

かんたん操作

# 血圧計のつかいかた

## UA-1020B

(保証書付き)

### 取扱説明書

上腕の太さ：17～32 cm

《上腕用》

- この度はお買い上げいただき誠にありがとうございました。
- ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みのうえ、正しくご使用ください。
- この取扱説明書は大切に保管してください。
- 裏表紙が保証書になっていますので紛失しないように保管してください。



# 目次

## ご使用になるまえに

血圧計の特長…………… 2

● 引取りサービス…………… 4

## 安全上のご注意

<必ずお守りください>…………… 5

● 一般的な注意事項…………… 6

● ACアダプタの  
取り扱いについて…………… 8

● 乾電池の取り扱いについて…………… 9

血圧測定のまえに…………… 10

確認しましょう…………… 14

そろっていますか?…………… 14

各部のなまえと表示…………… 16

血圧計本体…………… 16

カフ…………… 17

液晶表示部…………… 18

電源を準備しましょう…………… 19

乾電池を入れる…………… 19

乾電池を交換する…………… 21

ACアダプタを使用する…………… 22

設定をしましょう…………… 23

日付/時刻と加圧値を

あわせる…………… 23

## 使いかた

カフを巻きましょう…………… 29

カフを巻く…………… 29

測定をしましょう…………… 32

血圧を測定する…………… 32

手動加圧で測定する…………… 37

便利な機能…………… 38

メモリ機能について…………… 38

バー表示機能について…………… 43

お手入れについて…………… 45

お手入れと保管…………… 45

## 血圧まめ知識

血圧について…………… 46

血圧とは…………… 46

高血圧の症状とは…………… 47

仮面高血圧とは…………… 50

血圧を上げないためには…………… 51

脈とは…………… 52

IHBマークとは…………… 53

## 困ったときは

血圧 Q&A…………… 54

どうしてかな?と思ったら…………… 54

修理を依頼するまえに…………… 55

エラー表示がでたときは…………… 55

故障かな?と思ったら…………… 56

## 仕様・保証について

仕様について…………… 58

仕様…………… 58

保証規定

保証書

# 使いかた - かんたん操作 -

1

電源を準備する  
(☞ 19 ~ 22 ページ)



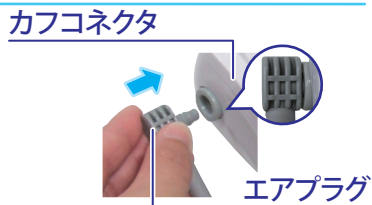
2

カフを正しく巻く  
(☞ 29 ~ 31 ページ)



3

エアプラグを血圧計本体の  
カフコネクタに差し込む  
(☞ 32 ページ)



4

測定をする  
開始/終了スイッチを  
1回押してください。  
(☞ 32 ~ 37 ページ)



5

測定結果を確認する  
(☞ 46 ~ 53 ページ)



# 血圧計の特長

## 痛くないカフ

カフ内布にシワがよらないので、皮膚をはさむことなく痛くなりません。



電源: 乾電池・ACアダプタ両用型  
専用ACアダプタ付  
ご家庭のコンセントから電源が取れて経済的です。



## 大型画面

見やすい大きな文字、血圧レベルや測定中のエラーが表示され便利です。



## 90回分データメモリ

最新90回分の測定データを自動的に記憶します。

## “♡” 不規則脈波検出

脈間隔をチェックすることで不規則な脈を検出測定値の確度を高めます。



## カフゆる巻きチェック

カフがゆるく巻かれているとお知らせ正確測定に役立ちます。



## 体動検出

測定中に身体が動いたことをお知らせ正確測定に役立ちます。





**調剤薬局で買うから安心!**  
頼りになる薬剤師さんが親切・相談接客



**3年保証付きで安心!**  
薬剤薬局限定販売血圧計は3年保証付き



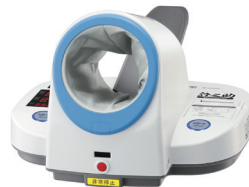
**引き取りサービスで安心!**  
万が一故障の場合、自宅まで血圧計を引き取り

## エー・アンド・デイは・・・

医療、測定機器の総合メーカーです。全国の主要医療機関で使用されている医科向け血圧計で培われた技術開発をもとに多くの家庭向け血圧計を製造、販売しています。家庭向けの血圧計を世界各国に輸出、販売をするトップクラスのメーカーです。  
(設立1977年・東証株式第一部上場)



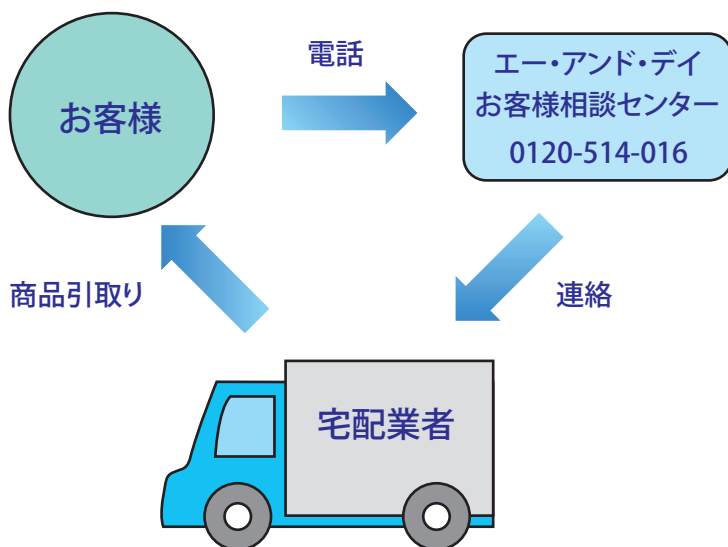
生体情報モニタ



全自動血圧計

### ◎ 引取りサービス

万が一故障が発生した場合は、ご自宅まで商品を引き取りにうかがいます。エー・アンド・デイ お客様相談センター（通話料無料 0120-5614-016）までご連絡ください。



# 安全上のご注意 <必ずお守りください>

ここに示した注意事項は、あなたや他の人への危害や損害を未然に防ぐためのものです。次の内容（表示・図記号）をよく理解してから本文をお読みにになり、記載事項をお守りください。

## 表示の説明




誤った取り扱いをすると、人が傷害（\*1）を負うことが想定されるか、または物的損害（\*2）の発生が想定される内容を示します。

- \*1： 傷害とは、治療に入院や長期の通院を要さないケガ、やけど、感電などをさします。
- \*2： 物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットなどに関わる拡大損害をさします。

## 図記号の説明




**禁止**

 は、**禁止**（してはいけないこと）を示します。  
具体的な禁止内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。




**強制**

 は、指示する行為の**強制**（必ずすること）を示します。  
具体的な強制内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。



