

## Personenwaage PSB mit Körperanalyse-Funktionen Personal scales PSB with body analysis functionality

Pèse-personne PSB avec fonctions d'analyse corporelles

Bilancia pesapersona PSB con funzioni di controllo degli indici corporei

Báscula de baño PSB con funciones de análisis corporal

Balança PSB com funções de análise corporal

Personenweegschaal PSB met functies voor lichaamsanalyse

Henkilövaaka PSB kehon analyysitoiminnoilla

Personvåg PSB med kroppsanalysfunktioner

Ατομική ζυγαριά PSB με λειτουργίες ανάλυσης του σώματος



Art. 40410



**Gebrauchsanweisung**  
**Manual**  
**Mode d'emploi**  
**Istruzioni per l'uso**  
**Instrucciones de manejo**

Bitte sorgfältig lesen!  
Please read carefully!  
A lire attentivement s.v.p.!  
Da leggere con attenzione!  
¡Por favor lea con cuidado!

**Manual de instruções**  
**Gebruiksaanwijzing**  
**Käyttöohje**  
**Brugsanvisning**  
**Οδηγίες χρήσης**

Por favor, ler cuidadosamente!  
A.u.b. zorgvuldig lezen!  
Lue huolellisesti läpi!  
Läses noga!  
Παρακαλούμε διαβάστε προσεκτικά!



## D Gebrauchsanweisung

1 Sicherheitshinweise .....	1
2 Wissenswertes .....	3
3 Betrieb .....	5
4 Verschiedenes .....	9
5 Garantie .....	11

## GB Manual

1 Safety Information .....	12
2 Useful Information .....	14
3 Operation .....	16
4 Miscellaneous .....	20
5 Warranty .....	22

## F Mode d'emploi

1 Consignes de sécurité .....	23
2 Informations utiles .....	25
3 Utilisation .....	27
4 Divers .....	31
5 Garantie .....	33

## I Istruzioni per l'uso

1 Norme di sicurezza .....	34
2 Informazioni interessanti .....	36
3 Utilizzo .....	38
4 Varie .....	42
5 Garanzia .....	44

## E Instrucciones de manejo

1 Indicaciones de seguridad .....	45
2 Informaciones interesantes .....	47
3 Funcionamiento .....	49
4 Generalidades .....	53
5 Garantía .....	55

## P Manual de instruções

1 Avisos de segurança .....	56
2 Informações gerais .....	58
3 Funcionamento .....	60
4 Generalidades .....	64
5 Garantia .....	66

## NL Gebruiksaanwijzing

1 Veiligheidsmaatregelen .....	67
2 Wetenswaardigheden .....	69
3 Werking .....	71
4 Diversen .....	75
5 Garantie .....	77

## FIN Käyttöohje

1 Turvallisuusohjeita .....	78
2 Tietämisen arvoista .....	80
3 Käyttö .....	82
4 Sekalaista .....	86
5 Takuu .....	88

## S Bruksanvisning

1 Säkerhetshänvisningar .....	89
2 Vårt att veta .....	91
3 Drift .....	93
4 Övrigt .....	97
5 Garanti .....	99

## GR Οδηγίες χρήσης

1 Υποδείξεις ασφαλείας .....	100
2 Χρήσιμες πληροφορίες .....	102
3 Λειτουργία .....	104
4 Διάφορα .....	108
5 Εγγύηση .....	110

Klappen Sie bitte diese Seite auf und lassen Sie sie zur schnellen Orientierung aufgeklappt.

Please fold out this page and leave it folded out for quick reference.

Veillez déplier cette page et la laisser dépliée afin de vous orienter plus rapidement.

Aprire questa pagina e lasciarla aperta ai fini di un rapido orientamento.

Por favor, despliegue esta hoja y déjela desplegada para orientarse rápidamente.

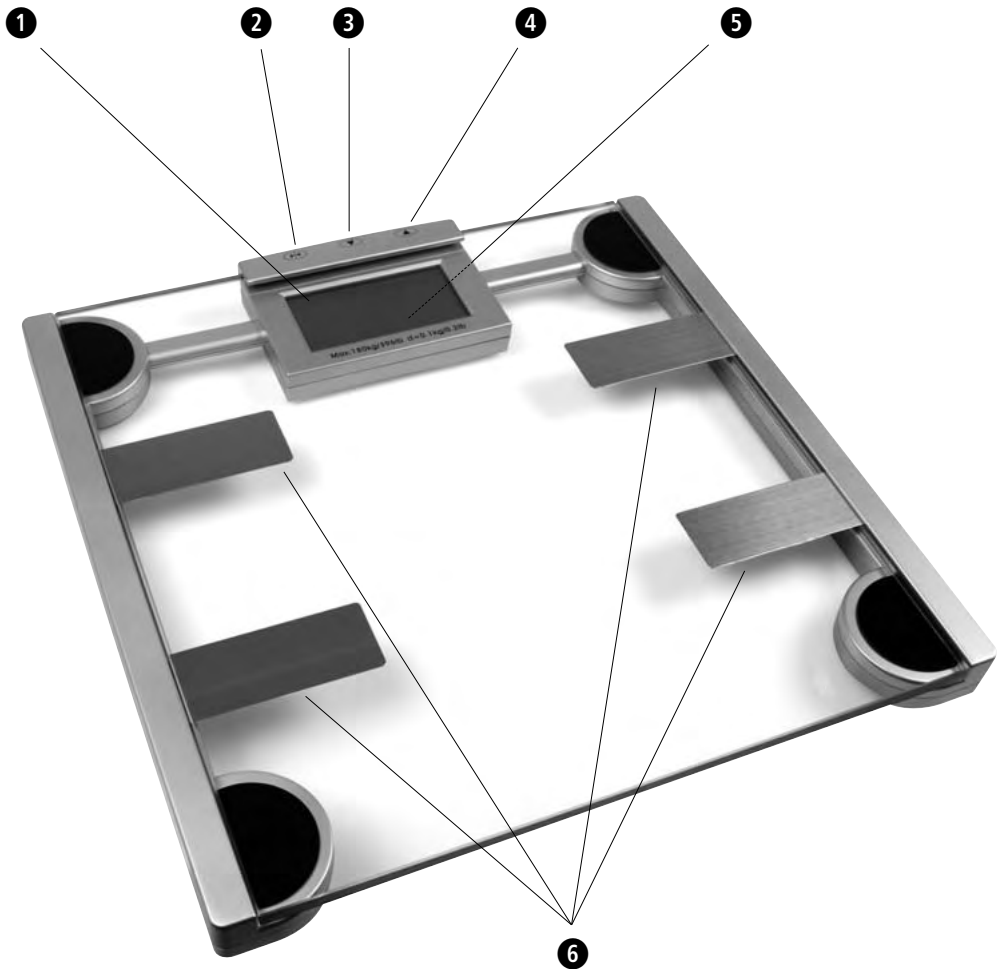
Por favor, abra esta página e deixe-a aberta para uma orientação rápida.

Sla deze bladzijde om en laat deze opengeslagen, terwijl u de gebruiksaanwijzing leest.

Kääntäkää tämä sivu auki ja pitäkää se aukikäännettynä nopeaa orientaatiota varten.

Vik upp denna sida och låt den vara uppslagen som hjälp till snabb orientering.

Παρακαλούμε ανοίξτε τη σελίδα αυτή και αφήστε την ανοιχτή για γρήγορο προσανατολισμό.



**D**

- ❶ Display
- ❷ EIN-Taste
- ❸ Abwärts-Taste
- ❹ Aufwärts-Taste
- ❺ Batteriefach  
(auf der Unterseite)
- ❻ Elektroden

**GB**

- ❶ Display
- ❷ ON button
- ❸ DOWN button
- ❹ UP button
- ❺ Battery Compartment  
(on underside)
- ❻ Electrodes

- |          |  |            |   |
|----------|--|------------|---|
| <b>F</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1 Affichage</li><li>2 Touche MARCHE</li><li>3 Touche BAS</li><li>4 Touche HAUT</li><li>5 Compartiment à piles<br/>(sur la face inférieure)</li><li>6 Électrodes</li></ol>  | <b>NL</b>  | <ol style="list-style-type: none"><li>1 Display</li><li>2 AAN-toets</li><li>3 Omlaag-toets</li><li>4 Omhoog-toets</li><li>5 Batterijvak<br/>(aan de onderkant)</li><li>6 Elektroden</li></ol>                               |
| <b>I</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1 Display</li><li>2 Tasto ON</li><li>3 Tasto Down</li><li>4 Tasto Up</li><li>5 Vano batteria<br/>(sul lato inferiore)</li><li>6 Elettrodi</li></ol>  | <b>FIN</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1 Näyttö</li><li>2 Virtapainike</li><li>3 Alas-painike</li><li>4 Ylös-painike</li><li>5 Paristokotelo<br/>(pohjassa)</li><li>6 Elektrodit</li></ol>                                   |
| <b>E</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1 Visualizador</li><li>2 Botón de ENCENDIDO</li><li>3 Botón de flecha hacia abajo</li><li>4 Botón de flecha hacia arriba</li><li>5 Compartimento de las pilas<br/>(en la parte inferior)</li><li>6 Electrodo</li></ol> | <b>S</b>   | <ol style="list-style-type: none"><li>1 Display</li><li>2 Knapp TILL</li><li>3 Knapp NEDÅT</li><li>4 Knapp UPPÅT</li><li>5 Batterifack<br/>(på undersidan)</li><li>6 Elektroder</li></ol>                                   |
| <b>P</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1 Display</li><li>2 Botão LIGAR</li><li>3 Botão para baixo</li><li>4 Botão para cima</li><li>5 Compartimento das pilhas<br/>(na parte inferior)</li><li>6 Eléctrodos</li></ol>   | <b>GR</b>  | <ol style="list-style-type: none"><li>1 Οπτική ένδειξη</li><li>2 Πλήκτρο ΕΝΤΟΣ</li><li>3 Πλήκτρο προς τα κάτω</li><li>4 Πλήκτρο προς τα πάνω</li><li>5 Θήκη μπαταριών<br/>(στην κάτω πλευρά)</li><li>6 Ηλεκτρόδια</li></ol> |

## Herzlichen Dank

Vielen Dank für Ihr Vertrauen und herzlichen Glückwunsch!

Mit der Personenwaage **PSB** mit Körperanalyse-Funktionen haben Sie ein Qualitätsprodukt von **MEDISANA** erworben.

Dieses Gerät ist zum Wiegen und zur Berechnung des Körperfettanteils, Wassergehalts und Körpermuskelanteils von Personen bestimmt.

Damit Sie den gewünschten Erfolg erzielen und recht lange Freude an Ihrer **MEDISANA** Personenwaage **PSB** mit Körperanalyse-Funktionen haben, empfehlen wir Ihnen, die nachstehenden Hinweise zum Gebrauch und zur Pflege sorgfältig zu lesen.

### 1.1 Wichtig



**Lesen Sie die folgenden Sicherheitshinweise sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät einsetzen und bewahren Sie die Gebrauchsanweisung für die weitere Nutzung auf.**

- Jede Behandlung bzw. Diät bei Über- oder Untergewicht bedarf einer qualifizierten Beratung durch entsprechendes Fachpersonal (Arzt, Diätassistent). Die mit der Waage ermittelten Werte können dabei unterstützend sein.
- Dieses Gerät ist für Schwangere nicht geeignet!
- Diese Waage ist nicht geeignet für Menschen mit Herzschrittmachern oder anderen medizinischen Implantaten. Bei Zuckerkrankheit oder anderen medizinischen/körperlichen Einschränkungen kann die Angabe des Körperfettes ungenau sein. Gleiches gilt auch für sehr sportlich trainierte Menschen.



- **Kippgefahr!**  
Stellen Sie die Waage niemals auf einen unebenen Untergrund.  
Steigen Sie niemals nur auf eine Ecke der Waage.



- **Rutschgefahr!**  
Besteigen Sie die Waage niemals mit nassen Füßen.  
Besteigen Sie die Waage niemals mit Socken.
- Benutzen Sie das Gerät nur entsprechend seiner Bestimmung laut Gebrauchsanweisung.
- Bei Zweckentfremdung erlischt der Garantieanspruch.
- Die Waage ist für den Hausgebrauch gefertigt. Sie ist nicht für den gewerblichen Einsatz in Krankenhäusern oder sonstigen medizinischen Einrichtungen bestimmt.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn das Gerät nicht einwandfrei funktioniert, wenn es herunter- oder ins Wasser gefallen ist oder beschädigt wurde.

- Die Waage hat einen Meßbereich bis zu 180 kg, 396 lbs/19 st. Überladen Sie die Waage nicht.
- Stellen Sie die Waage nicht auf weiche und unebene Flächen. Um genaueste Messungen zu erhalten, stellen Sie sie nur auf festen und ebenen Untergrund.
- Platzieren Sie die Waage an einem Ort, an dem weder extreme Temperaturen noch extreme Luftfeuchtigkeit auftreten.
- Halten Sie die Waage von Wasser fern.
- Gehen Sie vorsichtig mit der Waage um. Vermeiden Sie Schläge und Erschütterungen der Waage. Lassen Sie sie nicht fallen.
- Versuchen Sie nicht, das Gerät zu zerlegen, andernfalls erlischt die Garantie. Außer der Batterie enthält dieses Gerät keine Teile, die vom Benutzer gewartet werden können.
- Im Falle von Störungen reparieren Sie das Gerät nicht selbst, da dadurch jeglicher Garantieanspruch erlischt. Lassen Sie Reparaturen nur von der autorisierten Servicestelle durchführen.
- Wenn Sie beabsichtigen, das Gerät längere Zeit nicht zu benutzen, entfernen Sie die Batterien.

## 1.2 Lieferumfang und Verpackung

Bitte prüfen Sie zunächst, ob das Gerät vollständig ist.

Zum Lieferumfang gehören:

- 1 **MEDISANA** Personenwaage **PSB** mit Körperanalyse-Funktionen
- 2 Batterien Lithium-Knopfzelle 3 V Typ CR2032
- 1 Gebrauchsanweisung

Verpackungen sind wiederverwendbar oder können dem Rohstoffkreislauf zurückgeführt werden. Bitte entsorgen Sie nicht mehr benötigtes Verpackungsmaterial ordnungsgemäß. Sollten Sie beim Auspacken einen Transportschaden bemerken, setzen Sie sich bitte sofort mit Ihrem Händler in Verbindung.



### **WARNUNG**

**Achten Sie darauf, dass die Verpackungsfolien nicht in die Hände von Kindern gelangen. Es besteht Erstickengefahr!**

## 2.1 Leistungsmerkmale

- Hochwertiges Sicherheitsglas
- Hochwertige Sensor-Technologie
- Alterseingabe von 10 - 99 Jahre
- Größeneingabe von 100 bis 220 cm
- Messbereich 5 kg bis 180 kg oder 11 lb bis 396 lb/19st
- Teilung 100 g oder 0,2 lb
- Umschaltbar zwischen kg und lb/st
- Körperfettanalyse 5 - 65 % in 0,1 % Schritten
- Wassergehaltsmessung 20 - 72 % in 0,1 % Schritten
- Muskelanteilmessung 20 - 70 % in 0,1 % Schritten
- Kalorienbedarf/Tag-Anzeige in Kcal
- 12 Speicherplätze
- Direktmessung des Körpergewichtes
- Einfach in der Handhabung
- Übersichtliches LCD-Display
- Inklusive Batterien 2 x 3 V Typ CR2032

## 2.2 Warum ist es wichtig, seinen Körperfettanteil zu kennen?

Der menschliche Körper besteht unter anderem aus Wasser, Fett und Muskelmasse. Ein zu hoher oder zu geringer Anteil an Fett kann zu einem erhöhten Gesundheitsrisiko führen. Mit der Überwachung des Körperfettanteils unterstützt die Personenwaage mit Körperanalyse-Funktionen die Motivation, das optimale Körpergewicht zu erreichen bzw. zu halten.

## 2.3 Wie arbeitet die Personenwaage mit Körperanalyse- Funktionen?

Die Personenwaage misst durch BIA (Bioelektrische Impedanz Analyse). Wenn Sie barfuß auf den Metallplatten stehen, werden sehr schwache elektrische Ströme in ihren Körper geleitet. Die Waage misst die Abweichungen, die diese Signale aufweisen. Die gemessenen Werte werden mit den persönlichen Daten wie Alter, Geschlecht, Größe und Gewicht zum Körperfettanteil verrechnet.

## 2.4 Voraussetzungen für korrekte Messergebnisse



### HINWEISE

**Exzessives Trinken, Essen, Training, medizinische Behandlung, der weibliche Menstruationszyklus usw. haben Auswirkungen auf die Messergebnisse.  
Körperfett-, Wassergehalts- und Muskelmessungen sind für Frauen während der Schwangerschaft nicht korrekt.**

## 2.4 Voraussetzungen für korrekte Messergebnisse

### Zuverlässige Messergebnisse sind nur unter bestimmten Voraussetzungen zu erreichen:

- Messen Sie stets barfuß.
- Die Füße müssen auf der Standfläche fest an den Elektroden anliegen.
- Stehen Sie aufrecht.
- Führen Sie die Messung etwa 15 Minuten nach dem Aufstehen bzw. nach dem Duschen oder Baden, mit leicht handtuchtrockenen Füßen durch.
- Messen Sie möglichst jeweils zur gleichen Tageszeit.
- Messen Sie nicht nach anstrengender körperlicher Betätigung, sondern warten Sie mindestens eine Stunde.
- An den Fußsohlen darf kein Schmutz haften. Bei ausgetrockneten oder stark verhornten Fußsohlen können fehlerhafte Messergebnisse erzielt werden.

Mit den Messergebnissen ist eine zuverlässige Kontrolle der Entwicklung des Körperfettanteils, Wassergehaltes und Körpermuskelanteils möglich, wenn die Messungen konsequent durchgeführt werden.

Bei Messungen unter veränderten Bedingungen können andere Messwerte erhalten werden.

## 2.5 Bereich des Körperfettanteils in %



### HINWEISE

**Die Daten der Tabellen sind nur zur Orientierung. Wenn Sie Fragen zu Ihrem Körperfettanteil und Ihrer Gesundheit haben, besprechen Sie diese mit Ihrem Arzt.**

<i>weiblich</i>	Alter	untergewichtig	normal	übergewichtig	fett
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
	40-55	15-21	22-26	27-32	33-38
	56-70	16-22	23-27	28-33	34-38
<i>männlich</i>	Alter	untergewichtig	normal	übergewichtig	fett
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
	40-55	12-18	19-24	25-30	31-37
	56-70	13-19	20-25	26-31	32-38

### Analyse des Körperfettwertes:

Zur Analyse Ihres Körperfettwertes vergleichen Sie Ihren Wert mit der Körperfett-Tabelle.



**2.6**  
**Bereich des**  
**Körperwasseranteils**  
**in %**

<i>weiblich</i>	Alter	niedrig	normal	hoch
	10-15	< 57	57-67	> 67
	16-30	< 47	47-57	> 57
	31-60	< 42	42-52	> 52
	61-80	< 37	37-47	> 47
<i>männlich</i>	Alter	niedrig	normal	hoch
	10-15	< 58	58-72	> 72
	16-30	< 53	53-67	> 67
	31-60	< 47	47-61	> 61
	61-80	< 42	42-56	> 56

**Analyse des Körperwasserwertes:**

Zur Analyse Ihres Körperwasserwertes vergleichen Sie Ihren Wert mit der Körperwasser-Tabelle.

**2.7**  
**Durchschnittlicher**  
**Körpermuskelanteil**

Der durchschnittliche Körpermuskelanteil beträgt im Alter von 15 bis 70 Jahren bei Frauen maximal 34 % und bei Männern maximal 40 %. Zur Analyse Ihres Körpermuskelanteils vergleichen Sie Ihren Wert mit dem Standardwert.

**3.1**  
**Batterien**  
**einsetzen/wechseln**

Bevor Sie Ihre digitale Waage in Betrieb nehmen, legen Sie die zwei beige-fügten Knopf-Batterien (Typ CR2032) in das Gerät ein. Öffnen Sie dazu das Batteriefach **5** auf der Unterseite des Gerätes und setzen Sie die Batterien ein. Achten Sie dabei auf die Polarität (Plus-Pol nach oben, wie auf dem Batteriefachdeckel gezeigt). Schließen Sie das Batteriefach wieder. Wechseln Sie die Batterien aus, wenn das Batteriewechsel-Symbol "Lo" im Display **1** erscheint oder wenn im Display nichts angezeigt wird, nachdem das Gerät eingeschaltet wurde.

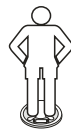


**BATTERIE-SICHERHEITSHINWEISE**

- **Von Kindern fernhalten!**
- **Nicht wiederaufladbar!**
- **Nicht kurzschließen!**
- **Nicht ins Feuer werfen!**
- **Werfen Sie verbrauchte Batterien und Akkus nicht in den Hausmüll, sondern in den Sondermüll oder in eine Batterie-Sammelstation im Fachhandel!**

### 3.2 Nur Wiegen / "Step-on"-Funktion

1. Stellen Sie die Waage auf einen festen und ebenen Boden. Steigen Sie auf die Waage und bleiben Sie ruhig stehen.



2. Das Gerät schaltet sich automatisch ein, und im Display **1** wird kurz "0.0 kg" angezeigt.



3. Ihr Gewicht wird gemessen und angezeigt (im Bsp.: 68.0 kg).



4. Steigen Sie von der Waage. Die Anzeige wechselt zu "0.0 kg". Die Waage schaltet sich nach 36 Sek. automatisch aus, wenn keine weitere Bedienung vorgenommen wird.

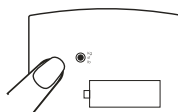
Alternativ können Sie die Waage mit der EIN-Taste **2** einschalten, auf die Waage steigen und Ihr Gewicht ablesen; die Gewichtsanzeige blinkt zweimal, bevor sich die Waage automatisch ausschaltet.

### 3.3 Gewichtseinheit ändern

1. Drücken Sie die EIN-Taste **2**, um die Waage einzuschalten. Im Display erscheint "0.0 kg".



2. Drehen Sie die Waage um und wählen Sie durch Drücken der schwarzen Taste die gewünschte Gewichtseinheit (*kg - st - lb*).



### 3.4 Persönliche Daten programmieren


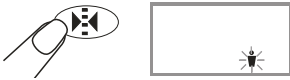





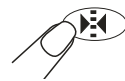
Die Waage kann die Daten von 12 Personen: Geschlecht, Alter, Größe speichern. Die Waage hat voreingestellte Werte. Diese Werte sind: **kg, Mann, 30 Jahre, 170 cm**. Stellen Sie die Waage auf einen stabilen und festen Untergrund. Alle vier Füße müssen Bodenkontakt haben.

1. Drücken Sie die EIN-Taste **2**, um die Waage einzuschalten. Im Display erscheint "0.0 kg".



2. Halten Sie die EIN-Taste **2** für ca. 3 Sek. gedrückt; die Speicherplatz-Einstellung beginnt zu blinken.



3. Durch Drücken der AUFWARTS-Taste **4** und/oder der ABWARTS-Taste **3** wählen Sie den gewünschten Speicherplatz für ihr Benutzerprofil (1 - 12).
 
4. Drücken Sie die EIN-Taste **2**, um die Einstellung zu speichern. Im Display beginnt das Symbol "Mann" zu blinken.
 
5. Stellen Sie Ihr Geschlecht ein, indem Sie mit der AUFWARTS-Taste **4** und/oder der ABWARTS-Taste **3** das entsprechende Symbol im Display auswählen.
 
6. Drücken Sie die EIN-Taste **2**, um die Einstellung zu speichern. Das voreingestellte Alter beginnt im Display zu blinken.
 
7. Stellen Sie nun mit der AUFWARTS-Taste **4** und/oder der ABWARTS-Taste **3** Ihr Alter ein.
 
8. Drücken Sie die EIN-Taste **2**, um die Einstellung zu speichern. Die voreingestellte Körpergröße beginnt im Display zu blinken.
 
9. Stellen Sie mit der AUFWARTS-Taste **4** und/oder der ABWARTS-Taste **3** Ihre Körpergröße ein.
 
10. Drücken Sie die EIN-Taste **2**, um die Einstellung zu speichern.
 
11. Der Einstellungsvorgang ist jetzt abgeschlossen. Im Display blinkt noch fünfmal die Anzeige des Speicherplatzes, bevor sich das Gerät automatisch ausschaltet.

Bevor sich das Gerät ausschaltet, können Sie die AUFWARTS-Taste **4** und/oder ABWARTS-Taste **3** drücken, um weitere Speicherplätze zu programmieren. Verfahren Sie wie vorher beschrieben und wiederholen Sie die Schritte 4 - 10.

Wenn Sie während des Programmiervorgangs für ca. 18 Sekunden keine Taste drücken, schaltet sich die Waage automatisch aus.

### 3.5 Wiegen und Messen des Körperfettwertes, Wassergehaltes und Körpermuskelanteils



#### HINWEIS

Zuverlässige Messergebnisse sind nur unter bestimmten Voraussetzungen zu erreichen, wie unter "2.4 Voraussetzungen für korrekte Messergebnisse", S. 3 - 4 beschrieben.

Stellen Sie die Waage auf einen stabilen und festen Untergrund. Alle vier FüÙe müssen Bodenkontakt haben.

1. Drücken Sie die EIN-Taste **2**, um die Waage einzuschalten. Im Display erscheint "0.0 kg".




2. Durch Drücken der AUFWARTS-Taste **4** und/oder der ABWARTS-Taste **3** wählen Sie Ihren persönlichen Speicherplatz (1 - 12).



3. Drücken Sie die EIN-Taste **2**, um die Auswahl zu bestätigen. Ihre gespeicherten persönlichen Daten werden angezeigt; anschließend erscheint im Display wieder "0.0 kg".



4. Steigen Sie barfuß auf die Waage und bleiben Sie ruhig stehen. Wenn Sie nicht innerhalb von ca. 36 Sek. auf die Waage steigen, schaltet sie sich automatisch aus, um die Batterien zu schonen. Zunächst wird ca. 8 Sek. lang das Gewicht angezeigt. Gleichzeitig blinkt das Symbol , das anzeigt, dass der Körperfettwert, der Wassergehalt und die Muskelmasse gemessen werden.







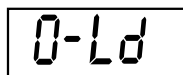
5. Im Display **1** werden nacheinander für je ca. 5 Sek. die gemessenen Werte für Körperfett, Wassergehalt und Muskelanteil angezeigt, gefolgt vom ermittelten Wert für den täglichen Kalorienbedarf.



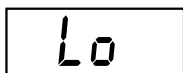
Die Anzeigenfolge der gemessenen Werte wiederholt sich. Danach schaltet sich die Waage automatisch ab. Steigen Sie von der Waage.

**Bewertung des gemessenen Körperfettanteils**

<b>Zeichenerklärung:</b> niedrig	
normal	
zu hoch	
viel zu hoch	

**3.6  
Fehlermeldungen**

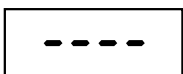
Die Waage ist überladen.



