

手首式血圧計

BPW-102 取扱説明書 (保証書付き)



手首の太さ：13.5～21.5cm

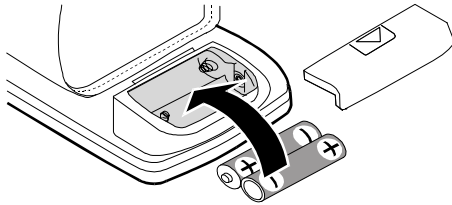
このたびは、お買い上げいただき、まことにありがとうございます。

- この取扱説明書をよくお読みになり、正しくお使いください。
- ご使用前に「安全上のご注意」を必ずお読みください。
- 「保証書」は「ご購入年月日」「ご購入店名」の記入を必ず確かめ、販売店からお受け取りください。
- この取扱説明書はお使いになる方がいつでも見ることができるよう大切に保管してください。

使いかた

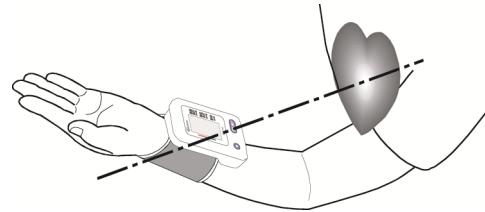
1 電源を準備する

(👉 4~6 ページ)



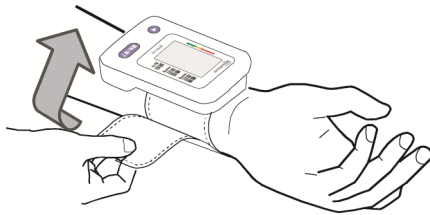
3 測定をする

手首が心臓の高さになるようにして、開始／終了ボタンを1回押してください。(👉 9~11 ページ)



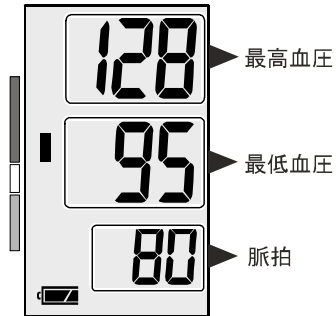
2 カフを正しく巻く

(👉 7~8 ページ)



4 測定結果を確認する

(👉 11~14 ページ)



目次

ご使用になる前に

安全上のご注意	
◎一般的な注意事項	ii
◎乾電池の取り扱いについて	vii
◎点検・修理について	ix
血圧測定の前に	x
確認しましょう	1
そろっていますか？	1
各部の名前と表示	2
血圧計本体	2
液晶表示部	3
電源を準備しましょう	4
乾電池を入れる	4
乾電池を交換する	6

使いかた

カフを巻きましょう	7
カフを巻く	7
測定をしましょう	9
血圧を測定する	9
便利な機能	12
メモリ機能について	12

測定状態表示バーの機能について	16
お手入れについて	18
お手入れと保管	18

血圧豆知識

血圧について	19
血圧とは	19
高血圧の症状とは	21
脈とは	25
IHBマークとは	27

困ったときは

血圧 Q&A	28
修理を依頼する前に	30
エラー表示が出たときは	30
故障かな？と思ったら	31
技術資料	33
別表	35

仕様・保証について

仕様について	37
仕様	37
保証規定	39
保証書	41

安全上のご注意

最初に、この「安全上のご注意」をよくお読みいただき、正しく使用してください。

人への危害や、財産への損害を未然に防止するため、必ず守る必要があることを説明しています。

図記号の意味



注意を促す記号です。



禁止を示す記号です。



必ず行うことを示す記号です。

◎一般的な注意事項



注意



測定結果をもとに、自己判断で治療しないでください。
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。

本製品を新生児や乳児に使用しないでください。
※ 守らないと、小さな部品の誤飲等、けが・事故の原因になります。

◎一般的な注意事項（つづき）

注意



点滴・輸血中の人は使用しないでください。

※ 体調不良を起こすことがあります。

けがをしている腕にカフを巻かないでください。

※ 症状が悪化する可能性があります。

本製品を長時間、繰り返して測定をしないでください。

※ けが・うっ血・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でください。

※ 事故・故障の原因になります。

乳幼児の手の届かない場所に保管してください。

使用環境と保管環境に温度差がある場合には、使用環境に十分馴染ませてから使用してください。（約1時間）

◎一般的な注意事項（つづき）

注意



次に示す場所で使用しないでください。

- ・ 使用環境条件を満たさない場所（☞ 38 ページ）
- ・ 直射日光が当たる場所
- ・ 水などの液体がかかる場所
- ・ 急激な温度変化がある場所
- ・ ちり、ほこりが多い場所
- ・ 可燃性・支燃性ガスが発生するおそれがある場所
- ・ 火気がある場所
- ・ 不特定多数の人が対象となる医療機関、公益の場