**注意**

 は、**注意**を示します。  
具体的な注意内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

## ● 一般的な注意事項



**注意**



**禁止**

**測定結果をもとに、自己判断で治療しない**

薬剤の服用および治療については医師の指示に従ってください。

\* 守らないと、病気が悪化することがあります。

**お子様だけで使わせたり、幼児の手の届くところで使わない**

\* 守らないと、ケガ・事故の原因になります。

**点滴・輸血中の人は使用しない**

\* 守らないと、体調不良を起こすことがあります

**長時間、繰り返して測定をしない**

\* 守らないと、ケガ・誤測定の原因になります。

**血圧測定以外の目的で使用しない**

\* 守らないと、事故・故障の原因になります。

**可燃性・支燃性ガスを使用する環境では使用しない**

\* 守らないと、火災・故障の原因になります。

**カフを腕に巻かない状態で加圧しない**

\* 守らないと、故障・誤動作の原因になります。

**衝撃を加えたり、落下させない**

\* 守らないと、故障の原因になります。

**強い静電気や電磁波に近づけない**

\* 守らないと、故障・誤動作の原因になります。



## ● 一般的な注意事項（つづき）

### ⚠ 注意



**測定中に携帯電話を使用しない**

\* 守らないと、誤動作の原因になります。

禁止

**専用のカフ以外は使用しない**

\* 守らないと、誤測定・誤動作の原因になります。



**分解・修理・改造はしない**

\* 守らないと、火災・感電・故障の原因になります。

分解禁止



**腕部に重度の血行障害のある人は、必ず医師とよく相談の上、影響のないことを確認してから使用する**

\* 守らないと、体調不良を起こすことがあります。

強制

**この取扱説明書をよく読み、理解してから使用する**

\* 守らないと、事故・故障の原因になります。

**加圧値が 295mmHg をこえそうなときは、開始／終了スイッチを押し、ただちに測定を中止する**

\* 守らないと、圧迫により腕に一過性的内出血を起こすことがあります。

**手動加圧をするときは、この取扱説明書（☞ 37 ページ）を参照し、正しく使用する**

\* 守らないと、圧迫により腕に一過性的内出血を起こすことがあります。

## ● ACアダプタの取り扱いについて

### ⚠ 注意



**タコ足配線で使用しない**

\* 守らないと、火災・感電・誤動作の原因になります。

禁止



**コンセントから AC アダプタを抜くときは、AC アダプタ本体を持って抜く**

強制

**血圧計からアダプタプラグを抜くときは、アダプタプラグを持って抜いてください。**

\* 守らないと、火災・感電・故障の原因になります。

**長時間使用しないときは、必ずコンセントから AC アダプタを抜く**

\* 守らないと、火災・感電の原因になります。



発火注意

**専用の AC アダプタ (TB-233) 以外は使用しない**

\* 守らないと、火災・感電・故障の原因になります。

**AC100V 以外の電源では使用しない**

\* 守らないと、火災・誤動作の原因になります。

**AC アダプタのコードを束にしない**

\* 守らないと、火災・感電の原因になります。

**AC アダプタのコードの上に物を置かない**

\* 守らないと、火災・感電の原因になります。



感電注意

**ぬれた手で、AC アダプタをコンセントから抜き差ししない**

\* 守らないと、感電・ケガの原因になります。

## ● 乾電池の取り扱いについて



### ⚠ 注意



禁止

単3形アルカリ（またはマンガン）乾電池以外は使用しない  
\* 守らないと、故障の原因になります。

新しい乾電池と古い乾電池、種類の違う乾電池を混ぜて使用しない  
\* 守らないと、故障の原因になります。

乾電池の   を間違えて使用しない  
\* 守らないと、故障の原因になります。



強制

万一、乾電池の液が目に入ったときは、すぐに多量のきれいな水で洗い流す

必ず医師の治療を受けてください。  
\* 守らないと、失明など障害の原因になります。

万一、乾電池の液が皮膚や衣服についたときは、すぐに多量のきれいな水で洗い流す

\* 守らないと、ケガなどの原因になります。

乾電池は、使い切ったら4本同時に新しいものと交換する

\* 守らないと、故障の原因になります。

長期間（1ヶ月以上）使用しないときは、乾電池を取り出しておく

\* 守らないと、故障の原因になります。

使用済みの乾電池は、お住まいの市区町村の指導に従い処分する

\* 守らないと、火災・事故の原因になります。

## ● 点検・修理について

### ⚠ 注意



強制

異常を感じたときは、すぐに使用を中止し、点検・修理を依頼する  
\* 守らないと、事故・故障の原因になります。

# 血圧測定の前

## ● 家庭での血圧測定の重要性

高血圧は症状が出ないため放置する人が多く、糖尿病や肥満、高脂血症などと合併して心臓病や脳卒中になり、どうきや息切れなどの症状がでるようになってから身体の異常に気づくため、病状がかなり進行してしまっている場合があります。

また、1年に1回の健康診断では、緊張から血圧値が高めに出ることが多く、1回の測定だけで高血圧かどうかの判断はできません。

病気の早期発見や合併症の発症を抑えるためにも、普段から家庭で血圧を測定し、記録しておくことが大切です。

早朝の血圧や日内変動などを含め、通常の高血圧値を知り、生活習慣の改善や治療に役立てましょう。

高血圧治療ガイドライン 2014 では、家庭血圧をより重視、診療室血圧と家庭血圧による診断が異なる場合は、家庭血圧による診断を優先するとなりました。高血圧治療の際、家庭血圧の測定を指導し、白衣高血圧、仮面高血圧の診断や、薬効、薬効持続時間の判断に用いられます。

## ● 血圧は常に変動しています

血圧は心臓の動きに合わせて一拍ごとに変動する大変デリケートなものです。1日のうちご自分では気付かないうちに、いろいろな状況に応じて30～50mmHgの変動をすることがあります。

また、寒い時期は、体温の発散を防ぐために血管が収縮するため血圧が上昇しやすく、夏期は逆に血圧が低くなる傾向があります。

こうした外的要因のほかに、ストレスや感情の起伏といった精神的なものが原因で大きく変化することがあります。つまり、測るときの状況で測定値に大きな差が出てしまうわけです。

そこで、測定による誤りをできる限り防ぎ、正しい測定値を求めるためには、本人による継続的な測定が、たいへん重要になるわけです。



<血圧を変動させる主な要因>

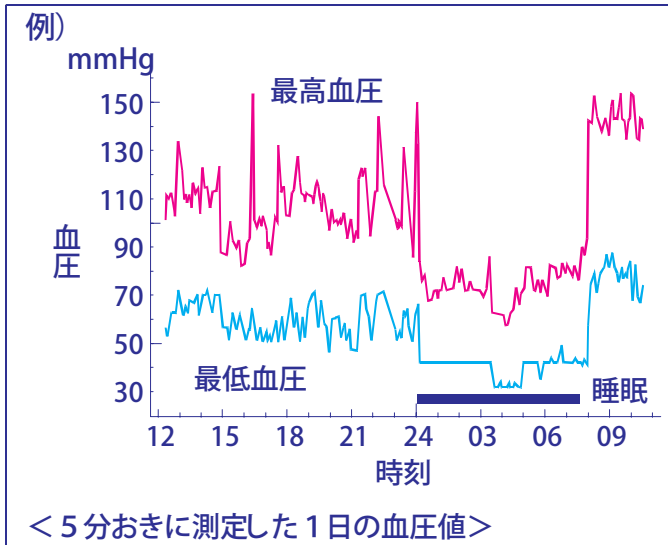
- |          |             |
|----------|-------------|
| 1. 運動    | 5. 飲酒、喫煙    |
| 2. 興奮や緊張 | 6. 睡眠不足     |
| 3. 食事    | 7. 温度や環境の変化 |
| 4. 入浴    | 8. 肥満       |

測定のコツは、毎日同じ時間に、5分程度安静にしてから正しい姿勢で測定することです。

また、日常の血圧変動を知るには、定期的に起床時、食事前や就寝前など1日のうち何回か測定しましょう。

これらの血圧情報は医師の診断時に大変役に立ちます。

血圧値の判断は医師にご相談ください。



● 病院で 140/90mmHg 以上、家庭で 135/85mmHg 以上\* の方は  
高血圧とされています。

\* 日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン 2014 年度版

## ● 病院と家庭で測定した値が違います

医師や看護師に血圧を測ってもらおうと、一時的に緊張して家庭で測るよりも 20 ～ 30mmHg 高くなる場合があります。  
自宅での自分の平常値を知ることが大切です。

## ● 血圧は正しい姿勢で測定してください

正しい血圧を測定するために次のことを心掛けてください。

- 背筋を伸ばして、姿勢よく座ってください。
- カフの中心が心臓の高さになるようにしてください。
- リラックスして、安静にしてください。
- 身体を動かしたり、おしゃべりをしないでください。



## ◎ 朝と夜、血圧を毎日測りましょう

家庭血圧は、朝と夜、測定条件を一定に継続して測りましょう。

血圧は、1日の中でも常に変動していますが、朝と夜の血圧を継続して測ることで、ご自分の血圧の傾向や平均値がつかめ、病院の測定だけでは見つけにくい早朝高血圧(\*1)や白衣高血圧(\*2)、仮面高血圧(\*3)などの診断時の有力なデータとなります。

早朝高血圧の予防や早期発見には、朝と夜の血圧チェックが大切です。

\*1：早朝、起床時に血圧が高い状態を言い、脳卒中や心筋梗塞などの脳心血管病を発症する危険性が高く、午前6時から午前10時の時間帯で多発しています。高血圧の方にとって、朝がもっとも注意が必要です。

