

# Tensiomètre EASY 3

Notice d'utilisation

FR

Nous vous remercions d'avoir acheté ce tensiomètre de la marque Holtex. Pratique, il vous permettra de contrôler facilement et avec précision la tension artérielle.

## 1. Qu'est-ce que la pression artérielle ?

La tension artérielle est une mesure de pression du sang contre les parois des artères. La tension artérielle est en changement constant au cours du cycle cardiaque. La pression la plus élevée dans le cycle est appelé systole. La plus basse est appelé diastole. La lecture des deux est nécessaire pour évaluer l'état de votre pression artérielle.

De nombreux facteurs tels que l'activité physique, l'anxiété ou l'heure dans la journée, peuvent influencer votre pression artérielle. La tension est en général basse le matin puis devient élevée de l'après-midi jusqu'au soir. Elle est plus basse en été qu'en hiver.

## 2. Quelle est une pression artérielle normale ?

La tension artérielle varie d'une personne à l'autre et dépend d'un certain nombre de facteurs, tels que l'âge, le poids, la condition physique. La lecture classique chez un adulte âgé entre 18 et 45 ans est de 120 / 80.

## 3. Comment mesurer la tension artérielle ?

### - Installation dans une position appropriée

Il est très important que la personne soit relaxée et assise confortablement. Le bras doit rester au niveau du cœur. Le bras doit être déplié sans être raidi. Il doit reposer sur une surface plane et la paume de la main gauche doit être tournée vers le haut. Le bras ne doit pas bouger pendant la prise de la mesure.

### - Comment mettre le brassard

Placez le brassard deux à trois centimètres au-dessus de la pliure du bras gauche nu. Attachez-le grâce aux bandes velcro. Le brassard doit bien tenir, sans être trop serré. Il faut pouvoir passer un ou deux doigts entre le brassard et le bras. Ne mettez pas le brassard sur un vêtement.

#### - Gonflage du brassard

Ce produit est équipé d'un robinet de décompression. Actionnez ce robinet de manière à faire évacuer la totalité de l'air du brassard. Fermez le robinet en le tournant dans le sens des aiguilles d'une montre sans trop serrer. Pressez la poire en suivant un rythme régulier jusqu'à ce que l'aiguille du manomètre soit à 30 mmHg au-dessus de la pression systolique habituelle. Si vous ne la connaissez pas, gonflez jusqu'à 200 mmHg. Fermez le robinet.

#### **4. Lecture de la tension artérielle systolique**

Après avoir glissé la tête d'un stéthoscope entre le brassard et le bras, dévisser lentement le robinet en tournant la vis dans le sens inverse des aiguilles d'une montre et maintenez le pavillon du stéthoscope au-dessus de l'artère humérale. Un rythme de dégonflage approprié est primordial pour une lecture précise. Un dégonflage de 2-3 mmHg par seconde ou une baisse d'une à deux marques sur le manomètre à chaque battement cardiaque est recommandé. Ne gardez pas le brassard gonflé inutilement. Ecoutez attentivement avec le stéthoscope et notez la pression indiquée par le manomètre dès que vous entendez de faibles petits coups rythmés ou des coups sourds. Il s'agit de la lecture de la tension systolique. Ecoutez attentivement et familiarisez-vous avec les pulsations.

#### **5. Lecture de la tension artérielle diastolique**

Laissez la pression diminuer au même rythme qu'indiqué précédemment.

La tension diastolique est atteinte quand les coups sourds s'arrêtent.

Dégonflez complètement le brassard et retirez le stéthoscope et le brassard.

#### **6. Entretien du tensiomètre Holtex**

Si vous l'entretenez avec soin, ce tensiomètre vous donnera satisfaction de nombreuses années. Le brassard doit être désinfecté en étant essuyé avec une solution désinfectante de surface adéquate.

- Nettoyer le manomètre et la poire avec un tissu humide.
- Ne jamais gonfler au-delà de 300 mmHg
- Ne jamais exposer le brassard aux forts rayons du soleil
- Ne jamais toucher le brassard avec un instrument coupant
- Dégonfler complètement le brassard avant de le ranger
- Ne jamais démonter le manomètre
- Placer le tensiomètre dans sa pochette de rangement

## 7. Contrôle de la précision

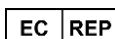
Retirez le tube du manomètre et tenez le manomètre en position verticale. Votre appareil est correctement réglé lorsque l'aiguille s'immobilise sur le zéro de l'échelle. Si ce n'est pas le cas, contactez votre revendeur de matériel médical. Nous vous recommandons de vérifier tous les 2 ans la précision de votre appareil.

## 8. Caractéristiques techniques

- Conditions environnementales minimales pour lesquelles la tolérance maximum de  $\pm 3$ mmHg est respectée :
  - Conditions de mesure  $10^{\circ}$  à  $40^{\circ}$  C, humidité relative de l'air de 85%, sans condensation
  - Conditions de stockage  $-20^{\circ}$  à  $70^{\circ}$ C, humidité relative de l'air de 85%, sans condensation
- Type d'affichage : échelle ronde
- Graduation de l'échelle : en pas de 2 mmHg
- Plage d'affichage 0 à 300 mmHg
- Plage de mesure 0 à 280 mmHg
- Mobilité de l'aiguille : pas de remise à zéro
- Génération de pression : poire
- Décompression : valve de décompression réglable.