Die Batterie ist schwach und muss ersetzt werden.



Fehler beim Messen.

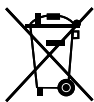


Daten wurden nicht gespeichert.

**4.1  
Reinigung und  
Pflege**

- Entfernen Sie die Batterien, bevor Sie das Gerät reinigen.
- Verwenden Sie nie aggressive Reinigungsmittel oder starke Bürsten.
- Reinigen Sie die Personenwaage nur mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch. Verwenden Sie keinesfalls scharfe Reinigungsmittel oder Alkohol.
- In das Gerät darf kein Wasser eindringen. Benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es völlig trocken ist.
- Nehmen Sie die Batterien aus dem Gerät, wenn Sie es längere Zeit nicht benutzen möchten. Es besteht sonst die Gefahr, dass die Batterien auslaufen.
- Setzen Sie das Gerät nicht der direkten Sonneneinstrahlung aus, schützen Sie es vor Schmutz und Feuchtigkeit.

#### 4.2 Hinweis zur Entsorgung



Dieses Gerät darf nicht zusammen mit dem Hausmüll entsorgt werden. Jeder Verbraucher ist verpflichtet, alle elektrischen oder elektronischen Geräte, egal, ob sie Schadstoffe enthalten oder nicht, bei einer Sammelstelle seiner Stadt oder im Handel abzugeben, damit sie einer umweltschonenden Entsorgung zugeführt werden können.

Entnehmen Sie die Batterien, bevor Sie das Gerät entsorgen. Werfen Sie verbrauchte Batterien nicht in den Hausmüll, sondern in den Sondermüll oder in eine Batterie-Sammelstation im Fachhandel.

Wenden Sie sich hinsichtlich der Entsorgung an Ihre Kommunalbehörde oder Ihren Händler.

#### 4.3 Technische Daten

Name und Modell	:	<b>MEDISANA Personenwaage PSB</b> mit Körperanalyse-Funktionen
Abmessungen (L x B x H)	:	ca. 28,4 cm x 28,7 cm x 4 cm
Gewicht	:	ca. 1,9 kg
Spannungsversorgung	:	6 V= , 2 x 3 V Batterien Lithium-Knopfzelle Typ CR2032
Anzeigesystem	:	Digitale Anzeige
Speicher	:	für 12 Personen
Messbereich	:	5 kg bis 180 kg oder 11 lb bis 396 lb/19st
Körperfettanteil	:	in 0,1 % Schritten
Körperwasser	:	in 0,1 % Schritten
Muskelmasse	:	in 0,1 % Schritten
Teilung	:	100 g oder 0,2 lb
Autom. Abschaltung	:	nach ca. 36 Sek.
Artikel-Nummer	:	40410
EAN-Nummer	:	4015588 40410 8



**Im Zuge ständiger Produktverbesserungen behalten wir uns technische und gestalterische Änderungen vor.**

## 5.1 Garantie- und Reparatur- bedingungen

Bitte wenden Sie sich im Garantiefall an Ihr Fachgeschäft oder direkt an die Servicestelle. Sollten Sie das Gerät einschicken müssen, geben Sie bitte den Defekt an und legen eine Kopie der Kaufquittung bei.

Es gelten dabei die folgenden Garantiebedingungen:

1. Auf **MEDISANA** Produkte wird ab Verkaufsdatum eine Garantie für drei Jahre gewährt. Das Verkaufsdatum ist im Garantiefall durch die Kaufquittung oder Rechnung nachzuweisen.
2. Mängel infolge von Material- oder Fertigungsfehlern werden innerhalb der Garantiezeit kostenlos beseitigt.
3. Durch eine Garantieleistung tritt keine Verlängerung der Garantiezeit, weder für das Gerät noch für ausgewechselte Bauteile, ein.
4. Von der Garantie ausgeschlossen sind:
  - a. alle Schäden, die durch unsachgemäße Behandlung, z.B. durch Nichtbeachtung der Gebrauchsanleitung, entstanden sind.
  - b. Schäden, die auf Instandsetzung oder Eingriffe durch den Käufer oder unbefugte Dritte zurückzuführen sind.
  - c. Transportschäden, die auf dem Weg vom Hersteller zum Verbraucher oder bei der Einsendung an den Kundendienst entstanden sind.
  - d. Zubehörteile, die einer normalen Abnutzung unterliegen.
5. Eine Haftung für mittelbare oder unmittelbare Folgeschäden, die durch das Gerät verursacht werden, ist auch dann ausgeschlossen, wenn der Schaden an dem Gerät als ein Garantiefall anerkannt wird.

Im Servicefall wenden Sie sich bitte an:

### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9  
40724 Hilden  
Tel.: +49 (0) 2103 / 2007-60  
Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626  
eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)  
Internet: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)

### **MEDISANA Servicecenter**

Feuerbach KG  
Corneliusstraße 75  
40215 Düsseldorf  
Tel.: 0211 - 38 10 07  
(Mo-Do: 9-13 Uhr/14-17 Uhr,  
Fr: 9-13 Uhr)  
Fax: 0211 - 37 04 97  
eMail: [medisana@t-online.de](mailto:medisana@t-online.de)

## Thank you very much

Thank you for your confidence in us and congratulations!  
The **PSB** personal scales with body analysis functionality which you have purchased are a top quality product from **MEDISANA**.

This unit is intended for weighing and calculating the proportion of body fat, water content and muscle mass in people.

In order to achieve the desired effect with your **MEDISANA** Personal scales **PSB** with body analysis functionality in the long term, we recommend that you read the following information on its use and maintenance carefully.

### 1.1 Important



**Please read the following safety information carefully before using the device and keep these instructions in a safe place for later use.**

- Any treatment or diet for people who are underweight or overweight requires the qualified advice of a professional (doctor, dietician). The values determined with the scales may be source of useful support.
- This device is not suitable for pregnant women!
- These scales are not suitable for people with pacemakers or other medical implants. The body fat information may be inaccurate in people with diabetes or other medical/physical limitations. The same also applies to very highly trained athletes.



- **Risk of tipping over!**  
Do not place the scale on an uneven surface.  
Do not stand on the corners/edges of the scale.



- **Risk of slipping!**  
Do not stand on the scale with wet feet.  
Do not stand on the scale wearing socks.
- Use the device only according to its intended purpose as specified in the instruction manual.
- The warranty will be invalidated if the device is used for purposes other than those for which it is intended.
- The scale has been manufactured for domestic use. It is not suitable for commercial use in hospitals or other medical institutions.
- Do not use the device if it is not working correctly, if it has been dropped or has fallen into water or has been damaged.



- The scales have a measuring range up to 180 kg, 396 lbs/19 st. Do not overload the scales.
- Do not place the scale on soft or uneven surfaces. The most accurate measurements will be obtained with the scale on a firm, level surface.
- Do not use the scale in a location where extremely high temperatures or humidity may occur.
- Keep the scale away from water.
- Handle the scale with care. The scale must not be subjected to impacts or vibration. Do not drop the scale.
- Do not attempt to dismantle the scale, otherwise the warranty will be invalidated. The scale does not contain any parts that need to be maintained by the user, with the exception of the battery.
- Do not attempt to repair the device yourself in the event of a malfunction since this will invalidate the warranty. Repairs should only be carried out by authorised service centres.
- If the scale is not going to be used for a long period, please remove the batteries.

## 1.2 Scope of Supply and Packaging

Please check first of all that the unit is complete.

The following parts are included as standard:

- 1 **MEDISANA PSB** Personal scales with body analysis functionality
- 2 Type CR2032 3V lithium coin cell batteries
- 1 Instructions for use

Packaging is re-usable or may be recycled. Please dispose of unwanted packaging material in the proper manner. Please contact your dealer if you notice any transport damage on unpacking the unit.



### **WARNING**

**Do not allow children to play with the packaging film.  
Risk of suffocation!**

### 2.1 Performance features

- Top quality safety glass
- Top quality sensor technology
- Age entry from 10 – 99 years
- Height entry from 100 to 220 cm
- Measuring range 5 kg to 180 kg or 11 lbs to 396 lbs/19 st
- 100 g or 0.2 lb graduation
- Switchable between kg and lbs/st
- Body fat analysis 5 - 65 % in 0.1 % steps
- Water content measurement 20 - 72 % in 0.1 % steps
- Muscle mass measurement 20 – 70 % in 0.1 % steps
- Calorie intake/day display in Kcal
- 12 memory locations
- Direct measurement of body weight
- Easy to use
- Clear LCD display
- Includes 2 type CR2032 3V batteries

### 2.2 Why is it important to know how much body fat you have?

The human body is made up amongst other things of water, fat and muscle mass. A fat proportion which is too high or too low may lead to increased health risks. The personal scales with body analysis functionality provide useful support in motivating someone to reach or maintain the best possible body weight by monitoring the proportion of body fat.

### 2.3 How does the scale with body analysis functionality work?

The scale measures using BIA (Bio-electrical Impedance Analysis). When you step onto the metal plates barefoot, extremely weak electrical current is passed into your body. The scale weighs the difference between these signals. The measurements are used in combination with personal data such as age, gender, height and weight to calculate the amount of body fat.

### 2.4 Prerequisites for correct measuring results



#### NOTES

**Excessive drinking, eating, training, medical treatment, the female menstrual cycle etc. affect the measuring results. The body fat, water content and muscle measurements will be incorrect for women during pregnancy.**


**2.4 Prerequisites for correct measuring results**

**Reliable measurements can only be achieved under certain prerequisites:**

- Always measure barefoot.
- The feet must have a good contact with the electrodes on the standing area.
- Stand upright.
- Carry out the measurement approximately 15 minutes after getting up, or after bathing or showering, with towel-dried feet.
- Please measure at the same time of day if possible.
- Do not measure after strenuous physical exercise. Wait at least an hour before measuring.
- There must not be any dirt stuck to the soles of your feet. Erroneous measuring results may occur if the soles of your feet are dry or extremely callused.

The amount of body fat, water content and muscle mass can only be reliably monitored using the measurements if they are taken consistently. Measurements that are taken under varying conditions can return different values.

**2.5 Body fat proportion range in %**

 **NOTES**

**The information in the tables is for orientation purposes only. If you have any questions about your proportion of body fat, please consult your doctor.**

<i>Female</i>	Age	under-weight	normal	over-weight	fat
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
	40-55	15-21	22-26	27-32	33-38
	56-70	16-22	23-27	28-33	34-38
<i>Male</i>	Age	under-weight	normal	over-weight	fat
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
	40-55	12-18	19-24	25-30	31-37
	56-70	13-19	20-25	26-31	32-38

**Body fat value analysis:**

In order to analyse your body fat proportion, please compare your value to the values in the body fat table.

### 2.6 Body water proportion range in %

<i>Female</i>	Age	low	normal	high
	10-15	< 57	57-67	> 67
16-30	< 47	47-57	> 57	
31-60	< 42	42-52	> 52	
61-80	< 37	37-47	> 47	

<i>Male</i>	Age	low	normal	high
	10-15	< 58	58-72	> 72
16-30	< 53	53-67	> 67	
31-60	< 47	47-61	> 61	
61-80	< 42	42-56	> 56	

#### Body water value analysis:

In order to analyse your body water value, please compare your value with the values in the body water table.

### 2.7 Average Muscle Mass

The average proportion of muscle mass for women between 15 and 70 years of age is max. 34% and for men 40%. Compare your value with the standard value to analyse your muscle mass.

### 3.1 Insert/replace batteries

Before you start up your digital scale, insert the two provided cell batteries (type CR2032) into the device. To do this, open the battery compartment **5** beneath the device and insert the batteries. Please note polarity (positive pole upwards as shown on the lid of the battery compartment). Close the battery compartment again. Replace the batteries if the battery change symbol "Lo" appears in the display **1** or if nothing appears in the display when the device is switched on.

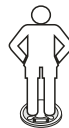


#### BATTERY SAFETY INFORMATION

- **Keep away from children.**
- **Do not short-circuit.**
- **Do not dispose of old batteries with your household waste, but dispose of them at a battery collection station at a recycling site or in a shop.**
- **Do not recharge.**
- **Do not throw into fire.**

**3.2**  
**Weight only /**  
**“step on” function**

1. Stand the scales on a firm, even floor. Step onto the scales and stand still.



2. The unit switches on automatically and “0.0 kg” appears briefly on the display ❶.



3. Your weight is measured and displayed (in the example shown: 68 kg).



4. Step down from the scales. The display changes to “0.0 kg”. The scales turn off automatically after 36 secs if no further operation is performed.

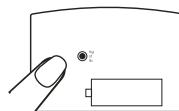
Alternatively, you may switch the scales on with the ON button ❷, step onto the scales and read off your weight; the weight display flashes twice before the scales switch off automatically.

**3.3**  
**Change the**  
**Unit of Weight**

1. Press the ON button ❷, to switch on the scales. “0.0 kg” appears on the display.



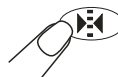
2. Turn the scales over and select the desired unit of weight (kg - st - lb) by pressing the black button.



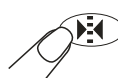
**3.4**  
**Programming**  
**personal data**

The scale can store information for 12 persons: gender, age and height. The scale contains preset values. These values are: **kg, male, 170 cm, 30 years of age**. Place the scale on a stable, firm surface. All four feet must be touching the floor.

1. Press the ON button ❷ to switch on the scales. “0.0 kg” appears on the display.



2. Press and hold the ON button ❷ for approx. 3 secs; the memory location setting starts to flash.



3. Select the desired memory location for your user profile (1 - 12) by pressing the UP button **4** and/or the DOWN button **3**.



4. Press the ON button **2** to save the setting. The "Man" symbol starts to flash on the display.



5. Set your sex by selecting the appropriate symbol on the display with the UP button **4** and/or the DOWN button **3**.



6. Press the ON button **2** to save the setting. The preset age on the display starts to flash.



7. Now set your age using the UP button **4** and/or the DOWN button **3**.



8. Press the ON button **2** to save the setting. The preset height on the display starts to flash.



9. Set your height using the UP button **4** and/or the DOWN button **3**.



10. Press the ON button **2** to save the setting.



11. The setting procedure is now complete. The display of the memory location on the display flashes another five times before the unit switches off automatically.

The UP button **4** and/or DOWN button **3** may be pressed before the unit switches off to program further memory locations. Proceed as described above and repeats steps 4 – 10.

The scales will switch off automatically if no button is pressed during the programming sequence for approx. 18 secs.

**3.5 Weighing and measuring body fat, water content and muscle mass**

**⚠ NOTE**

Reliable measurements can only be achieved under certain circumstances, as described in "2.4 Prerequisites for correct measuring results", p. 14 - 15.

Place the scales on a firm, hard surface. All four feet must be in contact with the floor.

1. Press the ON button **2** to switch on the scales. "0.0 kg" appears on the display.




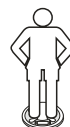
2. Select your personal memory location (1 - 12) by pressing the UP button **4** and/or DOWN button **3**.



3. Press the ON button **2** to confirm the selection. Your personal store data are displayed; then "0.0 kg" appears again on the display.



4. Step onto the scales with bare feet and stand still. The scales will switch off automatically to save the batteries if you have not stepped onto the scales within approx. 36 secs. First of all your weight is shown for approx. 8 secs. At the same time, the  symbol flashes which shows that the body fat value, the water content and the muscle mass are being measured.







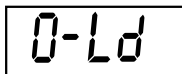
5. The measured values for body fat, water content and muscle mass are shown on the display **1** one after another for approx. 5 secs each followed by the value determined for the daily calorie intake.



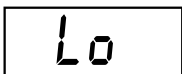
The display sequence of the measured values is repeated. Then the scales switch off automatically. Step down from the scales.

**Evaluation of the proportion of body fat**

<b>Explanation of symbols:</b>	Low	
	Normal	
	Too high	
	Much too high	

**3.6  
Error messages**

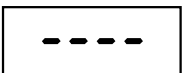
The scale is overloaded.



The battery is low and must be replaced.



Error during measurement.



Data not saved.

**4.1  
Cleaning and  
maintenance**

- Remove the batteries before cleaning the unit.
- Never use aggressive cleaning agents or stiff brushes.
- Clean the scale using a soft cloth lightly moistened with a mild soapy solution. Never use abrasive cleaning agents or alcohol.
- Do not allow any water to get into the unit. Do not use the unit again until it is completely dry.
- Remove the batteries from the unit if it will be unused for a longish period. Otherwise there is a risk that the batteries might leak.
- Do not expose the unit to direct sunlight; protect it against dirt and moisture.



## 4.2 Disposal



This product must not be disposed together with the domestic waste. All users are obliged to hand in all electrical or electronic devices, regardless of whether or not they contain toxic substances, at a municipal or commercial collection point so that they can be disposed of in an environmentally acceptable manner.

Please remove the batteries before disposing of the equipment. Do not dispose of old batteries with your household waste, but dispose of them at a battery collection station at a recycling site or in a shop.

Consult your municipal authority or your dealer for information about disposal.

## 4.3 Technical data

Name and model	:	<b>MEDISANA PSB</b> Personal scales with body analysis functionality
Dimensions (L x W x H)	:	approx. 28.4 cm x 28.7 cm x 4 cm
Weight	:	approx. 1.9 kg
Voltage supply	:	6 V= , 2 x 3 V lithium coin cell batteries type CR2032
Display system	:	Digital display
Memory	:	for 12 persons
Measuring range	:	5 kg to 180 kg or 11 lbs to 396 lbs/19 st
Body fat analysis	:	in steps of 0.1 %
Body water	:	in steps of 0.1 %
Muscle mass	:	in steps of 0.1 %
Graduation	:	100 g or 0.2 lb
Autom. switch-off	:	after approx. 36 sec.
Item number	:	40410
EAN number	:	4015588 40410 8



**We reserve the right to make technical and design changes in the course of continuous product improvement.**

### 5.1 Warranty and repair terms

Please contact your dealer or the service centre in case of a claim under the warranty. If you have to send in the unit, please enclose a copy of your receipt and state what the defect is.

The following warranty terms apply:

1. The warranty period for **MEDISANA** products is three years from date of purchase. In case of a warranty claim, the date of purchase has to be proven by means of the sales receipt or invoice.
2. Defects in material or workmanship will be removed free of charge within the warranty period.
3. Repairs under warranty do not extend the warranty period either for the unit or for the replacement parts.
4. The following is excluded under the warranty:
  - a. All damage which has arisen due to improper treatment, e.g. non-observance of the user instructions.
  - b. All damage which is due to repairs or tampering by the customer or unauthorised third parties.
  - c. Damage which has arisen during transport from the manufacturer to the consumer or during transport to the service centre.
  - d. Accessories which are subject to normal wear and tear.
5. Liability for direct or indirect consequential losses caused by the unit are excluded even if the damage to the unit is accepted as a warranty claim.

#### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9

40724 Hilden

Tel.: +49 (0) 2103 / 2007-60

Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626

eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)

Internet: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)

The service centre address is shown on the last page.

**Merci !**

Merci de votre confiance et félicitations !

Avec le pèse-personne **PSB** avec fonctions d'analyse corporelles, vous avez fait l'acquisition d'un produit de qualité **MEDISANA**.

Cet appareil est destiné à la pesée et au calcul du taux de masse grasseuse, hydrique et musculaire des personnes.

Afin d'obtenir les résultats escomptés et de profiter longtemps de votre pèse-personne **PSB** avec fonctions d'analyse corporelles **MEDISANA**, nous vous recommandons de lire attentivement les instructions suivantes concernant l'utilisation et l'entretien.

**1.1  
Important**

**Veuillez lire attentivement les consignes de sécurité suivantes avant d'utiliser l'appareil et conservez le mode d'emploi pour toute utilisation ultérieure.**

- Tout traitement ou régime en cas de surpoids ou de poids trop bas nécessite le suivi par des personnes qualifiées (médecin, diététicien). Les valeurs déterminées par le pèse-personne peuvent être utiles dans ce cadre.
- Cet appareil ne convient pas aux femmes enceintes !
- Ce pèse-personne ne convient pas aux personnes possédant un stimulateur cardiaque ou d'autres implants médicaux. En cas de diabète ou d'autres restrictions médicales/corporelles, l'indication du taux de graisse peut être inexacte. Il en va de même pour les personnes qui suivent un entraînement sportif poussé.



- **Risque de basculement !**  
Ne placez jamais la balance sur une surface non plane.  
Ne montez jamais sur seulement un des bords de la balance.



- **Risque de glissade !**  
Ne montez jamais sur la balance avec les pieds humides.  
Ne montez jamais sur la balance avec des chaussettes.
- Utilisez l'appareil conformément à sa destination, comme indiqué dans la notice.
- Toute autre utilisation annule les droits à la garantie.
- La balance est conçue pour un usage domestique. Elle ne convient pas à un usage professionnel en hôpital ou autre institution médicale.
- N'utilisez pas l'appareil s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé par terre ou dans l'eau ou bien s'il a été endommagé.

- La plage de mesure du pèse-personne va jusqu'à 180 kg, 396 lbs/19 st. Ne le surchargez pas.
- Ne posez pas la balance sur une surface molle et inégale. Pour obtenir des mesures précises, placez-la sur une surface ferme et plane.
- Placez la balance dans un endroit à l'abri d'une chaleur et d'une humidité de l'air extrêmes.
- Tenez la balance à distance de l'eau.
- Manipulez la balance avec précaution. Évitez les coups et les secousses. Ne la laissez pas tomber.
- N'essayez pas de démonter l'appareil car cela entraînerait l'annulation de la garantie. En dehors des piles, cet appareil ne contient pas de pièces nécessitant un entretien de la part de l'utilisateur.
- En cas de dérangements, ne réparez pas l'appareil vous-même, car cela annulerait tout droit à la garantie. Adressez-vous au service clientèle agréé pour effectuer les réparations.
- Si vous avez l'intention de ne pas utiliser l'appareil pendant une période prolongée, veuillez retirer les piles.

## 1.2 Éléments fournis et emballage

Veuillez vérifier tout d'abord qu'il ne vous manque rien.

Sont fournis :

- 1 **MEDISANA** Pèse-personne **PSB** avec fonctions d'analyse corporelles
- 2 Piles bouton lithium 3 V type CR2032
- 1 Notice d'utilisation

Les emballages sont réutilisables ou peuvent être recyclés afin de récupérer les matières premières. Respectez les règles de protection de l'environnement lorsque vous jetez les emballages dont vous n'avez plus besoin. Si vous remarquez lors du déballage un dommage survenu durant le transport, contactez immédiatement votre revendeur.



### **AVERTISSEMENT**

**Veuillez à garder les films d'emballage hors de portée des enfants. Ils risqueraient de s'étouffer !**

## 2.1

### Caractéristiques

- Verre de sécurité de qualité supérieure
- Technologie de capteurs de haute qualité
- Entrée de l'âge de 10 à 99 ans
- Taille de 100 à 220 cm
- Plage de mesure de 5 kg à 180 kg ou de 11 lbs à 396 lbs/19 st
- Graduation de 100 g ou 0,2 lb
- Commutation kg et lbs/st
- Précision de l'analyse du taux de graisse 0,1 % (5 - 65 %)
- Précision de l'analyse du taux hydrique 0,1 % (20 - 72 %)
- Mesure masse grasseuse de 20 à 70 % par pas de 0,1 %
- Affichage dépense calorifique journalière en Kcal
- 12 emplacements de mémoire
- Mesure directe du poids
- Manipulation aisée
- Écran à cristaux liquides clair
- Piles 2 x 3 V type CR2032 fournies

## 2.2

### Pourquoi est-il important de connaître la proportion de graisse de son corps ?

Le corps humain est composé entre autres d'eau, de graisse et de masse musculaire. Un taux de graisse trop élevé ou trop bas peut entraîner un risque accru pour la santé. Grâce au contrôle du taux de masse grasseuse, ce pèse-personne avec fonctions d'analyse corporelle motive à atteindre et maintenir son poids idéal.

## 2.3

### Comment fonctionne la balance avec fonctions d'analyse corporelles ?

La balance impédancemètre effectue les mesures par le biais de l'analyse de l'impédance bioélectrique (AIB). Lorsque vous êtes debout et pieds nus sur les plaques métalliques, de très faibles courants électriques sont envoyés dans votre corps. La balance mesure les écarts que ses signaux présentent. Les valeurs mesurées sont calculées en pourcentage corporel à partir des données personnelles telles que l'âge, le sexe, la taille et le poids.

## 2.4

### Conditions nécessaires pour des résultats corrects



#### REMARQUES

**Une consommation exagérée de boissons et de nourriture ainsi qu'une pratique du sport excessive tout comme les traitements médicaux ou le cycle menstruel des femmes etc. ont une incidence sur les résultats des mesures. Les mesures des taux de graisse, d'eau et de muscle ne sont pas correctes pour les femmes enceintes.**

## 2.4 Conditions nécessaires pour des résultats corrects

**Des résultats fiables ne peuvent être obtenus qu'à certaines conditions.**

- Effectuez les mesures pieds nus uniquement.
- Les pieds doivent bien reposer sur les surfaces de contact au niveau des électrodes.
- Tenez-vous droit.
- Effectuez la mesure environ 15 minutes après le lever ou après la douche ou le bain en vous essuyant légèrement les pieds préalablement avec une serviette.
- Effectuez les mesures si possible toujours au même moment de la journée.
- Ne procédez pas à la mesure après une activité physique intense ; attendez dans ce cas au moins une heure.
- Le dessous des pieds doit être exempt de saleté. Si le dessous des pieds est particulièrement sec ou si l'épaisseur de la corne est importante, les mesures peuvent être erronées.

Les résultats des mesures permettent un contrôle sûr de l'évolution des taux de graisse, d'eau et de muscle lorsque les mesures sont effectuées de manière conséquente. Lorsque les mesures sont effectuées dans d'autres conditions, les résultats obtenus peuvent différer.

## 2.5 Répartition du taux de graisse en %



### REMARQUES

**Les données figurant dans le tableau sont fournies à titre indicatif.**

**Si vous avez des questions concernant votre taux de graisse et votre état de santé, adressez-vous à votre médecin.**

<i>Femmes</i>	Âge	Poids insuffisant	Normal	Surpoids	Obèse
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
40-55	15-21	22-26	27-32	33-38	
56-70	16-22	23-27	28-33	34-38	
<i>Hommes</i>	Âge	Poids insuffisant	Normal	Surpoids	Obèse
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
40-55	12-18	19-24	25-30	31-37	
56-70	13-19	20-25	26-31	32-38	

### Analyse des valeurs :

Pour analyser votre taux de graisse, veuillez comparer la valeur obtenue avec les valeurs du tableau correspondant.