\*2：診療時は緊張や不安から血圧が高くなり、家庭では安定した血圧になる状態を言います。

\*3：診療時は正常な血圧ですが、家庭や職場では血圧が高くなる状態を言います。

### <家庭血圧のポイント>

- 朝・夜測定
- 長期間、継続する
- 測定値はすべて記録する
  - 1 機会 2 回測定、平均値を記録

\*測定の際は、測定条件やタイミングを一定にする

血圧を測る前に

2~3回深呼吸し、安静にしてリラックスした状態で測りましょう。





# 朝

※朝食・薬を飲む前

起床後1時間以内、排尿を済ませ  
座位で1~2分安静に



# 夜

就床前、排尿を済ませ  
座位で1~2分安静に

食事、飲酒、喫煙、入浴等の直後は血圧は変動しています



# 確認しましょう

## そろっていますか？

最初に、次のものがそろっているか確認してください。  
万一、不足のものがありましたら、お買い上げの販売店までご連絡ください。

1

### 血圧計本体



2

### カフ（上腕の太さ：17～32cm）



 お知らせ

● カフは消耗品です。



3

お試し用  
単3形アルカリ乾電池  
(4本)



4

ACアダプタ (TB-233)



5

収納ケース



6

取扱説明書 (保証書付き)・添付文書、  
血圧管理手帳

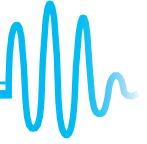




# 各部のなまえと表示

## 血圧計本体





## カフ



エアホース

エアプラグ



お知らせ

- 空気漏れの原因となるため、エアホース、エアプラグの抜き差しはしないでください。

## 液晶表示部

### 圧力表示バー 血圧レベル表示

加圧の状態と  
血圧レベルの  
WHO分類を表示します。  
(☞ 43～44ページ)

### 西暦年表示部

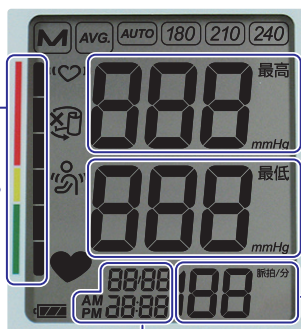
### 月日表示部

### 時刻表示部

(☞ 23～28ページ)

### メモリ数表示部

(☞ 38～42ページ)



最高血圧表示部

最低血圧表示部

脈拍数表示部

### アベレージマーク

メモリ表示のとき、  
血圧平均値を表示中に  
点灯します。  
(☞ 38～42ページ)

### メモリマーク

メモリ表示のとき  
点灯します。  
(☞ 38～42ページ)

### カフゆる巻きマーク

加圧中、カフゆる巻き  
を検出すると点滅/  
点灯します。  
(☞ 33ページ)

### 脈拍マーク

測定中、脈を検出する  
と点滅します。  
(☞ 34ページ)

### IHB(不規則脈波)マーク

次のときに点灯します。  
・測定中の脈間隔に、平均の脈間隔から  
±25%以上差のある脈があったとき  
・血圧測定中に、腕や血圧計を動かした  
とき  
(☞ 52～53ページ)

### 加圧値設定マーク

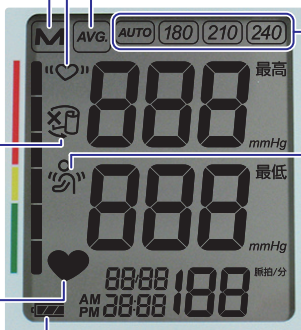
加圧値を設定できます。  
(☞ 23～28ページ)

### 体動検出マーク

測定中、体動を検出する  
と点滅/点灯します。  
(☞ 34ページ)

### 電池残量マーク

電池の残量を表示します。  
(☞ 21ページ)







# 電源を準備しましょう

## 乾電池を入れる

### お知らせ

- 単3形アルカリ乾電池で約 1000 回、単3形マンガン乾電池で約 200 回測定できます。  
(室温 23°C、180mmHg 加圧の場合)
- 乾電池の寿命は、周囲の温度により変わります。冬場など、気温の低いときには短くなります。
- 本製品に付属の乾電池はお試用のため、上記の寿命より短い場合があります。
- 単3形アルカリ（またはマンガン）乾電池は、お近くの販売店でお買い求めください。

1

血圧計本体を裏返す

本体裏側



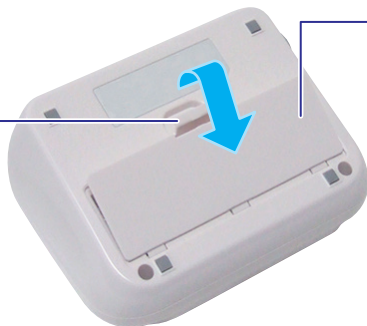
2

電池ブタを開ける

電池ブタのツメを矢印の方向に引き上げ、開けてください。

電池ブタ

ツメ

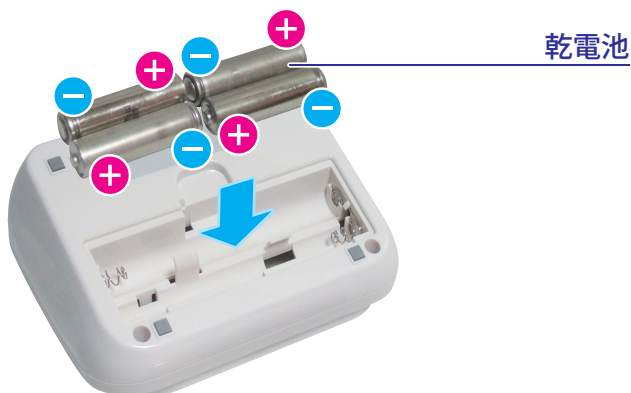


## 乾電池を入れる (つづき)

3

### 乾電池 (4本) を入れる

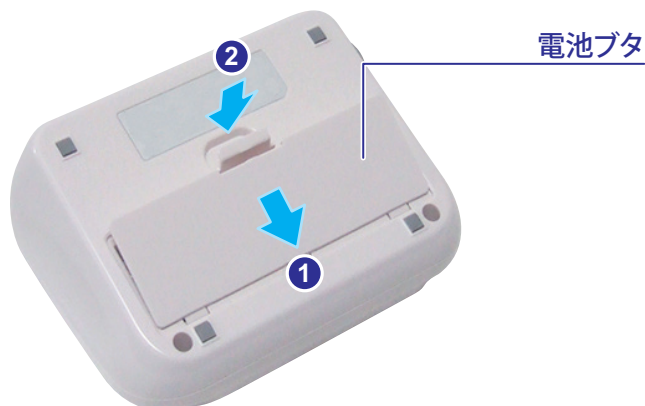
プラス (+)・マイナス (-) を間違えないように入れてください。



4

### 電池ブタを閉める

電池ブタを矢印①の方向にすべらせて、矢印②の方向に押さえ、「カチッ」と音がするまで閉めてください。


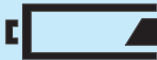





## 乾電池を交換する

乾電池の交換は、液晶表示部の電池残量マークを目安にしてください。



電池残量マーク	乾電池の状態
	十分残っています。
	表示が点滅する場合は、新しい乾電池と交換してください。 (☞ 19～20 ページ)
表示なし	完全に消耗しています。新しい乾電池と交換してください。 (☞ 19～20 ページ)

### お知らせ

- 乾電池は4本同時に、4本とも同じメーカーの同じ種類のものと同交換してください。
- 加圧中にが点滅または表示が消えてしまう場合は、乾電池を交換してください。

## ACアダプタを使用する

専用の AC アダプタを使用すると、コンセントから電源を取ることができます。

1

AC アダプタを  
コンセントに差し込む



2

プラグを AC アダプタジャックに差し込む

AC アダプタのプラグを、本体背面の AC アダプタジャックに差し込んでください。



### お知らせ

- 専用 AC アダプタ AX-TB233 標準価格 ¥1,500(税抜き)  
仕様：消費電力 8W コード長さ 150cm。



# 設定をしましょう

## 日付／時刻と加圧値をあわせる

この血圧計は、「メモリ機能」をもっています。  
測定日時をメモリしたい場合は、日付と時刻をあわせてください。

### お知らせ

- 初めてお使いになるときや、乾電池の交換時、または AC アダプタ使用時に、電源が接続されていない状態が約 30 秒間つづく、設定した日時、加圧値が消去（リセット）されます。  
設定した日時、加圧値が消去（リセット）された場合は、もう一度設定してください。
- 各設定中は後戻りできません。  
設定を間違えたときは、最初からやりなおしてください。
- 設定を途中で終了したいときは、開始／終了スイッチを押してください。
- スイッチを操作しない状態が約 3 分間つづく、自動的に日時設定が終了します。
- 血圧の測定中は、日時設定を変更できません。
- 日時設定をしなくても測定は可能です。この場合、日時はバー表示 "—" となります。メモリの日時もバー表示 "—" となります。