※ 火災・故障・誤作動の原因になります。

カフを手首に巻かない状態で加圧しないでください

※ 故障・誤作動の原因になります。

◎一般的な注意事項（つづき）

注意



衝撃を加えたり、落下させたりしないでください。

※ 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でください。

※ 故障・誤作動の原因になります。

測定中に携帯電話を使用しないでください。

※ 誤作動の原因になります。

ぬれた手で取り扱わないでください。

※ 感電・故障の原因になります。

他の機器と併用しないでください。

※ 誤作動の原因になります。

加圧値が 300mmHg を超えそうなときは、直ちに測定を中止してください。

※ 圧迫により手首に一過性の内出血を起こすことがあります。

◎一般的な注意事項（つづき）

注意



分解禁止

本製品を分解したり、改造したりしないでください。

※ 火災・感電・故障の原因になります。



ペースメーカーなど（体内植込み型医用電気機器）を使用している人は、必ず医師とよく相談の上、影響がないことを確認してから使用してください。

※ 病気が悪化することがあります。

腕部に重度の血行障害がある人は、必ず医師とよく相談の上、影響がないことを確認してから使用してください。

※ 体調不良を起こすことがあります。

抹消循環障害あるいは不整脈がある人、乳腺切除した人、血管内挿入・治療、動静脈シャントをした人は医師の指導に従い使用してください。

※ 正しく測定できないおそれがあります。

◎乾電池の取り扱いについて

⚠ 注意



乾電池の液がもれたときは素手で液に触れないでください。

- ※ 失明の原因になります。液が目に入ったときは目をこすらず、すぐに水道水などのきれいな水で十分洗い、直ちに医師の治療を受けてください。
液が身体や衣服に付いたときも、やけどやけがの原因になります。すぐにきれいな水で洗い流し、皮膚に炎症やけがの症状があるときには医師に相談してください。

新しい乾電池と古い乾電池を混ぜて使わないでください。

- ※ 電気が逆流して火災やけがの原因になります。

指定以外の電池を使用しないでください。

- ※ 過熱・破裂・液もれにより、火災やけが、周囲を汚損する原因になることがあります。

乾電池は絶対に充電しないでください。

- ※ 破裂・液もれにより、火災・けが・やけどの原因になります。

◎乾電池の取り扱いについて（つづき）

注意



充電・加熱・分解したり、ショートさせたりしないでください。

絶対に火の中に入れてください。

直射日光の当たる場所に置かないでください。



電池を入れるときは、極性表示（プラス \oplus とマイナス \ominus の向き）に注意し、説明書の通りに正しく入れてください。

※ 破裂・液もれにより、火災やけが、周囲を汚損する原因になります。

長期間使用しないときは電池を取り出してください。

※ 液がもれて、火災やけが、周囲の汚損の原因になります。

液がもれた場合は、電池ケースに付いた液をよく拭き取ってから、新しい電池を入れてください。万一、もれた液が身体に付いたときは、水でよく洗い流してください。

使用済みの乾電池は、お住まいの地域の規制に従い処分してください。

※ 火災・事故の原因になります。

◎点検・修理について

注意



異常を感じたときは、すぐに使用を中止し、点検・修理を依頼してください。
※ 事故・故障の原因になります。

本品を廃棄する場合は、国または各自治体の規則に従い適切に処分してください。

血圧測定の前に

◎ご家庭での血圧測定的重要性

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、動悸や息切れなどの症状が出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 2019 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日のうちにご自分では気づかないうちに、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るようです。