HONSUN (NANTONG) Co., Ltd  
No.8 Tongxing Road - Economic and  
Technological Development Area  
226009 Nantong City  
PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA



SHANGHAI INTERN. HOLDING Corp GmbH  
Eiffestrasse 80  
20537 Hamburg -  
GERMANY

### Importé et distribué par :

HOLTEX  
30 Rue Jean de Guiramand  
13290 Aix en Provence  
FRANCE  
[www.holtex.fr](http://www.holtex.fr) - [info@holtex.fr](mailto:info@holtex.fr)

# Sphygmomanometer EASY 3

## Instruction Manual

# GB

Thank you for purchasing this Holtex sphygmomanometer. It's a practical tool that will let you check arterial blood pressure accurately.

### 1. What is blood pressure?

Arterial blood pressure is the pressure exerted by the blood against artery walls. Blood pressure changes continuously during the cardiac cycle. The highest level during the cycle is called systole, the lowest is called diastole. Both of them have to be read to evaluate the condition of the arterial pressure. Many factors can influence blood pressure such as physical activity, anxiety or the time of day. Pressure is usually lower in the morning and becomes more elevated from afternoon until the evening. It's lower in summer than in winter.

### 2. What is a normal arterial pressure?

Blood pressure varies from one person to the next and depends on a number of factors such as age, weight and physical condition. The standard result for an adult between 18 and 45 years old is 120 / 80.

### 3. How is blood pressure measured?

#### - Installation in a suitable position

It is very important that the person is relaxed and comfortably seated. The arm must stay at the same height as the heart. The arm must be extended without being tense. It should rest on a flat surface with the left palm turned upwards. The arm should not move during the measurement.

#### - How to fix the cuff

Place the sphygmomanometer cuff two to three centimeters above the elbow on the bare left upper arm. Fix it in position with the Velcro. The cuff should be firmly held without being tight. It should be possible to introduce one or two fingers beneath the cuff. Never put the cuff over clothes.

#### - **Inflating the cuff**

This product is provided with a pressure release tap. Unscrew it to remove all of the air from the cuff. Close the air valve on the bulb by turning the screw clockwise, do not over-tighten.

Pump up the cuff using a regular rhythm until the manometer needle reaches 30 mmHg above the usual systolic pressure. If you don't know it, inflate to 200 mmHg. Introduce the head of a stethoscope beneath the cuff.

#### **4. Reading the systolic blood pressure**

Unscrew the tap slowly counter clockwise and keep the stethoscope head over the humeral artery. It is essential that an appropriate deflation speed is used to get precise readings. A deflation rate of 2-3 mmHg per second or a drop of one to two marks on the pressure gauge each heart beat is recommended. Do not keep the cuff inflated any longer than needed. When pumping starts you should listen carefully with the stethoscope. Note the pressure shown on the manometer as soon as you start to hear weak rhythmic beats or muted beats. This is the systolic pressure reading.

#### **5. Reading the diastolic blood pressure**

Let the pressure fall at the same speed as previously indicated. The diastolic pressure is reached when the muted beats stop. Deflate the cuff completely and remove stethoscope and it.

#### **6. Maintenance of the sphygmomanometer:**

If you clean it carefully, this product will give you satisfaction for many years.

The cuff should be disinfected by being wiped with a suitable surface sanitizing solution.

- Clean the gauge and bulb with a damp cloth.
- Never inflate beyond 300 mmHg.
- Never expose the cuff to strong sunlight.
- Never touch the cuff with a sharp instrument.
- Deflate the cuff before storing it.
- Never disassemble the gauge.
- Place the monitor in its storage pouch.

## 7. Accuracy Control:

Remove the tube from the manometer and hold the gauge upright.

Your device is set correctly when the needle stops on the zero of the scale.

If this is not the case, the instrument must be recalibrated. Contact your medical equipment reseller.

We recommend to check every 2 years the accuracy of your device.

## 8. Specifications:

- Environmental conditions for which the minimum maximum tolerance of  $\pm 33\text{mmHg}$  is met :

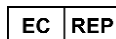
- Measurement conditions  $10^{\circ}$  to  $40^{\circ}\text{C}$ , relative humidity of 85%, without condensation

- Storage Conditions  $-20^{\circ}$  to  $70^{\circ}$ , relative humidity of 85%, without condensation

- Display Type: Round scale
- Scale graduation: increment of 2 mmHg
- Display range 0 to 300 mmHg
- Measuring range 0 to 280 mmHg
- Mobility of the needle: not reset
- Pressure generation: bulb
- Pressure reduction: air-release valve.



HONSUN (NANTONG) Co., Ltd  
No.8 Tongxing Road - Economic and  
Technological Development Area  
226009 Nantong City  
PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA



SHANGHAI INTERN. HOLDING Corp GmbH  
Eiffestrasse 80  
20537 Hamburg -  
GERMANY

### Imported and distributed by:

HOLTEX  
30 Rue Jean de Guiramand  
13290 Aix en Provence  
FRANCE  
[www.holtex.fr](http://www.holtex.fr) - [info@holtex.fr](mailto:info@holtex.fr)