

OMRON

オムロン自動血圧計

HEM-7420 **上腕式**

取扱説明書

正確な測定のために



Sures

- このたびは、オムロン商品をお買い上げいただきありがとうございました。
- 安全に正しくお使いいただくため、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。
 - 本書は、いつもお手元においてご使用ください。
 - 本書は品質保証書を兼ねています。紛失しないように保管してください。

All for Healthcare

この血圧計の特長

オムロン独自のアルゴリズム（計算式）です。

インテリセンス2.0により、最適な圧力コントロールで、より正確な血圧測定を提供します。



NEW

片手でもぴったりと
巻きやすい

「e-フィットカフ」

締め付けによる痛みを軽減するために
新素材を採用し、カフを柔らかくする
ことで巻きやすさをさらに向上しました。



NEW

測定センサの正常 작동を
お知らせする

「デュアルチェックシステム」

2つのセンサで、測定センサが正常に
機能していることを監視して、ランプ
でお知らせします。



疾病リスクの高い 早朝高血圧をチェックできる 「早朝高血圧確認機能」

朝と夜それぞれの週単位の平均値を表示させて、朝と夜の血圧値を比較できます。さらに、朝の週平均値が最高血圧 135mmHg 以上または最低血圧 85mmHg 以上のとき、「早朝高血圧マーク」を表示してお知らせします。

※実際の早朝高血圧マークは週平均表示時のみ点灯します。



測定ミスをお知らせする 「体動マーク」

測定中にからだが動いたことなどにより、正しく測定できていない場合「体動マーク」を表示してお知らせします。



NEW 腕帯の正しい装着を 判定する 「カフぴったり巻きチェック」

測定のたびに腕帯が適切な強さで巻けているかどうかを判定してお知らせし、正確測定をサポートします。

もくじ

ご使用の前に

この血圧計の特長	1
この血圧計の使い方	3
入っていますか？	5
安全上のご注意	6
各部の名前	9

使い方

測定の準備をする	11
腕帯を巻く	13
正しい姿勢を確認する	15
血圧を測定する	17
測定記録を見る	19
週平均値を見る	21
使い終わったら	23

必要なときに

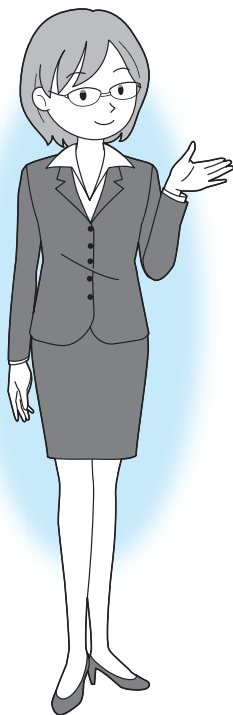
手動加圧で測定する	25
記録しないで測定する	26
記録を消去する	27
時計を合わせる	28

困ったときに・保証など

測定 Q&A	29
血圧豆知識	34
エラー表示	39
故障かな？	41
仕様	43
別売品	44
保証規定／品質保証書	裏表紙

この血圧計の使い方

この血圧計は、
このような流れで使います。



1 測定の準備をする



2 測定する



使用者を A、B と選択することで、1 台の血圧計を 2 人で使い分けることができます。ご夫婦でお使いになる場合などに便利です。

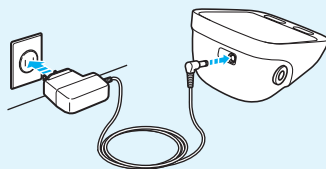
3 記録を見る

測定結果は自動的に記録

- ・測定記録：90 回分× 2 人分
- ・朝の週平均記録：8 週間分× 2 人分
- ・夜の週平均記録：8 週間分× 2 人分

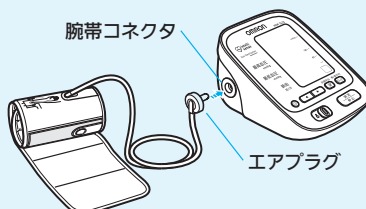
1 専用 AC アダプタを接続する
(☞ 11 ページ)

単 3 形アルカリ乾電池（別売）も
ご使用いただけます。

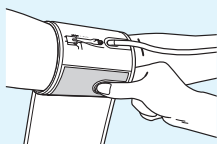


**2 腕帯のエアプラグを
腕帯コネクタに差し込む**
(☞ 11 ページ)

わんたい



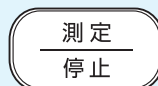
1 腕帯を巻く
(☞ 13 ページ)



**2 正しい
姿勢の確認**
(☞ 15 ページ)



3 血圧の測定
測定／停止スイッチを
押して測定開始
(☞ 17 ページ)



測定記録の呼び出し
記録呼出スイッチを押す
(☞ 19 ページ)

記録呼出



週平均の呼び出し
朝／夜平均スイッチを押す
(☞ 21 ページ)

朝/夜平均



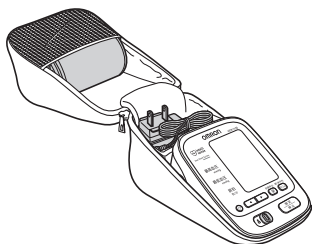
入っていますか？

最初に確認してください。

不足のものがありましたら、オムロンお客様サービスセンター
(☎電話 0120-30-6606) までご連絡ください。

製品は収納ソフトケースの中に入っています。収納ソフトケースから取り出して確認してください。

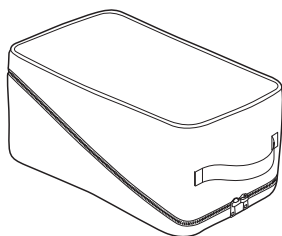
※携帯時や保管時は収納ソフトケースに入れてください。



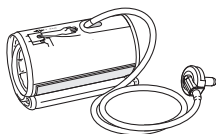
1 本体



4 収納ソフトケース



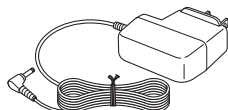
2 わんたい腕帯



5 取扱説明書 (本書：品質保証書付き)

6 医療機器添付文書

3 専用 AC アダプタ




7 クイックガイド


安全上のご注意ください

お使いになる前に必ずお読みください。

- ここに示した内容は、商品を安全に正しくお使いいただき、お使いになる人や、他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するためのものです。
- 表示と意味は次のようになっています。

警告、注意について

 **警告** 誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負うことが想定される内容を示します。

 **注意** 誤った取り扱いをすると、人が傷害を負ったり物的損害*の発生が想定される内容を示します。

* 物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットに関わる拡大損害を示します。

図記号の例



必ず守る

- 記号は強制（必ず守る）を示します。
(左図は“必ず守る”)



禁止

- ⊘記号は禁止（してはいけないこと）を示します。
(左図は“禁止”)