1

### セットスイッチを押す

"西暦年" の表示が点滅して、日時設定が可能になります。



セットスイッチを押す



"西暦年" が点滅



## 日付／時刻と加圧値をあわせる (つづき)

2

▲ (▼) スイッチを押して、"西暦年"をあわせる  
1回押すと1年ずつ進み(戻り)、押しつづけると早送りされます。



▲(▼)スイッチを押す

"西暦年"が進む(戻る)

3

"西暦年"をあわせたら、セットスイッチを押す  
"月/日"の"月"表示が点滅します。

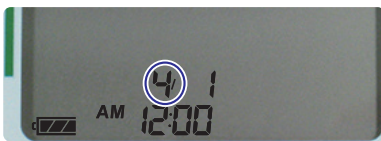


セットスイッチを押す

"月"が点滅

4

▲ (▼) スイッチを押して、"月"をあわせる  
1回押すと1ヶ月ずつ進み(戻り)、押しつづけると早送りされます。

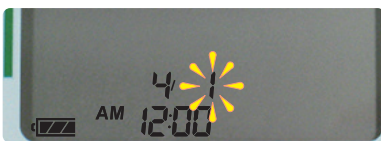


▲(▼)スイッチを押す

"月"が進む(戻る)

5

"月"をあわせたら、セットスイッチを押す  
"月/日"の"日"表示が点滅します。



セットスイッチを押す

"日"が点滅



6

▲ (▼) スイッチを押して、“日”をあわせる  
1回押すと1日ずつ進み (戻り)、押しつづけると早送りされます。



▲(▼)スイッチを押す

"日"が進む(戻る)

7

"日"をあわせたら、セットスイッチを押す  
"時:分"の"時"表示が点滅します。



セットスイッチを押す

"時"が点滅

8

▲ (▼) スイッチを押して、“時”をあわせる  
1回押すと1時間進み (戻り)、押しつづけると早送りされます。

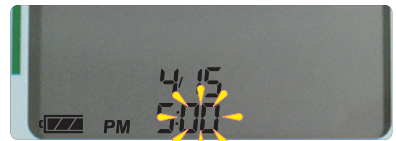


▲(▼)スイッチを押す

"時"が進む(戻る)

9

"時"をあわせたら、セットスイッチを押す  
"時:分"の"分"表示が点滅します。



セットスイッチを押す

"分"が点滅



## 日付／時刻と加圧値をあわせる (つづき)

10

▲ (▼) スイッチを押して、“分”をあわせる  
1回押すと1分ずつ進み (戻り)、押しつづけると早送りされます。



▲(▼)スイッチを押す



"分"が進む(戻る)

11

"分"をあわせたら、セットスイッチを押す  
"時間表記"表示が点滅します。



セットスイッチを押す



"時間表記"が点滅

12

▲ (▼) スイッチを押して、“時間表記”を選択する  
押すごとに、12H (12時間表記) と 24H (24時間表記) が  
交互に切り替わります。



▲(▼)スイッチを押す



"時間表記"が切り替わる





13

”時間表記”を選択したら、セットスイッチを押す  
”加圧値”表示が点滅します。



セットスイッチを押す

14

▲ (▼) スイッチを押して、”加圧値”を選択する

加圧値	設定
AUTO	自動的に、適正な値まで加圧します。
180	180mmHg まで加圧します。
210	210mmHg まで加圧します。
240	240mmHg まで加圧します。

お知らせ

● "AUTO" 設定で再加圧を繰り返す場合は、予想される最高血圧より 30mmHg 以上高い "加圧値" を選択してください。

● 測定中に加圧の不足を検出すると、最高 2 回まで自動的に再加圧が行われます。

## 日付／時刻と加圧値をあわせる (つづき)

15

”加圧値”を選択したら、セットスイッチを押す  
日付／時刻と加圧値の設定を完了します。



セットスイッチを押す



設定を終了 (表示が消える)



# カフを巻きましょう

## カフを巻く

### お知らせ

- 素肌に直接巻いてください。厚手の着衣は脱いでから巻いてください。
- 左腕に巻くことができないときは、右腕に巻いてください。
- 血圧測定は、動脈の流れを一時的に止めるまで圧迫する必要があります。人によっては、圧迫による一過性の赤い跡が見られることがありますが、時間とともに消えます。また、圧迫により、一時的に腕に痛みやしびれを感じるがありますが、カフを外してしばらくすると治ります。

## 左腕に巻く

1

### カフを広げて腕に被せる

エアホースが手のひら側になるように被せてください。



2

### 腕になじませる

カフをにぎって、腕になじませてください。



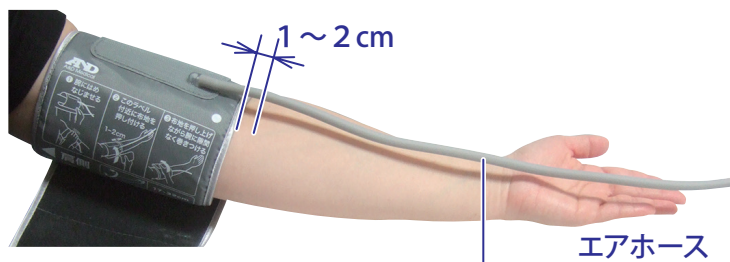
## カフを巻く (つづき)

3

手のひらを上に向け、カフの位置をあわせる

手のひらを上に向け、カフの位置をひじの関節から1～2 cm 上側にあわせてください。

また、エアホースを中指の延長線上に合わせてください。



4

カフを巻きつける

カフの端を手前に引きながら、ラベルの位置まで巻きつけてください。



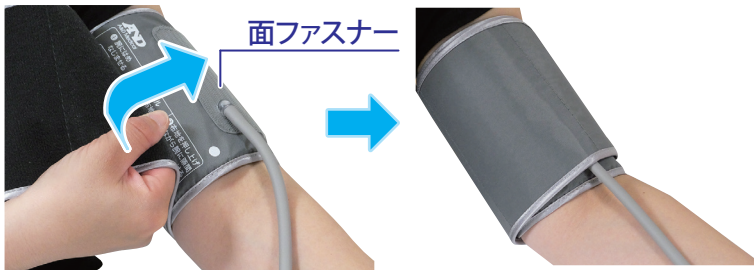
カフを巻きましょう



5

### 面ファスナーでとめる

カフと上腕の間に隙間ができないように巻いて、面ファスナーでとめてください。



### 右腕に巻くときは・・・

エアホースは、手のひらを上に向けたときに小指側面の延長線上にくるようにしてください。



#### お知らせ

- エアホースを、ひじでつぶさないようにしてください。



# 測定をしましょう

## 血圧を測定する

1

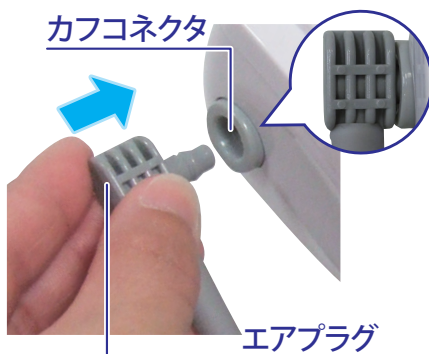
カフを正しく巻く

(☞ 29～31 ページ)

2

エアプラグを確認する

エアプラグがカフコネクタに  
しっかりと差し込まれているか  
確認してください。



3

正しい姿勢で座る

背筋を伸ばし、体の力を  
抜いてください。

(☞ 12 ページ)