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、本人による継続的な測定が、大変重要になるわけです。

<血圧を変動させる主な要因>

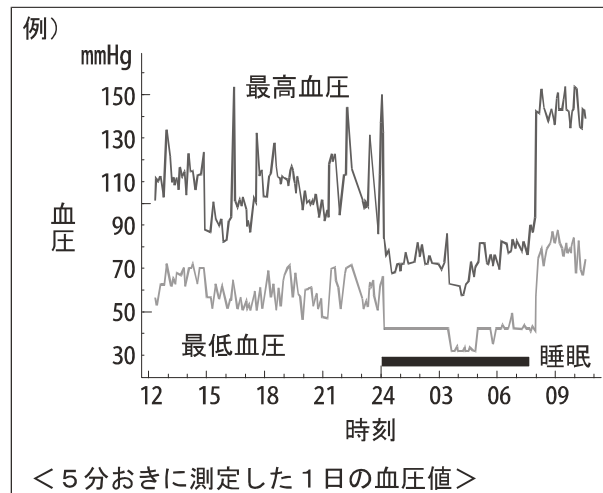
- | | | | | |
|----------|-------|----------|-------------|------------|
| 1. 運動 | 3. 食事 | 5. 飲酒、喫煙 | 7. 温度や環境の変化 | |
| 2. 興奮や緊張 | 4. 入浴 | 6. 睡眠不足 | 8. 肥満 | 9. 降圧剤等の薬剤 |

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、起床時、食事前や就寝前など1日のうち何回か定期的に測定しましょう。

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 2019

◎病院と家庭で測定した値が違う場合があります

医師や看護師に血圧を測ってもらくと、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。

自宅でのご自分の平常値を知ることが大切です。

◎手首と上腕では血圧が異なる場合があります

手首と上腕では、測定する身体の部分や血管の太さが異なるため、血圧値に少し差が出ることがあります。その差は、健康な方の場合、最高・最低血圧とも±10mmHg程です。また、上腕の動脈は手首につながり、上腕の血圧変動は手首の血圧に反映されているため、手首の血圧傾向を知ることは健康管理に役立ちます。

●高血圧症、糖尿病、高脂血症などで末梢循環器障害のある方は、手首と上腕の血圧値に大きな差が出ることがあります。

◎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。
- 手首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、おしゃべりしたりしないでください。
- 座るときは、脚を組まないでください。
- 両足を地面につけて座ってください。
- 背中と腕が支えられている状態で座ってください。



確認しましょう

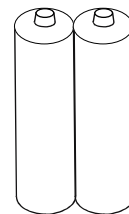
そろっていますか？

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たはアイリスコールまでご連絡ください。

1 血圧計本体



2 単4形アルカリ乾電池×2個 (お試し用)

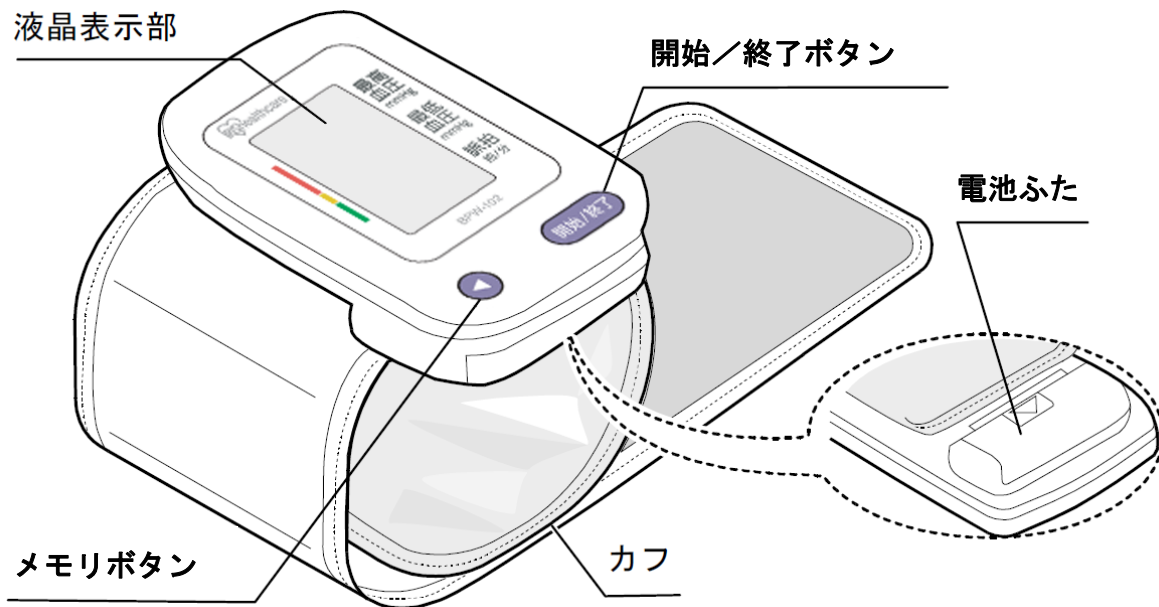


3 取扱説明書（保証書付き）・添付文書



各部の名前と表示

血圧計本体



液晶表示部

メモリマーク

メモリ表示のときに点灯します。

(☞ 12~14 ページ)

