnoće	i
	25,1–30,5 %	51,5–47,8 %	20,1–24,5 %	54,9–51,9 %	Visok postotak tjelesne masnoće	i +
	30,6–60,0 %	47,7–27,5 %	24,6–60,0 %	51,8–27,5 %	Vrlo visok postotak tjelesne masnoće	i + +
	4,0–20,0 %	66,0–55,0 %	4,0–15,0 %	66,0–58,4 %	Vrlo nizak postotak tjelesne masnoće	i – –
	20,1–25,0 %	54,9–51,6 %	15,1–19,5 %	58,3–55,3 %	Nizak postotak tjelesne masnoće	i –
> 30	25,1–30,0 %	51,5–48,1 %	19,6–24,0 %	55,2–52,3 %	Normalan postotak tjelesne masnoće	i
	30,1–35,0 %	48,0–44,7 %	24,1–28,5 %	52,2–49,2 %	Visok postotak tjelesne masnoće	i +
	35,1–60,0 %	44,6–27,5 %	28,6–60,0 %	49,1–27,5 %	Vrlo visok postotak tjelesne masnoće	i + +



Napomena:

Gore navedene vrijednosti su samo informativne naravi.

4. PREPORUČENI DNEVNI UNOS ENERGIJE

- Tijekom analize tjelesnih parametara i izmjerenih vrijednosti, izračunava se preporučeni dnevni unos energije (bazalni metabolizam). To je energija koja je potrebna za osiguravanje osnovnih životnih funkcija organizma u mirovanju tijekom 24 sata. Bazalni metabolizam utiče na težinu, visinu, dob i spol. Bilo kakva mentalna ili fizička aktivnost kao što je, na primjer, trčanje, hodanje, itd., povećava potrošnju energije, što treba nadoknaditi u ukupnom dnevnom unosu energije. Što je osoba aktivnija, to je veća dnevna potrošnja energije.
- Ako želite smanjiti težinu, najučinkovitiji način je odgovarajući dnevni unos energije, uravnotežena prehrana i dovoljna količina fizičke aktivnosti.

5. FUNKCIJA AUTOMATSKOG PREPOZNAVANJA KORISNIKA

- Stanite na ploču za vaganje **A5** tako da vam oba stopala budu na elektrodama **A6**. Unutar nekoliko trenutaka vaša težina će se prikazati na zaslonu **A4**. Ako u memoriji vage postoji zapis koji je sličan izmjerenoj težini (unutar ±2 kg / ±4.4 lb), na zaslonu **A4** će se prikazati korisnički kod i pokrenut će se analiza tjelesnih parametara i izmjerenih vrijednosti. Zaslon **A4** će postupno tri puta prikazivati izmjerenu težinu, postotak tjelesne masnoće s grafičkim prikazom, postotni udio vode u tijelu, indeks tjelesne mase (BMI) i preporučeni dnevni unos energije u kcal (BMR). Vaga će se zatim automatski isključiti.



#### Napomena:

Automatsko prepoznavanje korisnika se neće uključiti ako niste stavili oba stopala na elektrode **A6**, ako se ne pronađe slična vrijednost ili ako nema memoriranih osobnih parametara. Nakon što se prikaže izmjerena težina, vaga će se automatski isključiti. U slučaju da su u memoriji spremjena dva ili više sličnih rezultata vaganja, rezultat se dodjeljuje korisniku s najbližom vrijednosti. U slučaju da su u memoriji spremjene dvije jednake vrijednosti, izmjerena vrijednost se automatski dodjeljuje korisniku s nižim brojem koda.

### 6. POZIVANJE MEMORIJE

- Za uključivanje vage, pritisnite gumb SET **A2**. Na zaslonu **A4** će se prikazati kod korisnika koji je prethodno koristio vagu ili zadana postavka. Da biste odabrali osobni korisnički kod za koji želite vidjeti podatke, upotrijebite gumb **A1** i **A3**. Pričekajte 6 sekundi ili stopalom dodirnite ploču za vaganje **A5**. Na zaslonu **A4** se prikazuje nulta težina. Pritisnite gumb **A3** za prelazak na prikaz podataka pohranjenih u memoriji. Zaslom **A4** će postupno tri puta prikazivati prethodne rezultate mjerenja, tj. izmjerenu težinu, postotak tjelesne masnoće s grafičkim prikazom, postotni udio vode u tijelu, indeks tjelesne mase (BMI) i preporučeni dnevni unos energije u kcal (BMR). Vaga će se zatim automatski isključiti. Za brže prolazanje kroz prikazane podatke možete upotrijebiti gumb **A1** i **A3**.