4

腕をテーブルや台にのせ、  
手のひらを上にして  
かるく開く





5

### カフの中心が心臓の高さになるようにする

テーブルやイスの高さを調節したり、ひじの下にタオルやクッションなどを入れて調節してください。



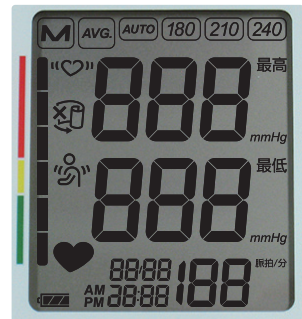
6

### 開始／終了スイッチを押す

電源が入り、確認表示が表示されます。



開始／終了スイッチを押す

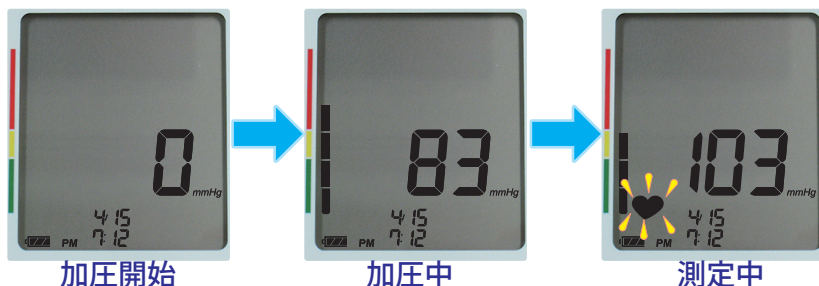


確認表示

## 血圧を測定する（つづき）

7

つぎに加圧がはじまり、測定が行われます。



### お知らせ

● 脈を検出すると、♥マークが脈にあわせて点滅します。

- 加圧中にカフがゆるく巻かれていることを検出すると、☞マークが点滅／点灯します。測定結果が正しくない場合があります。カフを正しく巻き直して、もう一度測定してください。  
(☞ 29～31 ページ)

- 測定中に加圧の不足を検出すると、最高2回まで自動的に再加圧が行われます。
- 測定中に体動を検出すると、☞マークが点滅／点灯します。測定結果が正しくない場合があります。測定中は身体や手を動かしたりおしゃべりをしないでください。もう一度測定してください。

測定を中止したい場合、開始／終了スイッチを押してください。

電源が切れ、カフの空気が抜けます。





8

## 測定結果を確認する

測定が終了すると、測定結果が表示され、カフに残った空気が抜けます。



9

## 電源を切る

開始／終了スイッチを押して電源を切ってください。



- 電源を切り忘れた場合でも、スイッチを操作しない状態が約1分間つづくと、自動的に電源が切れます。  
(オートパワーオフ機能)

### お知らせ

- 測定終了ごとにエアプラグを外す必要はありません。

測定をしましょう

## 血圧を測定する（つづき）

### ⚠ 注意



禁止

カフおよびエアホースを無理に折り曲げたり、よったりしない

\* 守らないと、エアホースが潰れて故障の原因になります。



注意

エアホースの自然のねじれ・折れ曲がり

に注意する  
ねじれてしまった場合は、ねじれを直してください。

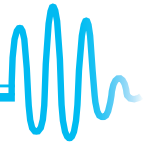
\* 守らないと、エアホースが潰れて故障の原因になります。

10

収納ケースに戻す

ACアダプタ





## 手動加圧で測定する

自動加圧で適切な加圧ができない場合は、手動加圧で測定してください。

1

### 開始／終了スイッチを押しつづける

予想される最高血圧より 30～40mmHg 高い値になるまで、開始／終了スイッチを押しつづけてください。



開始／終了スイッチ  
を押しつづける

予想される  
最高血圧より  
30～40mmHg高い値

開始／終了スイッチ  
を押すのをやめる

### お知らせ

- 加圧値が 295mmHg をこえると加圧が止まり、自動的に測定を開始します。



# 便利な機能

## メモリ機能について

この血圧計は、90 回分の測定値を日時とともに自動的に記憶し、呼び出すことができます。また、全ての平均値、朝の平均値、夜の平均値をそれぞれ呼び出すことができます。測定が 90 回をこえると、もっとも古い測定値から自動的に消去され、新しい測定値を記憶します。

### お知らせ

- 朝の平均値は、午前 4 時から午前 9 時 59 分までの測定の平均値です。
- 夜の平均値は、午後 6 時から午前 1 時 59 分までの測定の平均値です。
- 日付／時刻の設定をしていない場合は、朝および夜の平均値はバー表示 "—" となります。また、朝および夜の測定値がない場合もバー表示 "—" となります。

## メモリを表示するには・・・

1

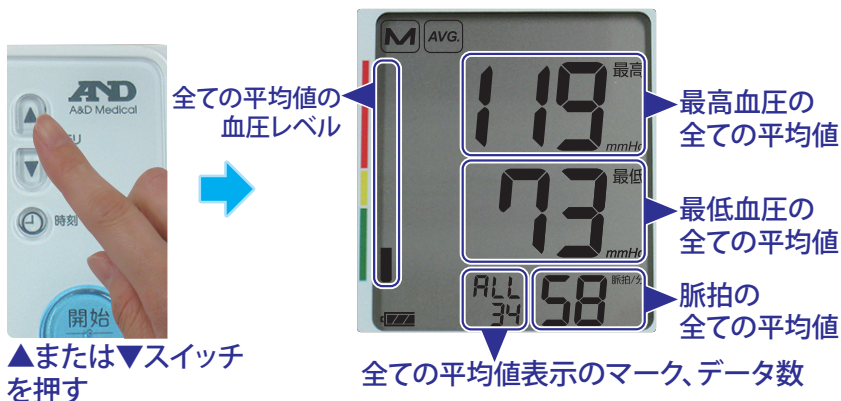
### 液晶表示部を確認する

液晶表示部に何も表示されていないことを確認します。

2

### ▲または▼スイッチを押す

全ての平均値が表示されます。

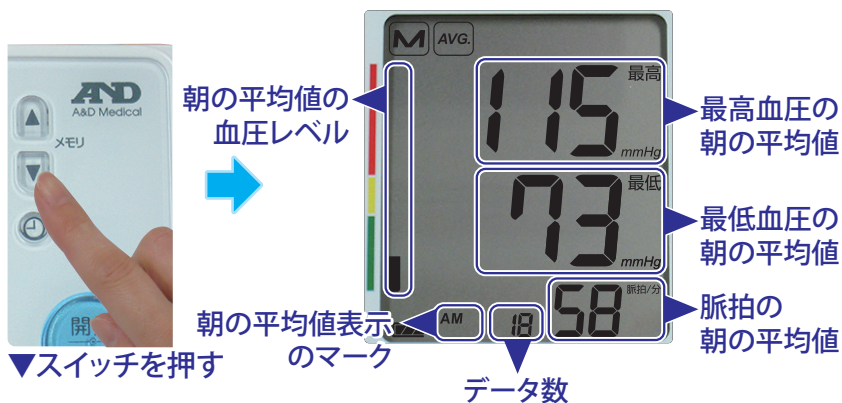




3

▼スイッチを押す

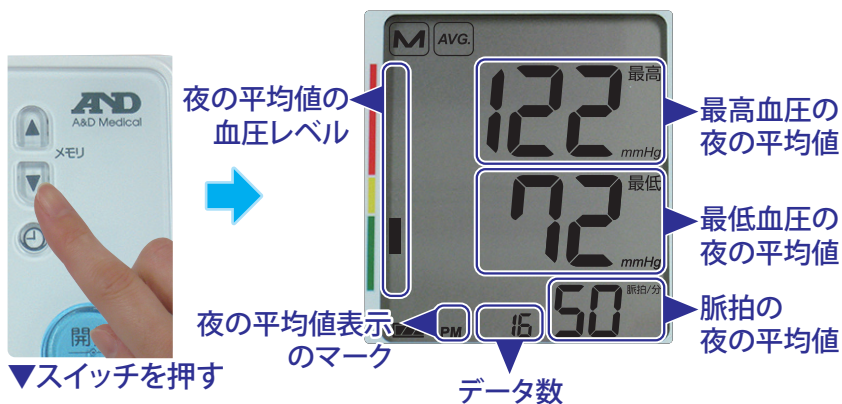
朝の平均値が表示されます。



4

▼スイッチを押す

夜の平均値が表示されます。



## メモリ機能について (つづき)

5

### ▼スイッチを押す

もっとも新しいメモリ番号が表示（3秒間）され、測定値が表示されます。



▼スイッチを押す



もっとも新しいメモリ番号を表示（3秒間）



測定値を表示

6

### ▼スイッチを押す

▼スイッチを押すごとに、表示している測定値のひとつまへのメモリ番号が表示（3秒間）され、測定値が表示されます。



▼スイッチを押す



表示している測定値のひとつまへのメモリ番号を表示（3秒間）



測定値を表示



7

▼スイッチを押す

もっとも古い番号 (No.1) を表示させます。



▼スイッチを押す



もっとも古い番号  
(NO.1) を表示



測定値を表示

8

▼スイッチを押す

全平均値 (ALL) の表示に戻ります。



▼スイッチを押す



全平均値 (ALL) を表示



お知らせ

- ▲スイッチを押すと、ひとつまえの表示に戻ります。
- 血圧測定中は、メモリを表示できません。
- メモリの表示中に開始/終了スイッチを押すと、電源が切れます。
- メモリ表示中に、スイッチを操作しない状態が約1分間つづくと、自動的に電源が切れます。(オートパワーオフ機能)。