### 2.6 Répartition du taux hydrique en %

<i>Femmes</i>	Âge	faible	Normal	élevé
	10-15	< 57	57-67	> 67
16-30	< 47	47-57	> 57	
31-60	< 42	42-52	> 52	
61-80	< 37	37-47	> 47	

<i>Hommes</i>	Âge	faible	Normal	élevé
	10-15	< 58	58-72	> 72
16-30	< 53	53-67	> 67	
31-60	< 47	47-61	> 61	
61-80	< 42	42-56	> 56	

#### Analyse des valeurs :

Pour analyser votre taux hydrique, veuillez comparer la valeur obtenue avec les valeurs du tableau correspondant.

### 2.7 Taux de masse musculaire moyenne

Le taux moyen de masse musculaire est de 34 % au plus chez les femmes de 15 à 70 ans et de 40 % au plus chez les hommes. Pour analyser votre taux de masse musculaire, comparez-le avec la valeur de référence.

### 3.1 Insérer/changer les piles

Avant d'utiliser la balance numérique, veuillez installer les deux piles boutons fournies (type CR2032) dans l'appareil. Ouvrez le compartiment à piles **5** situé sur le dessous de l'appareil et insérez les piles. Veuillez tenir compte de la polarité des piles (pôle positif vers le haut, comme indiqué sur le cache du compartiment à piles). Refermez le compartiment à piles. Remplacez les piles lorsque le symbole « **Lo** » apparaît à l'écran **1** ou lorsque rien ne s'affiche après que l'appareil ait été mis en marche.

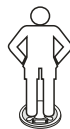


#### INSTRUCTIONS DE SECURITE RELATIVES AUX PILES

- Tenir à l'écart des enfants!
- Ne pas court-circuiter!
- Ne mettez pas les piles et les accus usagés à la poubelle, placez-les avec les déchets spéciaux ou déposez-les dans un point de collecte des piles usagées dans les commerces spécialisés.
- Piles non rechargeables!
- Ne pas jeter au feu!

### 3.2 Pesée seule / fonction « step on »

1. Placez le pèse-personne sur un sol ferme et plat. Montez sur le pèse-personne et restez immobile.



2. L'appareil se met en marche automatiquement et vous voyez apparaître brièvement dans l'affichage ❶ la mention « 0.0 kg ».



3. Votre poids est mesuré et affiché (dans l'exemple ci-contre : 68 kg).



4. Descendez du pèse-personne. L'affichage passe à « 0.0 kg ». Le pèse-personne s'éteint automatiquement au bout de 36 secondes si vous n'effectuez aucune autre manipulation.

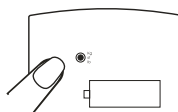
Vous pouvez également mettre en marche le pèse-personne en appuyant sur la touche MARCHE ❷, monter sur le pèse-personne et relever votre poids ; l'affichage du poids clignote deux fois avant que le pèse-personne ne s'éteigne automatiquement.

### 3.3 Modification de l'unité de poids

1. Appuyez sur la touche MARCHE ❷ pour allumer le pèse-personne. L'écran affiche « 0.0 kg ».



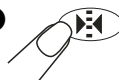
2. Retournez le pèse-personne et sélectionnez l'unité de poids de votre choix en appuyant sur la touche noire (kg - st - lb).



### 3.4 Programmer les données personnelles

La balance peut mémoriser les données de 12 personnes : sexe, âge et taille. La balance possède des valeurs pré-réglées. Ces valeurs sont : **kg, homme, 170 cm, 30 ans**. Placez la balance sur une surface stable et ferme. Les quatre pieds doivent être en contact avec le sol.









1. Appuyez sur la touche MARCHE ❷ pour allumer le pèse-personne. L'écran affiche « 0.0 kg »



2. Maintenez la touche MARCHE ❷ enfoncée durant 3 secondes environ ; le réglage de l'emplacement de mémoire commence à clignoter.





3. Appuyez sur la touche HAUT **4** et/ou BAS **3** pour sélectionner l'emplacement de mémoire correspondant à votre profil d'utilisateur (1 - 12). 
4. Appuyez sur la touche MARCHE **2** pour mettre en mémoire le réglage. Le symbole « Homme » se met à clignoter. 
5. Réglez le sexe en appuyant sur la touche HAUT **4** et/ou BAS **3** jusqu'à ce que le symbole correspondant s'affiche. 
6. Appuyez sur la touche MARCHE **2** pour mettre en mémoire le réglage. L'âge réglé par défaut se met à clignoter. 
7. Réglez alors votre âge en appuyant sur la touche HAUT **4** et/ou BAS **3**. 
8. Appuyez sur la touche MARCHE **2** pour mettre en mémoire le réglage. La taille réglée par défaut se met à clignoter à l'écran. 
9. Réglez votre taille en appuyant sur la touche HAUT **4** et/ou BAS **3**. 
10. Appuyez sur la touche MARCHE **2** pour mettre en mémoire le réglage. 
11. La procédure de réglage est maintenant terminée. L'affichage de l'emplacement de mémoire clignote de nouveau cinq fois à l'écran avant que l'appareil ne s'éteigne automatiquement.

Avant que l'appareil ne s'éteigne, vous pouvez appuyer sur la touche HAUT **4** et/ou BAS **3** pour programmer d'autres emplacements de mémoire. Procédez comme indiqué ci-dessus et répétez les étapes 4 à 10.

Si vous n'appuyez sur aucune touche durant environ 18 secondes au cours de la programmation, le pese-personne s'éteint automatiquement.

### 3.5 Pesée et mesure des taux de graisse, d'eau et de muscle

#### REMARQUE

**Des mesures fiables ne peuvent être obtenues qu'à certaines conditions, comme cela est décrit au point « 2.5 Conditions nécessaires pour des résultats corrects », p. 25 - 26 .**

Placez le pèse-personne sur un sol ferme et plat. Les quatre pieds doivent être en contact avec le sol.

1. Appuyez sur la touche MARCHE **2** pour allumer le pèse-personne. L'écran affiche « 0.0 kg ».




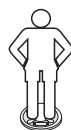
2. Appuyez sur la touche HAUT **4** et/ou BAS **3** pour sélectionner votre emplacement de mémoire personnel (1 - 12).



3. Appuyez sur la touche MARCHE **2** pour confirmer. Les données mises en mémoire dans votre profil personnel s'affichent, puis l'affichage revient sur « 0.0 kg ».



4. Montez sur le pèse-personne pieds nus et restez immobile. Si vous ne montez pas sur le pèse-personne en l'espace de 36 secondes, il s'éteint automatiquement pour économiser les piles. Le poids est tout d'abord indiqué durant 8 secondes environ. Le symbole  de calcul de la masse grasseuse, hydrique et musculaire clignote simultanément.







5. Dans l'affichage **1**, vous voyez s'afficher successivement durant 5 secondes environ les valeurs obtenues pour la masse grasseuse, grasseuse, hydrique et musculaire, puis la dépense calorifique journalière calculée.

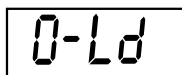


Les valeurs mesurées sont affichées de nouveau dans le même ordre. Puis le pèse-personne s'éteint automatiquement. Descendez du pèse-personne.

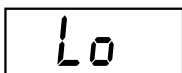
### Analyse du taux de graisse mesuré

Explication des symboles :	faible	
	normal	
	trop élevé	
	beaucoup trop élevé	

### 3.6 Messages d'erreur



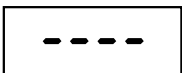
La balance est surchargée.



Les piles sont faibles et doivent être remplacées.



Erreur lors de la mesure.

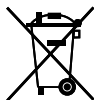


Les données n'ont pas été mises en mémoire.

### 4.1 Nettoyage et entretien

- Retirez les piles avant de nettoyer l'appareil.
- N'utilisez jamais de produits de nettoyage agressifs ou de brosses dures.
- Nettoyez la balance avec un chiffon doux humidifié avec une eau légèrement savonneuse. N'utilisez en aucun cas de produits de nettoyage détergents ou d'alcool.
- L'eau ne doit pas pénétrer dans l'appareil. Attendez que l'appareil soit complètement sec pour le réutiliser.
- Retirez les piles de l'appareil lorsque vous ne vous en servez pas durant une période prolongée. Les piles risqueraient de couler.
- N'exposez pas l'appareil aux rayons directs du soleil, protégez-le des saletés et de l'humidité.

#### 4.2 Élimination de l'appareil



Cet appareil ne doit pas être placé avec les ordures ménagères. Chaque consommateur doit ramener les appareils électriques ou électroniques, qu'ils contiennent des substances nocives ou non, à un point de collecte de sa commune ou dans le commerce afin de permettre leur élimination écologique. Retirez les piles avant de jeter l'appareil. Ne mettez pas les piles usagées à la poubelle, placez-les avec les déchets spéciaux ou déposez-les dans un point de collecte des piles usagées dans les commerces spécialisés. Pour plus de renseignements sur l'élimination des déchets, veuillez vous adresser aux services de votre commune ou bien à votre revendeur.

#### 4.3 Caractéristiques techniques

Nom et modèle	: <b>MEDISANA Pèse-personne PSB</b> avec fonctions d'analyse corporelles
Dimensions (L x l x h)	: environ 28,4 cm x 28,7 cm x 4 cm
Poids	: environ 1,9 kg
Alimentation électrique	: 6 V= , 2 x 3 V Piles bouton lithium type CR2032
Système d'affichage	: Affichage numérique
Mémoire	: pour 12 personnes
Plage de mesure	: de 5 kg à 180 kg ou de 11 lbs à 396 lbs/19 st
Analyse de la graisse corporelle	: précision de 0,1 %
Masse hydrique	: précision de 0,1 %
Masse musculaire	: précision de 0,1 %
Graduation	: 100 g ou 0,2 lb
Arrêt automatique	: au bout de 36 sec.
Numéro d'article	: 40410
Numéro EAN	: 4015588 40410 8



**Dans le cadre du travail continu d'amélioration des produits, nous nous réservons le droit de procéder à des modifications techniques et de design.**

## 5.1 Conditions de garantie et de réparation

En cas de recours à la garantie, veuillez vous adresser à votre revendeur spécialisé ou contactez directement le service clientèle. S'il est nécessaire d'expédier l'appareil, veuillez indiquer le défaut constaté et joindre une copie du justificatif d'achat.

Les conditions de garantie sont les suivantes:

1. Une garantie de trois ans à compter de la date d'achat est accordée sur les produits **MEDISANA**. En cas d'intervention de la garantie, la date d'achat doit être prouvée en présentant le justificatif d'achat ou la facture.
2. Durant la période de garantie, les défauts liés à des erreurs de matériel ou de fabrication sont éliminés gratuitement.
3. Les services effectués sous garantie n'entraînent pas de prolongation de la période de garantie, ni pour l'appareil, ni pour les composants remplacés.
4. Sont exclus de la garantie:
  - a. tous les dommages dus à un usage incorrect, par exemple au non-respect de la notice d'utilisation.
  - b. les dommages dus à une remise en état ou des interventions effectuées par l'acheteur ou par de tierces personnes non autorisées.
  - c. les dommages survenus durant le transport de l'appareil depuis le site du fabricant jusque chez l'utilisateur ou lors de l'expédition de l'appareil au service clientèle.
  - d. les accessoires soumis à une usure normale.
5. Nous déclinons toute responsabilité pour les dommages consécutifs causés directement ou indirectement par l'appareil, y compris lorsque le dommage survenu sur l'appareil est couvert par la garantie.

### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9

40724 Hilden

Tel.: +49 (0) 2103 / 2007-60

Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626

eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)

Internet: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)

Vous trouverez l'adresse du service clientèle sur la dernière page.

**Grazie !**

La ringraziamo per la fiducia dimostrata e ci congratuliamo con Lei!  
Con la bilancia pesapersona **PSB** con funzioni di controllo degli indici corporei lei ha acquistato un prodotto di qualità di **MEDISANA**.

Questo apparecchio consente di pesare e calcolare la percentuale di grasso corporeo, il tenore di acqua e la percentuale di muscolatura delle persone.

Per raggiungere i risultati auspicati e per utilizzare al meglio la bilancia pesapersona **PSB** con funzioni di controllo degli indici corporei **MEDISANA**, raccomandiamo di leggere attentamente le seguenti indicazioni per l'uso e per la manutenzione.

**1.1  
Importante**

**Leggere attentamente le seguenti norme di sicurezza prima di utilizzare l'apparecchio e conservare le istruzioni per l'uso per i successivi utilizzi.**

- Ogni terapia e/o dieta effettuata in caso di sovrappeso o sottopeso richiede la consulenza qualificata di personale specializzato (medico, dietista). I valori rilevati dalla bilancia possono essere di supporto.
- L'apparecchio non è adatto alle donne in stato interessante!
- Questa bilancia non è adatta a persone con pacemaker o portatrici di altre protesi mediche. Nelle persone affette da diabete o da altre limitazioni cliniche/fisiche, l'indicazione del grasso corporeo può risultare imprecisa. Lo stesso vale per i soggetti che praticano un'intensa attività sportiva.



- **Pericolo di ribaltamento!**  
Posizionare sempre la bilancia su una superficie piana.  
Non salire mai solo su un angolo della bilancia.



- **Pericolo di scivolamento!**  
Non salire mai sulla bilancia con i piedi bagnati.  
Non salire mai sulla bilancia con i calzini.
- Utilizzare il prodotto esclusivamente per l'impiego previsto come da istruzioni.
- In caso di uso diverso, si estingue qualsiasi diritto di garanzia.
- La bilancia è destinata all'uso domestico. Essa non è adatta all'utilizzo industriale negli ospedali o in altre strutture mediche.
- Non utilizzare l'apparecchio quando non funziona correttamente o quando è caduto a terra o in acqua o se è danneggiato.

- La bilancia ha un campo di misura massimo di 180 kg, 396 lb /19 st.. Non sovraccaricare la bilancia.
- Non posizionare la bilancia su superfici morbide e non piane. Per ottenere misurazioni precise, posizionarla solo su una base stabile e piana.
- Posizionare la bilancia in un luogo non esposto a temperature estreme né a umidità eccessiva.
- Tenere la bilancia lontana dall'acqua.
- Utilizzare la bilancia con cautela. Evitare di sottoporre la bilancia a colpi e vibrazioni. Non farla cadere.
- Non cercare di smontare l'apparecchio, pena l'estinzione della garanzia. Questo apparecchio non contiene parti di cui l'utente può effettuare la manutenzione, ad eccezione della batteria.
- In caso di guasti, non riparare l'apparecchio personalmente, pena l'estinzione di qualsiasi diritto a garanzia. Far eseguire le riparazioni esclusivamente a cura del centro di assistenza autorizzato.
- Se si prevede di non utilizzare l'apparecchio per un periodo prolungato, rimuovere le batterie.

## 1.2 Materiale in dotazione e imballaggio

Verificare in primo luogo che l'apparecchio sia completo.

La fornitura include:

- 1 Bilancia pesapersona **PSB** con funzioni di controllo degli indici corporei **MEDISANA**
- 2 Batterie a pastiglia al litio 3 V tipo CR2032
- 1 Manuale d'uso

Gli imballaggi sono riciclabili o possono essere ricondotti nel ciclo delle materie prime. Smaltire il materiale di imballaggio non più necessario in modo adeguato. Qualora si riscontrasse un danno dovuto al trasporto durante il disimballaggio, contattare immediatamente il rivenditore.



### AVVERTIMENTO

**Assicurarsi che i sacchetti d'imballaggio non siano alla portata dei bambini. Pericolo di soffocamento!**

### 2.1 Caratteristiche

- Vetro di sicurezza di elevata qualità
- Tecnologia di sensori di alta qualità
- Indicazione dell'età da 10 a 99 anni
- Indicazione della statura da 100 a 220 cm
- Campo di misura 5 kg a 180 kg o 11 lbs a 396 lbs/19 st
- Divisione 100 g o 0,2 lb
- Convertibile fra kg e lbs/st
- Analisi della massa grassa in percentuali dello 0,1 % (5 - 65 %)
- Misurazione del tenore di acqua in percentuali dello 0,1% (20 - 72 %)
- Misurazione della percentuale della muscolatura 20 - 70 %  
in percentuali da 0,1 %
- Indicazione del fabbisogno calorico/giornaliero in Kcal
- 12 posizioni di memoria
- Misurazione diretta del peso corporeo
- Facilità di utilizzo
- Display LCD intuitivo
- Batterie incluse 2 x 3 V tipo CR2032

### 2.2 Perché è importante conoscere la percentuale del proprio grasso corporeo?

Il corpo umano si compone anche di acqua, grasso e massa muscolare. Una percentuale eccessiva o insufficiente di grasso può comportare un elevato rischio per la salute. Controllando la percentuale di grasso corporeo, la bilancia pesapersona con funzioni di controllo degli indici corporei stimola a raggiungere e/o mantenere il peso corporeo ottimale.

### 2.3 Come funziona la bilancia pesapersona con funzioni di controllo degli indici corporei?

La bilancia misura attraverso la BIA (Analisi dell'impedenza bioelettrica). Stando a piedi nudi sulle piastre di metallo, al corpo vengono trasmessi debolissimi impulsi elettrici. La bilancia misura le differenze di questi segnali. I valori misurati vengono calcolati insieme ai dati personali, come età, sesso, statura e peso, per ottenere la percentuale di grasso nel corpo.

### 2.4 Presupposti per risultati di misurazione corretti



#### NOTE

**L'eccesso nel bere e nel mangiare, l'attività fisica, terapie mediche, ciclo mestruale, ecc., influiscono sui risultati di misurazione.**

**Durante la gravidanza, le misurazioni del tenore di grasso corporeo, di acqua e le misurazioni della muscolatura nelle donne non forniscono risultati corretti.**



## 2.4 Presupposti per risultati di misurazione corretti

**Risultati di misurazione affidabili si ottengono solo in certe condizioni:**

- Misurare sempre a piedi nudi.
- I piedi devono aderire agli elettrodi sopra la base di appoggio.
- Stare dritti.
- Eseguire la misurazione circa 15 minuti dopo essersi svegliati o dopo la doccia o il bagno con i piedi leggermente asciugati con un asciugamano.
- Se possibile, misurare alla stessa ora del giorno.
- Dopo una faticosa attività fisica, non effettuare subito la misurazione, ma attendere almeno un'ora.
- La pianta del piede non deve essere sporca. Se le piante dei piedi sono secche o presentano callosità, i risultati della misurazione possono risultare errati.

I risultati della misurazione consentono un controllo affidabile dello sviluppo della percentuale di grasso corporeo, del tenore di acqua e della percentuale di muscolatura.

In caso di misurazioni in condizioni alterate si possono ottenere valori di misurazione diversi.

## 2.5 Range di grasso corporeo in %



### NOTE

**I dati delle tabelle sono indicativi.**

**Per qualsiasi domanda sulla propria percentuale di grasso corporeo e sulla propria salute, rivolgersi al medico.**

<i>Femmina</i>	Età	sotto-peso	normale	ovrapeso	grasso
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
	40-55	15-21	22-26	27-32	33-38
	56-70	16-22	23-27	28-33	34-38
<i>Maschio</i>	Età	sotto - peso	normale	ovrapeso	grasso
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
	40-55	12-18	19-24	25-30	31-37
	56-70	13-19	20-25	26-31	32-38

### Analisi del valore del grasso corporeo:

Per analizzare il valore del grasso corporeo, confrontare il proprio valore con la tabella relativa al grasso corporeo.

### 2.6 Range del tenore di acqua in %

<i>Femmina</i>	Età	basso	normale	alto
	10-15	< 57	57-67	> 67
16-30	< 47	47-57	> 57	
31-60	< 42	42-52	> 52	
61-80	< 37	37-47	> 47	

<i>Maschio</i>	Età	basso	normale	alto
	10-15	< 58	58-72	> 72
16-30	< 53	53-67	> 67	
31-60	< 47	47-61	> 61	
61-80	< 42	42-56	> 56	

#### Analisi del valore dell'acqua nel corpo:

Per analizzare il valore dell'acqua presente nel corpo, confrontare il proprio valore con la tabella relativa all'acqua nel corpo.

### 2.7 Percentuale media di muscolatura corporea

La percentuale media di muscolatura corporea nei soggetti con età compresa fra 15 e 70 anni è del 34 % max. nelle donne e del 40 % max. negli uomini. Per analizzare la propria percentuale di muscolatura, confrontare il proprio valore con il valore standard.

### 3.1 Inserimento/ sostituzione delle batterie

Prima di mettere in funzione la bilancia digitale, inserire le due batterie a pastiglia in dotazione (tipo CR2032) nell'apparecchio. A tal fine, aprire il vano batteria **5** sulla parte inferiore dell'apparecchio e inserire le batterie. Rispettare la polarità (polo positivo verso l'alto, come indicato sul coperchio del vano batteria). Richiudere il vano batteria. Sostituire le batterie quando sul display **1** compare il simbolo di sostituzione batteria "Lo" o quando sul display non viene visualizzato niente, dopo aver acceso l'apparecchio.

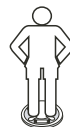


#### INDICAZIONI DI SICUREZZA PER LA BATTERIA

- Tenere la batteria lontano dalla portata dei bambini!
- Non ricaricarla!
- Non cortocircuitarla!
- Non gettarla nel fuoco!
- Non gettare la batteria esaurita e gli accumulatori nei rifiuti domestici, ma nei rifiuti speciali o in una stazione di raccolta pile nel commercio specializzato.

**3.2**  
Solo pesatura /  
funzione "step on"

1. Posizionare la bilancia su una superficie solida e piana. Salire sulla bilancia e restare fermi in piedi.



2. L'apparecchio si accende automaticamente e il display **1** visualizza brevemente "0.0 kg".



3. Viene misurato e visualizzato il peso (nell'esempio: 68 kg).



4. Scendere dalla bilancia. Il display passa a "0.0 kg". Dopo 36 secondi, la bilancia si spegne automaticamente se non vengono effettuate altre operazioni.

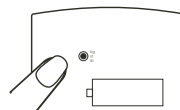
In alternativa è possibile accendere la bilancia con il tasto ON **2**, salire sulla bilancia e leggere il proprio peso; l'indicatore del peso lampeggia due volte prima che la bilancia si spenga automaticamente.

**3.3**  
Modifica dell'unità  
di peso

1. Premere il tasto ON **2** per accendere la bilancia. Il display visualizza "0.0 kg".



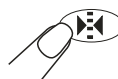
2. Rivoltare la bilancia e selezionare l'unità di peso desiderata premendo il tasto nero (kg - st - lb).



**3.4**  
Programmazione  
dei dati personali








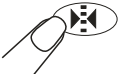
La bilancia è in grado di memorizzare i dati di 12 persone, come sesso, età e statura. La bilancia ha valori predefiniti. Questi valori sono i seguenti: **kg, uomo, 170 cm, 30 anni**. Posizionare la bilancia su una superficie stabile e solida. I quattro piedi devono essere a contatto con il pavimento.

1. Premere il tasto ON **2** per accendere la bilancia. Il display visualizza "0.0 kg".



2. Tenere premuto il tasto ON **2** per circa 3 secondi; l'impostazione della posizione di memoria inizia a lampeggiare.



3. Premendo il tasto Up **4** e/o il tasto Down **3**, si seleziona la posizione di memoria desiderata per il proprio profilo utente (1 - 12).
 
4. Premere il tasto ON **2** per memorizzare l'impostazione. Il simbolo "Uomo" sul display inizia a lampeggiare.
 
5. Impostare il proprio sesso, selezionando il relativo simbolo sul display con il tasto Up **4** e/o il tasto Down **3**.
 
6. Premere il tasto ON **2** per memorizzare l'impostazione. L'età preimpostata inizia a lampeggiare sul display.
 
7. A questo punto, impostare la propria età con il tasto Up **4** e/o il tasto Down **3**.
 
8. Premere il tasto ON **2** per memorizzare l'impostazione. La statura preimpostata inizia a lampeggiare sul display.
 
9. Ora impostare la propria statura con il tasto Up **4** e/o il tasto Down **3**.
 
10. Premere il tasto ON **2** per memorizzare l'impostazione.
 
11. A questo punto, la procedura di impostazione è terminata. L'indicatore della posizione di memoria sul display lampeggia ancora cinque volte prima che l'apparecchio si spenga automaticamente.

Prima che l'apparecchio si spenga, premere il tasto Up **4** e/o il tasto Down **3** per programmare altre posizioni di memoria. Procedere come precedentemente descritto e ripetere i passaggi 4-10.

Se non si premono tasti per circa 18 secondi durante la programmazione, la bilancia si spegne automaticamente.

**3.5  
Pesatura e  
misurazione del  
tenore di grasso,  
acqua corporei  
e muscolatura**



**NOTA**

**Risultati di misurazione affidabili si ottengono solo in certe condizioni, come descritto in "2.4 Presupposti per risultati di misurazione corretti", pag. 36 - 37.**

Posizionare la bilancia su una superficie stabile e solida. I quattro piedi devono essere a contatto con il pavimento.

1. Premere il tasto ON **2** per accendere la bilancia. Il display visualizza "0.0 kg".




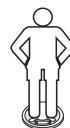
2. Premendo il tasto Up **4** e/o il tasto Down **3** si seleziona la posizione di memoria personale (1 - 12).



3. Premere il tasto ON **2** per confermare la selezione. Vengono visualizzati i dati personali memorizzati; infine, il display visualizza nuovamente "0.0 kg".



4. Salire a piedi nudi sulla bilancia e restare fermi in piedi. Se non si sale sulla bilancia entro circa 36 secondi, questa si spegne automaticamente per evitare il consumo di batterie. Inizialmente viene visualizzato il peso per circa 8 secondi. Contemporaneamente lampeggia il simbolo  che indica la misurazione in corso del valore del grasso corporeo, del tenore di acqua e della massa muscolare.







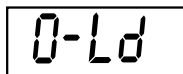
5. Il display **1** visualizza rispettivamente per circa 5 secondi i valori misurati relativi al grasso corporeo, al tenore di acqua e a la percentuale di muscolatura, seguiti dal valore rilevato del fabbisogno calorico giornaliero.



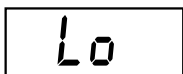
La sequenza di visualizzazione dei valori misurati si ripete. Alla fine, la bilancia si spegne automaticamente. Scendere dalla bilancia.

**Valutazione della percentuale di grasso corporeo misurata**

<b>Spiegazione dei simboli:</b>	basso	
	normale	
	troppo alto	
	eccessivo	

**3.6  
Messaggi di errore**

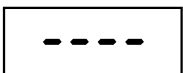
La bilancia è sovraccarica.



La batteria è scarica e deve essere sostituita.



Errore durante la misurazione.



I dati non sono stati salvati.

**4.1  
Pulizia e  
manutenzione**

- Togliere le batterie prima di pulire l'apparecchio.
- Non impiegare mai detergenti aggressivi o spazzole dure.
- Pulire la bilancia pesapersona un panno morbido inumidito leggermente con una soluzione di sapone neutro. Non utilizzare in alcun caso detergenti aggressivi o alcool.
- Accertarsi che non penetri acqua nell'apparecchio. Utilizzare nuovamente l'apparecchio solo se è completamente asciutto.
- Rimuovere le batterie dall'apparecchio se non lo si usa per lungo tempo. Altrimenti sussiste il pericolo che le batterie si scarichino.
- Non esporre l'apparecchio alla luce diretta del sole, proteggerlo dallo sporco e dall'umidità.