警告

ACアダプタの取り扱いについて

傷んだ電源コードや電源プラグは使用しないでください。

- 感電やショート、発火の原因になります。



禁止

コンセントや配線器具の定格を超える使い方や、交流 100V 以外では使用しないでください。

- タコ足配線などにより定格を超えると、火災の原因になります。



禁止

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししないでください。

- 感電やけがの原因になります。



ぬれ手禁止

注意

一般的なことについて

測定結果の自己判断、治療は危険です。

医師の指導に従ってください。

- 自己判断は、病気の悪化につながる可能性があります。



必ず守る

安全上の「注意」

⚠注意

一般的なことについて

重度の血行障害または血液疾患のある方は、医師の指導のもとご使用ください。

- 圧迫により一時的に内出血が発生することがあります。



必ず守る

手動加圧をするときは、本取扱説明書をご参照の上ご使用ください。

- 必要以上に加圧すると、圧迫により一時的に内出血が発生することがあります。



必ず守る

乳幼児や自分で意思表示ができない人には使用しないでください。

- 事故やトラブルの原因になります。



禁止

腕帯の加圧を 300 mmHg 以上にししないでください。

- 腕がうっ血したり、しびれたりします。



禁止

血圧測定以外の目的で使用しないでください。

- 事故やトラブルの原因になります。



禁止

専用の腕帯以外は使用しないでください。

- 正しい測定ができません。



禁止

血圧計の近くで、携帯電話を使用しないでください。

- 誤動作の原因になります。



禁止

本体や腕帯は、分解や改造をしないでください。

- 正しい測定ができなくなります。



分解禁止

電池の取り扱いについて

電池の⊕⊖極を正しく入れてください。

- 発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。



必ず守る

指定の電池を使ってください。

新しい電池と古い電池、銘柄や種類の違う電池を同時に使用しないでください。

- 発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。



必ず守る

長期間（3 カ月以上）使用しないときは、電池を取り外してください。

また、使用済みの電池はすぐに取り外し、すべて同時に新しいものと交換してください。

- 液漏れなどにより、本体の破損や、けがの原因になります。



必ず守る

⚠ 注意

ACアダプタの取り扱いについて

電源プラグはしっかり根元まで差し込んでください。

- ・感電やショート、発火の原因になります。



必ず守る

電源プラグを抜くときは、電源コードを引っ張らず、電源プラグを持って抜いてください。

- ・電源コードの断線やショートにより、火災や感電の原因になります。



必ず守る

電源コードの取り扱いは以下の項目に注意してください。

- ・傷つけない ・破損させない ・加工しない
- ・無理に曲げたり、引っ張らない ・ねじらない
- ・使用時は束ねない ・重い物を載せない ・挟み込ませない
- ・感電や火災、故障の原因になります。



必ず守る

電源プラグのほこりはふき取ってください。

- ・ほこりに湿気が加わると、感電やショート、発火の原因になります。



必ず守る

長時間ご使用にならないときは、電源プラグを抜いてください。

- ・絶縁劣化による感電や漏電火災の原因になります。



電源プラグを抜く

お手入れの前には、電源プラグを抜いてください。

- ・感電やけがの原因になります。



電源プラグを抜く

ACアダプタは、専用品以外は使用しないでください。

- ・火災、感電の原因になります。



禁止

お願い

腕帯や腕帯エア管を無理に折り曲げないでください。

腕帯エア管を外すときは、エア管の先のエアプラグを持って外してください。

本体に強いショックを与えたり、落としたりしないでください。

腕帯を腕に巻かない状態で加圧をしないでください。

各部の名前

お使いになる前に
確認しておきましょう。

本体

前面

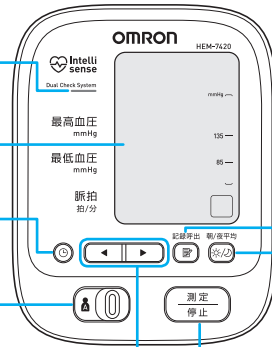
デュアルチェック
システムランプ

表示部

時計設定スイッチ

使用者選択
スイッチ

戻るスイッチ (◀)
進むスイッチ (▶)



記録呼出
スイッチ

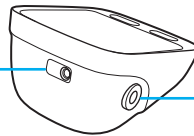
朝/夜平均
スイッチ

測定/停止
スイッチ

側面/背面

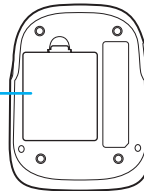
専用 AC アダプタ用
コネクタ

腕帯コネクタ



裏面

電池カバー



腕帯

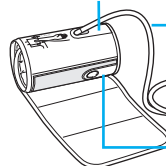
型式 HEM-FSM50
対象腕周 17 ~ 36cm
(上腕中央部)

白いマーク

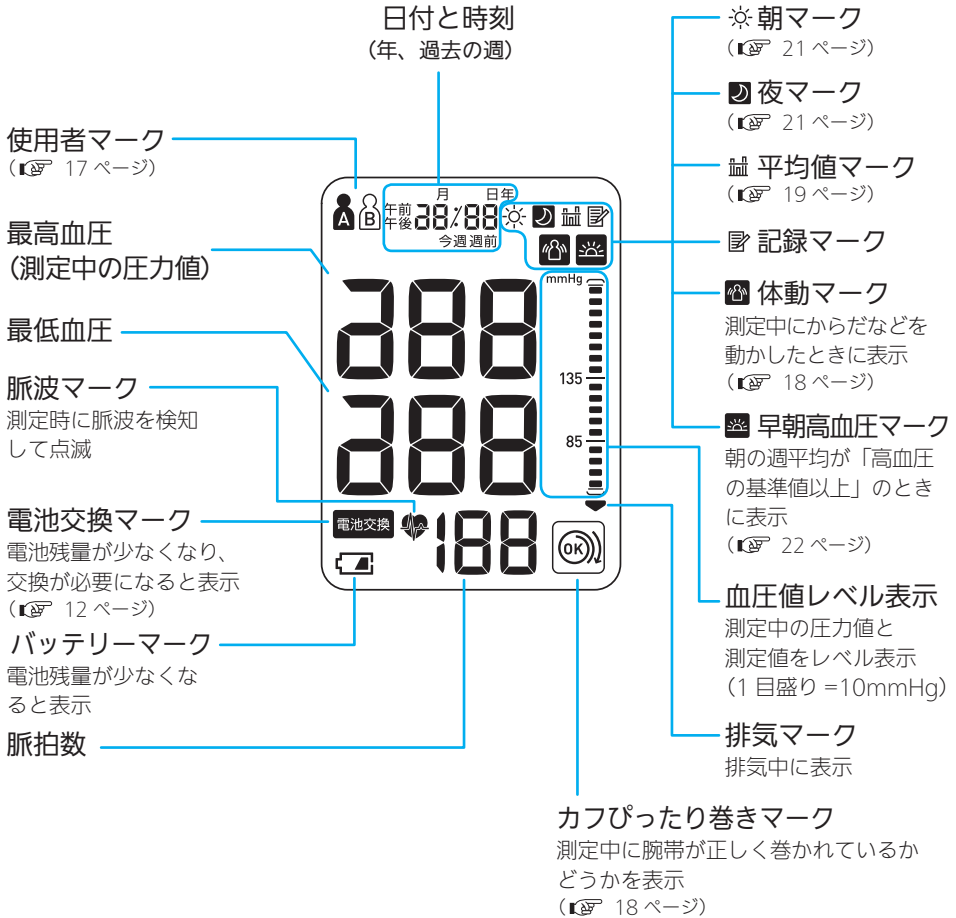
腕帯エア管

エアプラグ

腕帯グリップ



表示部



※この取扱説明書では、表示部を白地に黒文字で記載しております。実際は、地色と文字色が反転していますが、表示内容の違いはございませんのでご了承ください。

測定の準備をする

この血圧計は、専用のACアダプタのほかに、電池でもお使いいただけます。

1

専用 AC アダプタの本体用プラグを本体のコネクタに差し込む

2

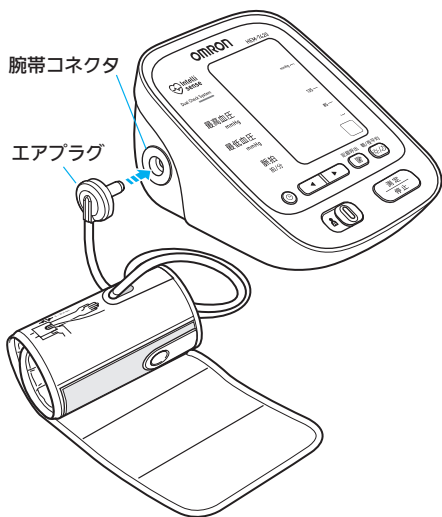
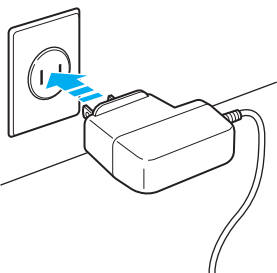
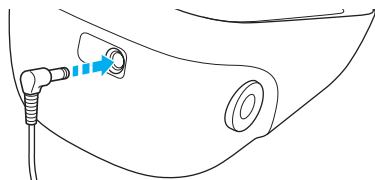
アダプタをコンセントに差し込む