## メモリ機能について (つづき)

### メモリを消去するためには・・・

#### お知らせ

- 消去したメモリは、元には戻せません。
- 記憶されているメモリがすべて消去されます。
- 消去したいメモリを選択することはできません。

1

#### ▲スイッチと▼スイッチを同時に押す (5 秒間)

Ⓜが表示され、メモリが消去されます。



無表示状態



▲▼スイッチを同時に押すと“メモリマーク”が表示される



▲▼スイッチを同時に5秒間押したままにすると“メモリマーク”が点滅する



メモリが消去され  
無表示状態になる





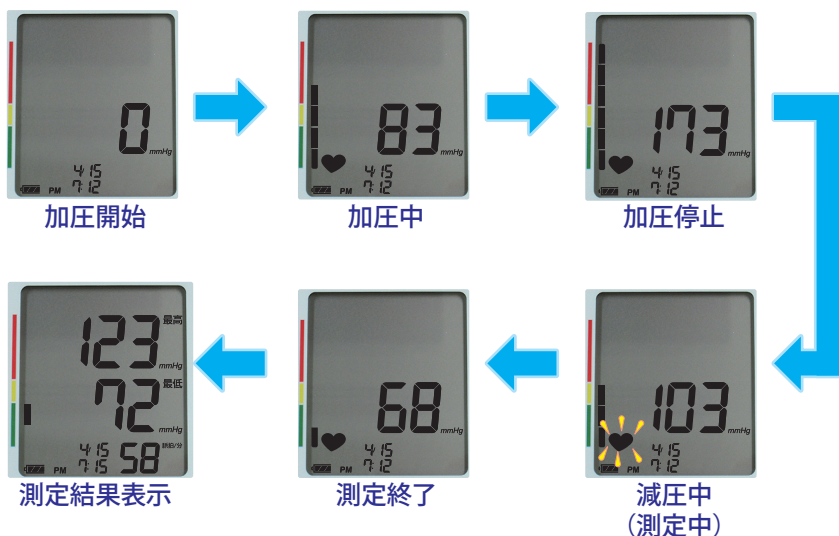
## バー表示機能について

この血圧計は、カフ内の加圧状態と血圧レベルが一目でわかるバー表示機能をもっています。

### 圧力表示バー

加圧開始と同時に、液晶表示部の圧力表示バーが下から順番に伸びていきます。

圧力表示バーがすべて点灯すると加圧はとまり、減圧につれて圧力表示バーが縮みます。



### 血圧レベル表示

日本高血圧学会では、2014年より図のように血圧分類を制定しています。

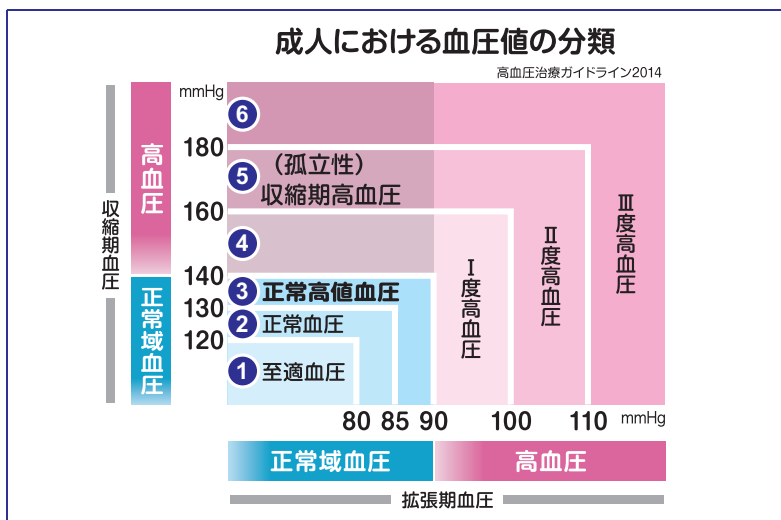
## バー表示機能について (つづき)

測定が終わると、測定値が血圧分類でどの領域に位置するのか、圧力表示バーが点灯してお知らせします。

圧力表示バー  
血圧レベル表示



液晶表示部



● 病院で 140/90mmHg 以上、家庭で 135/85mmHg 以上 \* の方は高血圧とされています。

\* 日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン 2014 年度版



# お手入れについて

## お手入れと保管

血圧計が汚れたときは、水や中性洗剤をしみこませた布を固くしぼって拭いてください。

汚れを拭き取った後は、乾いたやわらかい布で、から拭きをしてください。

### お手入れの注意

- ベンジン・シンナー・アルコールなどは使用しないでください。
- カフは、洗濯したり、ぬらしたりしないでください。

### 保管の注意

- 高温・多湿、直射日光、ホコリの多い場所は避けてください。
- 長期間（1ヶ月以上）使用しない場合は、乾電池を取り出してください。

### ⚠ 注意



禁止

カフおよびエアホースを無理に折り曲げたり、よったりしない  
\* 守らないと、エアホースが潰れて故障の原因になります。



注意

エアホースの自然のねじれ・折れ曲がり  
に注意する  
ねじれてしまった場合は、ねじれを直してください。  
\* 守らないと、エアホースが潰れて故障の原因になります。

折れ曲がり

ねじれ





# 血圧について

## 血圧とは

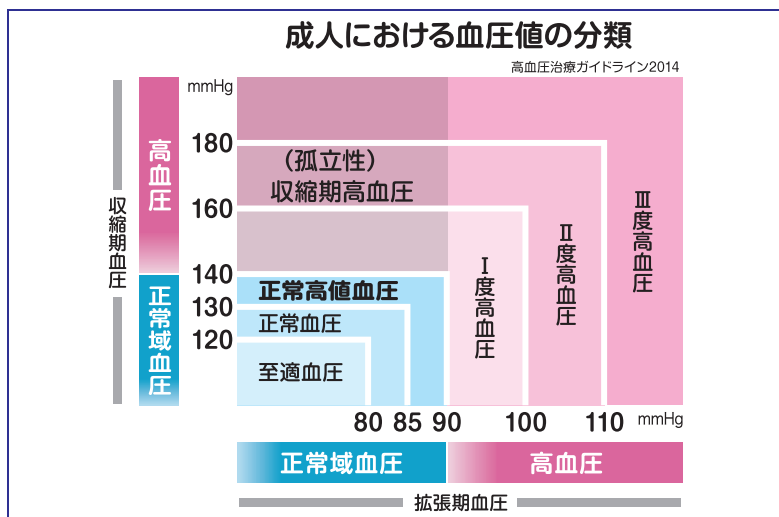
血液は、心臓のポンプ作用によって左心室から動脈内に送りだされ、大動脈 → 細動脈 → 毛細血管を循環して静脈血となって右心房に戻ってきます。

一般的に血圧と呼んでいるのは、動脈内を流れる血液のもつ機械的な圧力です。心臓が収縮し、その圧力によって血液が送り出されたときの血圧が最も高く最高血圧となり、逆に心臓が拡張して大静脈から血液が返ってきたときの血圧が最も低く最低血圧となります。

通常血圧測定は、上腕を測定部位として行います。

## 血圧分類の基準

日本高血圧学会では、2014年より図のように血圧分類を制定しています。



● 病院で 140/90mmHg 以上、家庭で 135/85mmHg 以上\*の方は高血圧とされています。

\* 日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン 2014 年度版





## 高血圧の症状とは

初期の高血圧症では、頭痛・肩こり・めまい・耳なり・動悸・息切れなどが起こりがちです。また、しびれや眼底出血が起こることもあります。

頭痛は、とくに起床時に、強い後頭部の頭重感があります。ときには、吐き気を伴います。なお、こうした症状は血圧の急激な上昇によって現れることが多いのですが、血圧が高い状態が続くと、あまり自覚症状がなくなってしまうです。