## 4.2 Smaltimento



L'apparecchio non può essere smaltito insieme ai rifiuti domestici.

Ogni utilizzatore ha l'obbligo di gettare tutte le apparecchiature elettroniche o elettriche, contenenti o prive di sostanze nocive, presso un punto di raccolta della propria città o di un rivenditore specializzato, in modo che vengano smaltite nel rispetto dell'ambiente.

Togliere le pile prima di smaltire lo strumento. Non gettare le pile esaurite nei rifiuti domestici, ma nei rifiuti speciali o in una stazione di raccolta pile presso i rivenditori specializzati.

Per lo smaltimento rivolgersi alle autorità comunali o al proprio rivenditore.

## 4.3 Dati tecnici

Nome e modello	:	Bilancia pesapersona <b>PSB</b> con funzioni di controllo degli indici corporei <b>MEDISANA</b>
Dimensioni (L x L x H)	:	circa 28,4 cm x 28,7 cm x 4 cm
Peso	:	circa 1,9 kg
Alimentazione di tensione	:	6 V= , 2 Batterie a pastiglia al litio da 3 V tipo CR2032
Sistema di visualizzazione	:	Display digitale
Memoria	:	per 12 persone
Campo di misura	:	5 kg a 180 kg o 11 lbs a 396 lbs/19 st
Analisi del grasso corporeo	:	in percentuali da 0,1 %
Acqua corporea	:	in percentuali da 0,1 %
Massa muscolare	:	in percentuali da 0,1 %
Divisione	:	100 g o 0,2 lb
Spegnimento automatico	:	dopo circa 36 sec.
Numero articolo	:	40410
Codice EAN	:	4015588 40410 8



**Alla luce dei costanti miglioramenti dei prodotti, ci riserviamo la facoltà di apportare qualsiasi modifica tecnica e strutturale.**

### 5.1 Condizioni di garanzia e di riparazione

In caso di garanzia, contattare il vostro rivenditore di fiducia o direttamente il centro di assistenza. Se dovesse essere necessario spedire l'apparecchio, specificare il guasto e allegare una copia della ricevuta di acquisto.

Valgono le seguenti condizioni di garanzia:

1. I prodotti **MEDISANA** hanno una garanzia di tre anni a partire dalla data di vendita. La data di acquisto deve essere comprovata in caso di garanzia dalla ricevuta di acquisto o dalla fattura.
2. Durante il periodo di garanzia, i guasti dovuti a difetti di materiale o di lavorazione vengono eliminati gratuitamente.
3. Una prestazione di garanzia non dà diritto al prolungamento del periodo di garanzia, né per l'apparecchio né per i componenti sostituiti.
4. La garanzia non include:
  - a. tutti i danni risultanti da uso improprio, ad esempio dall'inosservanza delle istruzioni d'uso,
  - b. i danni riconducibili a manutenzione o ad interventi effettuati dall'acquirente o da terzi non autorizzati,
  - c. danni di trasporto verificati durante il trasporto dal produttore al consumatore o durante l'invio al servizio clienti,
  - d. gli accessori soggetti a normale usura.
5. È altresì esclusa qualsiasi responsabilità per danni secondari diretti o indiretti causati dall'apparecchio anche se il danno all'apparecchio viene riconosciuto come caso di garanzia.

#### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9

40724 Hilden

Tel.: +49 (0) 2103 / 2007-60

Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626

eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)

Internet: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)

L'indirizzo del servizio di assistenza è riportato nell'ultima pagina.



**¡Muchas gracias!**

¡Muchas gracias por su confianza y felicitaciones!

Con la báscula de baño **PSB** con funciones de análisis corporal ha adquirido un producto de calidad de **MEDISANA**.

Este aparato se ha diseñado para pesarse y calcular el porcentaje de grasa corporal, el porcentaje del agua corporal total y el porcentaje de masa muscular.

Con el fin de poder alcanzar los resultados deseados y de disfrutar por mucho tiempo de sua báscula de baño **PSB** con funciones de análisis corporal de **MEDISANA**, le recomendamos observar detenidamente las siguientes indicaciones en relación con el uso y el mantenimiento del mismo.

**1.1  
Importante**

**Lea las siguientes indicaciones de seguridad detenidamente antes de utilizar el aparato, y conserve las instrucciones de manejo en un lugar seguro, para su consulta en utilizaciones posteriores.**

- Cualquier tratamiento o dieta en caso de sobrepeso o peso insuficiente debe realizarse sólo previa consulta con los especialistas correspondientes (médico, dietista). Los valores determinados por la balanza pueden ser una ayuda al respecto.
- ¡Este aparato no está indicado para mujeres embarazadas!
- Esta balanza no está indicada para personas con marcapasos u otros implantes médicos. La medición de la grasa corporal puede resultar inexacta en personas que sufren de diabetes u otras afecciones médicas/corporales. Lo mismo vale para personas que practican una actividad deportiva intensa.



• **¡Peligro de vuelco!**

No ponga nunca la balanza sobre una superficie irregular.

No se apoye nunca en una esquina de la balanza.



• **¡Peligro de deslizamiento!**

No suba nunca a la balanza con los pies mojados.

No suba nunca a la balanza con calcetines.

- Utilice el aparato únicamente conforme al fin previsto por las instrucciones de uso.
- En caso de utilizarlo para fines distintos, ya no será aplicable la garantía.
- La balanza está diseñada para uso doméstico. No está indicada para uso industrial en hospitales u otros establecimientos médicos.
- No utilice el aparato si no funciona perfectamente, se ha caído al suelo o al agua o se ha dañado.

- La balanza tiene una gama de medición hasta 180 Kg., 396 lbs/19 st. No sobrecargue la balanza.
- No coloque la balanza sobre superficies blandas e irregulares. Para obtener las mediciones de máxima exactitud, colóquela sólo sobre una base estable y plana.
- Coloque la balanza en un lugar que no esté expuesto a una temperatura ni a una humedad del aire extremas.
- Mantenga la balanza alejada del agua.
- Maneje la balanza con cuidado. Evite golpes y sacudidas de la balanza. No déjela caer.
- No trate de desmantelar el aparato; de lo contrario, ya no será aplicable la garantía. Aparte de la pila, este aparato no contiene ninguna pieza que pueda ser revisada por el usuario.
- En caso de fallos, no intente reparar el dispositivo, puesto que en este caso ya no será aplicable la garantía. Hágalo reparar únicamente por el servicio técnico autorizado.
- Si tiene la intención de no usar el aparato durante mucho tiempo, extraiga las pilas.

## 1.2 Suministro de serie y embalaje

Compruebe primero si el aparato está completo.

El suministro de serie incluye:

- 1 **MEDISANA** Báscula de baño **PSB** con funciones de análisis corporal
- 2 Pilas botón litio, 3 V, tipo CR2032
- 1 Instrucciones de uso

Los embalajes son reutilizables o pueden aprovecharse como materia prima. Elimine el material de embalaje que ya no necesite según la normativa. En caso de que aprecie daños ocasionados por el transporte al desempaquetar el aparato, póngase inmediatamente en contacto con su establecimiento especializado.



### **ADVERTENCIA**

**Vigile que el papel del embalaje no vaya a parar a las manos de niños. ¡Existe peligro de asfixia!**

## 2.1

### Características

- Vidrio de seguridad de alta calidad
- Tecnología sensor de alta calidad
- Entrada de la edad de 10 a 99 años
- Indicación de la altura de 100 a 220 cm.
- Rango de medida de 5 kg a 180 kg o de 11 lbs a 396 lbs/19 st
- Graduaciones de 100 g o 0,2 lb.
- Conmutable entre kg. und lbs./st.
- Análisis de la grasa corporal en graduaciones del 0,1 % (5 - 65 %)
- Medición del agua corporal total en graduaciones del 0,1 % (20 - 72 %)
- Medición del porcentaje de músculos del 20 al 70 % en graduaciones del 0,1 %
- Indicación de la cantidad de calorías requeridas/día en Kcal.
- 12 posiciones de memoria
- Medición directa del peso del cuerpo
- Fácil de manejar
- Pantalla LCD de lectura fácil
- Incluye 2 pilas de 3 V, tipo CR2032

## 2.2

### ¿Por qué es importante que conozca su porcentaje de grasa corporal?

El cuerpo humano se compone entre otras cosas de agua, grasa y masa muscular. Un porcentaje elevado o insuficiente de grasa puede resultar en mayores riesgos para la salud. Vigilando el porcentaje de grasa corporal, la balanza personal proporciona mediante sus funciones de análisis corporal la motivación para alcanzar el peso ideal y/o mantenerlo.

## 2.3

### ¿Cómo funciona la balanza personal con funciones de análisis corporal?

La balanza funciona basándose en el análisis de la impedancia bioeléctrica (AIB). Si se pone sobre las placas metálicas con los pies descalzos, una corriente eléctrica extremadamente débil pasa a través de su cuerpo. La balanza mide las desviaciones que presentan estas señales. El porcentaje de grasa corporal se calcula con una fórmula que incluye los valores medidos y sus datos personales, tales como la edad, el sexo, la altura y el peso.

## 2.4

### Requisitos para obtener resultados correctos



#### NOTAS

**El beber o comer en exceso, el entrenamiento, los tratamientos médicos, el ciclo de menstruación femenina, etc. repercuten en los resultados de las mediciones. Las mediciones de la masa grasa, del agua corporal total y de la masa muscular no serán correctas para las mujeres embarazadas.**

## 2.4 Requisitos para obtener resultados correctos

**Sólo pueden obtenerse resultados fiables si se cumplen ciertos requisitos:**

- Efectúe la medición siempre con los pies descalzos.
- Los pies deben apoyarse firmemente en la plataforma encima de los electrodos.
- Póngase derecho.
- Efectúe la medición aprox. 15 minutos después de levantarse y/o ducharse o bañarse, con los pies ligeramente secados con una toalla.
- A ser posible, realice la medición siempre a la misma hora del día.
- No efectúe ninguna medición inmediatamente después de hacer una actividad física intensa; espere por lo menos una hora.
- Las plantas de los pies no deben estar sucias. Si las plantas de los pies están secas o muy callosas, los resultados de las mediciones pueden ser incorrectos.

Los resultados de las mediciones permiten un control fiable del desarrollo del porcentaje de la grasa corporal, del agua corporal total y de la masa muscular, si las mediciones se efectúan de manera consecuente.

Si las mediciones se efectúan modificando las condiciones, los valores medidos pueden variar.

## 2.5 Porcentaje de grasa corporal



### NOTAS

**Los datos indicados en las tablas son sólo orientativos.**

**Si tiene dudas con respecto a su porcentaje de grasa corporal y su salud, consulte a su médico.**

<i>Mujeres</i>	Edad	falta de peso	normal	sobre-peso	obeso
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
	40-55	15-21	22-26	27-32	33-38
	56-70	16-22	23-27	28-33	34-38
<i>Varones</i>	Edad	falta de peso	normal	sobre-peso	obeso
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
	40-55	12-18	19-24	25-30	31-37
	56-70	13-19	20-25	26-31	32-38

### **Análisis del valor de masa grasa:**

Para analizar su valor de masa grasa, compárelo con los datos de la tabla de porcentajes de grasa corporal.

## 2.6 Porcentaje de agua corporal total

<i>Mujeres</i>	Edad	bajo	normal	alto
	10-15	< 57	57-67	> 67
16-30	< 47	47-57	> 57	
31-60	< 42	42-52	> 52	
61-80	< 37	37-47	> 47	

<i>Varones</i>	Edad	bajo	normal	alto
	10-15	< 58	58-72	> 72
16-30	< 53	53-67	> 67	
31-60	< 47	47-61	> 61	
61-80	< 42	42-56	> 56	

### Análisis del valor del agua corporal total:

Para analizar su valor del agua corporal total, compárelo con los datos de la tabla de porcentajes de agua corporal total.

## 2.7 Masa muscular en promedio

La masa muscular se sitúa en promedio en un máximo del 34 % para las mujeres y en un máximo del 40 % para los varones de 15 a 70 años. Para analizar su porcentaje de masa muscular, compare su valor con el valor estándar.

## 3.1 Sustitución/cambio de las baterías

Antes de utilizar su balanza digital, coloque las dos pilas botón suministradas (tipo CR2032) en el aparato. Para ello, abra el compartimiento de pilas **5** del lado inferior del aparato y coloque las pilas. Al hacerlo, tenga en cuenta la polaridad (polo positivo hacia arriba tal como se indica en la tapa del compartimiento de pilas). Cierre de nuevo el compartimiento de la pila. Cambie las pilas cuando en la pantalla **1** aparece el símbolo de cambio de pilas "Lo", o cuando no se indica nada en la pantalla después del encendido del aparato.

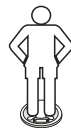


### ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD SOBRE LAS PILAS

- ¡Mantenerlas fuera del alcance de los niños!
- ¡No recargar!
- ¡No cortocircuitar!
- ¡No arrojar al fuego!
- No arroje las pilas y acumuladores usados a la basura sino al contenedor de residuos especiales, o deposítelas en los recolectores de pilas de los comercios especializados.

### 3.2 Sólo peso / Función step on

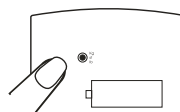
1. Coloque la balanza sobre una base estable y firme. Súbase a la balanza y quédese allí sin moverse.
2. El aparato se activa automáticamente, y en la pantalla **1** se indica brevemente "0.0 kg".
3. Se mide e se indica su peso (en el ejemplo: 68 kg).
4. Bájese de la balanza. La indicación conmuta a "0.0 kg". La balanza se desconecta automáticamente después de 36 segundos, si no se efectúa ninguna otra operación.



Alternativamente, también puede encender la balanza utilizando el botón de ENCENDIDO **2**, subirse a la balanza y leer su peso; la indicación del peso parpadea dos veces antes de que la balanza se desconecte automáticamente.

### 3.3 Cambiar la unidad de peso

1. Pulse el botón de ENCENDIDO **2** para encender la balanza. En la pantalla se visualiza "0.0 kg".
2. Dé la vuelta a la balanza y seleccione la unidad de peso deseada (*Kg.* - *st* - *lb*) pulsando la tecla negra.

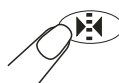


kg  
st  
lb

### 3.4 Programación de los datos personales

La balanza puede guardar los datos de 12 personas: sexo, edad y altura. La balanza funciona con unos datos preajustados. Estos datos son: **Kg., varón, 170 cm., 30 años**. Coloque la balanza sobre una base estable y firme. Sus cuatro pies deben estar en contacto con el suelo.

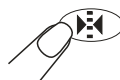
1. Pulse el botón de ENCENDIDO **2** para encender la balanza. En la pantalla se visualiza "0.0 kg".
2. Mantenga presionado el botón de ENCENDIDO **2** para aprox. 3 segundos; el ajuste de la posición de memoria empieza a parpadear.



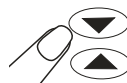
3. Pulsando el botón de flecha hacia arriba **4** y/o hacia abajo **3**, puede seleccionar la posición de memoria que quiere ajustar para su perfil de usuario (1 - 12).



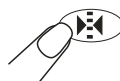
4. Pulse el botón de ENCENDIDO **2** para guardar el ajuste. En la pantalla empieza a parpadear el símbolo de "Varón".



5. Ajuste su sexo seleccionando con el botón de flecha hacia arriba **4** y/o hacia abajo **3** el símbolo correspondiente en la pantalla.



6. Pulse el botón de ENCENDIDO **2** para guardar el ajuste. En la pantalla empieza a parpadear la edad preajustada.



7. A continuación, ajuste su edad pulsando el botón de flecha hacia arriba **4** y/o hacia abajo **3**.



8. Pulse el botón de ENCENDIDO **2** para guardar el ajuste. En la pantalla empieza a parpadear la altura preajustada.



9. Ajuste su altura pulsando el botón de flecha hacia arriba **4** y/o hacia abajo **3**.



10. Pulse el botón de ENCENDIDO **2** para guardar el ajuste.



11. El proceso de ajuste finaliza. En la pantalla parpadea la indicación de la posición de memoria cinco veces, antes de que el aparato se desconecte automáticamente.

Antes de que el aparato se desconecte, puede programar otras posiciones de memoria pulsando el botón de flecha hacia arriba **4** y/o hacia abajo **3**. Proceda tal como se lo describe arriba y repita los pasos 4 a 10.

Si, al efectuar la programación, durante aprox. 18 segundos no se pulsa ninguna tecla, la balanza se apaga automáticamente.

### 3.5 Medición del peso, de la masa grasa, del agua corporal total y de la masa muscular



#### NOTA

Sólo pueden obtenerse resultados fiables si se cumplen ciertos requisitos, tal como se describe en el punto "2.4 Requisitos para obtener resultados correctos", p. 47 - 48.

Coloque la balanza sobre una base estable y firme. Sus cuatro pies deben estar en contacto con el suelo.

1. Pulse el botón de ENCENDIDO **2** para encender la balanza. En la pantalla se visualiza "0.0 kg".




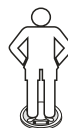
2. Pulsando el botón de flecha hacia arriba **4** y/o hacia abajo **3**, puede seleccionar su posición de memoria (1 - 12).



3. Pulse el botón de ENCENDIDO **2** para confirmar la selección. Se indican sus datos personales almacenados; a continuación, en la pantalla se visualiza de nuevo "0.0 kg".



4. Súbase a la balanza con los pies descalzos y quédese allí sin moverse. Si no sube a la balanza dentro de aprox. 36 segundos, ésta se desconecta automáticamente para proteger las pilas. Primero, se indica el peso durante aprox. 8 segundos. Al mismo tiempo parpadea el símbolo  que indica la medición del valor de masa grasa, del porcentaje de agua y de la masa muscular.







5. En la pantalla **1** se visualizan sucesivamente para aprox. 5 segundos los valores medidos de la masa grasa, del porcentaje de agua y de la masa muscular, seguidos del valor calculado de la cantidad de calorías requeridas al día.



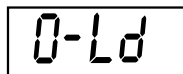
Esta secuencia de indicación de los valores medidos se repite. A continuación, la balanza se desconecta automáticamente. Bájese de la balanza.



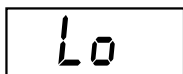
### Evaluación del porcentaje de grasa corporal

<b>Explicación de los símbolos:</b>	bajo	
	normal	
	alto	
	excesivo	

### 3.6 Mensajes de error



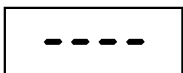
La balanza está sobrecargada.



La pila está agotada y debe ser reemplazada.



Error en la medición.

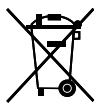


Los datos no se han almacenado.

### 4.1 Limpieza y cuidado

- Retire las pilas antes de limpiar el aparato.
- No utilice nunca productos de limpieza agresivos o cepillos bastos.
- Limpie la báscula personal con un paño suave humedecido ligeramente con agua y jabón. No utilice en ningún caso productos de limpieza agresivos o alcohol.
- No debe penetrar agua en el aparato. Vuelva a utilizar el aparato una vez esté completamente seco.
- Extraiga las pilas del aparato cuando no lo utilice durante un período de tiempo prolongado. De lo contrario existe el peligro que se gasten las pilas.
- No exponga el aparato a la radiación directa del sol y protéjalo de la suciedad y la humedad.

## 4.2 Indicaciones para la eliminación



Este aparato no se debe eliminar por medio de la recogida de basuras doméstica.

Todos los usuarios están obligados a entregar todos los aparatos eléctricos o electrónicos, independientemente de si contienen sustancias dañinas o no, en un punto de recogida de su ciudad o en el comercio especializado, para que puedan ser eliminados sin dañar el medio ambiente.

Retire las pilas antes de deshacerse del aparato. No arroje las pilas usadas a la basura sino al contenedor de residuos especiales, o deposítelas en los recolectores de pilas de los comercios especializados.

Para más información sobre cómo deshacerse de su aparato, diríjase a su ayuntamiento o a su establecimiento especializado.

## 4.3 Datos técnicos

Nombre y modelo	: <b>MEDISANA</b> Báscula de baño <b>PSB</b> con funciones de análisis corporal
Dimensiones (L x A x A)	: aprox. 28,4 cm x 28,7 cm x 4 cm
Peso	: aprox. 1,9 kg
Suministro de tensión	: 6 V=, 2 x 3 V pilas botón litio tipo CR2032
Sistema de indicación	: Indicación digital
Memoria	: para 12 personas
Rango de medida	: de 5 kg a 180 kg o de 11 lbs a 396 lbs/19 st
Análisis de la masa grasa	: en graduaciones del 0,1 %
Agua corporal	: en graduaciones del 0,1 %
Masa muscular	: en graduaciones del 0,1 %
Graduación	: 100 g o 0,2 lb
Desconexión auto.	: tras aprox. 36 seg.
Número de artículo	: 40410
Número EAN	: 4015588 40410 8



**Debido a la constante mejora del producto nos reservamos el derecho a introducir modificaciones técnicas y de diseño.**

## 5.1 Condiciones de garantía y reparación

Le rogamos consulte con su distribuidor especializado o directamente con el centro de servicio técnico en caso de una reclamación. Si tuviera que remitirnos el dispositivo, le rogamos indique el defecto y adjunte una copia del recibo de compra.

En este caso, se aplicarán las siguientes condiciones de garantía:

1. Con relación a los productos de **MEDISANA**, se ofrece una garantía por un período de tres años a partir de la fecha de compra. En caso de una reclamación, la fecha de compra debe probarse mediante el recibo de compra o la factura.
2. Los defectos de material o de fabricación se eliminarán de forma gratuita dentro del período de garantía.
3. La aplicación de la garantía no conlleva una extensión del período de garantía, ni con respecto al dispositivo ni con respecto a los componentes sustituidos.
4. Esta garantía no cubre:
  - a. todos los daños causados por abuso, por ej. por incumplimiento del manual de uso;
  - b. los daños debidos a reparaciones o intervenciones por parte del comprador o terceros no autorizados;
  - c. los daños de transporte causados durante el transporte del domicilio del fabricante al consumidor o durante el envío al servicio técnico;
  - d. accesorios sometidos a un desgaste normal.
5. Se excluye cualquier responsabilidad por los daños directos o indirectos causados por el dispositivo, aunque el daño en el dispositivo haya sido considerado como una reclamación justificada.

### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9

40724 Hilden

Tel.: +49 (0) 2103 / 2007-60

Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626

eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)

Internet: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)

Para la dirección del servicio técnico, consulte la última página.

**Muito obrigada**

Muito obrigado pela sua confiança e muitos parabéns!  
Com a balança **PSB** com funções de análise corporal, adquiriu um produto de qualidade da **MEDISANA**.

Este aparelho destina-se à pesagem e cálculo da percentagem de gordura no corpo, percentagem de água e percentagem muscular do corpo das pessoas.

Para que possa obter o resultado pretendido e desfrutar durante muito tempo da sua balança **PSB** com funções de análise corporal da **MEDISANA**, recomendamos que leia cuidadosamente as indicações seguintes para a utilização e a conservação do aparelho.

**1.1  
Importante**

**Antes de utilizar o aparelho leia os seguintes avisos de segurança com toda a atenção e guarde o manual de instruções para o poder utilizar sempre que necessário.**

- Cada tratamento ou dieta nas pessoas com excesso ou falta de peso necessita de um acompanhamento qualificado pelo respectivo técnico (médico, assistente de dieta). Os valores determinados pela balança podem ajudar.
- Este aparelho não é adequado para grávidas!
- Esta balança não é adequada para pessoas com pacemaker ou outros implantes medicinais. Em caso de diabetes ou outras limitações médicas/corporais, a indicação da gordura corporal pode ser imprecisa. O mesmo aplica-se a pessoas que praticam muito desporto.



- **Perigo de tombar!**  
Nunca coloque a balança sobre uma superfície irregular.  
Nunca suba para cima de apenas um canto da balança.



- **Perigo de escorregar!**  
Nunca suba para cima da balança com pés molhados.  
Nunca suba para cima da balança com peúgas calçadas.

- Utilize o aparelho apenas em conformidade com as suas instruções de utilização.
- Em caso de utilização imprópria, é anulada a garantia.
- A balança está concebida para o uso doméstico. Ela não é adequada para o uso comercial em hospitais ou outras instalações médicas.
- Não utilize o aparelho se este apresentar defeitos de funcionamento, se tiver caído à água, entrado em contacto com água ou tiver sido danificado de outra forma.

- A balança possui um âmbito de medição de até 180 kg, 396 lbs/19 st. Não coloque peso excessivo sobre a balança.
- Não coloque a balança sobre superfícies moles e irregulares. Para obter medições precisas coloque a balança apenas sobre uma superfície sólida e plana.
- Posicione a balança num local onde não ocorram temperaturas excessivas ou uma elevada humidade do ar.
- Mantenha a balança afastada da água.
- Manuseie a balança com cuidado. Evite que a balança sofra impactos e vibrações. Não deixe a balança cair.
- Não tente desmontar o aparelho, caso contrário, a garantia perde a sua validade. Para além das pilhas, este aparelho não possui peças que possam ser conservadas pelo utilizador.
- Em caso de avaria, não repare o aparelho por iniciativa própria, o que implica a anulação da respectiva garantia. As reparações apenas devem ser efectuadas pelo centro de assistência autorizado.
- Se o aparelho não for utilizado durante um período de tempo prolongado, remova as pilhas.

## 1.2 Volume de fornecimento e embalagem

Por favor, em primeiro lugar, verifique se o aparelho está completo.

O material fornecido é composto por:

- 1 **MEDISANA** Balança **PSB** com funções de análise corporal
- 2 pilhas de lítio 3 V tipo CR2032
- 1 Manual de utilização

As embalagens podem ser reutilizadas ou podem ser eliminadas através da reciclagem. Por favor, elimine adequadamente o material da embalagem não necessário. Se, durante o desembalamento, verificar danos devido ao transporte, por favor, entre imediatamente em contacto com o seu revendedor.



### AVISO

**Tenha atenção para que as películas da embalagem não se tornem brincadeiras para crianças. Existe perigo de asfixia!**

### 2.1 Características

- Vidro de segurança de elevada qualidade
- Tecnologia de sensores de elevada qualidade
- Introdução da idade de 10 - 99 anos
- Introdução da altura de 100 até 220 cm
- Âmbito de medição 5 kg até 180 kg ou 11 lbs até 396 lbs/19 st
- Graduação 100 g ou 0,2 lb
- Comutável entre kg e lb/st
- Análise da gordura corporal 5 - 65 % em passos de 0,1 %
- Medição da percentagem de água 20 - 72 % em passos de 0,1 %
- Medição da percentagem muscular 20 - 70 % em passos de 0,1 %
- Indicação da necessidade de calorías/dia em Kcal
- 12 posições de memória
- Medição directa do peso corporal
- Fácil de utilizar
- Display LCD de fácil leitura
- Inclui 2 pilhas 3 V tipo CR2032

### 2.2 Porque é que se deve conhecer a percentagem de gordura corporal?

O corpo humano é composto, entre outros, de água, gordura e massa muscular. Um nível de gordura demasiado elevado ou demasiado baixo pode constituir um risco para a saúde. Com a supervisão da percentagem de gordura corporal e as funções de análise corporal, a balança apoia a motivação de alcançar ou de manter o peso corporal ideal.