※専用のACアダプタ以外はご使用にならないでください。

3

腕帯のエアプラグを腕帯コネクタにしっかりと差し込む

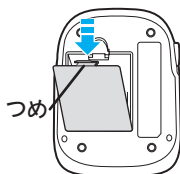
外れかけていると正しく測定できません。



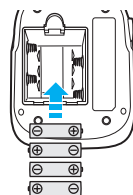
電池を使用する場合

この血圧計は電池でもご使用いただけます。
単3形アルカリ乾電池をお買い求めください。

- 1 本体を裏返して電池カバーを外す
つまみを矢印方向に押し持ち上げます。



- 2 図のように電池を入れる
ばねの出ている方が⊖です。



- 3 電池カバーを閉める
電池カバーはカチッと音がするまで閉めます。

重要

電池のみで使用する場合、ご使用条件によって電池寿命が変わります。
(単3形アルカリ乾電池4個使用時)
室温 23℃、170mmHg 加圧、
腕周 27cm の場合：約 300 回

電池交換

バッテリーマーク点灯

電池が少なくなってきました。



電池交換マーク点灯

電池が消耗しました。
同じ種類の新しい単3形アルカリ乾電池4個と交換してください。



※使用済みの電池はお住まいの市区町村の指導に従って処分してください。

腕帯を巻く

正しく測定するために、
腕帯を正しく巻くようにご注意ください。

①

親指を腕帯グリップにあて、
腕帯を持つ

②

腕帯を腕に引っ掛ける

③

白いマークが
腕の中心にくるように
かぶせる

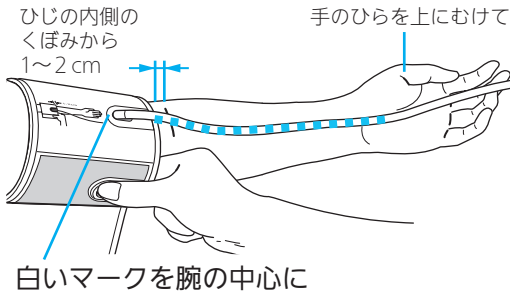
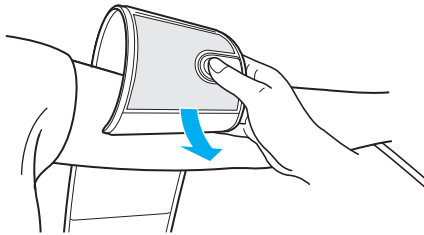
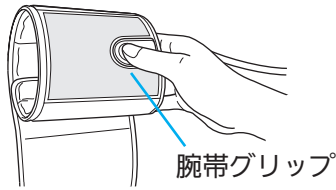
④

面ファスナーで固定する

※腕と腕帯の間にすき間ができないように、腕の形
に沿ってピッタリ巻いてください。腕帯が斜めにな
っても測定値に影響はありません。

- ・トイレは先にすませておきましょう。
- ・寒すぎたり、暑すぎたりしない部屋で測りましょう。

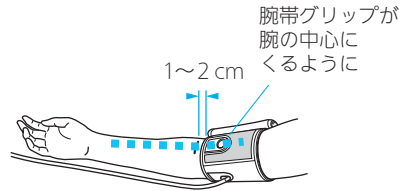




腕帯を巻くときのご注意

- ※素肌または薄手の肌着などで測定してください。
- ※厚い衣服を着ている場合は、腕まくりをせずに脱いでから測定してください。

右腕に巻くときは…



※ひじでエア管をつぶさないようにしてください。

■腕帯の寿命について■

腕帯は消耗品です。腕帯の寿命は1日6回（朝夜各3回）の測定で1年程度です。（弊社試験による）血圧を正確に測定するために早めの交換をおすすめします。空気漏れが生じたら別売品をお買い求めください。

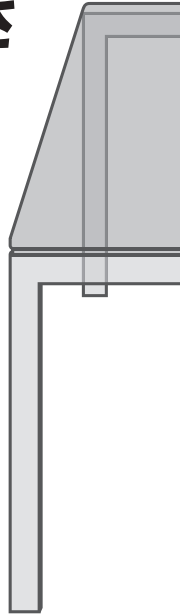
■腕帯を購入するには■

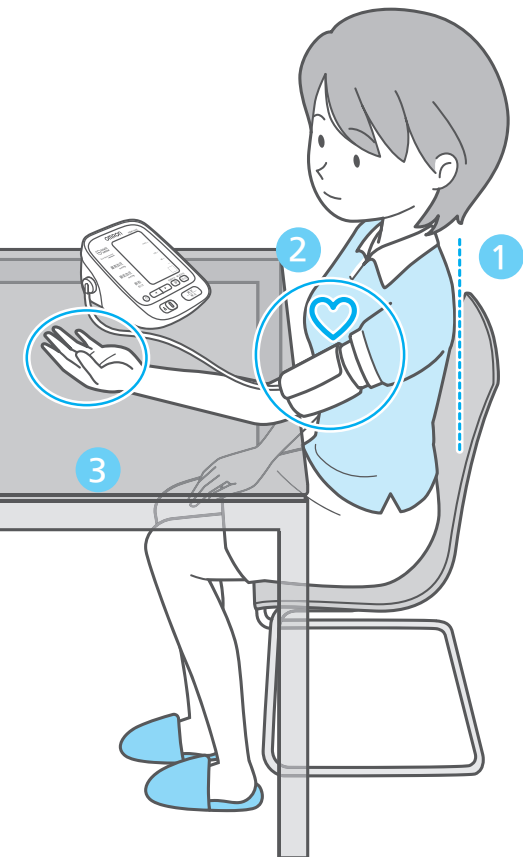
「別売品」（☞ 44 ページ）

正しい姿勢を確認する

正しく測定するために測定中は姿勢を保ち、からだを動かさず静かにしてください。

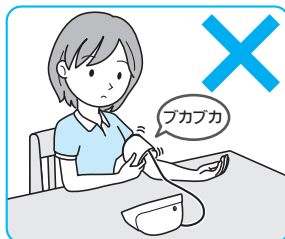
- 1 背筋をのばす**
背筋をのばし、リラックスしてください。
- 2 腕帯の中心は心臓と同じ高さ**
- 3 手のひらを上に向ける**
力をぬいてください。





次のような場合は正しく
測定できないことがあります

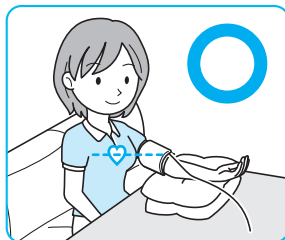
腕帯をゆるく巻きすぎ



測定中に動いた・話した



前かがみの姿勢



※腕帯が心臓の位置より低くなる
ときは、クッションやタオルな
どを下においてください。

血圧を測定する

毎日同じ時間帯に測定して、血圧管理に役立ててください。
起床後1時間以内、就寝前の測定がおすすめです。

1

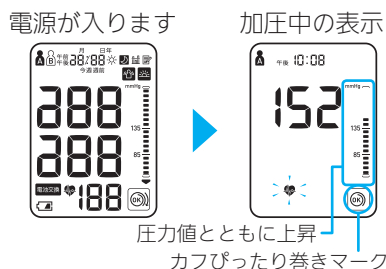
使用者を選ぶ

使用者選択スイッチを使用者に合わせます。
この血圧計は2人分の測定結果を記録できます。
はじめに使用者を選んでください。

2

測定／停止スイッチを押す

電源が入り、自動的に測定が始まります。
加圧不足の場合は、自動的に再加圧されることがあります。(再加圧は1回のみ)



3

測定結果を確認する

測定結果は自動的に記録されます。
「測定記録を見る」(📄 19 ページ)

4

腕帯を取り外す

腕帯の面ファスナーをはがし、取り外します。

5

測定／停止スイッチを押して、電源を切る

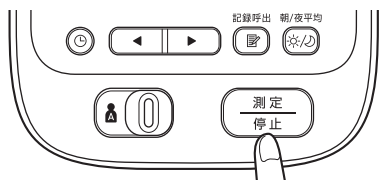
電源を切り忘れても約2分後に電源が切れます。

からだの力を抜いて
リラックスしましょう。
緊張しているときは深呼吸。





使用者が A の場合



減圧しながら測定

測定完了



最高血圧

最低血圧

血圧値レベル表示は最高血圧と最低血圧の間が点灯します。

脈拍数

特に血圧の高い方は

最高血圧が 210mmHg を超えると予測される方は「手動加圧で測定する」をご覧ください。(P.25 ページ)