高血圧気味の方は、症状が出ないからといって油断せず、定期的に血圧を測るなどして、健康管理には充分気をつけましょう。

## 高血圧について

なぜ高血圧になるのか、実のところよくわかっていません。

高血圧は、本態性高血圧と二次性高血圧の2つの種類に分けられ、90%以上が本態性高血圧です。

二次性高血圧症は、血圧が高くなる病気によって起こる高血圧症です。腎炎や妊娠中毒、内分泌異常などの影響によります。この場合は、原因となっている病気を治せば血圧も自然に下がります。

一方、本態性高血圧症は、原因がはっきりせず、血圧だけが低い状態のことをいいます。長期にわたるストレスや、塩分の取りすぎ、肥満や遺伝的体質が重なり合って現れるようです。

なかでも遺伝の影響は大きく、両親が高血圧の場合は約60%、片親が高血圧の場合は約30%の確率でお子様に高血圧の体質が遺伝するようです。血縁関係者に心当たりのある方は、注意が必要です。

## 降圧目標

高血圧治療ガイドライン 2014 では、世代や疾病ごとに治療のための降圧目標が、診察室血圧と家庭血圧の其々に設定されています。

降圧目標	診察室血圧	家庭血圧
若年・中年、 前期高齢者患者	140/90 未満	135/85 未満
後期高齢者患者	150/90 未満 <small>(忍容性があれば140/90未満)</small>	145/85 未満(目安) <small>(忍容性があれば135/85未満)</small>
糖尿病患者	130/80 未満	125/75 未満
慢性腎臓病患者	130/80 未満	125/75 未満(目安)
脳血管障害患者 冠動脈疾患患者	140/90 未満	135/85 未満(目安)

「高血圧治療ガイドライン2014より」

最高血圧/最低血圧 mmHg



## 早朝高血圧とは

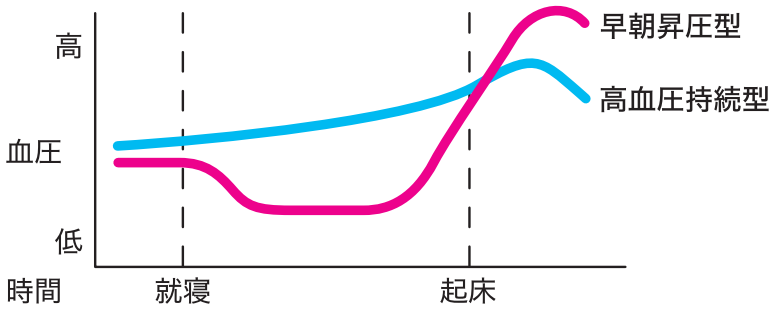
早朝の血圧レベルが家庭血圧の基準値 135/85mmHg 以上を示す状態のことです。

早朝に血圧が高い状態は、心筋梗塞や脳卒中を発症する危険性が高く午前6時から10時の時間帯に多発しています。高血圧は、動脈硬化を進行させ、脳・心臓・腎臓の疾患の発症リスクを増加させます。

早朝高血圧を見逃さないように、家庭で毎日、朝・夜の血圧チェックが重要です。高血圧治療を受けている人にも早朝高血圧が隠れていることが多いので、薬を飲む前に血圧測定をしてください。早朝高血圧には2つのタイプ夜間に血圧が下がらず朝まで高いタイプと朝方に急に上昇するタイプがあります。

### 早朝高血圧には2つのタイプ

夜間に血圧が下がらず朝まで高いタイプと朝方に、急に上昇するタイプがあります。



# 仮面高血圧とは

病院では正常血圧なのに、自宅や職場では高血圧の状態のことです。診療室や検診で正常でも安心してはいけません。高血圧の治療を行っている方に多い仮面高血圧、降圧剤を朝飲んで診療を受けるので、正常でうまく血圧コントロールできていると判断しがちですが、気づかずに放置され病気が進行してはじめて仮面高血圧に気づくことも少なくありません。職場や家庭でのストレスやタバコにより、普段の生活で高血圧状態になっている場合がありますので、家庭や職場での血圧測定が仮面高血圧の存在を明らかにするのに役立ちます。





## 血圧を上げないためには

### 減塩・運動・減量・禁煙など生活習慣の見直しから。

減塩：塩分の摂取量に注意、塩分の取りすぎは、血圧を上昇させます。  
日本高血圧学会では、1日の塩分6g未満を推奨しています。

運動：高血圧対策には、有酸素運動が有効です。  
運動により体内ホルモンや血液量、交感神経の働きで血圧が下がります。

#### お知らせ

- 心血管病のない方が対象です。

減量：太り気味の方は減量してやせると血圧が下がります。運動や摂取カロリーを減らし減量してください。

禁煙：タバコは脳卒中、心筋梗塞の最大原因です。タバコは、交感神経を興奮させるため血圧が上昇します。タバコは動脈硬化も進行させるため禁煙が有効です。

# 脈とは

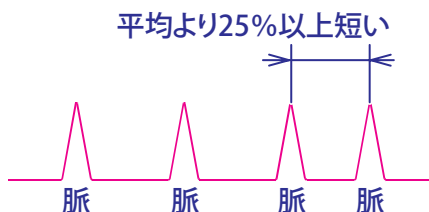
心臓のポンプ作用によって押し出される血液の拍動が血管に伝わって感じられるのが「脈」です。

この脈は、心臓の上の方にある「洞結節」というところで作られた電気刺激が、心臓内の伝導路を通して心臓全体に伝わり、心臓の筋肉が収縮する作用により血液が送り出されることで発生しています。

## IHB（Irregular Heart Beat：不規則脈波）とは

IHB（不規則脈波）とは脈間隔の「ゆらぎ」を意味しています。

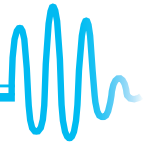
測定中の脈間隔のうち、平均の脈間隔から± 25%以上差のある脈をIHBとよんでいます。



脈間隔の「ゆらぎ」は、生理的な要因によるものから、心臓や、その他の疾患によるものまで、様々な原因で起こります。

### お知らせ

- 一般的に脈間隔がゆらぐ生理的要因として、運動・体温上昇・加齢・体質・感情変化などが考えられます。



## IHB マークとは

液晶表示部の IHB マーク (👉 18 ページ) は、次の 2 つの場合に点灯します。

1. 測定中の脈間隔に、平均の脈間隔から  $\pm 25\%$  以上差のある脈があった場合
2. 血圧測定中に、腕や血圧計を動かした場合

### IHB は不整脈？

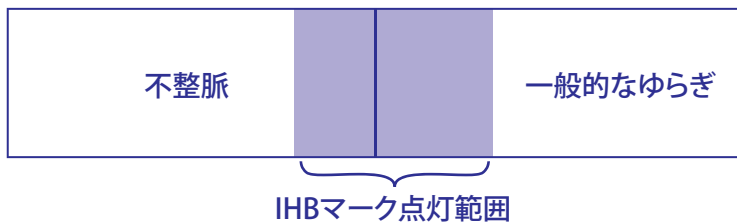
脈間隔のゆらぎ原因のひとつ「不整脈」は、脈を作り出す電気系統に異常がある場合に起こる病気とされています。

また、高血圧の人や、肺・甲状腺などに異常がある場合にも、不整脈は出やすいとされています。

IHB マークが点灯しても、不整脈かどうかは医師による診断がないとわかりません。

#### お知らせ

- IHB マークが頻繁に表示される場合は、医師にご相談ください。





# 血圧 Q&A

## どうしてかな？と思ったら・・・

？  
？

病院で測ったときと、家で測ったときでは  
測定結果が違うのですが・・・



**A.** 病院では、落ち着いて測定できましたか？

医師や看護師に血圧を測ってもらうと、一時的に緊張して家で測るよりも 20～30mmHg 高くなることがあります。

？  
？

測定値が測るたびに違うのですが・・・



**A.** 毎日同じ時間帯に測定していますか？

正しい血圧管理のために、毎日同じ時間帯に測定してください。



**A.** 血圧はいろいろな要因で変動します

家庭で測定したときでも、次のようなときは測定値が変わることがあります。

- 食後の約1時間以内
- お酒、コーヒー、紅茶を飲んだ後
- 喫煙の後
- 入浴の後
- 運動の後
- 排尿、排便の後
- 会話



**A.** つづけて測定して、腕がうっ血していませんか？

腕は圧迫されると、手先に血液が溜まる、うっ血状態になることがあります。うっ血を治すには、腕を高く上げ、手のひらを握ったり開いたりしてください。





# 修理を依頼するまえに

## エラー表示がでたときは

エラー表示	原因	内容・対処のしかた
Err	測定中に腕や体を動かした	腕や体を動かさないようにして、もう一度測定してください。 (☞ 32～37 ページ)
	エアホースが折れ曲がっている	エアホースをまっすぐにして、もう一度測定してください。 (☞ 45 ページ)
Err CUF	カフを正しく巻いていない	カフを正しく巻きなおして、もう一度測定してください。 (☞ 29～31 ページ)
	カフを血圧計本体にしっかり接続していない	カフを血圧計本体にしっかり接続しなおして、もう一度測定してください。 (☞ 32 ページ)
	エアホースが折れ曲がっている	エアホースをまっすぐにして、もう一度測定してください。 (☞ 45 ページ)
[脈拍数表示部] E	脈拍が正確に測定できない	カフを正しく巻きなおして、もう一度測定してください。 (☞ 29～31 ページ)
ErrE Errg	機器異常	乾電池を取り外し、開始／終了スイッチを押した後、乾電池を入れてください。 (☞ 19～20 ページ) 復帰しない場合は、修理依頼をお願いします。(☞ 裏表紙)