### 2.3 Como é que funciona a balança com as funções de análise corporal?

A balança faz a medição através da análise de impedância bioeléctrica. Se estiver descalço sobre as placas metálicas, são conduzidas correntes eléctricas muito fracas para dentro do seu corpo. A balança mede as alterações que estes sinais apresentam. Os valores medidos são calculados com os dados pessoais como a idade, sexo, tamanho e o peso para obter a percentagem de gordura corporal.

### 2.4 Condições para resultados correctos



#### NOTAS

**Os resultados da medição podem ser influenciados pela ingestão excessiva de comida, bebida, exercício físico intenso, tratamento médicos, ciclo de menstruação, etc. As medições da gordura corporal, da percentagem de água e massa muscular não são correctas nas mulheres durante a gravidez.**

## 2.4 Condições para resultados correctos

**Resultados de medição fiáveis só podem ser alcançados sob determinadas condições:**

- A medição tem de ser sempre realizada descalça.
- Os pés têm de estar sobre a superfície dos eléctrodos.
- Mantenha-se na vertical.
- Realize a medição aprox. 15 minutos depois de se levantar ou após o duche ou o banho com os pés ligeiramente secos com uma toalha.
- Se possível, realize a medição sempre à mesma hora.
- Não realize a medição após exercício físico intenso, mas aguarde, pelo menos, uma hora.
- As plantas dos pés não podem estar sujas. No caso de plantas dos pés muito secas ou com calos, pode-se obter medições com resultados errados.

Se as medições forem realizadas de modo coerente, os resultados podem ser utilizados para um controlo fiável da evolução da percentagem de gordura corporal, percentagem de água e massa muscular. No caso de medições sob condições diferentes, existe a possibilidade de obter outros valores de medição.

## 2.5 Âmbito da percentagem de gordura corporal em %

### NOTAS

**Os dados nas tabelas servem apenas de referência. Se tiver dúvidas sobre a sua percentagem de gordura corporal e a sua saúde, consulte o seu médico.**

<i>feminino</i>	idade	falta de peso	normal	peso excessivo	gordura
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
	40-55	15-21	22-26	27-32	33-38
	56-70	16-22	23-27	28-33	34-38
<i>masculino</i>	idade	falta de peso	normal	peso excessivo	gordura
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
	40-55	12-18	19-24	25-30	31-37
	56-70	13-19	20-25	26-31	32-38

### **Análise do valor da gordura corporal:**

Para a análise do seu valor de gordura corporal, compare o seu valor com a tabela da gordura corporal.

### 2.6 Âmbito da percentagem de água corporal em %

<i>feminino</i>	idade	baixa	normal	alta
	10-15	< 57	57-67	> 67
	16-30	< 47	47-57	> 57
	31-60	< 42	42-52	> 52
	61-80	< 37	37-47	> 47
<i>masculino</i>	idade	baixa	normal	alta
	10-15	< 58	58-72	> 72
	16-30	< 53	53-67	> 67
	31-60	< 47	47-61	> 61
	61-80	< 42	42-56	> 56

#### **Análise do valor da água corporal:**

Para a análise do seu valor de água corporal, compare o seu valor com a tabela da água corporal.

### 2.7 Percentagem média da musculatura corporal

A percentagem média da musculatura corporal dos 15 aos 70 anos é de 34 % nas mulheres e de 40 % nos homens. Para a análise da percentagem de musculatura corporal, compare o seu valor com o valor padrão.

### 3.1 Colocar/substituir as pilhas

Antes de colocar a balança digital em funcionamento, insira as duas pilhas (tipo CR2032) fornecidas no aparelho. Para isso, abra o compartimento das pilhas **5** localizado na parte inferior do aparelho e coloque as pilhas. Tenha atenção aos pólos (pólo positivo para cima, como ilustrado na tampa do compartimento das pilhas). Volte a fechar o compartimento das pilhas. Substitua as pilhas quando o símbolo de substituição das pilhas "Lo" for exibido no display **1** ou quando o display não exibir nada depois de ligar o aparelho.



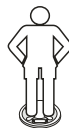
#### **INDICAÇÕES DE SEGURANÇA SOBRE AS PILHAS**

- **Mantenha as pilhas afastadas das crianças!**
- **Não recarregue as pilhas!**
- **Não coloque as pilhas no fogo!**
- **Não conecte as pilhas em curto-circuito!**
- **Não elimine as pilhas ou as baterias vazias através do lixo doméstico, mas entregue-as nos postos de recolha especiais para pilhas ou coloque-as no pilhão.**



**3.2**  
**Só pesar /**  
**função "Step-on"**

1. Coloque a balança sobre uma superfície sólida e plana. Suba para cima da balança e permaneça calmo.



2. O aparelho liga-se automaticamente e o display ❶ exibe por breves instantes "0.0 kg".



3. O seu peso é medido e exibido (no exemplo: 68 kg).



4. Desça da balança. A indicação comuta para "0.0 kg". A balança desliga-se automaticamente após 36 segundos quando não efectuar mais nenhuma operação.

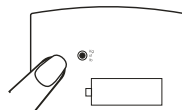
Como alternativa, ligue a balança com o botão LIGAR ❷, suba para cima da balança e consulte o seu peso; a indicação do peso pisca duas vezes antes da balança desligar-se automaticamente.

**3.3**  
**Alterar a unidade**  
**de peso**

1. Prima o botão LIGAR ❷ para ligar a balança. O display exibe "0.0 kg".



2. Volte a balança ao contrário e pressionando o botão preto, seleccione a unidade de peso pretendida (kg - st - lb).



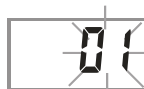
**3.4**  
**Programar os**  
**dados pessoais**

A balança consegue memorizar os dados de 12 pessoas: sexo, idade, altura. A balança possui valores predefinidos. Estes valores são: **kg, Homem, 30 anos, 170 cm**. Coloque a balança sobre uma superfície sólida e plana. Os quatro pés têm de estar em contacto com o chão.

1. Prima o botão LIGAR ❷ para ligar a balança. O display exibe "0.0 kg".



2. Mantenha o botão LIGAR ❷ premido durante aprox. 3 segundos; a regulação da posição de memória começa a piscar.



3. Premindo o botão PARA CIMA **4** e/ou o botão PARA BAIXO **3**, seleccione a posição de memória a pretendida para o seu perfil de utilizador (1 - 12).



4. Prima o botão LIGAR **2** para memorizar a regulação. No display começa a piscar o símbolo "Homem".



5. Regule o sexo seleccionando o respectivo símbolo no display com o botão PARA CIMA **4** e/ou o botão PARA BAIXO **3**.



6. Prima o botão LIGAR **2** para memorizar a regulação. A idade predefinida começa a piscar no display.



7. Agora, com o botão PARA CIMA **4** e/ou o botão PARA BAIXO **3**, regule a sua idade.



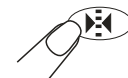
8. Prima o botão LIGAR **2** para memorizar a regulação. A altura predefinida começa a piscar no display.



9. Com o botão PARA CIMA **4** e/ou o botão PARA BAIXO **3**, regule a sua altura.



10. Prima o botão LIGAR **2** para memorizar a regulação.



11. Agora, o processo de regulação está concluído. No display pisca cinco vezes a indicação da posição de memória antes do aparelho desligar-se automaticamente.

Antes do aparelho desligar-se, existe a possibilidade de premir o botão PARA CIMA **4** e/ou o botão PARA BAIXO **3** para programar outras posições de memória. Proceda como descrito anteriormente e repita os passos 4 - 10.

Se, durante o processo de programação, não premir qualquer botão durante aprox. 18 segundos, a balança desliga-se automaticamente.

**3.5**  
**Pesar e medir o valor da gordura corporal, percentagem de água e percentagem da musculatura corporal**

**⚠ NOTAS**

**Resultados de medição fiáveis só podem ser alcançados sob determinadas condições, como descrito em "2.4 Condições para resultados correctos", página 58 - 59.**

Coloque a balança sobre uma superfície sólida e plana. Os quatro pés têm de estar em contacto com o chão.

1. Prima o botão LIGAR **2** para ligar a balança. O display exhibe "0.0 kg".




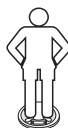
2. Premindo o botão PARA CIMA **4** e/ou o botão PARA BAIXO **3**, seleccione a sua posição de memória pessoal (1 - 12).



3. Prima o botão LIGAR **2** para confirmar a selecção. Os seus dados pessoais memorizados são exibidos; depois, o display volta a exhibir "0.0 kg".



4. Suba descalço para cima da balança e permaneça calmo. Se não subir para cima da balança dentro de aprox. 36 segundos, ela desliga-se automaticamente para poupar a carga das pilhas. Em primeiro lugar, é exibido o peso durante aprox. 8 segundos. Simultaneamente, pisca o símbolo  que indica que o valor da gordura corporal, a percentagem de água e a massa muscular estão a ser medidas.







5. O display **1** exhibe sucessivamente, durante aprox. 5 segundos, os valores medidos para a gordura corporal, percentagem de água e a massa muscular seguido do valor determinado para a necessidade diária em calorías.

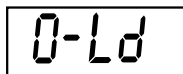


A sequência da indicação dos valores medidos repete-se. Em seguida, a balança desligase automaticamente. Desça da balança.

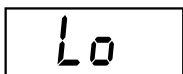
### Avaliação da percentagem de gordura corporal medida

Explicação dos símbolos:	baixa	
	normal	
	alta	
	demasiado alta	

### 3.6 Mensagens de erro



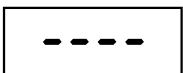
A balança tem peso a mais.



As pilhas estão com pouca carga e têm de ser substituídas.



Erro durante a medição.



Os dados não foram memorizados.

### 4.1 Limpeza e conservação

- Antes de limpar o aparelho, remova as pilhas.
- Nunca utilize agentes de limpeza agressivos ou escovas fortes.
- Limpe a balança apenas com um pano ligeiramente húmido e macio. Nunca utilize agentes de limpeza agressivos ou álcool.
- A água não pode penetrar no aparelho. Volte a utilizar o aparelho apenas quando este estiver completamente seco.
- Remova as pilhas do aparelho quando ele não for utilizado durante um período de tempo prolongado. Caso contrário, existe perigo das pilhas babarem-se.
- Não exponha o aparelho aos raios solares directos e proteja-o da sujidade e da humidade.

#### 4.2 Indicações sobre a eliminação



Este aparelho não pode ser eliminado em conjunto com o lixo doméstico. Cada consumidor tem o dever de entregar qualquer aparelho eléctrico ou electrónico com ou sem substâncias nocivas nos postos de recolha públicos da sua cidade ou no seu revendedor especializado, para que possam ser eliminados ecologicamente.

Antes de eliminar o aparelho, remova as pilhas. Não elimine as pilhas vazias através do lixo doméstico, mas entregue-as nos postos de recolha especiais para pilhas ou coloque-as no pilhão.

Para mais informações sobre as formas de descarte, contacte as autoridades locais ou o seu revendedor.

#### 4.3 Dados técnicos

Nome e modelo	: <b>MEDISANA</b> Balança <b>PSB</b> com funções de análise corporal
Dimensões (C x L x A)	: aprox. 28,4 cm x 28,7 cm x 4 cm
Peso	: aprox. 1,9 kg
Alimentação de tensão	: 6 V= , 2 pilhas 3 V pilha de lítio tipo CR2032
Sistema de indicação	: indicação digital
Memória	: para 12 pessoas
Âmbito de medição	: 5 kg até 180 kg ou 11 lbs até 396 lbs/19 st
Gordura corporal	: em passos de 0,1 %
Água corporal	: em passos de 0,1 %
Massa muscular	: em passos de 0,1 %
Graduação	: 100 g ou 0,2 lb
Desactivação auto.	: após aprox. 36 segundos
N.º de artigo	: 40410
Número EAN	: 4015588 40410 8



**Devido aos constantes melhoramentos do produto, reservamos o direito a proceder a alterações técnicas e estéticas.**

### 5.1 Garantia e condições de reparação

Por favor, em caso de garantia, contacte o seu revendedor especializado ou directamente o centro de assistência. Se for necessário enviar o aparelho, por favor, envie o aparelho indicando a avaria e acompanhado de uma cópia do recibo de compra.

Em caso de garantia aplicam-se as seguintes condições:

1. Aos produtos **MEDISANA** concedemos uma garantia de três anos a partir da data de compra. Em caso de garantia, a data de compra tem de ser comprovada através do recibo de compra ou factura.
2. As deficiências devido a erros de material ou de fabricação são eliminadas gratuitamente dentro do prazo de garantia.
3. Após um serviço de garantia, o prazo da garantia não é prolongado, nem para o aparelho nem para as peças substituídas.
4. A garantia exclui:
  - a. todos os danos resultantes de manuseamento inadequado como, p.ex., devido ao não cumprimento do manual de instruções.
  - b. danos resultantes de reparações ou intervenções pelo comprador ou por terceiros não autorizados.
  - c. danos de transporte resultantes do percurso entre o fabricante e o consumidor ou durante o envio para o serviço de assistência a clientes.
  - d. componentes exteriores sujeitos a um desgaste normal.
5. Não nos responsabilizamos por danos consequentes directos ou indirectos que são causados pelo aparelho mesmo quando o dano no aparelho é reconhecido como um caso de garantia.

#### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9

40724 Hilden

Tel.: +49 (0) 2103 / 2007-60

Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626

eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)

Internet: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)

O endereço do serviço de assistência pode ser consultado na última página.

**Hartelijk dank**

Bedankt voor uw vertrouwen en van harte gelukgewenst!

Met de personenweegschaal **PSB** met functies voor lichaamsanalyse heeft u een kwaliteitsproduct van **MEDISANA** verworven.

Dit apparaat is bedoeld voor het wegen en voor het berekenen van de lichaamsvetwaarde, het vochtgehalte en de spiermassa van personen.

Voor een succesvol gebruik en een lange gebruiksduur van uw **MEDISANA** personenweegschaal **PSB** met functies voor lichaamsanalyse bevelen wij aan de hieronder beschreven aanwijzingen voor het gebruik en voor het onderhoud zorgvuldig door te lezen.

**1.1  
Belangrijk**

**Lees voor het gebruik van het apparaat de hieronder beschreven veiligheidsmaatregelen zorgvuldig door en bewaar de gebruiksaanwijzing voor latere raadpleging.**

- Voor elke behandeling resp. dieet bij over- of ondergewicht is een deskundig advies nodig van ter zake kundige mensen ( arts, diëtiste). De met de weegschaal vastgestelde waarden kunnen daarbij als ondersteuning dienen.
- Dit apparaat is niet geschikt voor zwangeren!
- Deze weegschaal is niet geschikt voor mensen met pacemakers of andere medische implantaten. Bij suikerziekte of andere medische/lichamelijke beperkingen kan de weergave van het lichaamsvet onnauwkeurig zijn. Hetzelfde geldt ook voor mensen die zeer veel aan sport doen.



• ***Gevaar voor omkippen!***

Zet de weegschaal nooit op een oneffen ondergrond.  
Stap nooit alleen maar op een hoek van de weegschaal.



• ***Slipgevaar!***

Stap nooit op de weegschaal met natte voeten.  
Stap nooit op de weegschaal met sokken.

- Gebruik het apparaat alleen volgens zijn bestemming volgens de gebruiksaanwijzing.
- Bij oneigenlijk gebruik vervalt de garantieclaim.
- De weegschaal is vervaardigd voor huishoudelijk gebruik. Hij is niet geschikt voor bedrijfsmatig gebruik in ziekenhuizen of andere medische instellingen.
- Gebruik het apparaat niet, als het niet storingvrij functioneert, als het op de grond of in het water gevallen is of beschadigd is.

- De weegschaal heeft een meetbereik tot 180 kg, 396 lbs/19 st. Belast de weegschaal niet te zwaar.
- Zet de weegschaal niet op zachte en oneffen oppervlakken. Om de meest nauwkeurige metingen te krijgen, dient u hem alleen op een stevige en effen ondergrond neer te zetten.
- Plaatst u de weegschaal op een plek, waar zich geen extreme temperaturen of extreme luchtvochtigheid voordoen.
- Houd de weegschaal uit de buurt van water.
- Gaat u voorzichtig met de weegschaal om. Vermijdt u klappen tegen en schokken van de weegschaal. Laat u hem niet vallen.
- Probeer niet om het apparaat uit elkaar te halen, anders vervalt die garantie. Behalve de batterij bevat dit apparaat geen onderdelen, die door de gebruiker kunnen worden onderhouden.
- In geval van storingen repareert u het apparaat niet zelf, omdat daardoor iedere aanspraak op garantie vervalt. Laat u reparaties alleen door de erkende servicedienst uitvoeren.
- Als u van plan bent het apparaat langere tijd niet te gebruiken, dient u de batterijen te verwijderen.

## 1.2

### Omvang van de levering en verpakking

Gelieve eerst te controleren of het instrument volledig is.

Bij de levering horen:

- 1 **MEDISANA** Personenweegschaal **PSB** met functies voor lichaamsanalyse
- 2 Lithium knoopcelbatterijen 3 V type CR2032
- 1 Handleiding

Verpakkingen kunnen opnieuw worden gebruikt of in de grondstofkringloop gebracht. Gelieve zich van verpakkingsmateriaal dat u niet langer nodig hebt naar behoren te ontdoen. Mocht u bij het uitpakken een transportschade vaststellen, verzoeken wij u onmiddellijk uw handelaar te contacteren.



#### **WAARSCHUWING**

**Let er goed op dat de verpakkingsfolies niet in de handen van kinderen terecht komen. Er bestaat gevaar voor verstikking!**



## 2.1

### Productkenmerken

- Veiligheidsglas van hoge kwaliteit
- Hoge-kwaliteits sensortechnologie
- Invoer van de leeftijd van 10 – 99 jaar
- Lengte-invoer van 100 tot 220 cm
- Meetbereik 5 kg tot 180 kg of 11 lbs tot 396 lbs/19 st
- Schaalverdeling 100 g of 0,2 lb
- Omschakelbaar tussen kg en lb/st
- Lichaamsvetanalyse 5 - 65 % in 0,1 % stappen
- Meting watergehalte 20 - 72 % in 0,1 % stappen
- Spiermassameting 20 - 70 % in stappen van 0,1 %
- Caloriebehoefte/dag-aanduiding in Kcal
- 12 geheugenplaatsen
- Directe meting van het lichaamsgewicht
- Eenvoudig in gebruik
- Overzichtelijk LCD-display
- Inclusief batterijen 2 x 3 V type CR2032

## 2.2

### Waarom is het belangrijk om zijn lichaamsvetgehalte te kennen?

Het menselijke lichaam bestaat onder andere uit vocht, vet en spiermassa. Een te hoge of te lage hoeveelheid vet kan tot een verhoogd gezondheidsrisico leiden. Met de controle van de lichaamsvetwaarde ondersteunt de personenweegschaal met lichaamsanalysefuncties de motivatie, het optimale lichaamsgewicht te bereiken resp. te behouden.

## 2.3

### Hoe werkt de personenweegschaal met functies voor lichaamsanalyse?

De personenweegschaal met bodycheckfunctie meet door BIA (bio-elektrische impedantie analyse). Als u blootsvoets op de metalen plaat staat, worden er zeer zwakke elektrische stroompjes door uw lichaam gevoerd. De weegschaal meet de afwijkingen, die deze signalen laten zien. De gemeten waarden worden met de persoonlijke gegevens als leeftijd, geslacht, lengte en gewicht tot lichaamsvetgehalte verrekend.

## 2.4

### Voorwaarden voor correcte meetresultaten



#### AANWIJZINGEN

**Onmatig drinken, eten, training, medische behandeling, de vrouwelijke menstruatiecyclus etc. hebben effecten op de meetresultaten.**

**Lichaamsvet-, watergehalte- en spiermetingen zijn voor vrouwen tijdens de zwangerschap niet juist.**

## 2.4 Voorwaarden voor correcte meetresultaten

**Betrouwbare meetresultaten zijn slechts onder bepaalde voorwaarden te bereiken:**

- Meet altijd met blote voeten.
- De voeten moeten op het staoppervlak goed tegen de elektroden komen.
- Sta rechtop.
- Verricht de meting ongeveer 15 minuten na het opstaan resp. na het douchen of baden, waarbij de voeten na het afdrogen met de handdoek nog een beetje vochtig zijn.
- Meet indien mogelijk altijd op dezelfde tijd van de dag.
- Meet niet na ingespannen lichamelijke activiteit, maar wacht tenminste een uur.
- Op de voetzolen mag geen vuil kleven. Bij uitgedroogde of sterk vereelde voetzolen kunnen er foutieve meetresultaten worden verkregen.

Met de meetresultaten is een betrouwbare controle van de ontwikkeling van het lichaamsvet-, watergehalte en spiermassa mogelijk, als die metingen consequent werden verricht.

Bij metingen onder gewijzigde omstandigheden kunnen andere meetwaarden worden verkregen.

## 2.5 Bereik van het lichaamsvetgehalte in %



### AANWIJZINGEN

**Die Daten der Tabellen sind nur zur Orientierung.  
Wenn Sie Fragen zu Ihrem Körperfettanteil und Ihrer  
Gesundheit haben, besprechen Sie diese mit Ihrem Arzt.**

<i>vrouwelijk</i>	leeftijd	onder- gewichtig	normaal	over- gewicht	vet
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
	40-55	15-21	22-26	27-32	33-38
	56-70	16-22	23-27	28-33	34-38
<i>mannelijk</i>	leeftijd	onder- gewichtig	normaal	over- gewichtig	vet
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
	40-55	12-18	19-24	25-30	31-37
	56-70	13-19	20-25	26-31	32-38

### Analyse van de lichaamsvet-waarde:

Voor de analyse van uw lichaamsvetwaarde kunt u uw waarde vergelijken met de lichaamsvet-tabel.

### 2.6 Bereik van het gehalte aan lichaamsvocht in %

<i>vrouwelijk</i>	leeftijd	laag	normaal	hoog
	10-15	< 57	57-67	> 67
	16-30	< 47	47-57	> 57
	31-60	< 42	42-52	> 52
	61-80	< 37	37-47	> 47
<i>mannelijk</i>	leeftijd	laag	normaal	hoog
	10-15	< 58	58-72	> 72
	16-30	< 53	53-67	> 67
	31-60	< 47	47-61	> 61
	61-80	< 42	42-56	> 56

#### Analyse van het gehalte aan lichaamsvocht:

Voor analyse van uw lichaamsvochtwaarde kunt u uw waarde vergelijken met de lichaamsvocht-tabel.

### 2.7 Gemiddelde spiermassa

De gemiddelde spiermassa bedraagt in de leeftijd van 15 tot 70 jaar bij vrouwen maximaal 34 % en bij mannen maximaal 40 %. Om uw spiermassa te analyseren vergelijkt u uw waarde met de standaardwaarde.

### 3.1 Batterijen inzetten/wisselen

Voor u uw digitale weegschaal in bedrijf neemt, zet u de twee bijgevoegde knoopbatterijen (type CR2032) in het apparaat. Open daartoe het batterijenvak ⑤ aan de onderkant van het apparaat en zet de batterijen erin. Let u daarbij op de polariteit (pluspool naar boven, zoals op de batterijvakklep is aangegeven). Sluit het batterijenvak weer. Verwisselt u de batterijen als het symbool voor batterijen vervangen "Lo" in display ① verschijnt of als er in het display niets wordt aangegeven, nadat het apparaat is ingeschakeld.

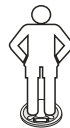


#### VEILIGHEIDSAANWIJZINGEN T.A.V. DE BATTERIJ

- **Uit de buurt van kinderen houden!**
- **Niet kortsluiten!**
- **Niet oplaadbaar!**
- **Niet in het vuur gooien!**
- **Gooi gebruikte batterijen en accu's niet bij het huisvuil, maar breng deze naar de daarvoor bestemde afvalverwerking of naar uw elektrawinkelier.**

### 3.2 Alleen wegen / step on-functie

1. Zet de weegschaal op een stevige en vlakke vloer. Ga op de weegschaal staan en blijf rustig staan.



2. Het apparaat schakelt automatisch in, en op de display ❶ wordt kort "0.0 kg" aangegeven.



3. Uw gewicht wordt gemeten en aangegeven.  
(in het voorbeeld: 68 kg)



4. Stap van de weegschaal. De aanduiding gaat naar "0.0 kg". De weegschaal schakelt na 36 seconden automatisch uit, wanneer hij niet meer ingeschakeld wordt.

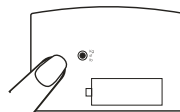
U kunt u de weegschaal ook met de AAN-toets ❷ aanzetten, op de weegschaal gaan staan en uw gewicht aflezen; de gewichtsaanduiding knippert twee keer, voordat de weegschaal automatisch uitschakelt.

### 3.3 Gewichtseenheid wijzigen

1. Druk op de AAN-toets ❷, om de weegschaal aan te zetten. In de display verschijnt "0.0 kg".



2. Draai de weegschaal om en kies door het indrukken van de zwarte toets de gewenste gewichtseenheid (*kg - st - lb*).



### 3.4 Persoonlijke gegevens programmeren








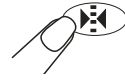
De weegschaal kan de data van 12 personen: geslacht, leeftijd en lengte opslaan. De weegschaal heeft vooraf ingestelde waarden. Deze waarden zijn: **kg, man, 170 cm, 30 jaar**. Zet de weegschaal op een stevige en vaste ondergrond. Alle vier de voeten moeten bodemcontact hebben.

1. Druk op de AAN-toets ❷, om de weegschaal in te schakelen. Op het display verschijnt "0.0 kg".



2. Houd de AAN-toets ❷ gedurende 3 sec. ingedrukt; de geheugen-plaatsinstelling begint te knipperen.



3. Door het indrukken van de OMHOOG-toets **4** en/of de OMLAAG-toets **3**, kiest u de gewenste geheugenplaats voor uw gebruikersprofiel (1 - 12).
 
4. Druk op de AAN-toets **2**, om de instelling op te slaan. In de display begint het symbool "man" te knippen.
 
5. Stel uw geslacht in, door met de OMHOOG-toets **4** en/of de OMLAAG-toets **3** het betreffende symbool op het display te kiezen.
 
6. Druk op de AAN-toets **2** om de instelling op te slaan. De reeds ingestelde leeftijd begint op het display te knippen.
 