測定についてのご注意

- ※測定中は、腕帯に触れないでください。
- ※測定結果の自己判断、治療は危険です。必ず医師の指導に従ってください。
- ※続けて測定するときは間隔を空けてください。

測定を中止するとき

測定を中止したり、腕帯を巻き直すときは、測定/停止スイッチを押して、電源を切ってください。腕帯の空気が抜けます。

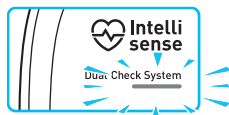
測定結果を記録したくないとき

「記録しないで測定する」(P.26 ページ)

正確測定サポート機能

●デュアルチェックシステム

- ・センサが正常に動作している場合は、測定が終了するまで、ランプが点灯します。
- ・センサが故障している場合は、ランプが点滅し、測定が中止されます。



●カフぴったり巻きチェック

- ・腕帯がぴったり正しく巻かれている場合は (P.13) が表示されます。
- ・腕帯の巻き方がゆるい場合は (P.13) が表示されます。電源を切って、腕帯を巻き直し、もう一度測定してください。(P.13 ページ)

●体動マーク

(P.13) (体動マーク) が点灯したら、測定中にからだが動いたことなどにより正しく測定できていない場合があります。もう一度測定してください。

エラー表示が出たら

エラー表示「E1」～「E5」が表示されたときは測定が正常におこなわれていません。

(P.39 ページ)

測定記録を見る

この血圧計は、2人分の、最大3回の測定記録の平均値と90回分の測定記録をそれぞれ呼び出すことができます。

1

使用者を選ぶ

使用者選択スイッチを使用者に合わせます。

2

記録呼出スイッチを押す

平均値が表示されます。

3

平均値表示中に

戻る(◀)スイッチを1回押す

もっとも新しい測定記録が表示されます。



戻る(◀)スイッチを押すごとに新しい測定値から順に表示されます。

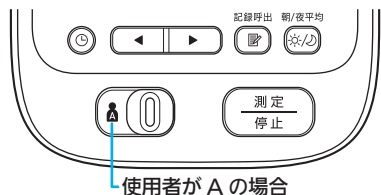
進む(▶)スイッチを押すごとに古い測定値から逆に表示されます。

※◀▶スイッチを押し続けると早送りができます。

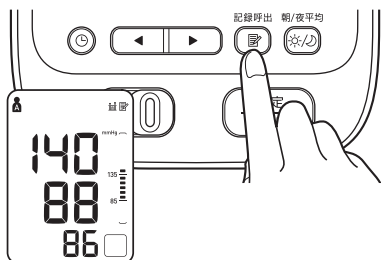
4

測定/停止スイッチを押して、電源を切る

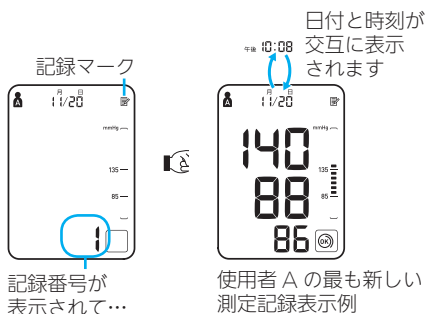
電源を切り忘れても約2分後に電源が切れます。



使用者が A の場合



使用者 A の平均値表示例




記録番号が表示されて…

使用者 A の最も新しい測定記録表示例



■平均値とは■

最新の測定記録から 10 分以内に測定された測定記録（最大 3 回）の平均値です。短時間に続けて測定したときの参考にしてください。

■記録表示について■

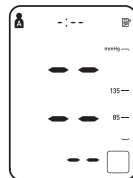
- 測定時に  (体動マーク) が点灯したときはその記録を呼び出したときにも点灯します。



- 測定時のカフぴったり巻きチェックの結果 ( / ) は記録を呼び出したときにも点灯します。
- 記録された測定結果が 90 回を超えると、古い測定記録は消去され新しい測定結果が記録されます。

記録がないときは…

測定記録がないときは下図のように表示されます。



週平均値を見る

この血圧計は、朝と夜の血圧値をそれぞれ週単位で平均して記憶します。朝・夜それぞれ今週と過去7週間分の週平均を呼び出すことができます。

1

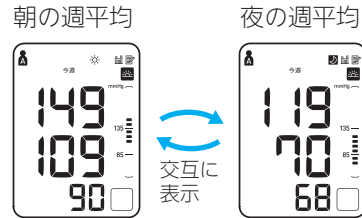
使用者を選ぶ

使用者選択スイッチを使用者に合わせます。

2

朝／夜平均スイッチを押す

押すごとに今週の朝平均と夜平均が交互に表示されます。



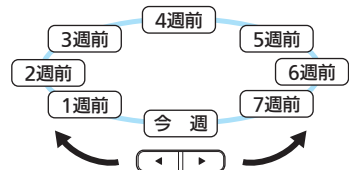
表示例：使用者 A / 今週 / 早朝高血圧の場合

3

朝／夜平均表示中に

戻る (◀) スイッチを押す

1 週前の週平均値が表示されます。



戻る (◀) スイッチを押すごとに 1 週前から順に表示されます。

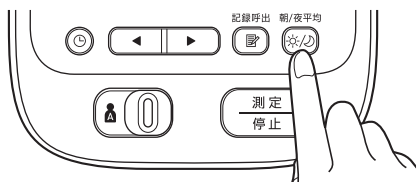
進む (▶) スイッチを押すごとに 7 週前から逆に表示されます。

※ ◀▶ スイッチを押し続けると早送りができます。

4

測定／停止スイッチを押して、電源を切る

電源を切り忘れても約 2 分後に電源が切れます。



■週平均値について■

週平均値には、朝平均と夜平均の2種類があり、その集計期間は下記のとおりです。

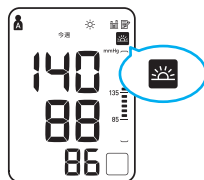
	期間	時間
朝平均	日曜日	AM 4:00 ~ AM 10:00
	土曜日 (7日間)	PM 7:00 ~ AM 2:00

週平均値の詳細については「測定 Q&A」で説明しています。(P. 33 ページ)

■早朝高血圧確認機能■

朝の週平均が高血圧の基準値以上(最高血圧 135mmHg 以上または最低血圧 85mmHg 以上)の場合、☀️(早朝高血圧マーク)が点灯します。

早朝高血圧マークは朝平均・夜平均どちらを呼び出しても確認できます。

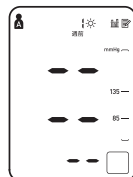


「早朝高血圧について」

(P. 36 ページ~ 38 ページ)

記録がないときは…

週平均値の記録がないときは、下図のように表示されます。



使用者 A の 1 週間前の朝平均の記録がない場合

使い終わったら

血圧計を使い終わったら、
専用ACアダプタと腕帯を取り外して、収納ソフトケースに保管してください。

1

コンセントから
専用ACアダプタを抜く

2

本体からプラグを抜く

3

腕帯コネクタから
エアプラグを抜く

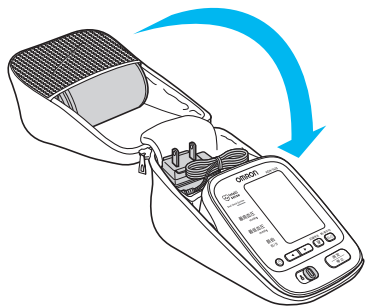
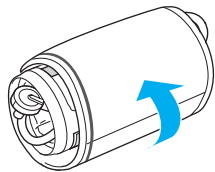
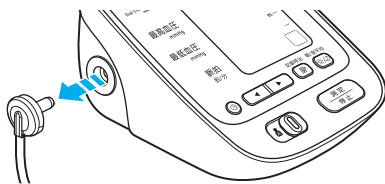
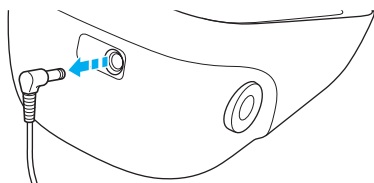
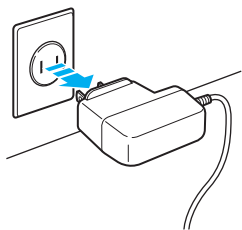
4

