

## Zásady pre domáce meranie krvného tlaku

**Pravidelné meranie** – Európska spoločnosť pre hypertenziu odporúča pravidelné meranie krvného tlaku klinicky overenými tlakomermi.

**Veľkosť manžety** – Vyberte si tlakomer so správnou veľkosťou manžety, alebo si zvolte tlakomer s predĺženou manžetou pre normálnu a silnú pažu.

**Uvoľnite sa** – Aby boli namerané hodnoty krvného tlaku spoľahlivé, najmenej 30 minút pred meraním nejedzte, nefajčite, nepite kávu a necvičte. Meranie vykonávajte v sede po 10–minútovom ukludnení.

**Upevnenie manžety** – Manžetu upevnite na svoju pažu suchým zipsom cca 1–2 cm nad lakťový ohyb tak, aby medzi manžetou a pažou bol priestor maximálne na jeden prst.

**Umiestnenie manžety** – predlaktie majte voľne opreté o stôl tak, aby manžeta bola na úrovni srdca. Odstráňte z paže všetok tesne priľiehajúci odev. Hadička smeruje k lakťovej jamke.

**Meranie** – V priebehu merania pažu mierne pokrčte v lakti a nezdvíhajte ju, nerozprávajte sa a pažou nehýbte. Obe dolné končatiny opierajte o zem. Nestláčajte si brucho (nezvyšujte vnútrobrušný tlak). Meria sa vždy na tej istej paži, na ktorej bol pri vstupnom vyšetrení odmeraný vyšší tlak krvi.

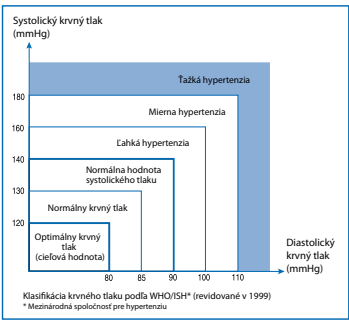
**Opakované meranie** – Krvný tlak meriame 3 krát a smerodatný je priemer z 2. a 3. merania. Medzi meraniami počkajte vždy najmenej 2–3 minúty.

**Namerané hodnoty** – Namerané hodnoty si zaznamenávajú a sledujte ich dlhodobý trend. Neznepokojujte sa jednou nadmerne nižšou alebo nadmerne vyššou nameranou hodnotou tlaku krvi.

**Dávkovanie liekov** – Nikdy si sami nemeňte dávkovanie liekov na základe nameraných hodnôt bez konzultácie s lekárom!

**Ako často a koľkokrát merať** – Európska spoločnosť pre hypertenziu odporúča spočiatku 7–denné meranie, dvakrát ráno a dvakrát večer, pričom výsledky prvého dňa nebrať ako smerodatné. Po dlhšej dobe sú odporúčané jedno až dve merania v priebehu týždňa (nie je presne stanovené).

*Spracované podľa Odporúčaní diagnostických postupov pri arteriálnej hypertenzii Českej spoločnosti pre hypertenziu*



## Prevenca a liečba sú základom

Zmena stravovacích návykov, zníženie váhy, skončenie s fajčením alebo pravidelné cvičenie Vám môžu pomôcť. Akákoľvek ďalšia liečba vyššieho krvného tlaku je samozrejme záležitosťou Vášho lekára.

OMRON ďalej ponúka

## OMRON M10-IT



**Jedna manžeta pre normálnu aj silnú pažu**

- Tlakomer na pažu pre náročných s možnosťou odhalenia zvýšeného kardiovaskulárneho rizika (rannej hypertenzie) a USB pripojením k PC + SW.
- Automatické meranie 3x za sebou.



## OMRON RS6

**Rýchle a presné meranie bez nutnosti vyhrnutia rukávu**

- Tlakomer na zápästie meria bez hluku s najmodernejším piezo kompresorom pre diskrétnu používanie.
- Najtenší tlakomer.
- Senzor správnej polohy zápästia pre presné meranie.



## OMRON RS3

**Rýchle a presné meranie bez nutnosti vyhrnutia rukávu**

- Základný model tlakomeru na zápästie s technológiou Intellisense a výborným pomerom ceny a kvality.



OMRON ďalej ponúka

## OMRON BF-511

Monitor skladby ľudského tela

- Meranie skladby celého tela pomocou 8 senzorov vrátane kostrového svalstva a viscerálneho tuku.
- Lekárska váha do 150 kg.
- Klinicky overená presnosť.



inštruktážne video



## OMRON Calori Scan

- Monitoruje množstvo energie, ktorú spálite zo všetkých vašich každodenných činností, a to aj pri odpočinku.
- Pracuje vo vašich nohaviciach, vrecku, alebo taške.
- Počíta prejdene kroky, vzdialenosť (km).
- Vypočíta spálené kalórie za 24 hodín, 7 dní v týždni, počas vašej aktivity, aj relaxu.
- Vypočíta spálený tuk v gramoch.
- V troch farebných variantoch: perleťovo biela, zlatá a ružová.