7. Stel nu met de OMHOOG-toets **4** en/of de OMLAAG-toets **3** uw leeftijd in.
 
8. Druk de AAN-toets **2** in, om de instelling op te slaan. De reeds ingestelde lichaamslengte begint op het display te knippen.
 
9. Stel met de OMHOOG-toets **4** en/of de OMLAAG-toets **3** uw lichaamslengte in.
 
10. Druk op de AAN-toets **2**, om de instelling op te slaan.
 
11. Het instellen is nu afgesloten. Op het display knippert nog vijf keer de aanduiding van de geheugenplaats, voor het apparaat automatisch uitschakelt.

Voor het apparaat uitschakelt, kunt u de OMHOOG-toets **4** en/of OMLAAG-toets **3** indrukken, om meer geheugenplaatsen te programmeren. Doe dit zoals hierboven beschreven en herhaal de stappen 4 – 10.

Wanneer u gedurende het programmeren gedurende 18 seconden geen toets indrukt, schakelt de weegschaal automatisch uit.

### 3.5 Wegen en meten van het lichaamsvet, vochtgehalte en spiermassa



#### AANWIJZING

**Betrouwbare meetresultaten zijn alleen onder bepaalde voorwaarden te bereiken, zoals onder "2.4 Voorwaarden voor juiste meetresultaten" beschreven, pag. 69 - 70.**

Zet de weegschaal op een stabiele en stevige ondergrond. Alle vier poten moeten contact maken met de vloer.

1. Druk op de AAN-toets **2**, om de weegschaal aan te zetten. Op het display verschijnt "0.0 kg".




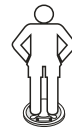
2. Door het indrukken van de OMHOOG-toets **4** en/of de OMLAAG-toets **3** kiest u uw persoonlijke geheugenplaats (1 - 12).



3. Druk op de AAN-toets **2**, om de keuze te bevestigen. Uw opgeslagen persoonlijke gegevens worden aangegeven; aansluitend verschijnt in de display weer "0.0 kg".



4. Ga op blote voeten op de weegschaal staan en blijf rustig staan. Wanneer u niet binnen ca. 36 sec. op de weegschaal stapt, schakelt die automatisch uit, om de batterijen te sparen. Eerst wordt ca. 8 sec. lang het gewicht aangegeven. Tegelijkertijd knippert het symbool , dat aangeeft, dat de lichaamsvetwaarde het vochtgehalte en de spiermassa worden gemeten.







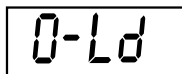
5. Op het display **1** worden na elkaar gedurende elke ca. 5 sec. de gemeten waarde voor lichaamsvet, vochtgehalte en spiermassa aangegeven, gevolgd door de vastgestelde waarde voor de dagelijkse behoefte aan calorieën.



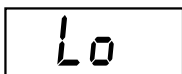
De aanduidingsvolgorde van de gemeten waarden herhaalt zich. Daarna schakelt de weegschaal automatisch uit. Stap van de weegschaal.

**Beoordeling van de gemeten lichaamsvetwaarde**

tekenverklaring:	laag	
	normaal	
	te hoog	
	veel te hoog	

**3.6  
Foutmeldingen**

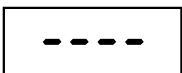
De weegschaal is overbelast.



De batterij is bijna leeg en moet worden vervangen.



Fout bij het meten.



Gegevens werden niet opgeslagen.

**4.1  
Reiniging en  
onderhoud**

- Verwijder de batterijen voordat u het instrument reinigt.
- Gebruik nooit agressieve schoonmaakmiddelen of harde borstels.
- Maak de personenweegschaal met een zachte doek schoon die u met een mild zeepsop lichtjes bevochtigt. Gebruik in geen geval bijtende reinigingsmiddelen of alcohol.
- Er mag geen water binnendringen in het instrument. Gebruik het toestel pas opnieuw als het helemaal droog is.
- Verwijder de batterijen uit het instrument als u het een tijdje niet wilt gebruiken. Anders loopt u het risico dat de batterijen uitlopen.
- Stel het instrument niet bloot aan de felle zon en bescherm het tegen vuil en vocht.

## 4.2

## Afvalbeheer



Dit apparaat mag niet samen met het huishoudelijk afval worden aangeboden. Iedere consument is verplicht, alle elektrische of elektronische apparaten, ongeacht of die schadelijke stoffen bevatten of niet, bij een milieudepot in zijn stad of bij de handelaar af te geven, zodat ze op een milieuvriendelijke manier kunnen worden verwijderd.

Haal de batterijen uit het apparaat voordat u het apparaat verwijdert. Gooi gebruikte batterijen niet bij het huisvuil, maar breng deze naar de daarvoor bestemde afvalverwerking of lever deze in bij een speciaal daarvoor bestemd inzamelstation bij de supermarkt of elektrawinkelier.

Wendt u zich betreffende het afvalbeheer tot uw gemeente of handelaar.

## 4.3

## Technische gegevens

Benaming en model	:	<b>MEDISANA</b> Personenweegschaal <b>PSB</b> met functies voor lichaamsanalyse
Afmetingen (L x B x H)	:	ca. 28,4 cm x 28,7 cm x 4 cm
Gewicht	:	ca. 1,9 kg
Voeding	:	6 V= , 2 x 3 V Lithium knoopcelbatterijen type CR2032
Weergavesysteem	:	digitale weergave
Geheugen	:	voor 12 personen
Meetbereik	:	5 kg tot 180 kg of 11 lbs tot 396 lbs/19 st
Lichaamsvetanalyse	:	in 0,1 % stappen
Lichaamsvocht	:	in 0,1 % stappen
Spiermassa	:	in 0,1 % stappen
Schaalverdeling	:	100 g of 0,2 lb
Autom. uitschakeling	:	na ca. 36 sec.
Artikel-nummer	:	40410
EAN-nummer	:	4015588 40410 8



**In het kader van permanente productverbeteringen zijn technische wijzigingen en wijzigingen in de vormgeving voorbehouden.**



## 5.1 Garantie en reparatie- voorwaarden

Wendt u zich voor garantiegevallen altijd tot uw leverancier of tot onze klantendienst. Moet u het apparaat opsturen, stuur het dan samen met de klacht en een kopie van de aankoopbon naar onze klantendienst.

Voor garantie gelden de volgende voorwaarden:

1. Voor de producten van **MEDISANA** geldt een garantietermijn van drie jaar vanaf de datum van aankoop. Deze kan door middel van de verkoopbon of factuur worden aangetoond.
2. Alle klachten, die het gevolg zijn van materiaal of fabricagefouten worden binnen de garantietermijn gratis verholpen.
3. Een geval van garantie leidt niet tot automatische verlenging van de garantietermijn, noch voor het apparaat zelf noch voor de vervangen onderdelen.
4. Uitgesloten van garantie zijn:
  - a. Alle schade die ontstaan is door ondeskundige behandeling, b.v. het niet op de juiste wijze volgen van de gebruiksaanwijzing.
  - b. Beschadigingen, die zijn ontstaan door reparaties door de koper of een ander onbevoegd persoon.
  - c. Transportschade, die is ontstaan op weg van de verkoper naar de gebruiker of tijdens het opsturen naar de klantendienst.
  - d. Toebehoren, die onderhevig zijn aan slijtage.
5. De fabrikant neemt geen verantwoording voor directe of indirecte vervolgschade die door het apparaat veroorzaakt wordt. Ook niet als de schade aan het apparaat als garantiegeval erkend is.

### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9

40724 Hilden

Tel.: +49 (0) 2103 / 2007-60

Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626

eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)

Internet: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)

Het adres van de klantendienst vindt u op de laatste pagina.

## Sydämellinen kiitos

Kiitoksia luottamuksesta ja sydämelliset onnentoivotukset!

Ostamalla kehon analyysitoiminnoilla varustetun henkilövaaka **PSB:n** olet hankkinut **MEDISANA**-laatutuotteen.

Tämä laite on tarkoitettu henkilöiden punnitsemiseen ja kehon rasvaosuuden, nesteprosentin ja lihasosuuden laskemiseen.

Jotta saavuttaisit halutun tuloksen ja sinulla olisi pitkään iloa **MEDISANA PSB** henkilövaa'astasi kehon analyysitoiminnoilla, suosittelemme, että luet seuraavat käyttöjä huolto-ohjeet huolellisesti läpi.

### 1.1 Tärkeää



**Lue käyttöohje kokonaan ennen laitteen ensimmäistä käyttöä. Säilytä käyttöohjeet siltä varalta, että tarvitset niitä myöhemmin.**

- Jokainen yli- tai alipainon hoito ja ruokavalio vaatii vastaavan ammattihenkilön (lääkäri, ruokavalioneuvoja) antamia päteviä neuvoja. Vaa'alla mitatut arvot voivat tukea näitä neuvoja.
- Tämä laite ei sovellu raskaana oleville naisille!
- Tämä vaaka ei sovellu henkilöille, jotka käyttävät sydämentahdistimia tai muita lääketieteellisiä implantteja. Sokeritautia sairastavilla tai muista lääketieteellisistä/ruumiillisista rajoituksista kärsivillä henkilöillä kehon rasvaprosenttiarvot saattavat olla epätarkkoja. Samoin erittäin urheilullisilla, treenatuilla henkilöillä.
- **Kaatumisvaara!**  
Älä koskaan aseta vaakaa epätasaiselle pinnalle.  
Älä koskaan nouse ainoastaan yhdelle vaa'an kulmalle.
- **Liukastumisvaara!**  
Älä koskaan nouse vaa'alle märillä jaloilla.  
Älä koskaan nouse vaa'alle sukat jalassa.
- Käytä laitetta ainoastaan käyttöohjeessa ilmoitettuun tarkoitukseen.
- Tarkoituksenvastaisessa käytössä oikeus takuuseen raukeaa.
- Vaaka on valmistettu kotitalouskäyttöön. Sitä ei ole tarkoitettu ammattimaiseen käyttöön sairaaloissa tai muissa lääkinnällisissä laitoksissa.
- Älä käytä laitetta, jos laite ei toimi moitteettomasti, jos laite on pudonnut lattialle tai veteen tai on vaurioitunut.



- Vaa'an mittausalueen yläraja on 180 kiloa, 396 paunaa (lbs) / 19 naulaa (st). Älä ylikuormita vaakaa.
- Älä aseta vaakaa pehmeille ja epätasaisille pinnoille. Saadaksesi tarkimmat mittaustulokset aseta vaaka ainoastaan kiinteälle ja tasaiselle alustalle.
- Sijoita vaaka paikkaan, jossa ei esiinny äärimmäisiä lämpötiloja eikä äärimmäistä ilman kosteutta.
- Pidä vaaka poissa veden lähetytyiltä.
- Käsittele vaakaa varovasti. Vältä iskuja ja vaa'an ravistelua. Älä anna vaa'an pudota.
- Älä yritä purkaa laitetta osiin, muutoin takuu raukeaa. Pariston lisäksi tässä laitteessa ei ole mitään käyttäjän huollettavissa olevia osia.
- Häiriön sattuessa älä korjaa laitetta itse, se aiheuttaa kaiken takuun raukeamisen. Anna korjaukset ainoastaan valtuutetun huoltopisteen suorittavaksi.
- Jos laite on pidempään käyttämättä, poista paristot.

## 1.2 Pakkauksen sisältö ja pakkaus

Tarkasta ensin, että laite on täydellinen.

Toimituslaajuuteen kuuluu:

- 1 **MEDISANA** Henkilövaaka **PSB** kehon analyysitoiminnoilla
- 2 paristoa: litiumnappiparisto 3 V, tyyppi CR2032
- 1 käyttöohje

Pakkauksia voidaan käyttää uudelleen tai ne voidaan kierrättää takaisin raaka-ainekiertoon. Hävitä tarpeeton pakkausmateriaali asianmukaisella tavalla. Mikäli pakkausta avatessasi havaitset kuljetusvaurion, ota heti yhteyttä tuotteen myyneeseen liikkeeseen.



### **VAROITUS**

**Huolehdi siitä, etteivät pakkausmuovit joudu lasten käsiin.  
On olemassa tukehtumisvaara!**

## 2.1 Ominaisuudet

- laadukasta turvalasia
- laadukas anturitekniikka
- ikäsyöttö 10 – 99 vuotta
- pituussyöttö 100 – 220 cm
- mittausalue 5 kg ... 180 kg tai 11 lbs ... 396 lbs/19 st
- väli 100 g tai 0,2 lb
- vaihdettavissa kiloista paunoihin/nauloihin
- kehon rasvaprosenttianalyysi 5 - 65 % / 0,1 % välein
- nesteosenttin mittausta 20 - 72 % / 0,1 % välein
- lihasosuuden mittausta 20 - 70 % / 0,1 % välein
- kaloritarve/päivänäyttö kcal
- 12 muistipaikkaa
- painon suoramittaus
- yksinkertainen käyttöä
- selkeä LCD-näyttö
- mukana paristot 2 x 3 V, tyyppi CR2032

## 2.2 Miksi kehon rasvaprosentin tunteminen on tärkeää?

Ihmiskeho koostuu muun muassa nesteestä, rasvasta ja lihasmassasta. Rasvan liian suuri tai liian pieni osuus voi kasvattaa terveysriskiä. Kehon rasvaprosenttia mittaamalla henkilövaaka tukee kehon analyysitoimintojen avulla motivaatiota ihanteellisen painon saavuttamiseksi tai säilyttämiseksi.

## 2.3 Kuinka henkilövaaka kehon analyysitoiminnoilla toimii?

Henkilövaaka suorittaa mittaukset BIA:n (biosähköisen impedanssianalyysin) avulla. Kun seisot paljain jaloin metallileyllä, kehoosi johdetaan erittäin heikkoja sähköisiä virtauksia. Vaaka mittaa näiden signaalien esittämät poikkeamat. Mitatut arvot lasketaan henkilökohtaisten tietojen, kuten iän, sukupuolen, pituuden ja painon avulla kehon rasvaprosentiksi.

## 2.4 Oikeiden mittaustulosten edellytykset



### OHJEITA

**Äärimmäinen juominen, syöminen, harjoittelu, lääkinnällinen hoito, naisten kuukautiskierto jne. vaikuttavat mittaustuloksiin. Rasvaprosentti-, nesteosentti- ja lihasmittaukset eivät pidä naisilla paikkaansa raskauden aikana.**

## 2.4 Oikeiden mittaustulosten edellytykset

**Luotettavat mittaustulokset saavutetaan ainoastaan tietyillä edellytyksillä:**

- Suorita mittaus aina paljain jaloin.
- Jalkojen tulee sijaita seisontapinnalla tiiviisti elektrodeilla.
- Seiso suorassa.
- Suorita mittaus noin 15 minuuttia ylösnousun jälkeen tai suihkun tai kylvyn jälkeen kevyesti pyyhekuivatuin jaloin.
- Suorita mittaus mahdollisuuksien mukaan aina samaan aikaan päivästä.
- Älä mittaa rasittavan ruumiillisen toiminnan jälkeen, vaan odota sen jälkeen vähintään tunti.
- Jalkapohjat eivät saa olla likaiset. Jos jalkapohjat ovat kuivat tai erittäin kovettuneet, saatetaan saada virheellisiä mittaustuloksia.

Mittaustulosten avulla on rasvaprosentin, nesteprosentin ja lihasmassaosuuden kehityksen luotettava valvonta mahdollista, kun mittaukset suoritetaan johdonmukaisesti. Jos mittaolosuhteet vaihtelevat, voidaan saada erilaisia mittaustuloksia.

## 2.5 Kehon rasvaosuuden alue, %



### OHJEITA

**Taulukon tiedot on tarkoitettu ainoastaan suuntaa antaviksi. Jos sinulla on kysyttävää kehosi rasvapitoisuudesta ja terveydestäsi, keskustele näistä lääkärisi kanssa.**

<i>nainen</i>	ikä	alipainoinen	normaali	ylipainoinen	lihava
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
	40-55	15-21	22-26	27-32	33-38
	56-70	16-22	23-27	28-33	34-38
<i>mies</i>	ikä	alipainoinen	normaali	ylipainoinen	lihava
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
	40-55	12-18	19-24	25-30	31-37
	56-70	13-19	20-25	26-31	32-38

### Kehon rasva-arvon analyysi:

Analysoidaksesi kehosi rasva-arvoa vertaa arvoasi rasvaprosenttitaulukkoon.

### 2.6 Kehon nesteosuuden alue, %

<i>nainen</i>	ikä	alhainen	normaali	korkea
	10-15	< 57	57-67	> 67
	16-30	< 47	47-57	> 57
	31-60	< 42	42-52	> 52
	61-80	< 37	37-47	> 47
<i>mies</i>	ikä	alhainen	normaali	korkea
	10-15	< 58	58-72	> 72
	16-30	< 53	53-67	> 67
	31-60	< 47	47-61	> 61
	61-80	< 42	42-56	> 56

#### Kehon nestearvon analyysi:

Analysoidaksesi kehosi nestearvoa vertaa arvoasi nesteprosenttitaulukkuun.

### 2.7 Kehon keskimääräinen lihasmassaosuus

Kehon keskimääräinen lihasmassaprosentti on 15 – 70 vuoden iässä naisilla korkeintaan 34 % ja miehillä korkeintaan 40 %. Analysoidaksesi kehosi lihasosuutta vertaa arvoasi normiarvoon.

### 3.1 Paristojen asettaminen / vaihtaminen

Ennen kuin otat digitaalivaakasi käyttöön, aseta kaksi mukana toimitettua nappiparistoa (tyyppi CR2032) laitteeseen. Avaa sitä varten laitteen alapinnalla sijaitseva paristokotelo **5** ja aseta paristot paikoilleen. Noudata tällöin napaisuutta (plus-napa ylhäällä, paristokotelossa osoitetulla tavalla). Sulje paristokotelo jälleen. Vaihda paristot, kun näytössä **1** näkyy paristonvaihdon symboli "Lo", tai jos näytössä ei näy mitään laitteen käynnistämisen jälkeen.

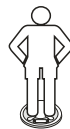


#### PARISTO-TURVAOHJEITA

- Pidettävä poissa lasten ulottuvilta!
- Ei saa ladata uudelleen!
- Ei saa oikosulkea!
- Ei saa heittää tuleen!
- Älä heitä käytettyjä paristoja tai akkuja kotitalousjätteisiin, vaan ongelmajätteisiin tai toimita ne alan liikkeen paristonkeräyspisteeseen.

### 3.2 Pelkkä punnitseminen / "Step-on"-toiminto

1. Aseta vaaka kiinteälle ja tasaiselle alustalle. Astu vaa'alle ja seiso siinä rauhallisesti.



2. Laite kytkeytyy automaattisesti päälle ja näytössä ❶ näkyy lyhyesti "0.0 kg".



3. Painosi mitataan ja näytetään (esimerkissä: 68 kg).



4. Astu pois vaa'alta. Näyttöön vaihtuu arvo "0.0 kg". Vaaka kytkeytyy pois päältä 36 sekunnin kuluttua, jos sitä ei enää käytetä.

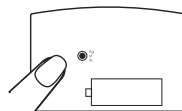
Vaihtoehtoisesti voit kytkeä vaa'an päälle virtakytkimellä ❷, astua vaa'alle ja lukea painosi; painonäyttö vilkkuu kahdesti, ennen kuin vaaka sammuu automaattisesti.

### 3.3 Painoyksikön muuttaminen

1. Käynnistä vaaka painamalla virtakytkintä ❷. Näyttöön ilmestyy "0.0 kg".



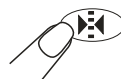
2. Käännä vaaka ympäri ja valitse mustaa painiketta painamalla haluttu painoyksikkö (kg - st - lb).



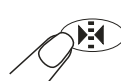
### 3.4 Henkilökohtaisten tietojen ohjelmointi

Vaakaan voidaan tallentaa 12 henkilön tiedot: sukupuoli, ikä, pituus. Vaakaan on esiohjelmoitu arvot. Nämä arvot ovat: **kg, mies, 30 vuotta, 170 cm**. Aseta vaaka tukevalle ja kiinteälle alustalle. Kaikkien neljän jalan tulee olla maassa.

1. Käynnistä vaaka painamalla virtakytkintä ❷. Näyttöön ilmestyy "0.0 kg".



2. Pidä virtapainiketta ❷ painettuna n. 3 sekunnin ajan, muistipaikka-asetus alkaa vilkkua.



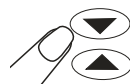
3. Valitse haluamasi muistipaikka käyttäjäprofiilillesi (1 - 12) painamalla YLÖS-painiketta ④ ja/tai ALAS-painiketta ③.



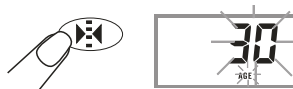
4. Paina virtapainiketta ② tallentaaksesi asetuksen. Näytön "mies"-symboli alkaa vilkkua.



5. Anna sukupuolesi valitsemalla näytössä YLÖS-painikkeen ④ ja/tai ALAS-painikkeen ③ avulla vastaava symboli.



6. Paina virtapainiketta ② tallentaaksesi asetuksen. Esiasetettu ikä alkaa vilkkua näytössä.



7. Anna nyt ikäsi YLÖS-painikkeen ④ ja/tai ALAS-painikkeen ③ avulla.



8. Paina virtapainiketta ② tallentaaksesi asetuksen. Esiasetettu pituus alkaa vilkkua näytössä.



9. Anna nyt pituutesi YLÖS-painikkeen ④ ja/tai ALAS-painikkeen ③ avulla.



10. Paina virtapainiketta ② tallentaaksesi asetuksen.



11. Asetustapahtuma on nyt suoritettu loppuun. Näytössä vilkkuu vielä viisi kertaa muistipaikan numero, ennen kuin laite sammuu automaattisesti.

Ennen kuin laite sammuu, voit painaa YLÖS-painiketta ④ ja/tai ALAS-painiketta ③ ohjelmoidaksesi lisää muistipaikkoja. Toimi edellä kuvatulla tavalla ja toista vaiheita 4 - 10.

Jos et paina ohjelmoinnin aikana mitään painiketta n. 18 sekunnin aikana, vaaka sammuttaa itsensä automaattisesti.



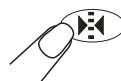
### 3.5 Rasvaprosentin, nesteprosentin ja lihasmassaosuuden punnitseminen ja mittaaminen

#### OHJEITA

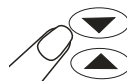
Luotettavat mittaustulokset saavutetaan ainoastaan tietyillä edellytyksillä, kuten kohdassa "2.4 Oikeiden mittaustulosten edellytykset", s. 80 – 81.

Aseta vaaka tukevalle ja kiinteälle alustalle. Kaikkien neljän jalan tulee olla maassa.

1. Käynnistä vaaka painamalla virtakytkintä ②. Näyttöön ilmestyy "0.0 kg".




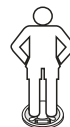
2. Valitse henkilökohtainen muistipaikkasi (1 - 12) painamalla YLÖS-painiketta ④ ja/tai ALAS-painiketta ③.



3. Paina virtapainiketta ② vahvistaaksesi valinnan. Nyt näytetään tallennetut henkilökohtaiset tiedosi, lopuksi näyttöön ilmestyy jälleen "0.0 kg".



4. Astu vaa'alle paljain jaloin ja pysyttele rauhallisesti seisomassa. Jos et astu vaa'alle n. 36 sekunnin sisällä, vaaka kytkeytyy automaattisesti pois päältä säästääkseen paristoja. Seuraavaksi näytetään n. 8 sekunnin ajan painoa. Samalla vilkkuu symboli , joka osoittaa, että rasvaprosenttiarvoa, nesteprosenttiarvoa ja lihasmassaa mitataan.







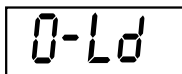
5. Näytössä ① näytetään peräkkäin mitatut kehon rasva-, neste- ja lihasmassa-arvot kukin n. 5 sekunnin ajan, niiden jälkeen näytetään laskettu päivittäisen kaloritarpeen arvo.



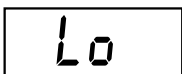
Mitatut arvot näytetään vielä toiseen kertaan. Sen jälkeen vaaka sammuu automaattisesti. Astu pois vaa'alta.

**Mitatun rasvaprosentin arvottaminen**

<b>Merkkien selitys:</b>	alhainen	
	normaali	
	liian korkea	
	aivan liian korkea	

**3.6  
Virheilmoitukset**

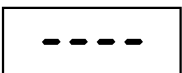
Vaaka on yliuormitettu.



Akku on heikko ja se tulee vaihtaa.



Mittausvirhe.



Tietoja ei tallennettu.

**4.1  
Puhdistus  
ja hoito**

- Poista paristot ennen laitteen puhdistamista.
- Älä koskaan käytä voimakkaita puhdistusaineita tai kovia harjoja.
- Puhdista henkilövaaka pehmeällä, kevyesti kostutetulla liinalla. Älä missään tapauksessa käytä voimakkaita puhdistusaineita tai alkoholia.
- Laitteeseen ei saa päästä vettä. Käytä laitetta jälleen vasta sitten, kun se on täysin kuiva.
- Poista paristo laitteesta, jos et halua käyttää laitetta pidempään aikaan. Muutoin paristot saattavat vuotaa.
- Älä altista laitetta suoralle auringonsäteilylle, suojaa laitetta liialta ja kosteudelta.

#### 4.2 Hävittämisohjeita



Tätä laitetta ei saa hävittää talousjätteiden mukana.

Jokainen kuluttaja on veloitettu luovuttamaan kaikki sähköiset tai elektroniset laitteet, sisältävätkä ne haitallisia aineita tai eivät, kaupunkinsa tai liikkeen keräyspisteeseen, jotta laitteet voitaisiin hävittää ympäristöystävällisesti.

Poista paristot ennen laitteen hävittämistä. Älä heitä käytettyjä paristoja ja akkuja kotitalousjätteisiin, vaan ongelmajätteisiin tai toimita ne alan liikkeessä olevaan keräyspisteeseen.

Ota yhteyttä paikalliseen viranomaiseen tai myyjäliikkeeseen hävityksen suorittamiseksi.

#### 4.3 Tekniset tiedot

Nimi ja malli	:	<b>MEDISANA</b> Henkilövaaka <b>PSB</b> kehon analyysitoiminnoilla
Mitat (P x L x K)	:	n. 28,4 cm x 28,7 cm x 4 cm
Paino	:	n. 1,9 kg
Jännitesyöttö	:	6 V= , 2 x 3 V paristot litiumnappiparisto tyyppi CR2032
Näyttöjärjestelmä	:	digitaalinäyttö
Muisti	:	12 henkilölle
Mittausalue	:	5 kg ... 180 kg tai 11 lbs ... 396 lbs/19 st
Rasvaprosentti	:	0,1 % välein
Nesteprosentti	:	0,1 % välein
Lihsmassa	:	0,1 % välein
Jako	:	100 g tai 0,2 lb
Autom. sammutus	:	n. 36 s kuluttua
Tuote-nro.	:	40410
EAN-numero	:	4015588 40410 8



**Jatkuvan tuotekehittelyn myötä pidämme itsellämme  
oikeuden teknisiin ja muotoilullisiin muutoksiin.**

## 5.1 Takuu- ja korjausehdot

Käänny takuutapauksessa alan liikkeen tai suoraan asiakaspalveluhuollon puoleen. Jos laite tulee lähettää huoltoon, ilmoita vika ja lähetä laitteen mukana kopio ostokuitista.