腕帯を軽く丸める

5

収納ソフトケースにしまう

※腕帯エア管を無理に折り曲げたりしないで
ください。



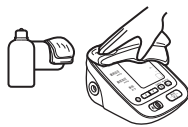
保管時のお願い

次のようなところに保管しないでください。

- ・水のかかるところ。
- ・高温・多湿、直射日光、ほこり、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ。
- ・傾斜、振動、衝撃のあるところ。
- ・化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ。

お手入れ時のお願い

- ・血圧計はいつも清潔にしてお使いください。
- ・本体の汚れは乾いたやわらかい布でふき取ってください。
- ・汚れがひどいときは、水または中性洗剤をしみ込ませたやわらかい布をよく絞ってからふき取ります。その後、からぶきしてください。



※本体内部に水などが入らないようにしてください。


- ・汚れを落とすとき、アルコール、ベンジン、シンナーなどを使用しないでください。
- ・腕帯は洗濯できません。また、ぬらさないでください。



必要なときに

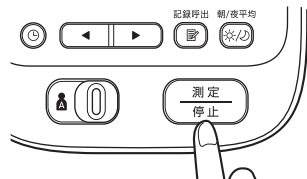
手動加圧で測定する

最高血圧値が 210mmHg を超えると予想される場合、エラー表示「E2」が頻繁に出る場合などは手動加圧で測定してください。

※手動加圧をする前に「腕帯を巻く」「正しい姿勢を確認する」
( 13～16 ページ) をよく読んでください。

1

腕帯を巻いて、使用者を選び、
測定／停止スイッチを押す
加圧が始まります。



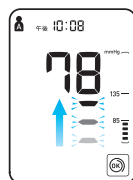
2

加圧が始まったら、
もう一度、測定／停止スイッチを押し、
そのまま押し続ける

手動加圧中は、右のような画面が表示されます。

※手動加圧では、299mmHg まで加圧することができますが、
必要以上に加圧をしないでください。腕に一時的な内出血
が発生することがあります。

※ 300mmHg 以上加圧するとエラーになります。



下から上へ順に点灯を
繰り返します。

3

予想される最高値よりも約 40～50mmHg 高い値まで上がったとき、
測定／停止スイッチを離す
減圧が始まり、測定を開始します。

4

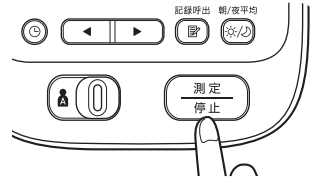
以降の操作は 17～18 ページの手順 3～5
を参照してください。

記録しないで測定する

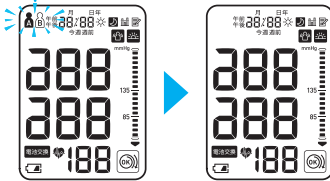
A、B どちらにも記録しないときは、以下の手順で測定してください。

1

腕帯を巻いて、
測定／停止スイッチを 3 秒
以上押し続ける
使用者マークが消灯します。



この表示が消灯します。



2

使用者 A、B ともに消灯したら、
測定／停止スイッチを離す
加圧が始まり、測定を開始します。

3

以降の操作は 17～18 ページの手順 3～5
を参照してください。

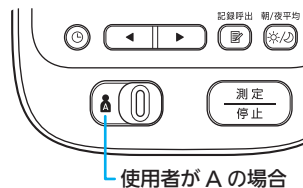
必要なときに

記録を消去する

すべての測定記録を消去するときは、以下の手順で操作してください。

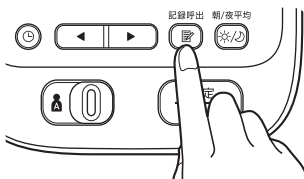
1

記録を消去するユーザーを選ぶ



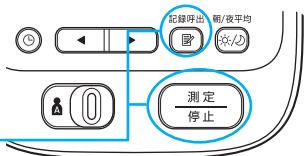
2

記録呼出スイッチを押す

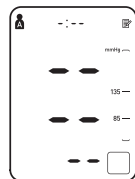


3

記録呼出スイッチを押しながら、測定/停止スイッチを約 3 秒間押し続ける



※測定停止スイッチを先に押さないでください。
先に押すと電源が切れます。



消去が完了すると、このような画面が表示されます。

4

測定/停止スイッチを押して、電源を切る

※電源を切り忘れても約 2 分後に自動的に電源が切れます。

時計を合わせる

時計はあらかじめ設定されていますが、進んだり遅れたりしている場合、以下の手順で設定し直してください。

重要

時計設定は、**血圧計の時刻が午前 10:00 から午後 6:59 の間におこなってください。**

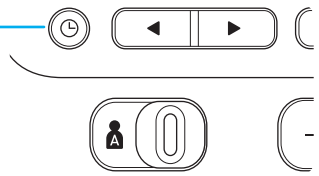
それ以外の時間帯に時刻を変更したり、週の切り替わりを含んだ日付変更をしたりすると、週平均が正しく計算されないことがあります。(P. 21 ページ)

週平均が正しく計算されていない場合は、記録をすべて消去してからご使用ください。(P. 27 ページ)

1

電源の切れた状態で時計設定スイッチを 1 秒以上押し

時計設定モードになり「西暦年」が点滅します。



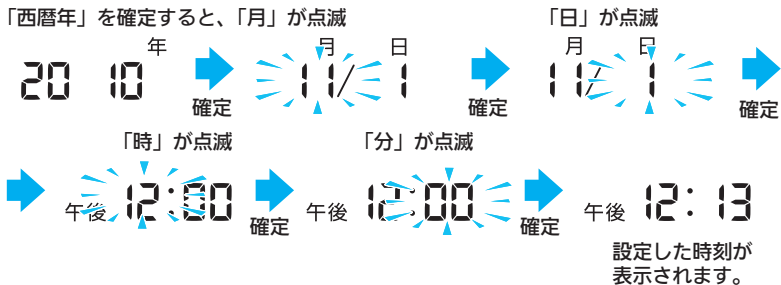
2

年月日と時刻を設定する

戻る (◀) / 進む (▶) スイッチを押して「西暦年」を合わせ、時計設定スイッチを押すと、西暦年が確定し、「月」が点滅します。

同様に、「月」 / 「日」 / 「時」 / 「分」の順で設定してください。

※◀▶スイッチを押し続けると早送りができます。



3

測定 / 停止スイッチを押して、電源を切る
設定完了です。

※電源を切り忘れても約 2 分後に自動的に電源が切れます。

測定 Q&A



病院での測定値よりも低いのですが…

A 病院で緊張すると測定値は高くなります。

自宅では気持ちが落ち着いているため、病院での測定値よりも20～30mmHg 低くなる場合があります。自宅での安定した測定値を知っておくことが大切です。

A 心臓よりも高い位置で測定すると測定値が低くなります。

血圧計をのせる机が高いと、腕帯の位置が心臓より高くなり、測定値が低くなります。



病院での測定値よりも高いのですが…

A 降圧剤を服用中の場合、効果が切れているときに測定値が高くなる場合があります。

時間の経過により、薬の効果が切れてくると高くなる場合があります。医師にご相談ください。

A 腕帯の位置がずれていると測定値が高くなる場合があります。

腕帯の位置がずれていると、動脈からの信号をとらえにくくなり、血圧は高めに測定されてしまいます。腕帯の装着位置を確認しましょう。(13 ページ)