### 7. PREGLED PORUKA PRIKAZANIH NA ZASLONU

- Ako se na zaslonu **A4** prikaže "C" kada siđete s vage, to znači da je bila greška u vaganju. Izvažite se ponovo.
- U slučaju da se premaši maksimalni kapacitet vaganja, na zaslonu **A4** će se prikazati "Err". Da biste spriječili oštećenje vage, potrebno je sići s ploče za vaganje **A5**.
- U slučaju da se na zaslonu **A4** prikaže "ErrL", znači da je izmjereni postotak tjelesne masnoće prenizak.
- U slučaju da se na zaslonu **A4** prikaže "ErrH", znači da je izmjereni postotak tjelesne masnoće previsok.
- Kada se na zaslonu **A4** prikaže "Lo", znači da je baterija gotovo prazna.

### 8. ODABIR MJERNE JEDINICE

- Prekidač **A7** omogućuje odabir metričkih (kg) ili imperijalnih (lb, st) mjernih jedinica.
- Pretvorba jedinica se postiže pritiskanjem gumba **A7** kada se vaga uključ.



#### Napomena:

1 kg (kilogram) = 2,2 lb (funte)  
1 lb (funta) = 0,454 kg (kilograma)

### 9. KAPACITET I PRECIZNOST VAGANJA

- Maksimalni kapacitet vaganja je 150 kg / 330 lb. U slučaju da se premaši maksimalni kapacitet vaganja, na zaslonu **A4** će se prikazati "Err". Da biste spriječili oštećenje vage, potrebno je sići s ploče za vaganje **A5**.
- Preciznost vaganja od  $\pm 100$  g /  $\pm 0,2$  lb ne može se jamčiti za predmete težine manje od 2 kg / 4,4 lb.

### ČIŠĆENJE I ODRŽAVANJE

- Za čišćenje vage upotrijebite lagano navlaženu krpu. Zatim sve obrišite tako da bude potpuno suho. Pazite da prilikom čišćenja voda ne uđe u odjeljak baterije **A8**.
- Za čišćenje, nemojte koristiti čeličnu vunu, abrazivna sredstva za čišćenje, otapala, itd. U suprotnom je moguće oštećenje čišćene površine.
- Nemojte uranjati vagu u vodu ili bilo koju drugu tekućinu i nemojte ju ispirati pod tekućom vodom.

### TEHNIČKE SPECIFIKACIJE

Električno napajanje.....	Baterija tipa CR 2032 od 1×3 V
Kapacitet vaganja.....	150 kg / 330 lb
Preciznost vaganja.....	100 g / 0,2 lb
Odabir mjerne jedinice.....	kg / lb
Raspon mjerenja tjelesne masnoće .....	4–60 %
Preciznost mjerenja tjelesne masnoće .....	0,1 %
Raspon mjerenja vode u tijelu.....	27,5–66 %
Preciznost mjerenja vode u tijelu.....	0,1 %
Preciznost izračuna ITM–a.....	0,1
Preciznost izračuna dnevnog unosa energije (BMR) .....	1 kcal
Memorija .....	za 12 korisnika

Zadržavamo pravo na izmjenu teksta i tehničkih specifikacija.

## UPUTE I INFORMACIJE VEZANE UZ ODLAGANJE ISKORIŠTENIH MATERIJALA ZA AMBALAŽU

Odložite iskorištene materijale za ambalažu na ovlaštenom odlagalištu u vašem mjestu.

### ODLAGANJE POTROŠENIH BATERIJA



Baterije sadrže ekološki štetne spojeve te stoga ne spadaju u standardni kućanski otpad. Predajte iskorištene baterije na odgovarajućoj lokaciji za njihovo prikupljanje.

### ODLAGANJE RABLJENE ELEKTRIČNE I ELEKTRONIČKE OPREME



Ovaj simbol na proizvodima ili originalnim dokumentima znači da se iskorišteni električni ili elektronički proizvodi ne smiju odlagati u obični kućanski otpad. Radi pravilnog zbrinjavanja, obnavljanja i recikliranja, predajte takve uređaje na za to predviđenim mjestima. Također, u nekim državama Europske unije ili drugim europskim zemljama možete vratiti uređaj lokalnom prodavaču kada kupujete ekvivalentan novi uređaj.

Pravilno odlaganje ovog proizvoda pomaže u spašavanju vrijednih prirodnih resursa te sprječava potencijalne negativne učinke za okoliš i ljudsko zdravlje, koji bi nastali nepravilnim odlaganjem otpada. Zatražite više pojedinosti od lokalnih nadležnih tijela.

U skladu s državnim propisima, moguće su kazne za nepropisno odlaganje ove vrste otpada.

#### Za poslovne subjekte u državama Europske unije

Ako želite odložiti električne ili elektroničke uređaje, upitajte maloprodajnika ili dobavljača o potrebnim informacijama.

#### Odlaganje u drugim zemljama izvan Europske unije

Ovaj simbol je važeći u Europskoj uniji. Ako želite odložiti ovaj proizvod, zatražite potrebne informacije o pravilnom načinu odlaganja od lokalnog vijeća ili prodavača.



Ovaj uređaj zadovoljava sve osnovne zahtjeve EU direktiva vezanih uz njega.