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。

(☞ 12~14 ページ)

測定状態表示バー 血圧レベル表示

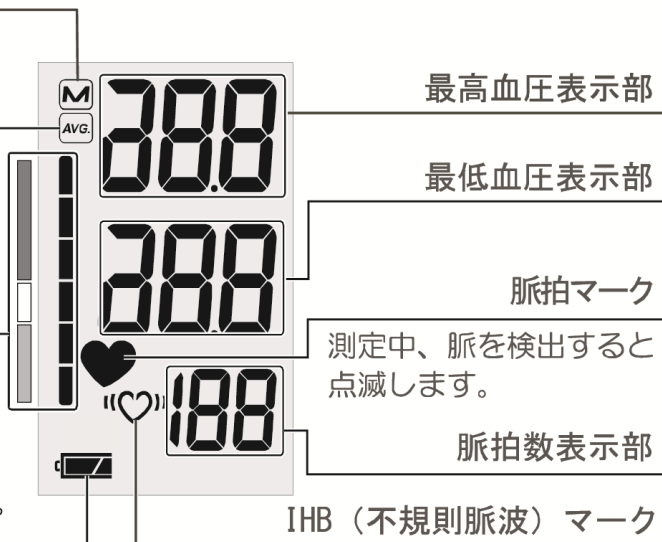
加圧の状態と血圧レベルのWHO分類を表示します。

(☞ 16~17 ページ)

電池残量マーク

電池の残量を表示します。

(☞ 6 ページ)



最高血圧表示部

最低血圧表示部

脈拍マーク

測定中、脈を検出すると点滅します。

脈拍数表示部

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、平均の脈間隔からある一定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。

電源を準備しましょう

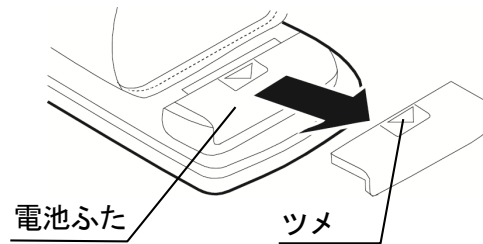
乾電池を入れる

お知らせ

- 単4形アルカリ乾電池で約250回測定できます。
(室温 23°C、170mmHg 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し用のため、上記の寿命より短い場合があります。
- 単4形アルカリ乾電池は、お近くの販売店でお買い求めください。

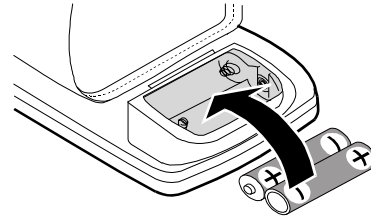
1 電池ふたを開ける

電池ふたのツメを矢印の方向に引きながら、開けてください。



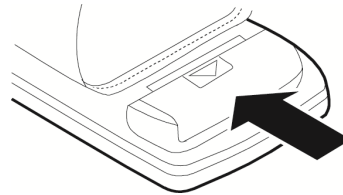
2 乾電池（2個）を入れる

プラス（ \oplus ）・マイナス（ \ominus ）を間違えないように入れてください。



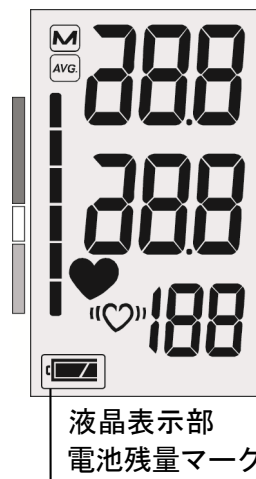
3 電池ふたを閉める

電池ふたを矢印の方向に押し、「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	電池の状態
	十分残っています。
	残りひとつになった電池残量マークが点灯から点滅に変わった場合、新しい乾電池と交換してください。(☞ 4~5 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。(☞ 4~5 ページ)

お知らせ

- 乾電池は2個同時に、2個とも同じメーカーの同じ種類のものと交換してください。

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。
図は左手首に巻いた場合の例です。右手首に巻く場合も同じように巻いてください。
- 血圧測定は動脈の血液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痕が見られることがあります。時間とともに消えます。また、圧迫により一時的に手首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。