A 腕帯の巻き方がゆるいと測定値が高くなる場合があります。

巻き方がゆるいと、圧迫力が動脈まで伝わらず、血圧が高めに測定されてしまいます。腕帯と腕の間にすき間がないように巻いてください。

A 姿勢が正しくないと測定値が高くなる場合があります。

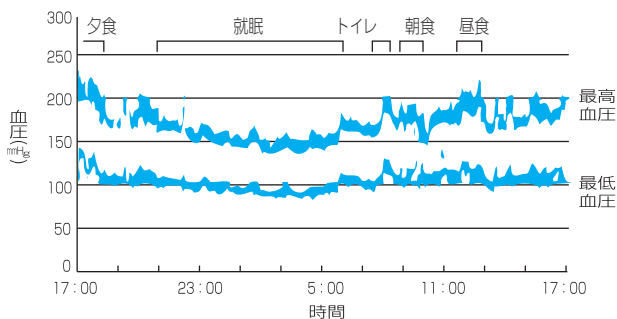
あぐらをかく、ソファや低い机で前かがみになるなど、猫背の姿勢で測定すると、腹圧がかかったり、腕帯の位置が心臓よりも低くなったりするため測定値が高くなります。

Q

測るたびに測定値がちがうのですが…

A 血圧は時間帯によって異なります。

下記のグラフは 10 秒おきに血圧測定した結果です。
1 日の中でもこんなに変動しています。
正しい血圧管理のために、毎日同じ時間帯で測定しましょう。



上腕血圧のデータ（横浜市立大学医学部 朽久保 修 先生ご提供）

A 血圧はいろいろな要因で変動します。

自宅で測定しても、次のようなときは測定値が変動することがあります。

- ・食後 1 時間以内
- ・喫煙のあと
- ・運動のあと
- ・測定中の会話
- ・室温が急に変化した
- ・お酒、コーヒー、紅茶を飲んだあと
- ・入浴のあと
- ・排尿、排便のあと
- ・緊張や不安で心が落ち着いていない
- ・測定場所や環境がいつもと違う

A うっ血していると通常の測定値と異なります。

腕が圧迫されると、手先に血液がたまり、うっ血状態になることがあります。うっ血を取るには、腕帯を取り外して、手を高く上げ、手のひらを握ったり開いたりする運動を 15 回くらい繰り返してください。

測定 Q&A

Q 腕に痛みやしびれを感じるのですが…

A 一時的なもので、心配ありません。

血圧測定時は、一時的に動脈の血液の流れが止まるまで締め付ける必要があります。痛みやしびれを感じるがありますが、腕帯を取り外してしばらくすると治まります。

Q 測定するのはいつがよいですか？

A 朝は起床後 1 時間以内、夜は就寝前です。

朝に測定する場合は、起床後 1 時間以内で、朝食前に、排尿を済ませて、座位で 1～2 分安静にしてから測定しましょう。降圧剤を服用している場合は、服用前に測定しましょう。夜に測定する場合は、就寝前に座位で 1～2 分安静にしてから測定しましょう。そのほかの時間帯では、からだも心も安定しているときに測定に適しています。また、毎日同じ時間帯に測定することをおすすめします。

Q 血圧管理のコツはありますか？

A 薬の服用状況、生活の状態も併せて記録しましょう。

毎日の血圧を記録すると、血圧の変動傾向を知ることができ、健康管理に役立ちます。また、医師の診断を受ける際にも大変役に立ちます。正確に判断するには、血圧値だけでなく、測定条件（降圧剤の服用状況、生活の状態）も併せて記録しておくことをおすすめします。



夜の週平均値を表示しているのに、早朝 高血圧マークが表示されるのですが…

A 早朝高血圧マークは朝平均・夜平均どちらを表示しても確認できます。

週平均を呼び出したとき、**朝平均の値が「高血圧の基準値以上」**(最高血圧 135mmHg 以上、または最低血圧 85mmHg 以上 *) のとき、早朝高血圧マーク(☀)が点灯します。

* 日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン 2009

(表は今週の週平均、使用者 A の例です)

	朝平均の値が 高血圧の基準値以上の場合	朝平均の値が 高血圧の基準値未満の場合
朝平均表示		
夜平均表示	<p>夜平均表示中にも確認できます。</p>	

- ・ 夜平均が高血圧の基準値以上の場合は点灯しません。
- ・ 早朝高血圧マークは朝平均・夜平均どちらを呼び出しても確認できます。

測定 Q&A

Q 週平均値はどのように計算しているのですか？

A 週平均値は以下のように計算しています。

■ 週平均値について（週平均値には、朝平均と夜平均の2種類があります。）

（木）（金）（土）（日）（月）（火）（水）（木）（金）（土）（日）（月）（火）

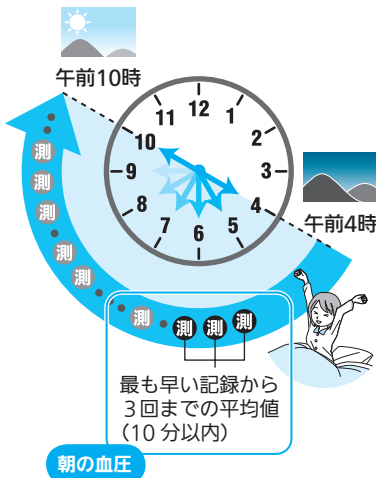
日曜日から土曜日まで7日間の「朝の血圧」と「夜の血圧」のそれぞれの平均値です。

※水曜日から測定開始した場合は、水曜日から土曜日までの4日間の平均がその週の週平均値となります。

■ 「朝の血圧」と「夜の血圧」について

朝の血圧

午前4時から午前10時の間で、最初の測定から10分以内に測った最大3回までの「平均値」です。

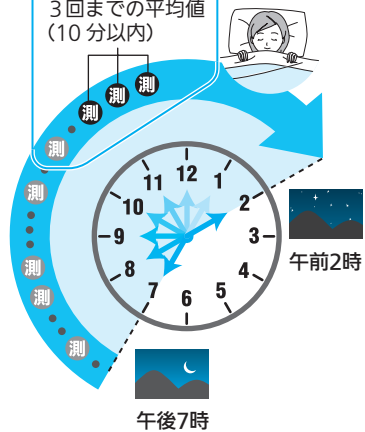


夜の血圧

午後7時から午前2時の間で、最後の測定より前10分以内に測った最大3回までの「平均値」です。

夜の血圧

最も遅い記録から3回までの平均値 (10分以内)

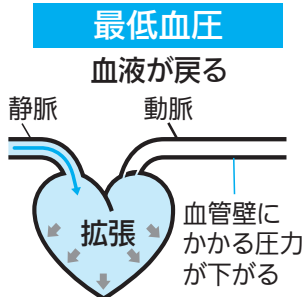
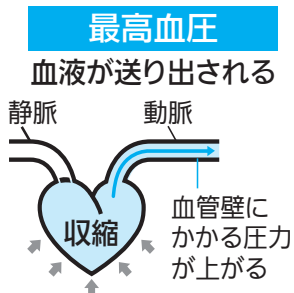


※10分以内に2回しか測らなければ、その2回の平均値が、1回のみ場合はその測定値が、「朝/夜の血圧」となります。

血圧豆知識

血圧とは

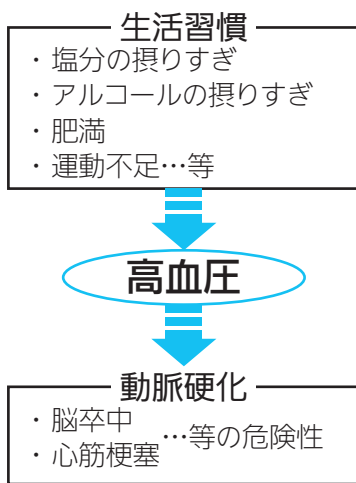
血液は、心臓というポンプの拍動（収縮したり拡張したりすること）によって動脈へ送り出されています。心臓が収縮して血液を動脈に送り出すときの圧力が最も高く、これを「最高血圧」といいます。全身を巡った血液が戻ってきて心臓が拡張したときの圧力を「最低血圧」といいます。