## OMRON E4

- Liečba bolesti kĺbov a svalov pomocou TENS pulzov.
- Klinicky overená účinnosť.
- 12 programov pre rôzne časti tela.
- Registrovaná zdravotnícka pomôcka.



OMRON ďalej ponúka

## OMRON C-28P

Kompresorový inhalátor s vyšším výkonom pre kratšie inhalovanie

- Účinná liečba horných aj dolných dýchacích ciest technológiou V.V.T.
- Inhalácia liekových foriem vrátane minerálnych vôd a kyseliny hyalurónovej.
- Základná výbava: maska pre deti aj dospelých, násadec do nosa aj úst, cestovné puzdro.



## OMRON C801KD

Kompresorový inhalátor pre deti

- Účinná liečba horných aj dolných dýchacích ciest technológiou V.V.T..
- Inhalácia liekových foriem vrátane Vincentky.
- Základná výbava: novorodenecká maska a maska pre deti, násadec do úst, cestovné puzdro a 2 hračky.



inštruktážne video

## SD CodeFree

Meranie krvnej glukózy pomocou samonasávacích prúžkov

- Jednoduchá obsluha bez nutnosti kódovania.
- Rýchle 5 sekundové meranie.
- Veľmi malá kvapka krvi (bezbolestný vpich).
- Zlaté elektródy.
- Základná výbava: prístroj, odberové pero, 10 prúžkov, 10 ihliel, kontrolný prúžok, kontrolný roztok.



OMRON  
zdravotnícka technika



## Tlakomery pre domáce aj lekárske použitie



## Poznáte svoj krvný tlak?



omron.sk



All for Healthcare

Viac informácií o kompletom sortimente na [www.omronshop.sk](http://www.omronshop.sk)

Viac informácií o kompletom sortimente na [www.omronshop.sk](http://www.omronshop.sk)



Prečo je dôležité, aby ste si merali svoj krvný tlak doma

Viacere štúdie preukázali, že meranie tlaku krvi iba v ordinácii lekára nie je dostačujúce a neodráža hodnoty dosiahnuté v priebehu celého dňa. Mnohým pacientom boli v ordinácii lekára namerané vysoké hodnoty krvného tlaku, zatiaľ čo ich hodnoty namerané doma boli nižšie (tzv. syndróm bieleho pláštá). Je ale dokázané, že približne 8 % pacientov má v ordinácii lekára normálny krvný tlak, ale ich hodnoty namerané doma sú podstatne vyššie, a tak pre nich predstavujú aj vyššie riziko ochorenia.

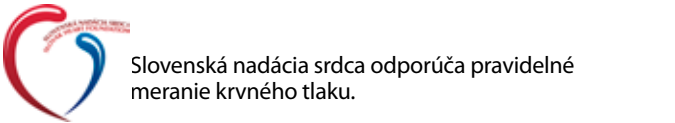


Prečo je dôležité merať krvný tlak ráno

Počas dňa sa krvný tlak mení. V čase ranného prebúdzania je jeho vzostup zvlášť prudký (ranné vstávanie). Štúdie preukázali, že tento ranný vzostup je v priamej súvislosti s počtom infarktov a náhlych mozgových príhod – dvomi hlavnými nebezpečenstvami, ktoré vyplývajú z vysokého krvného tlaku. Tento fakt je tiež dôvodom pre 3 merania v priebehu dňa, ráno krátko po zobudení, na obed a večer.

57,6% lekárníkov odporúča tlakomery OMRON

Projekt „Lekárnici odporúčajú“ vznikol koncom roku 2009 v spoločnosti Edukafarm. Ide o prieskum názorov odborníkov lekární na voľne predajné prípravky. V rámci tohto projektu sa odborníci lekární vyjadrili, ku ktorým voľne predajným prípravkom v jednotlivých kategóriách / oblastiach použitia majú na základe svojich skúseností a ohlasov u pacientov najväčšiu dôveru. Spomedzi meračov krvného tlaku získala v roku 2014 značka OMRON 57,6% a vyhrala štvrtý krát za sebou. (% lekárníkov, ktorí daný prípravok radia medzi najčastejšie odporúčané)



INTELLISENSE – jedinečný systém inteligentného nafukovania manžety prináša tieto výhody:

- **Presnosť na prvom mieste**  
INTELLISENSE vykonáva dve merania krvného tlaku v priebehu jedného meracieho cyklu. Prvé meranie pri nafukovaní manžety, druhé pri vyfukovaní. Vďaka tejto metóde dvojitého merania sú výsledky vždy presné a spoľahlivé.
- **Extra rýchle a príjemné meranie**  
Pretože INTELLISENSE meria už pri nafukovaní, nafúkne manžetu presne toľko, koľko je pre správne vyhodnotenie treba. Doba merania je podstatne skrátená. Paža nie je zbytočne dlho a bolestivo stláčaná.
- **Jednoduchá obsluha**  
INTELLISENSE si sám volí optimálne nafúknutie manžety. Na ovládanie stačí iba jedno tlačidlo.
- **Odolnosť voči arytmiám**  
Technológia INTELLISENSE je vhodná aj pre osoby s určitými typmi arytmií srdca (poruchy rytmu). Arytmie sú zachytené a zobrazené na displeji.