Tällöin ovat voimassa seuraavat takuuehdot:

- 1. MEDISANA-**tuotteille myönnetään kolmen vuoden takuu myyntipäiväyksestä. Myyntipäiväys tulee todistaa takuutapauksessa ostokuitilla tai laskulla.
- 2. Materiaali-** tai valmistusvirioista johtuvat puutteet korjataan takuuajana maksutta.
- 3. Takuukorjaus** ei pidennä takuuajaa, ei laitteelle eikä vaihdetulle rakenneosalle.
- 4. Takuun ulkopuolelle jäävät:**
  - a.** kaikki vahingot, jotka syntyvät asiattomasta käsittelystä, esim. käyttöohjeen noudattamatta jättämisestä.
  - b.** Vahingot, joiden syyksi voidaan jäljittää ostajan tai asiattoman kolmannen osapuolen suorittama kunnossapito tai toimet.
  - c.** Kuljetusvauriot, jotka ovat syntyneet matkalla valmistajalta kuluttajalle tai asiakaspalveluun lähetettäessä.
  - d.** Lisäosat, jotka ovat alttiina normaalille kulutukselle.
- 5. Vastuu** laitteen aiheuttamista välittömistä tai välillisistä seurausvahingoista on myös poissuljettu, jos laitteelle aiheutunut vahinko hyväksytään takuutapaukseksi.

### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9

40724 Hilden

Puh.: +49 (0) 2103 / 2007-60

Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626

s-posti: info@medisana.de

Internet: www.medisana.de

Asiakaspalvelun osoite löytyy viimeiseltä sivulta.

**Tack så mycket**

Tack för visat förtroende och hjärtliga gratulationer!

Med personvåg **PSB** med kroppsanalyfunktioner har du köpt en kvalitetsprodukt från **MEDISANA**.

Denna våg är avsedd för vägning och till att beräkna andelen kroppsfett, vattenhalten samt andelen kroppsmuskler hos personer.

För att du ska uppnå önskade resultat och ha glädje av din **MEDISANA** personvåg **PSB** med kroppsanalyfunktioner rekommenderar vi att du läser igenom efterföljande anvisningar beträffande användning och skötsel noggrant.

**1.1  
Viktigt**

**Läs noga igenom säkerhetshänvisningarna nedan innan Ni börjar använda apparaten och förvara bruksanvisningen för senare användning.**

- Varje behandling eller diet vid över- eller undervikt kräver en kvalificerad rådgivning av utbildad fackpersonal (läkare, dietassistent). De värden som fastställs med hjälp av denna våg kan vara ett hjälpmedel för detta.
- Denna våg är inte lämplig för kvinnor under graviditeten.
- Denna våg är inte lämplig för människor med pacemakers eller med andra sorters medicinska implantat. Vid diabetes eller andra medicinska kroppsliga inskränkningar kan uppgiften om kroppsfettet vara inexakt. Samma sak gäller även för mycket vältränade sportsmän / -kvinnor.

**• Risk att välta!**

Placera aldrig vågen på ett ojämnt underlag.  
Ställ dig aldrig på endast ett hörn av vågen.

**• Risk för att glida!**

Ställ dig aldrig på vågen med våta fötter.  
Ställ dig aldrig på vågen med sockor på fötterna.

- Använd apparaten enbart till det den är avsedd för enligt bruksanvisning.
- Vid annan användning bortfaller garantianspråken.
- Vågen är tillverkad för hemmabruk. Den är inte avsedd att användas yrkesmässigt på sjukhus eller på andra medicinska institutioner.
- Använd inte apparaten om den inte fungerar felfritt, om den fallit ner eller hamnat i vatten eller skadats.

- Vågen indikerar upp till en vikt på 180 kg, 396 lbs / 19 st. Överbelasta inte vågen.
- Placera aldrig vågen på en mjuk och ojämn yta. För att mätningen skall bli exakt skall vågen alltid placeras på ett stabilt och jämnt underlag.
- Placera vågen på en plats där det varken förekommer extrema temperaturer eller extrem luftfuktighet.
- Låt aldrig vatten komma i kontakt med vågen.
- Handskas försiktigt med vågen. Undvik slag på eller skakningar av vågen. Låt den inte falla ned.
- Försök inte ta isär vågen. I annat fall upphör garantin att gälla. Förutom batteriet innehåller vågen inga detaljer som skall underhållas av användaren.
- Reparera inte apparaten själv vid störningar då detta ingrepp leder till att samtliga anspråk på garantiåtaganden bortfaller. Låt endast auktoriserad kundservice utföra reparationer.
- Om du inte tänker använda vågen under en längre tid skall du ta ut batterierna.

## 1.2 Förpackningens innehåll och förpackning

Kontrollera först om apparaten är komplett.

I leveransen ingår:

- 1 **MEDISANA** Personvåg **PSB** med kroppsanalysfunktioner
- 2 batterier litium-knappcell 3 V typ CR 2032
- 1 Bruksanvisning

Förpackningar kan återanvändas eller lämnas till återvinning. Se till att förpackningsmaterial som inte längre behövs tas omhand på korrekt sätt. Upptäcks skador när produkten packas upp så kontakta omgående inköpsstället.



### **VARNING**

**Se till att förpackningsmaterial i plast hanteras utom räckhåll för barn. Kvävningrisk!**

## 2.1 Prestanda

- Kvalitets-säkerhetsglas
- Kvalitets-sensorteknologi
- Åldersinmatning 10 – 99 år
- Längdinmatning 100 – 220 cm
- Mätområde 5 kg till 180 kg eller 11 lbs till 396 lbs / 19 st
- Uppdelning i 100 gr eller 0,2 lb
- Möjlighet att ställa om mellan kg och lb/st
- Analys av kroppsfettet 5 – 65 % i 0,1 % steg
- Mätning av vattenhalten 20 – 72 % i 0,1 steg
- Mätning av muskelandelen 20 – 70 % i 0,1% steg
- Indikering av kaloribehov / dag i kcal
- 12 minnesplatser
- Direkt mätning av kroppsvikten
- Lätt att hantera
- Översiktlig LCD-display
- Inklusive batterier 2 x 3 V typ CR 2032

## 2.2 Varför är det viktigt att känna till hur stor andel kroppsfett man har?

Människans kropp består bl.a. av vatten, fett och muskelmassa. En för hög eller för låg andel av fett kan leda till en ökad hälsorisk. Genom att personvågen kontrollerar hur hög andelen kroppsfett är stöder den med funktionerna för en kroppsanalys motivationen att uppnå och bibehålla en optimal kroppsvikt.

## 2.3 Hur fungerar personvågens funktioner för en kroppsanalys?

Personvågen mäter med hjälp av BIA (bioelektrisk impedans analys). Om du ställer dig barfota på metallplattorna leds mycket svaga elektriska strömmar in i din kropp. Vågen mäter de avvikelser som dessa signaler anger. De uppmätta värdena jämförs med personens egna data för ålder, kön, längd och vikt i relation till andelen kroppsfett.

## 2.4 Förutsättningar för korrekta mätresultat



### HÄNVISNINGAR

**Om man dricker, äter eller tränar excessivt, undergår en medicinsk behandling, under kvinnans menstruationscykel osv. påverkas mätresultaten.**

**Mätningarna av kroppsfettet samt av vattenhalten och musklerna är inte korrekta under en graviditet.**

## 2.4 Förutsättningar för korrekta mätresultat

### Tillförlitliga mätresultat uppnås endast under vissa förutsättningar:

- Väg dig alltid barfota
- Fötterna måste tryckas mot ytan vid elektroderna
- Stå upprätt
- Genomför mätningen ca 15 minuter efter det att du har stigit upp eller efter dusch eller bad, med lätt handdukstorr fötter
- Väg dig om möjlig alltid vid samma tid på dagen
- Genomför inte någon mätning efter en ansträngande fysisk aktivitet. Vänta minst en timme efter en sådan aktivitet
- Fotsulorna får inte vara smutsiga. Om fotsulorna är mycket torra eller om de har förhårdnader kan man få ett felaktigt mätresultat.

Med hjälp av mätresultaten är det möjligt att på ett tillförlitligt sätt kontrollera utvecklingen av andelen kroppsfett, vattenhalten samt andelen kroppsmuskler, om man genomför mätningarna konsekvent.

Om mätningarna genomförs under skiftande omständigheter kan man erhålla avvikande mätvärden.

## 2.5 Område för andelen kroppsfett i %



### HÄNVISNINGAR

**Data i tabellen tjänar endast som en orientering. Om du har frågor gällande din andel av kroppsfett och din hälsa skall du rådfråga din läkare.**

<i>Kvinnor</i>	ålder	undervikt	normal	övervikt	fet
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
	40-55	15-21	22-26	27-32	33-38
	56-70	16-22	23-27	28-33	34-38
<i>Män</i>	ålder	undervikt	normal	övervikt	fet
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
	40-55	12-18	19-24	25-30	31-37
	56-70	13-19	20-25	26-31	32-38

### Analys av värdet för kroppsfettet:

För en analys av ditt kroppsfettvärde – jämför ditt värde med tabellen för kroppsfett.



## 2.6 Område för andelen kroppsvatten i %

<i>Kvinnor</i>	ålder	låg	normal	hög
	10-15	< 57	57-67	> 67
	16-30	< 47	47-57	> 57
	31-60	< 42	42-52	> 52
	61-80	< 37	37-47	> 47
<i>Män</i>	ålder	låg	normal	hög
	10-15	< 58	58-72	> 72
	16-30	< 53	53-67	> 67
	31-60	< 47	47-61	> 61
	61-80	< 42	42-56	> 56

### Analys av värdet för kroppsvatten:

För en analys av ditt värde för kroppsvatten – jämför ditt värde med tabellen för kroppsvatten.

## 2.7 Genomsnittlig andel av kroppsmuskler

Den genomsnittliga andelen av kroppsmuskler uppgår vid en ålder av 15 till 70 år hos kvinnor maximalt till 34 % och hos män maximalt till 40 %. För en analys av din andel av kroppsmuskler skall du jämföra ditt värde med standardvärdet.

## 3.1 Sätta i / byta batterier

Innan du tar din digitala våg i drift skall du lägga in de två bifogade knappbatterierna (typ CR 2032) i vågen. Öppna batterifacket **5** på vågens undersida och lägg i de platta batterierna. Se till att polariteten stämmer (pluspolen skall visa uppåt som visas på locket till batterifacket). Stäng där-efter åter batterifacket. Byt ut batterierna när symbolen för ett batteribyte "Lo" visas på displayen **1** eller om inget visas på displayen när vågen har startats.

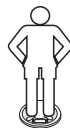


### SÄKERHETSANVISNINGAR FÖR BATTERI

- Förvaras utom räckhåll för barn!
- Ej uppladdningsbart!
- Får ej kortslutas!
- Får ej kastas i öppen eld!
- Kasta inte förbrukade batterier, engångs eller uppladdningsbara, i hushållssoporna utan lämna dessa till batteriinsamling vid återvinningsstation eller till insamling i fackhandeln.

### 3.2 Endast vägnings- / "step-on"-funktion

1. Placera vågen på ett fast och jämnt underlag. Ställ dig på vågen och stå lugnt kvar.



2. Vågen sätter automatiskt igång och "0.0 kg" visas kort på displayen ❶.



3. Din vikt mäts och indikeras (i exemplet: 68 kg).



4. Gå av vågen. Indikeringen ändras till "0.0 kg". Vågen stängs automatiskt av efter 36 sekunder om man inte fortsätter att använda den.

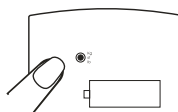
Som alternativ kan du sätta igång din våg med knappen TILL ❷, ställa dig på vågen och läsa av din vikt. Viktindikeringen blinkar två gånger och därefter stängs vågen automatiskt av.

### 3.3 Ändra viktenhet

1. Tryck på knappen TILL ❷ för att sätta igång vågen. På displayen visas "0.0 kg".



2. Vänd på vågen och välj önskad viktenhet genom att trycka på den svarta knappen (kg - st - lb).



### 3.4 Programmera personliga data

Vågen kan spara data för upp till tolv personer: kön, ålder, längd. Vågen har förinställda värden. Dessa värden är: **kg, man, 30 år, 170 cm**. Placera vågen på ett stabilt och fast underlag. Alla fyra fötter måste ha kontakt med underlaget.

1. Tryck på knappen TILL ❷ för att sätta igång vågen. På displayen visas "0.0 kg".



2. Håll knappen TILL ❷ intryckt under ca tre sekunder. Insatällningen för minnesplats fortsätter att blinka.



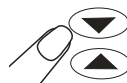
3. Genom att trycka på knappen UPPÅT **4** och / eller på knappen NEDÅT **3** väljer du önskad minnesplats för din användarprofil (1 - 12).



4. Tryck på knappen TILL **2** för att spara inställningarna. På displayen börjar symbolen "man" att blinka.



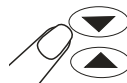
5. Ställ in ditt kön genom att välja tillhörande symbol på displayen med knappen UPPÅT **4** och / eller knappen NEDÅT **3**.



6. Tryck på knappen TILL **2** för att spara inställningen. Den förinställda åldern börjar att blinka på displayen.



7. Ställ nu in din ålder med knappen UPPÅT **4** och / eller med knappen NEDÅT **3**.



8. Tryck på knappen TILL **2** för att spara inställningen. Den förinställda kroppslängden börjar att blinka på displayen.



9. Ställ in din kroppslängd med knappen UPPÅT **4** och / eller med knappen NEDÅT **3**.



10. Tryck på knappen TILL **2** för att spara inställningen.



11. Nu är inställningarna avslutade. På displayen blinkar indikeringen för minnesplatsen fem gånger till innan vågen stängs av automatiskt.

Innan vågen stängs av kan du trycka på knappen UPPÅT **4** och / eller på knappen NEDÅT **3** för att programmera ytterligare minnesplatser. Gör så som har beskrivits ovan och upprepa stegen 4 - 10.

Om du under programmeringen inte trycker på någon knapp på ca 18 sekunder stängs vågen automatiskt av.

### 3.5 Väga och mäta värdet för kroppsfett, vattenhalt och andel kroppsmuskler



#### HÄNVISNINGAR

Man kan endast uppnå tillförlitliga mätresultat under vissa förutsättningar. Dessa har beskrivits under "2.4 Förutsättningar för korrekta mätresultat", sid. 91 – 92.

Placera vågen på ett stabilt och fast underlag. Alla fyra fötter måste ha kontakt med underlaget.

1. Tryck på knappen TILL **2** för att starta vågen. På displayen visas "0.0 kg".




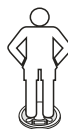
2. Välj din personliga minnesplats (1 – 12) genom att trycka på knappen UPPÅT **4** och eller på knappen NEDÅT **3**.



3. Tryck på knappen TILL **2** för att bekräfta valet. Dina sparade persondata visas, därefter visas åter "0.0 kg" på displayen.



4. Ställ dig barfota på vågen och stå lugnt kvar. Om du inte ställer dig på vågen inom ca 36 sekunder stängs den automatiskt av för att spara batterierna. Först visas vikten under ca åtta sekunder. Samtidigt blinkar symbolen  som indikerar att värdet för kroppsfett, vattenhalt och muskelmassa mäts.







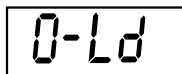
5. På displayen **1** indikeras efter varandra under ca 5 sekunder de värden som har mätts upp för kroppsfett, vattenhalt och muskelandel, följda av det värde som har fastställts för det dagliga kaloribehovet.



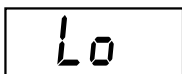
Indikeringsföljden för de värden som har mätts upp upprepas. Därefter stängs vågen automatiskt av. Gå ned från vågen.

**Bedömning av den uppmätta andelen kroppsfett**

<b>Teckenförklaring:</b> Låg	
Normal	
För hög	
Alltför hög	

**3.6  
Felmeddelanden**

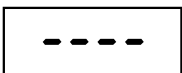
Vågen är överbelastad.



Batteriet är svagt och måste bytas ut.



Fel vid mätningen.

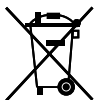


Data har ej sparats.

**4.1  
Rengöring  
och skötsel**

- Ta alltid ur batterierna innan du rengör vågen.
- Använd inte starka rengöringsmedel eller hårda borstar.
- Rengör endast personvågen med en mjuk, lätt fuktad trasa. Använd absolut inte starka rengöringsmedel eller alkohol.
- Det får inte tränga in vatten i vågen. Använd inte vågen förrän den är helt torr.
- Ta ur batterierna ur vågen om du inte tänker använda den under en längre tid. Annars finns det risk för att batterierna börjar läcka.
- Utsätt inte vågen för direkt solbestrålning; skydda den mot smuts och fukt.

#### 4.2 Hänvisning gällande avfallshantering



Denna apparat får inte kastas i hushållssoporna.

Varje konsument måste lämna in alla elektriska eller elektroniska apparater till motsvarande insamlingsställen, oberoende av om apparaterna innehåller skadliga ämnen eller ej, så att de kan omhändertas på ett miljövänligt sätt.

Ta alltid ut batterierna innan Ni kastar apparaten. Kasta inte förbrukade batterier i hushållssoporna utan lämna dem till återvinningsstation eller till batteriinsamling i fackhandeln.

Kontakta kommunen eller återförsäljaren för att få information om återvinning.

#### 4.3 Tekniska Data

Namn och modell	: <b>MEDISANA</b> Personvåg <b>PSB</b> med kroppsanalysfunktioner
Mått (L x B x H)	: ca 28,4 cm x 28,7 cm x 4 cm
Vikt	: ca 1,9 kg
Spänningsförsörjning	: 6 V= , 2 x 3 V batterier, litium-knappcell typ CR 2032
Indikeringsystem	: Digital indikering
Minne	: För 12 personer
Mätområde	: 5 kg till 180 kg eller 11 lbs till 396 lbs / 19 st
Andel kroppsfett	: i 0,1 % steg
Kroppsvatten	: i 0,1 % steg
Muskelmassa	: i 0,1 % steg
Delning	: 100 g eller 0,2 lb
Automatisk avstängning	: efter ca 36 Sek.
Artikelnummer	: 40410
EAN nummer	: 4015588 40410 8



**Som följd av ständigt pågående produktförbättringar förbehåller vi oss rätten till tekniska förändringar samt förändringar i utförande.**

## 5.1 Garanti och förutsättningar för reparationer

Kontakta inköpsstället vid garantifrågor, eller tag kontakt med kundtjänst direkt. Måste produkten skickas in så bifoga uppgifter om defekten samt en kopia av inköpskvittot.

Följande garantiförutsättningar gäller:

1. På **MEDISANA** produkter lämnas tre års garanti, från inköpsdatum. Inköpsdatum ska vid garantiförehavanden förevisas med inköpskvitto eller faktura.
2. Felaktigheter på grund av material- eller tillverkningsfel åtgärdas kostnadsfritt under garantiperioden.
3. Utförande av garantiåtagande leder inte till förlängning av garanti-perioden; detta gäller för själva produkten så väl som för utbytta komponenter.
4. Garantin gäller inte för:
  - a. Alla skador som uppkommer på grund av felaktig hantering, t.ex. vid icke beaktande av bruksanvisningen.
  - b. Skador som kan härledas till iordningsställande eller ingrepp utförda av köparen eller annan, ej auktoriserad, person.
  - c. Transportskador som uppkommit under transport från tillverkaren till användaren eller vid insändning till kundtjänst.
  - d. Tillbehör som utsätts för normalt slitage
5. Ansvar för direkta eller indirekta följdskador som förorsakas av produkten är uteslutet, även om skadan på produkten godkänns som garantiåtagande.

### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9  
40724 Hilden

Tel.: +49 (0) 2103 / 2007-60  
Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626  
eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)  
Internet: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)

Serviceadressen finns på sista sidan.

**Σας ευχαριστούμε πολύ**

Ευχαριστούμε πολύ για την εμπιστοσύνη σας και συγχαρητήρια! Με την ατομική ζυγαριά **PSB** με λειτουργίες ανάλυσης του σώματος αποκτήσατε ένα προϊόν ποιότητας **MEDISANA**.

Η συσκευή αυτή προορίζεται για το ζύγισμα και τον υπολογισμό περιεκτικότητας λιπαρών του σώματος, περιεκτικότητας νερού και αναλογίας μυών του σώματος σε ανθρώπους.

Για να επιτύχετε τα επιθυμητά αποτελέσματα και για να χαρείτε για πολλά χρόνια την ατομική σας ζυγαριά **PSB** με λειτουργίες ανάλυσης του σώματος της **MEDISANA**, σας προτείνουμε να διαβάσετε προσεκτικά τις ακόλουθες οδηγίες χρήσης και περιποίησης.

**1.1  
Σημαντικό**

**Πριν θέσετε σε λειτουργία τη συσκευή, διαβάστε προσεκτικά τις ακόλουθες οδηγίες για την ασφάλεια, και διαφυλάξτε τις οδηγίες χρήσης για τις μελλοντικές εφαρμογές.**

- Για κάθε θεραπεία ή δίαιτα σχετικά με υπερβολικό ή ανεπαρκές βάρος είναι απαραίτητη η παροχή συμβουλών από εξειδικευμένο προσωπικό (ιατρός, διαιτολόγος). Οι τιμές που παρέχει η ζυγαριά έχουν υποστηρικτική λειτουργία.
- Αυτή η συσκευή δεν είναι κατάλληλη για γυναίκες που βρίσκονται σε εγκυμοσύνη!
- Αυτή η ζυγαριά δεν είναι κατάλληλη για άτομα με βηματοδότες ή άλλα ιατρικά εμφυτεύματα. Σε περίπτωση σακχαρώδους διαβήτη ή άλλων ιατρικών/σωματικών περιορισμών ενδέχεται τα στοιχεία της περιεκτικότητας λιπαρών του σώματος να είναι ανακριβή. Το ίδιο ισχύει και για καλά γυμνασμένα άτομα.



- **Κίνδυνος ανατροπής!**

Μην τοποθετείτε ποτέ τη ζυγαριά σε ανώμαλη επιφάνεια.

Μην ανεβαίνετε ποτέ πάνω στη ζυγαριά μόνο από μία γωνιά της ζυγαριάς.



- **Κίνδυνος ολίσθησης!**

Μην ανεβαίνετε ποτέ πάνω στη ζυγαριά με υγρά πόδια.

Μην ανεβαίνετε ποτέ πάνω στη ζυγαριά με κάλτσες.

- Χρησιμοποιείτε τη συσκευή μόνο για το σκοπό προορισμού της και σύμφωνα με τις οδηγίες χρήσης.
- Σε περίπτωση χρήσης εκτός προορισμού διαγράφεται η εγγυητική αξίωση.
- Η ζυγαριά έχει σχεδιαστεί για την οικιακή χρήση. Δεν προβλέπεται για επαγγελματική χρήση σε νοσοκομεία ή άλλα ιατρικά ιδρύματα.
- Μη χρησιμοποιείτε τη συσκευή σε περίπτωση που η συσκευή δεν λειτουργεί άψογα, αν έπεσε κάτω ή μέσα σε νερό ή αν παρουσιάζει βλάβη.



- Η ζυγαριά διαθέτει όρια ζυγίσματος έως 180 kg, 396 lbs/19 st. Δεν επιτρέπεται να υπερφορτώνετε τη ζυγαριά.
- Μην τοποθετείτε τη ζυγαριά σε μαλακές και ανώμαλες επιφάνειες. Για να έχετε ακριβείς μετρήσεις, τοποθετήστε τη ζυγαριά μόνο σε σταθερή και επίπεδη επιφάνεια.
- Τοποθετήστε τη ζυγαριά σε σημείο όπου δεν εμφανίζονται ακραίες θερμοκρασίες και υπερβολική υγρασία αέρα.
- Διατηρείτε τη ζυγαριά μακριά από νερό.
- Χειρίζετε προσεκτικά τη ζυγαριά. Αποφεύγετε χτυπήματα και κραδασμούς της ζυγαριάς. Μην αφήνετε τη ζυγαριά να πέσει κάτω.
- Μην επιχειρήσετε να αποσυναρμολογήσετε τη συσκευή, διότι διαφορετικά δεν ισχύει η εγγύηση. Εκτός από τις μπαταρίες η συσκευή αυτή δεν διαθέτει άλλα εξαρτήματα, τα οποία μπορεί να συντηρεί ο χρήστης.
- Σε περίπτωση βλαβών, μην επισκευάζετε μόνοι σας τη συσκευή, διότι έτσι εκπίπτει κάθε εγγυητική αξίωση. Αναθέστε τις επισκευές μόνο σε αρμόδιες υπηρεσίες σέρβις.
- Σε περίπτωση που έχετε την πρόθεση να μην χρησιμοποιήσετε τη συσκευή για μεγάλο χρονικό διάστημα, απομακρύνετε τις μπαταρίες.

## 1.2 Περιεχόμενο παράδοσης και συσκευασία

Ελέγξτε αρχικά την πληρότητα της συσκευής.

Το περιεχόμενο παράδοσης περιλαμβάνει:

- 1 Ατομική ζυγαριά **PSB**  
με λειτουργίες ανάλυσης του σώματος **MEDISANA**
- 2 μπαταρίες λιθίου κερματοειδούς στοιχείου 3 V τύπου CR2032
- 1 οδηγίες χρήσης

Οι συσκευασίες είναι επαναχρησιμοποιήσιμες ή μπορούν να ανακυκλωθούν στον κύκλο πρώτων υλών. Σας παρακαλούμε να αποσύρετε το υλικό συσκευασίας που δεν χρησιμοποιείται πλέον σύμφωνα με τους κανονισμούς. Σε περίπτωση που κατά την αφαίρεση της συσκευής από τη συσκευασία διαπιστώσετε κάποια βλάβη οφειλόμενη στη μεταφορά, σας παρακαλούμε να απευθυνθείτε αμέσως στον έμπορό σας.

### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

**Προσέχετε ώστε τα πλαστικά συσκευασίας να μην περιέλθουν σε παιδικά χέρια. Υπάρχει κίνδυνος ασφυξίας!**

### 2.1 Χαρακτηριστικά επίδοσης

- Γυαλί ασφαλείας υψηλής ποιότητας
- Τεχνολογία αισθητήρων υψηλής ποιότητας
- Καταχώρηση ηλικίας από 10 – 99 έτη
- Καταχώρηση ύψους από 100 έως 220 cm
- Ορια ζυγίσματος 5 kg - 180 kg ή 11 lbs - 396 lb/19 st
- Υποδιαίρεση 100 g ή 0,2 lb
- Δυνατότητα μεταγωγής μεταξύ kg και lb/st
- Ανάλυση λιπαρών σώματος 5 – 65 % σε βήματα 0,1 %
- Μέτρηση περιεκτικότητας νερού 20 – 72 % σε βήματα 0,1 %
- Μέτρηση αναλογίας μυών 20 – 70 % σε βήματα 0,1 %
- Ενδειξη αναγκαίων θερμίδων ανά ημέρα σε Kcal
- 12 θέσεις μνήμης
- Άμεση μέτρηση βάρους του σώματος
- Εύκολος χειρισμός
- Ευκολονόητη οπτική ένδειξη
- Με 2 μπαταρίες 3 V τύπου CR2032

### 2.2 Γιατί είναι σημαντικό να γνωρίζουμε την περιεκτικότητα λιπαρών του σώματός μας?

Το ανθρώπινο σώμα αποτελείται μεταξύ άλλων από νερό, λιπαρά και μάζα μυών. Σε περίπτωση υψηλής ή χαμηλής περιεκτικότητας λιπαρών ενδέχεται να σημειωθεί αύξηση του κινδύνου υγείας. Με την παρακολούθηση της περιεκτικότητας λιπαρών του σώματος η ζυγαριά υποστηρίζει με τις λειτουργίες ανάλυσης του σώματος τα κίνητρα επίτευξης ή διατήρησης του ιδανικού βάρους του σώματος.

### 2.3 Πώς λειτουργεί η ατομική ζυγαριά με λειτουργίες ανάλυσης του σώματος?

Η ατομική ζυγαριά μετράει μέσω του συστήματος BIA (Bioelektrische Impedanz Analyse = Βιοηλεκτρική Ανάλυση Αντίστασης). Όταν στέκεστε με γυμνά πόδια στις μεταλλικές πλάκες, οδηγούνται πολύ ασθενή ηλεκτρικά ρεύματα στο σώμα σας. Η ζυγαριά μετράει τις αποκλίσεις, τις οποίες παρουσιάζουν τα σήματα αυτά. Οι μετρηθείσες τιμές συγκρίνονται και συμψηφίζονται με τα ατομικά δεδομένα όπως ηλικία, φύλο, ύψος και βάρος ως προς την περιεκτικότητα λιπαρών του σώματος.

### 2.4 Προϋποθέσεις για σωστά αποτελέσματα μέτρησης



#### ΥΠΟΔΕΙΞΕΙΣ

Υπερβολική πόση, υπερβολικό φαγητό, υπερβολική γυμναστική, ιατρική θεραπεία, ο κύκλος της εμμήνου ροής κ.λπ. επηρεάζουν τα αποτελέσματα μέτρησης.

Οι μετρήσεις λιπαρών σώματος, περιεκτικότητας νερού και μυών δεν είναι ακριβείς για γυναίκες κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης.

## 2.4 Προϋποθέσεις για σωστά αποτελέσματα μέτρησης

**Αξιόπιστα αποτελέσματα μέτρησης μπορούν να σημειωθούν μόνο υπό ορισμένες προϋποθέσεις:**

- Μετράτε πάντα με γυμνά πόδια.
- Τα πόδια πρέπει να εφάπτονται σταθερά στα ηλεκτρόδια στην επιφάνεια έδρασης.
- Να στέκεστε σε όρθια στάση.
- Προβείτε σε μέτρηση περίπου 15 λεπτά μετά από το σήκωμα από το κρεβάτι σας ή μετά το λουτρό σας ή μπάνιο σας, με ελαφρώς σκουπισμένα πόδια με πετσέτα.
- Η μέτρηση να γίνεται εάν είναι δυνατόν την ίδια ώρα της ημέρας.
- Μην μετράτε μετά από κουραστική σωματική εργασία, αλλά περιμένετε τουλάχιστον μία ώρα.
- Οι πατούσες δεν επιτρέπεται να είναι λερωμένες. Σε περίπτωση αποξηραμένων ή κερατινοποιημένων ποδιών ενδέχεται να σημειωθούν εσφαλμένα αποτελέσματα μετρήσεων.

Με τα αποτελέσματα μετρήσεων ο αξιόπιστος έλεγχος της περιεκτικότητας λιπαρών του σώματος, η περιεκτικότητα νερού και η αναλογία μάζας μυών είναι εφικτός μόνο εφόσον οι μετρήσεις γίνονται με συνέπεια. Οι μετρήσεις υπό τροποποιημένες συνθήκες ενδέχεται να δώσουν άλλες τιμές μέτρησης.

## 2.5 Όρια περιεκτικότητας λιπαρών του σώματος σε %



### ΥΠΟΔΕΙΞΙΣ

**Τα δεδομένα του πίνακα είναι μόνο για προσανατολισμό. Εάν έχετε ερωτήσεις σχετικά με την περιεκτικότητα λιπαρών του σώματός σας και την υγεία σας, συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.**

<i>Θήλυ</i>	Ηλικία	Ανεπαρκές- βάρος	Κανονικό βάρος	Υπερβολικό- βάρος	Λιπαρά
	15-39	14-20	21-25	26-31	32-38
	40-55	15-21	22-26	27-32	33-38
	56-70	16-22	23-27	28-33	34-38
<i>Άρρεν</i>	Ηλικία	Ανεπαρκές- βάρος	Κανονικό βάρος	Υπερβολικό- βάρος	Λιπαρά
	15-39	11-17	18-23	24-29	30-36
	40-55	12-18	19-24	25-30	31-37
	56-70	13-19	20-25	26-31	32-38

### Ανάλυση της τιμής περιεκτικότητας λιπαρών του σώματος:

Για την ανάλυση της τιμής περιεκτικότητας λιπαρών του σώματός σας, συγκρίνετε την τιμή σας με τον πίνακα περιεκτικότητας λιπαρών του σώματος.

### 2.6 Ορια περιεκτικότητας νερού του σώματος σε %

<i>Θήλυ</i>	Ηλικία	Χαμηλή	Κανονική	Υψηλή
	10-15	< 57	57-67	> 67
	16-30	< 47	47-57	> 57
	31-60	< 42	42-52	> 52
	61-80	< 37	37-47	> 47
<i>Αρρεν</i>	Ηλικία	Χαμηλή	Κανονική	Υψηλή
	10-15	< 58	58-72	> 72
	16-30	< 53	53-67	> 67
	31-60	< 47	47-61	> 61
	61-80	< 42	42-56	> 56

#### Ανάλυση της τιμής περιεκτικότητας νερού του σώματος:

Για την ανάλυση της τιμής περιεκτικότητας νερού του σώματός σας, συγκρίνετε την τιμή σας με τον πίνακα περιεκτικότητας νερού του σώματος.

### 2.7 Μέσος όρος αναλογίας μυών σώματος

Ο μέσος όρος αναλογίας μυών σώματος ανέρχεται σε ηλικία 15 έως 70 ετών σε γυναίκες το ανώτερο σε 34 % και σε άνδρες το ανώτερο σε 40 %. Για την ανάλυση της τιμής αναλογίας μυών του σώματός σας, συγκρίνετε την τιμή σας με την πρότυπη τιμή.

### 3.1 Τοποθέτηση / αντικατάσταση μπαταριών

Πριν θέσετε σε λειτουργία την ψηφιακή σας ζυγαριά, τοποθετήστε τις δύο συνημμένες μπαταρίες κερματοειδούς στοιχείου (τύπος CR2032) μέσα στη συσκευή. Προς το σκοπό αυτό ανοίξτε τη θήκη μπαταριών 5 στην κάτω πλευρά της συσκευής και τοποθετήστε τις μπαταρίες. Κατά την τοποθέτηση προσέξτε την πολικότητα (θετικός πόλος προς τα πάνω, όπως εμφανίζεται στο καπάκι της θήκης μπαταριών). Κλείστε πάλι τη θήκη μπαταριών. Αντικαταστήστε τις μπαταρίες όταν το σύμβολο αντικατάστασης μπαταριών “Lo” εμφανιστεί στην οπτική ένδειξη 1 ή όταν δεν εμφανίζεται πλέον τίποτα στην οπτική ένδειξη, εφόσον έχει ενεργοποιηθεί η συσκευή.

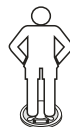


#### ΥΠΟΔΕΙΞΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΜΠΑΤΑΡΙΩΝ

- Μακριά από παιδιά!
- Δεν επαναφορτίζονται!
- Μην βραχυκυκλώνετε!
- Μην πετάτε στη φωτιά!
- Μην πετάτε μεταχειρισμένες μπαταρίες και συσσωρευτές στα οικιακά απορρίμματα, αλλά στα ειδικά απορρίμματα ή σε ένα σταθμό συλλογής μπαταριών του ειδικού εμπορίου.

**3.2**  
**Μόνο ζύγισμα /**  
**λειτουργία "Step-on"**

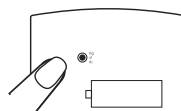
1. Τοποθετήστε τη ζυγαριά σε σταθερό και επίπεδο δάπεδο. Ανεβείτε στη ζυγαριά και παραμείνετε σε ηρεμία.
2. Η συσκευή ενεργοποιείται αυτόματα, και στην οπτική ένδειξη **1** εμφανίζεται για λίγο **"0.0 kg"**.
3. Το βάρος σας ζυγίζεται και εμφανίζεται στην οπτική ένδειξη (στο παράδειγμα: 68 kg).
4. Κατεβείτε από τη ζυγαριά. Η ένδειξη αλλάζει σε **"0.0 kg"**. Η ζυγαριά απενεργοποιείται αυτόματα μετά από 36 δευτερόλεπτα, εφόσον δεν προβείτε σε άλλο χειρισμό.



Εναλλακτικά μπορείτε να ενεργοποιήσετε τη ζυγαριά με το πλήκτρο ΕΝΤΟΣ **2**, ανεβαίνετε στη ζυγαριά και διαβάζετε το βάρος σας. Η ένδειξη βάρους αναβοσβήνει δύο φορές, πριν απενεργοποιηθεί αυτόματα η ζυγαριά.

**3.3**  
**Αλλαγή μονάδας**  
**βάρους**

1. Πιέστε το πλήκτρο ΕΝΤΟΣ **2**, για να ενεργοποιήσετε τη ζυγαριά. Στην ένδειξη εμφανίζεται **"0.0 kg"**.
2. Περιστρέψτε τη ζυγαριά και επιλέξτε πιέζοντας το μαύρο πλήκτρο την επιθυμητή μονάδα βάρους (**kg - st - lb**).



**3.4**  
**Προγραμματισμός**  
**ατομικών**  
**δεδομένων**

Η ζυγαριά μπορεί να αποθηκεύσει στη μνήμη της τα δεδομένα 12 ατόμων: φύλο, ηλικία, ύψος. Η ζυγαριά διαθέτει ρυθμισμένες τιμές. Οι τιμές αυτές είναι: **kg, άνδρας, 30 ετών, 170 cm**. Τοποθετήστε τη ζυγαριά σε σταθερή και επίπεδη επιφάνεια. Και τα τέσσερα πόδια της ζυγαριάς πρέπει να έχουν επαφή με το δάπεδο.

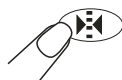
1. Πιέστε το πλήκτρο ΕΝΤΟΣ **2**, για να ενεργοποιήσετε τη ζυγαριά. Στην ένδειξη εμφανίζεται **"0.0 kg"**.
2. Διατηρήστε πατημένο το πλήκτρο ΕΝΤΟΣ **2** περ. 3 δευτ., και η ρύθμιση θέσης μνήμης αρχίζει να αναβοσβήνει.



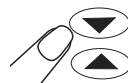
3. Πιέζοντας το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΠΑΝΩ ④ ή/και το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΚΑΤΩ ③ επιλέγετε την επιθυμητή θέση μνήμης για το ατομικό σας προφίλ χρήστη (1 - 12).



4. Πιέστε το πλήκτρο ΕΝΤΟΣ ②, για να αποθηκεύσετε τη ρύθμιση. Στην οπτική ένδειξη αρχίζει να αναβοσβήνει το σύμβολο "Άρρεν".



5. Ρυθμίστε το φύλο σας επιλέγοντας το ανάλογο σύμβολο στην οπτική ένδειξη με το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΠΑΝΩ ④ ή/και το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΚΑΤΩ ③.



6. Πιέστε το πλήκτρο ΕΝΤΟΣ ②, για να αποθηκεύσετε τη ρύθμιση. Η ρυθμισμένη ηλικία αρχίζει να αναβοσβήνει στην οπτική ένδειξη.



7. Ρυθμίστε τώρα την ηλικία σας με το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΠΑΝΩ ④ ή/και το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΚΑΤΩ ③.



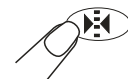
8. Πιέστε το πλήκτρο ΕΝΤΟΣ ②, για να αποθηκεύσετε τη ρύθμιση. Το ρυθμισμένο ύψος αρχίζει να αναβοσβήνει στην οπτική ένδειξη.



9. Ρυθμίστε τώρα το ύψος σας με το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΠΑΝΩ ④ ή/και το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΚΑΤΩ ③.



10. Πιέστε το πλήκτρο ΕΝΤΟΣ ②, για να αποθηκεύσετε τη ρύθμιση.



11. Η διαδικασία ρύθμισης ολοκληρώθηκε πλέον. Στην οπτική ένδειξη αναβοσβήνει για πέντε φορές ακόμα η ένδειξη της θέσης μνήμης και μετά απενεργοποιείται αυτόματα η συσκευή.

Πριν απενεργοποιηθεί αυτόματα η συσκευή, μπορείτε να πιέσετε το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΠΑΝΩ ④ ή/και το πλήκτρο ΠΡΟΣ ΤΑ ΚΑΤΩ ③, για να προγραμματίσετε περαιτέρω θέσεις μνήμης. Προβείτε στη διαδικασία που έχει περιγραφεί έως τώρα και επαναλάβετε τα βήματα 4 - 10.

Εάν κατά τη διάρκεια της διαδικασίας προγραμματισμού δεν πιέσετε πλέον κάποιο πλήκτρο για περ. 18 δευτερόλεπτα, η ζυγαριά απενεργοποιείται αυτόματα.

## 3.5

### Ζύγισμα και μέτρηση τιμής λιπαρών του σώματος, περιεκτικότητας νερού και αναλογίας μυών του σώματος



#### ΥΠΟΔΕΙΞΙΣ

Αξιόπιστα αποτελέσματα μέτρησης μπορούν να σημειωθούν μόνο υπό ορισμένες προϋποθέσεις, όπως περιγράφηκε στο ψηφίο "2.4 Προϋποθέσεις για σωστά αποτελέσματα μέτρησης", σελ. 102 – 103.

Τοποθετήστε τη ζυγαριά σε σταθερό και επίπεδο δάπεδο. Και τα τέσσερα πόδια της ζυγαριάς πρέπει να έχουν επαφή με το δάπεδο.

1. Πιέστε το πλήκτρο **ΕΝΤΟΣ** ②, για να ενεργοποιήσετε τη ζυγαριά. Στην ένδειξη εμφανίζεται "**0.0 kg**".




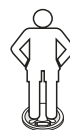
2. Πιέζοντας το πλήκτρο **ΠΡΟΣ ΤΑ ΠΑΝΩ** ④ ή/και το πλήκτρο **ΠΡΟΣ ΤΑ ΚΑΤΩ** ③ επιλέγετε την ατομική σας θέση μήμης (**1 - 12**).



3. Πιέστε το πλήκτρο **ΕΝΤΟΣ** ②, για να επιβεβαιώσετε την επιλογή. Εμφανίζονται τα αποθηκευμένα ατομικά σας δεδομένα. Κατόπιν εμφανίζεται στην οπτική ένδειξη πάλι "**0.0 kg**".



4. Ανεβείτε στη ζυγαριά και παραμείνετε σε ηρεμία. Εάν δεν ανεβείτε στη ζυγαριά εντός περ. 36 δευτερολέπτων, η ζυγαριά απενεργοποιείται αυτόματα για να προστατέψει τις μπαταρίες. Αρχικά εμφανίζεται για περ. 8 δευτερόλεπτα το βάρος. Ταυτόχρονα αναβοσβήνει το σύμβολο , το οποίο δηλώνει ότι γίνεται μέτρηση της τιμής λιπαρών του σώματος, της περιεκτικότητας νερού και της αναλογίας μυών του σώματος.







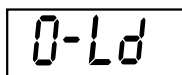
5. Στην οπτική ένδειξη ① εμφανίζονται αλληπάλληλα για περ. από 5 δευτερόλεπτα οι μετρηθείσες τιμές λιπαρών σώματος, περιεκτικότητας νερού και αναλογίας μυών, και ακολουθεί η υπολογισθείσα τιμή αναγκαίων θερμίδων ανά ημέρα.



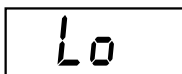
Η ακολουθία ένδειξης των τιμών μέτρησης επαναλαμβάνεται. Κατόπιν η ζυγαριά απενεργοποιείται αυτόματα. Κατεβείτε από τη ζυγαριά.

## Αξιολόγηση μετρηθείσας περιεκτικότητας λιπαρών σώματος

Επεξήγηση συμβόλων:	χαμηλή	
	κανονική	
	πολύ υψηλή	
	πάρα πολύ υψηλή	

3.6  
Μηνύματα  
σφάλματος

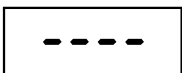
Η ζυγαριά είναι υπερφορτωμένη.



Οι μπαταρίες είναι πολύ αδύνατες και πρέπει να αντικατασταθούν.



Σφάλμα κατά τη μέτρηση.



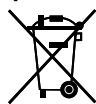
Δεδομένα δεν αποθηκεύτηκαν.

4.1  
Καθάρισμα και  
συντήρηση

- Απομακρύνετε τις μπαταρίες πριν καθαρίσετε τη συσκευή.
- Μην χρησιμοποιείτε ποτέ καυστικά απορρυπαντικά ή σκληρές βούρτσες.
- Καθαρίστε την ατομική ζυγαριά μόνο με μαλακό και ελαφρά βρεγμένο πανί. Μην χρησιμοποιείτε σε καμία περίπτωση ισχυρά απορρυπαντικά ή αλκοόλ.
- Δεν επιτρέπεται να δεισδύσει ποτέ νερό στη συσκευή. Χρησιμοποιήστε πάλι τη συσκευή μόνο εφόσον είναι τελείως στεγνή.
- Αφαιρέστε τις μπαταρίες από τη συσκευή σε περίπτωση που προβλέπετε να μην χρησιμοποιήσετε τη συσκευή για μεγάλο χρονικό διάστημα. Διαφορετικά υπάρχει κίνδυνος υπερχειλίσης των μπαταριών.
- Μην εκθέτετε τη συσκευή σε άμεση ηλιακή ακτινοβολία, και προστατέψτε την από ακαθαρσίες και υγρασία.



#### 4.2 Οδηγίες για τη διάθεση



Η συσκευή αυτή δεν επιτρέπεται να αποσύρεται μαζί με τα οικιακά απορρίμματα.

Κάθε καταναλωτής είναι υποχρεωμένος να παραδίνει όλες τις ηλεκτρικές ή ηλεκτρονικές συσκευές, ανεξάρτητα αν εμπεριέχουν βλαβερές ύλες, σε υπηρεσία συλλογής του δήμου του ή στο ειδικό εμπόριο, ώστε να είναι εφικτή η οικολογική απόσυρση των συσκευών αυτών.

Μην πετάτε μεταχειρισμένες μπαταρίες στα οικιακά απορρίμματα, αλλά στα ειδικά απορρίμματα ή σε ένα σταθμό συλλογής μπαταριών του ειδικού εμπορίου. Αναφορικά με την αποκομιδή, απευθυνθείτε στις τοπικές αρχές ή στον αρμόδιο έμπορο.

#### 4.3 Τεχνικά στοιχεία

Όνομα και μοντέλο	: <b>MEDISANA</b> Ατομική ζυγαριά <b>PSB</b> με λειτουργίες ανάλυσης του σώματος
Διαστάσεις (Μ x Π x Υ)	: περ. 28,4 cm x 28,7 cm x 4 cm
Βάρος	: περ. 1,9 kg
Τροφοδοσία	: 6 V= , 2 x 3 V μπαταρίες λιθίου κερματοειδούς στοιχείου τύπου CR2032
Σύστημα ένδειξης	: ψηφιακή ένδειξη
Μνήμη	: για 12 άτομα
Ορια μέτρησης	: 5 kg - 180 kg ή 11 lbs - 396 lbs /19 st
Περιεκτικότητα λιπαρών σώματος	: σε βήματα 0,1%
Νερό σώματος	: σε βήματα 0,1%
Μάζα μυών	: σε βήματα 0,1%
Υποδιαίρεση	: 100 g ή 0,2 lb
Αυτόματη απενεργοποίηση	: μετά περ. 36 δευτ.
Κωδικός προϊόντος	: 40410
Αριθμ. EAN	: 4015588 40410 8



Στα πλαίσια συνεχών βελτιώσεων των προϊόντων διατηρούμε το δικαίωμα τεχνικών ή σχηματικών τροποποιήσεων.

### 5.1 Εγγύηση και όροι επισκευών

Σε περίπτωση εγγυητικής αξίωσης σας παρακαλούμε να απευθυνθείτε στο ειδικό κατάστημα που αγοράσατε τη συσκευή ή κατευθείαν στο Κέντρο Σέρβις. Σε περίπτωση όμως που είναι απαραίτητη η αποστολή της συσκευής, σας παρακαλούμε να την στείλετε με αναφορά του ελαττώματος, επισυνάπτοντας και ένα αντίγραφο της απόδειξης αγοράς.

Για την εγγυητική αξίωση ισχύουν οι ακόλουθοι όροι εγγύησης:

1. Για τα προϊόντα **MEDISANA** παρέχεται εγγύηση τριών ετών από την ημερομηνία αγοράς. Σε περίπτωση εγγυητικής αξίωσης η ημερομηνία αγοράς θα πρέπει να αποδεικνύεται μέσω απόδειξης ή τιμολογίου αγοράς.
2. Ελαττώματα οφειλόμενα σε σφάλματα υλικού ή κατασκευής επιδιορθώνονται δωρεάν εντός του χρόνου εγγύησης.
3. Σε περίπτωση παροχής εγγύησης δεν παρατείνεται ο χρόνοςεγγύησης, ούτε για τη συσκευή ούτε για εξαρτήματα που αντικαταστάθηκαν.
4. Από την εγγύηση αποκλείονται:
  - α. όλες οι βλάβες, οι οποίες οφείλονται σε ακατάλληλο χειρισμό, π.χ. από παράλειψη τήρησης των οδηγιών χρήσης.
  - β. βλάβες, οι οποίες οφείλονται σε επισκευές ή επεμβάσεις του αγοραστή ή αναρμόδιων τρίτων.
  - γ. βλάβες μεταφοράς, οι οποίες προέκυψαν κατά τη μεταφορά από τον κατασκευαστή προς τον καταναλωτή ή κατά την αποστολή στο Κέντρο Σέρβις.
  - δ. ανταλλακτικά, τα οποία υπόκεινται σε φυσιολογική φθορά.
5. Η ευθύνη για άμεσες ή έμμεσες επακόλουθες ζημιές, οι οποίες προκαλούνται από τη συσκευή, αποκλείεται ακόμα και σε περίπτωση που η ζημιά στη συσκευή αναγνωριστεί ως εγγυητική αξίωση.

#### **MEDISANA AG**

Itterpark 7-9

40724 Hilden

Τηλ.: +49 (0) 2103 / 2007-60

Φαξ: +49 (0) 2103 / 2007-626

eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)

Διαδίκτυο: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)

Τη διεύθυνση Σέρβις θα την βρείτε στην τελευταία σελίδα.





**D**

MEDISANA AG  
Itterpark 7-9  
D-40724 Hilden  
Tel.: 0 21 03 - 20 07-60  
Fax: 0 21 03 - 20 07-626  
eMail: info@medisana.de  
Internet: www.medisana.de

Im Servicefall

wenden Sie sich bitte an:  
MEDISANA Servicecenter  
Feuerbach KG  
Corneliusstraße 75  
D-40215 Düsseldorf  
Tel.: 0211 - 38 10 07  
(Mo-Do: 9-13 Uhr/14-17 Uhr,  
Fr: 9-13 Uhr)  
Fax: 0211 - 37 04 97  
eMail: medisana@t-online.de

**GB**

MEDISANA HEALTHCARE UK LTD.  
City Business Centre 41 St.  
Olav's Court Surrey Quays  
London SE16 2XB  
Tel.: + 44 / 207 - 237 88 99  
Fax: + 44 / 207 - 252 22 99  
eMail: info@medisana.co.uk  
Internet: www.medisana.co.uk

**F / NL / B / L**

MEDISANA Benelux NV  
Euregiopark 18  
6467 JE Kerkrade  
Tel.: + 31 / 45 - 5 28 03 89  
Fax: + 31 / 45 - 5 23 35 18  
eMail: info@medisana.nl

**I**

SANICO S.R.L.  
Via G. Ferraris 31  
20090 Cusago (MI)  
Tel.: + 39 / 02 - 90 39 00 38  
Fax: + 39 / 02 - 90 39 02 79  
eMail: info@sanicare.it  
Internet: www.sanicare.it

**E**

MEDISANA HEALTHCARE, S.L.  
Plaza Josep Freixa i Argemí, no 8  
08224 Terrassa (Barcelona)  
Tel.: + 34 / 93 - 73 36 70 7  
Fax: + 34 / 93 - 78 88 65 5  
eMail: info@medisana.es  
Internet: www.medisana.es

**P**

GRUPO RP  
Avda. D.Miguel, 330 -Zona Industrial  
4435-678 Baguim do Monte  
Tel.: +35 / 12 - 29 75 69 64  
Fax: +35 / 12 - 29 75 60 15  
eMail: rickiparodi@mail.telepac.pt  
Internet: www.medisana.pt

**FIN**

D&L Marketing Oy  
Juvan teollisuuskatu 23  
02920 Espoo  
Tel.: + 358 / 9 - 85 53 08 0  
Fax: + 358 / 9 - 85 53 08 30  
eMail: jan.lindfors@dlmarketing.fi  
Internet: www.dlmarketing.fi

**S**

ALERE Electronics AB  
Stormbyvägen 2-4  
163 29 SPÅNGA  
Phone: +46 8 761 24 31  
Fax: +46 8 795 42 05  
Internet: www.alere.se

**GR**

MEDISANA Hellas  
Kosma Etolou & Kazantzaki 10  
141 21 N. Iraklion  
Tel.: + 30 / 210 - 2 75 09 32  
Fax: + 30 / 210 - 2 75 00 19  
eMail: info@medisana.gr  
Internet: www.medisana.gr

**MEDISANA AG**

Itterpark 7-9

40724 Hilden

Tel.: +49 (0) 2103 / 2007-60

Fax: +49 (0) 2103 / 2007-626

eMail: [info@medisana.de](mailto:info@medisana.de)

Internet: [www.medisana.de](http://www.medisana.de)