健康と血圧

血圧は日常生活や年齢の影響を受けて変化しています。高血圧は、動脈硬化が進み、脳卒中や心筋梗塞などの危険な病気を引き起こしやすい状態です。

血圧の状態を知ること、健康と生活習慣を見直すきっかけにしてください。



困ったときに・保証など

血圧豆知識

高血圧のめやす

■ 家庭血圧

近年、世界の主な学会では家庭血圧 135mmHg / 85mmHg 以上が高血圧とされています。必ず医師の指導を受けてください。

最高血圧
(収縮期血圧) **135** mmHg以上

最低血圧
(拡張期血圧) **85** mmHg以上

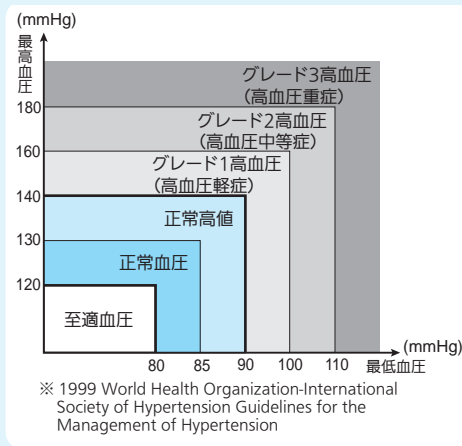
出典: 日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン 2009

■ 病院での血圧

世界保健機関 (WHO) と国際高血圧学会 (ISH) では、病院での血圧測定をもとにして下図のような血圧の分類を制定しています。

これは、年齢に関係なく、病院でいすに座り、上腕で測定した値に基づいています。

※低血圧に定義はありません。一般に最高血圧が 100mmHg 未満の人が低血圧とみなされています。



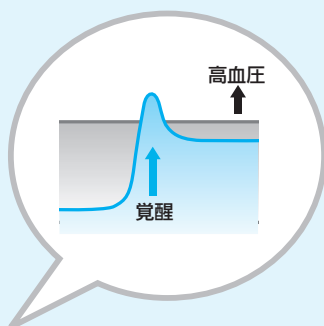
早朝高血圧について

■ 早朝高血圧とは

血圧は、時間帯により大きく変動します。変動のしかたには個人差がありますが、正常な血圧の人の場合、起床後、徐々に上昇して昼ごろにピークになり、その後やや下がって夕方ごろにもう一度ピークとなり、また徐々に低下して深夜に最も低くなります。

しかし、この血圧の変動パターンが変化して、朝方の血圧が急上昇するケースがあり「早朝高血圧」と呼ばれ注目されています。

降圧剤を服用している方の場合、朝食後に薬を飲んで血圧が下がり、昼間に病院で血圧を測ったときには正常の値である可能性もありますので注意が必要です。



血圧豆知識

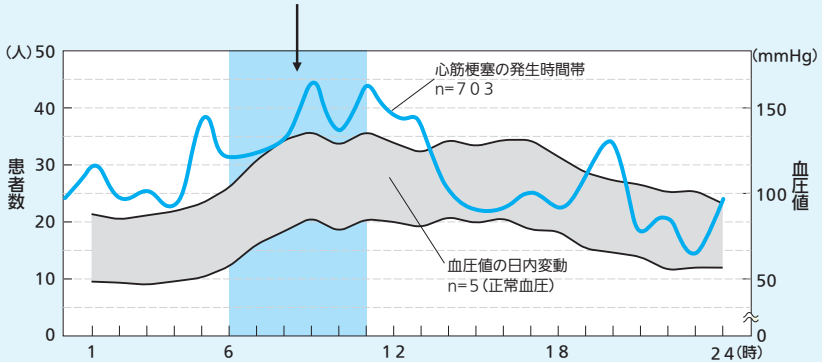
■ 家庭血圧の重要性

早朝から正午にかけては、自律神経が活性化されるため、血圧は高く、血液が固まりやすくなっています。脳卒中や心筋梗塞などの危険な病気がこの時間帯に多く生じている原因のひとつと考えられています。

医療施設で測る血圧ばかりでなく、家庭血圧を重視するのは早朝の高い血圧が家庭でしか捉えられないというのも大きな理由のひとつです。

早朝に増える心筋梗塞と血圧の上昇時間

早朝の血圧上昇に関連があるとわれはじめています。



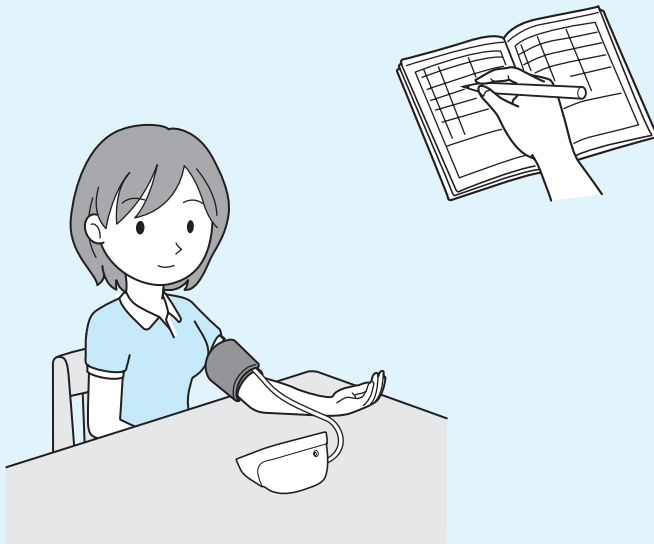
Muller JE, et al: New Eng. J. Med. 313, 1315-1322, 1985

■ 朝の血圧測定

早朝高血圧を知るために、起床後 1 時間以内で、朝食前に、排尿を済ませてから測定してください。






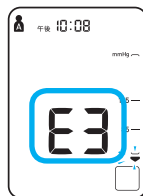



降圧剤を服用している場合は、服用前に測定してください。

※血圧は常に変動しています。朝だけでなく、日中や就寝前など、時間を決めて一定期間測りましょう。測定値は必ずすべて記録して医師の指導を受けてください。




エラー表示

測定が正常におこなわれないときは、次のようなエラー表示が出ます。

エラー表示	原因	対処のしかた
 <p>最低血圧表示部に「E1」と表示されたとき</p>	エアプラグが外れかけている	エアプラグを奥まで挿入します ( 11 ページ)
	腕帯を正しく巻いていない	腕帯を正しく巻いてください ( 13 ページ)
 <p>最低血圧表示部に「E2」と表示されたとき</p>	測定中に腕やからだを動かして適切に加圧されなかった	腕やからだを動かさないようにして、もう一度測定してください 再度「E2」が表示されるときは手動加圧で測定してください ( 25 ページ)
 <p>最低血圧表示部に「E3」と表示されたとき</p>	手動加圧時に、測定／停止スイッチを押し続けるなど、300mmHg 以上に加圧した	手動加圧時は、目的の数値まで上がったなら測定／停止スイッチを離してください ( 25 ページ) 腕帯エア管が折れ曲がっていると、圧力が 300mmHg 以上になることがあります。エア管が折れ曲がらないようにしてください
 <p>最低血圧表示部に「E4」と表示されたとき</p>	測定中に腕やからだを動かしたり、話をした	腕やからだを動かさないようにして、もう一度測定してください ( 15 ページ)

エラー表示

困ったときに・保証など

エラー表示	原因	対処のしかた
 <p>最低血圧表示部に「ES」と表示されたとき</p>	<p>測定中に腕やからだを動かして適切に脈が検出できなかった</p> <p>上着の上から腕帯を巻いている、またはまくりあげた衣服で腕を圧迫している</p>	<p>腕やからだを動かさないようにして、もう一度測定してください (📖 15 ページ)</p> <p>上着を脱いで腕帯を巻き直してください</p>
 <p>「電池交換マーク」が点灯したとき</p>	<p>電池が消耗している</p>	<p>4本同時に新しい電池と交換してください (📖 12 ページ)</p>
 <p>「Er」が出たとき</p>	<p>本体が故障している</p>	<p>オムロンお客様サービスセンターまで修理依頼をお願いします (📖 裏表紙)</p>
 <p>「デュアルチェックシステムランプ」が点滅したとき</p>	<p>センサの異常による故障です</p>	<p>オムロンお客様サービスセンターまで修理依頼をお願いします (📖 裏表紙)</p>