Ikony zobrazujúce sa na displeji

	Kontrola správneho nasadenia manžety – správne nasadenie manžety bude počas nafukovania potvrdené LED svetielkami.
	Upozornenie na nebezpečnú rannú hypertenziu – týždenné priemery (2 mesiace späť), rozdelené na ranné a večerné hodnoty - zvýšené ranné priemery sú vážnym faktorom kardiovaskulárneho rizika.
	Pomocou praktických LED kontroliek jednoducho zistíte, či váš krvný tlak je normálny alebo vysoký.
	Vyhodnotenie prekročenej hranice vysokého tlaku pre domáce meranie podľa kritérií WHO (hodnoty nad 135/85 mmHg).
	Výpočet priemernej hodnoty systolického a diastolického tlaku z 3 meraní – pre objektívnejšie výsledky (napr. pri kolísavom krvnom tlaku).
	Upozornenie na nevhodný pohyb pri meraní – pre presné hodnoty tlaku a pulzu.
	Detekcia nepravidelného pulzu.

NOVÉ MODELÝ 2014

OMRON M6 Comfort s Intelli manžetou

- › Intelli manžeta (22 – 42 cm) odstraňuje chyby pri meraní spôsobené nesprávnym nasadením manžety voči tepne.
- › Farebný indikátor hypertenzie (LED svetielka).
- › Pre dvoch užívateľov 2x100 pamätí.



**NOVINKA**  
Unikátna Omron Intelli manžeta eliminuje nepresnosti spôsobené nesprávnym umiestnením manžety

Dvojfarebné LED svetielka pre jednoduché porozumenie nameraných hodnôt

Veľký, ľahko čitateľný displej



Pamäť pre dvoch používateľov 2 x 100 meraní

Ovládanie jedným tlačidlom

Dvojfarebné LED svetielka pre kontrolu správneho nasadenia manžety

Tlakomery OMRON – jednoduché používanie, ľahko čitateľné údaje. Podrobnejšie informácie o vlastnostiach a technických parametroch

OMRON M6 AC so sieťovým zdrojom

- › Predĺžená mäkká EASY manžeta pre obvod paže 22 – 42 cm.
- › Výhodné balenie so sieťovým adaptérom.
- › Farebný indikátor hypertenzie.
- › Pamäť pre 2 užívateľov po 100 meraní.



OMRON M3 s farebným indikátorom hypertenzie

- › Farebný indikátor hypertenzie.
- › Predĺžená EASY manžeta pre obvod paže 22 – 42 cm.
- › Pamäť pre 2 užívateľov po 60 meraní.



OMRON M2

- › Základný model tlakomeru za výhodnú cenu s Intellisense.
- › Pamäť pre dvoch používateľov 2 x 30 meraní.



Ikony funkcií a vlastností tlakomerov Omron

	Typy Omron manžiet: CS – detská manžeta 17 – 22 cm CM – štandardná mäkká manžeta 22 – 32 cm CL – veľká mäkká manžeta 32 – 42 cm CW – predĺžená mäkká manžeta 22 – 42 cm EASY CUFF – predĺžená mäkká manžeta 22 – 42 cm INTELLI CUFF – predĺžená vystužená manžeta pre normálna aj silnú pažu 22 – 42 cm
	Automatický senzor (navigátor) správnej polohy pri meraní – akusticky aj vizuálne upozorňuje na správnu polohu pri meraní a odstraňuje najčastejšiu chybu pri meraní zápästnými tlakomermi.
	S on-line web službou OMRON Bi-link máte údaje o svojom zdraví kedykoľvek a kdekoľvek poruke
	Klinicky overené

Sieťový zdroj Omron sa dá dokúpiť ako príslušenstvo. Dôležité: Tlakomery OMRON prevádzkujte iba s originálnym sieťovým zdrojom a manžetou. Iba tak je zaručená presnosť merania a ochrana osôb pred úrazom elektrickým prúdom.



Merače krvného tlaku • Teplomery • Inhalátory • Merače telesného tuku  
TENS masážne prístroje • Krokomery • EKG

**V predaji v zdravotníckych potrebách a lekárnach**  
Len tu Vám zaškolený personál pomôže s výberom pre Vás vhodného, presného a klinicky overeného tlakomeru. Ide o Vaše zdravie.

Obchodné zastúpenie a servis pre SR: CELIMED s. r. o., Bratislava, www.celimed.sk  
Viac o krvnom tlaku na: www.krvnytlak.sk