## 故障かな？と思ったら

こんなとき	ここを確認	対処のしかた
開始／終了スイッチを押しても何も表示されない	電池が完全に消耗していませんか？	乾電池を交換してください。 (☞ 19～21 ページ)
	乾電池の入れかたは正しいですか？	乾電池を正しく入れなおしてください。 (☞ 19～20 ページ)
開始／終了スイッチを押して表示が出た後に、表示が消えてしまう	—	乾電池を交換してください。 (☞ 19～21 ページ)
圧力があがらない	エアプラグを血圧計本体にしっかり接続していますか？	エアプラグを血圧計本体にしっかり接続しなおしてください。 (☞ 32 ページ)
	■が点滅していませんか？	乾電池を交換してください。 (☞ 19～21 ページ)
加圧後、すぐに圧力が下がり、測定状態にならない	カフを正しく巻いていますか？	カフを正しく巻きなおしてください。 (☞ 29～31 ページ)
測定できない または測定値が異常に低い(高い)	カフを正しく巻いていますか？	カフを正しく巻きなおしてください。 (☞ 29～31 ページ)
	測定中、安静にしていなかったか？	測定中は、話したり動いたりせず、安静にしてください。 (☞ 12 ページ)
	カフの高さは正しいですか？	正しい姿勢で座り、カフの中心が心臓の高さになるようにしてください。 (☞ 32～33 ページ)



こんなとき	ここを確認	対処のしかた
測定できない または測定値が 異常に低い(高い)	—	不整脈の方や脈の弱い方は、 測定できないことがあります。
ACアダプタのプ ラグを差し込んで も何も表示されな い	専用のACアダプタ (TB-233) ですか？	専用のACアダプタを使用して ください。 (☞ 22 ページ)
	ACアダプタのプラグ を正しく差し込んで いますか？	ACアダプタのプラグを正しく 差し込んでください。 (☞ 22 ページ)
	ACアダプタをコンセ ントに正しく差し込 んでいますか？	コンセントに正しく差し込んで ください。 (☞ 22 ページ)
測定のたびに IHB (不規則脈波) マークが表示される	測定中、安静にして いましたか？	腕や体を動かさないようにして、 もう一度測定してください。 (☞ 32 ~ 37 ページ) 何度測定しても表示される場合 は、医師にご相談ください。 (☞ 52 ~ 53 ページ)
そのほかの現象	病院での測定値と 異なる	腕や体を動かさないようにして、 もう一度測定してください。 (☞ 32 ~ 37 ページ)
	—	乾電池を外して正しく入れなお し、最初から測定をやりなおし てください。



お知らせ

- 表示された血圧値に関しては、医師にご相談ください。



# 仕様について

## 仕 様

販 売 名	エー・アンド・デイ デジタル血圧計 UA-1020
型 名	UA-1020B
測 定 方 式	オシロメトリック方式
測 定 範 囲	圧力：0～299mmHg 脈拍数：40～180 拍/分
精 度	圧力：±3 mmHg 脈拍数：読み取り数値の±5%
表 示	最高血圧、最低血圧、脈拍数の3桁同時表示
機 能	メモリ 90 回、圧力表示バー、不規則脈波検出 (IHB)、 血圧レベル表示、平均値表示、カフゆる巻き検出、体動検出
加 圧	自動加圧方式
減 圧	電磁コントロール弁による自動減圧方式
排 気	電磁コントロール弁による自動急速排気方式
電 撃 保 護	内部電源機器 BF 形装着部 (乾電池使用時) クラス II BF 形装着部 (AC アダプタ使用時)
電 源	単3形マンガン (またはアルカリ) 乾電池 4 本 (DC6V) AC100V (AC アダプタ使用時)
乾 電 池 安 全 目 的 寿 命	単3形アルカリ乾電池 4 本使用時 約 1000 回 単3形マンガン乾電池 4 本使用時 約 200 回 (室温 23℃、180mmHg 加圧の場合)
外 形 寸 法	幅 140 (mm) × 高さ 60.7 (mm) × 奥行き 105 (mm)
本 体 質 量	約 285g (乾電池を除く)
使 用 温 湿 度	+ 10℃ ~ + 40℃、30 ~ 85% RH
保 存 温 湿 度	- 20℃ ~ + 60℃、10 ~ 95% RH
付 属 品	お試し用 単3形アルカリ乾電池 (4 本)、収納ケース、 AC アダプタ (コード長さ 150cm)、取扱説明書 (保証 書付き)・添付文書、血圧管理手帳







## 仕 様 (つづき)

医療機器 認証番号	224AHBZX00018000
類 別	機械器具 18 血圧検査または脈波検査用器具
一般的名称	自動電子血圧計
医療機器分類	管理医療機器
製造販売業者	株式会社 エー・アンド・デイ 住所：〒 364-8585 埼玉県北本市朝日 1-243 電話：0120-514-016（お客様相談センター）

**EMC 適合** 本製品は EMC 規格 IEC 60601-1-2:2007 に適合しています。  
本製品は JIS 規格 JIS T 1115:2005 に適合しています。

※ お断り無く仕様を変更する場合がありますのでご了承ください。

# 保証規定

● 次のような場合には保証期間内でも有償修理になります。

- 1 誤ったご使用またはお取り扱いによる故障または損傷
- 2 保管上の不備によるもの、およびご使用者の責に帰すと認められる故障または損傷
- 3 不適切な修理・改造および分解、その他のお手入れによる故障または損傷
- 4 火災、地震、水害、異常電圧、指定外の電源使用およびその他の天災地変や衝撃などによる故障または損傷
- 5 保証書のご提示がない場合
- 6 保証書にご購入年月日、保証期間、ご購入店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合
- 7 ご使用後の外装面の傷、破損、外装部品、付属品の交換

● 保証書の再発行はいたしませんので大切に保管してください。

● 本保証書は日本国内においてのみ有効です。

**This warranty is valid only Japan.**

※ ご購入店または弊社営業所にご持参いただくに際しての諸費用は、お客様がご負担願います。



# 保証書

このたびは、デジタル血圧計をお買い上げいただきまして誠にありがとうございました。  
この製品が、取扱説明書に基づく通常のお取り扱いにおいて、万一保証期間内に故障が生じた場合は、エー・アンド・デイお客様相談センターにご連絡ください。保証規定に基づき、保証期間内に限り無償で修理・調整いたします。

品名	エー・アンド・デイ デジタル血圧計
型名	UA-1020B
お客様名	様
ご住所	□□□-□□□□
ご購入年月日	年 月 日
ご購入店名	(必ず販売店にて記入・捺印していただいでください。) 印
保証期間	ご購入日より3年間

**AND** 株式会社 **エー・アンド・デイ** 

〒170-0013

東京都豊島区東池袋 3-23-14 (ダイハツ・ニッセイ池袋ビル 5F)

製品のお問い合わせ、修理のご依頼、引き取りサービスについては  
お客様相談センターへ

【受付時間】 月～金 AM 9:00～12:00 PM 1:00～5:00  
(祝日、弊社休業日を除く)

エー・アンド・デイ お客様相談センター  
通話料無料 0120-514-016

〒364-8585

埼玉県北本市朝日 1-243 (株) エー・アンド・デイ FE 課 修理係