※測定中からだを動かしたりすると、上記エラー表示のときに 🏃 (体動マーク) が表示されることがあります。

※上記の対処方法で解決しない場合はオムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください。(📖 裏表紙)

故障かな？

こんなとき	原因	対処のしかた
血圧値が異常に 低く（高く） 測定される	腕帯が正しく 巻かれていない	腕帯を正しく巻いてください (👉 13 ページ)
	測定中に会話をしたり 腕を動かしたりした	静かに測定してください 測定 Q & A を参照してください (👉 29 ページ)
	まくりあげた上着（または 下着）で腕を圧迫している	上着（または下着）を脱いで腕帯 を巻き直してください
圧力が上がらない	エアプラグが正しく 血圧計に接続されていない	正しく接続してください (👉 11 ページ)
	腕帯が空気漏れしている	別売の新しい腕帯をお買い求め ください (👉 44 ページ)
腕帯が短時間で 空気漏れを おこしてしまう	腕帯の巻き方がゆるい	腕と腕帯のすき間がないように ピッタリ巻いてください (👉 13 ページ) ※ピッタリ巻かないと腕帯に 余分な圧力がかかり、腕帯の 寿命が短くなります
📺 が 表示されない	腕帯の巻き方がゆるい	腕と腕帯のすき間がないように ピッタリ巻いてください (👉 13 ページ) ※腕帯を巻いたまま繰り返し測 定すると、腕帯の巻き方がゆる くなり、腕と腕帯の間にす き間ができる場合があります。
血圧計が正常に動き、正しく測定しても… ・病院で測定してもらった値より低い（高い） ・測るたびに血圧値が違う		測定 Q & A を参照してください (👉 29 ページ)

故障かな？

こんなとき	原因	対処のしかた
加圧中に電源が切れる	長期間使用しなかったか温度変化により電池が消耗している	新しい電池と交換してください (☞ 12 ページ)
どのスイッチを押しても何も表示しない	電池を入れずに使用している場合に、専用 AC アダプタが血圧計またはコンセントから外れている	専用 AC アダプタを血圧計とコンセントに正しく接続してください (☞ 11 ページ)
	電池が完全に消耗している	新しい電池と交換してください (☞ 12 ページ)
	電池の ⊕ ⊖ の向きが間違っている	電池を正しく入れてください (☞ 12 ページ)
その他の現象		測定/停止スイッチを押し直して、最初からやり直してください 電池を交換してみてください それでも直らない場合は、オムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください (☞ 裏表紙)

※上記の方法でも、正常に測定ができない場合は故障が考えられます。製品の故障および修理のご依頼につきましては、オムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください。(☞ 裏表紙)

※ごくまれにその方の体質上誤差を生じて測定できない方がおられます。このような場合にもオムロンお客様サービスセンターまでご相談ください。(☞ 裏表紙)

仕様

医療機器認証番号	221AGBZX00296000
類別	機械器具 18 血圧検査又は脈波検査用器具
一般的名称	自動電子血圧計
医療機器分類	管理医療機器

販売名	オムロン自動血圧計 HEM-7420
表示方式	デジタル表示方式
測定方式	オシロメトリック法
測定範囲	圧力 / 0 ~ 299 mmHg 脈拍数 / 40 ~ 180 拍毎分
測定精度	圧力 / ± 3 mmHg 以内 脈拍数 / 読み取り数値の ± 5% 以内
加圧	自動加圧方式 (ファジィコントロール)
減圧	アクティブ電子制御方式
排気	自動急速排気方式
電源	専用 AC アダプタ (AC100V) 単 3 形アルカリ乾電池 (4 個) (別売)
電池寿命	約 300 回 (単 3 形アルカリ乾電池使用時、室温 23℃、 170 mmHg 加圧、腕周 27 cm の場合)
装置寿命	5 年もしくは 30000 回のいずれか早く到達した方 (消耗部品を除く)
使用環境温湿度	+ 10 ~ + 40℃ ・ 30 ~ 85% RH
保管環境温湿度	- 20 ~ + 60℃ ・ 10 ~ 95% RH
本体質量	約 430g (電池、専用 AC アダプタ含まず)
外形寸法	幅 124 × 高さ 86 × 奥行き 158 mm
腕帯	幅 120 × 長さ 530 mm (質量約 130 g) エア管長さ 700 mm
電撃保護	内部電源機器 B 形装着部
付属品	腕帯 (型式 HEM-FSM50、対象腕周 17 ~ 36 cm)、 専用 AC アダプタ (型式 HEM-AC-T 60100HW5SW-600)、 収納ソフトケース、取扱説明書 (品質保証書付き)、 医療機器添付文書、クイックガイド
製造販売元	オムロンヘルスケア株式会社 住所: 〒 617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪 53 番地 電話: 0120-30-6606 (オムロンお客様サービスセンター)

※お断りなく仕様を変更する場合がありますのでご了承ください。

EMC 適合 本製品は EMC 規格 IEC 60601-1-2 : 2001 に適合しています。
本製品は JIS 規格 JIS T 1115 : 2005 に適合しています。

別売品

別売品のお求めは、オムロンお客様サービスセンター
(☎電話 0120-30-6606) までご連絡ください。

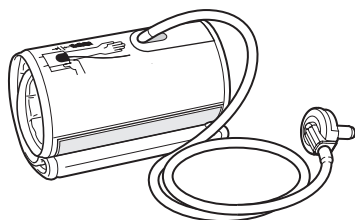
次の別売品をご用意しています。

- **腕帯**

型式 HEM-CUFF-FSM50 (HEM-FSM50)

対象腕周 17 ~ 36cm (上腕中央部)

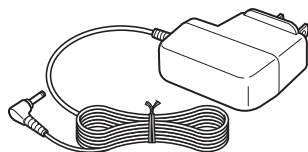
この腕帯は本製品に付属しているものと同じです。



- **専用 AC アダプタ**

型式 HEM-AC-T (60100HW5SW-600)

この専用 AC アダプタは本製品に付属しているものと同じです。



保証規定

- 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書にしたがった正常な使用状態で、お買い上げ後1年以内に故障した場合には無償修理または交換いたします。
- 無償保証期間内に故障して修理を受ける場合は、オムロンお客様サービスセンターにご連絡ください。
- 無償保証期間内でも次の場合には有償修理になります。
 - (イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
 - (ロ) お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
 - (ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や電源の異常電圧、指定外の使用電源（電圧、周波数）などによる故障および損傷。
 - (ニ) 品質保証書の提示がない場合。
 - (ホ) 品質保証書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合。
 - (ヘ) 消耗部品。
 - (ト) 故障の原因が本商品以外に起因する場合。
 - (チ) その他取扱説明書に記載されていない使用方法による故障および損傷。
- 品質保証書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
- 品質保証書は本規定に明示した期間、条件のもとにおいて無償保証をお約束するものです。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。
- 補修用部品は製造打ち切り後、最低6年間保有しています。

品質保証書

このたびは、オムロン商品を、お買い求めいただきありがとうございます。商品は厳重な検査をおこない高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は無償修理または交換いたします。

※商品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。

This warranty is valid only in Japan.

※以下につきましては、必ず販売店にて、記入捺印していただいでください。

販売名 オムロン自動血圧計 **HEM-7420**

ご芳名

ご住所

TEL

()

お買い上げ店名

印

住 所

TEL

()

お買い上げ年月日

年

月

日

製造販売元

オムロンヘルスケア株式会社

〒617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪53番地



オムロン健康商品のお問い合わせは

修理のご用命、別売品・消耗部品のお求めも、この電話で承ります。
修理には、便利な引き取りサービスをご利用ください。



オムロンお客様サービスセンター **ダイヤルは正確に**

むろんオムロン

電話

0120-30-6606

通話料無料

FAX

0120-10-1625

通信料無料

受付時間

9:00~19:00 月~金(祝日を除く)

都合によりお休みをいただいたり、
受付時間帯を変更させていただく
ことがありますのでご了承ください。

ホームページ <http://www.healthcare.omron.co.jp/>

※通信料はお客様ご負担となります。(別売品・消耗部品は、インターネットでもお求めいただけます。)