左手首に巻く

- 1 カフを広げて手首につける

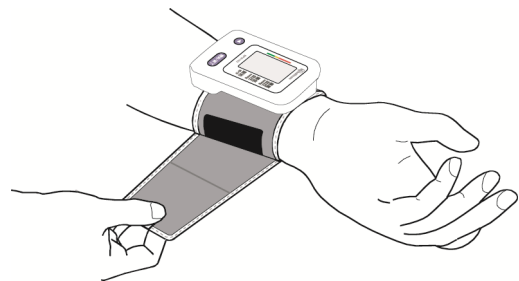
2 手のひらを上に向け、カフの位置を合わせる

手のひらを上に向け、カフの位置を手首の関節から約1cm離してください。



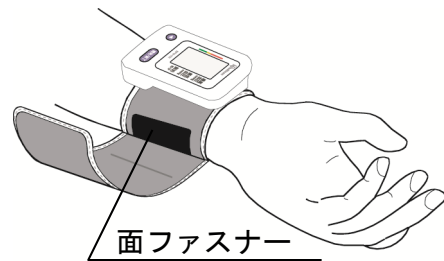
3 カフを巻きつける

カフの端を手前に引きながら、手首に巻きつけてください。



4 面ファスナーでとめる

カフと手首の間に隙間のないように、ぴったりと巻いてください。(締めすぎに注意してください。)



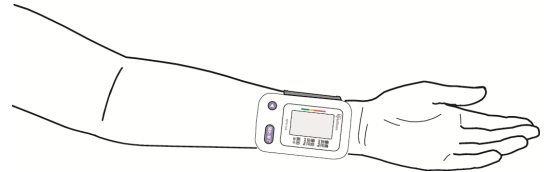
測定をしましょう

血圧を測定する

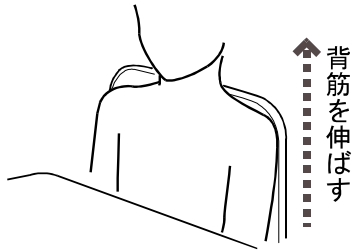
- 1 カフを正しく巻く
(☞ 7~8 ページ)



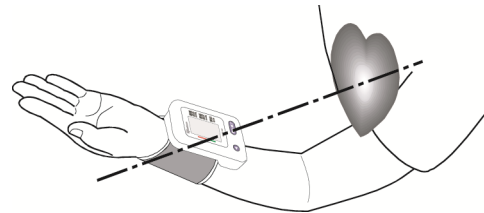
- 3 腕をテーブルや台にのせ、
手のひらを上にして軽く開く



- 2 正しい姿勢で座る
背筋を伸ばし、身体力を抜いて
ください。(☞ xiii ページ)



- 4 手首が心臓の高さになるように
する

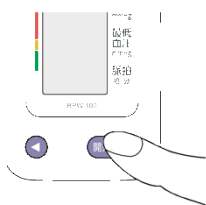


お知らせ

- 手首の血圧は、血液自体の重さの影響を受けて変動します。手首の位置が心臓より高いと血圧は低くなり、逆に手首の位置が心臓より低いと血圧は高くなります。手首の高さは血圧測定の重要なポイントです。
- 血圧計は温度・湿度・直射日光・高度による性能への影響があります。使用温湿度範囲内の室内で使用してください。
- 測定をはじめめる前は、5分間ほど安静にしてください。

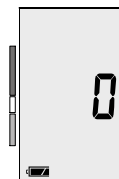
5 開始／終了ボタンを押す

(1) 電源が入り、表示部が全点灯表示になります。



全点灯表示

(2) 次に加圧が始まり、測定が行われます。




加圧開始



加圧中



測定中

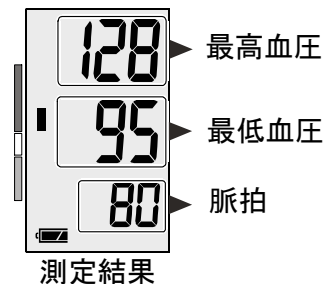
( 次ページへ続く)

(☞ 前ページから続く)

測定を中止したい場合、開始／終了ボタンを押してください。
電源が切れ、カフの空気が抜けます。

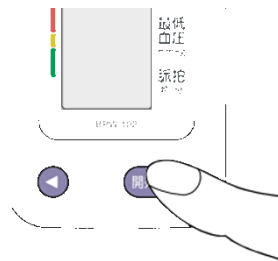
6 測定結果を確認する

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。



7 電源を切る

開始／終了ボタンを押して電源を
切ってください。



- 電源を切り忘れた場合でも、ボタンを操作しない状態が約1分続くと、自動的に電源が切れます。(オートパワーオフ機能)

便利な機能

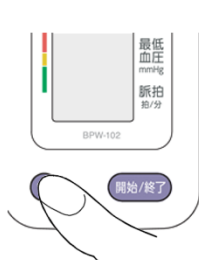
メモリ機能について

本製品は、60回分の測定値を自動的に記憶するメモリ機能をもっています。測定が60回を超えると、一番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。

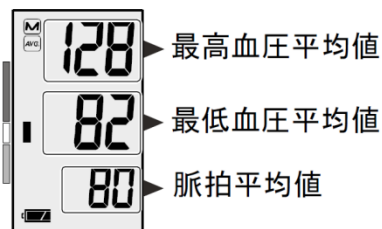
メモリを表示するには・・・

1 ◀ のメモリボタンを押す


すべての測定値の平均値とメモリ数が表示（約1分間）されます。



メモリボタンを
1回押す



すべての測定値の平均値を
表示（約1分間）

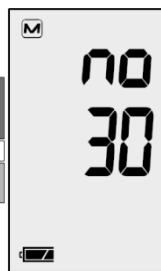
 お知らせ

- 血圧測定中は、メモリを表示できません。
- 表示を中止する場合、開始／終了ボタンを押してください。
- すべての測定値の平均値の表示中に、ボタン操作をしない状態が約1分間続くと、自動的に電源が切れます。

2 すべての測定値の平均値が表示されているときに ◀ のメモリボタンを押す
最も新しいメモリ番号が表示（約3秒間）され、次に測定値が表示（1分間）されます。



メモリボタンを
1回押す



もっとも新しい
メモリ番号を表示
（約3秒間）



測定値を表示
（約1分間）

3 メモリ番号または測定値が表示されているときに◀のメモリボタンを押す

2番目に新しいメモリ番号が表示（約3秒間）され、次に測定値が表示（約1分間）されます。



お知らせ

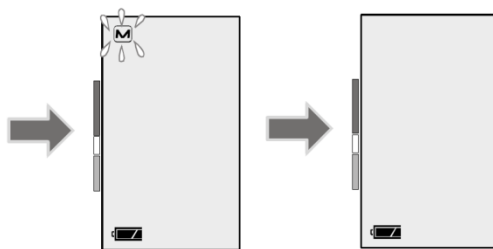
- メモリボタンを押すたびに、ひとつ前のメモリ番号と測定値が表示されます。
- ボタンを操作しない状態が約1分間続くと、自動的に電源が切れます。

メモリを消去するには . . .

- 1 電源が切れている状態で、◀のメモリボタンを5秒以上押す
液晶表示部のメモリマークが点滅し、メモリがすべて消去されます。



メモリボタンを
5秒以上押す



メモリマークが点滅 メモリをすべて消去



お知らせ

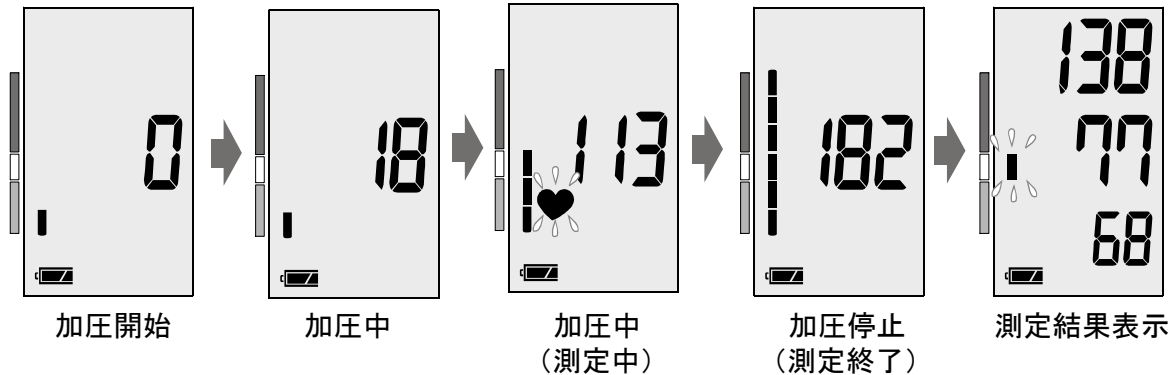
- 記憶されているメモリがすべて消去されます。
- 消去したいメモリを選択することはできません。

測定状態表示バーの機能について

液晶表示部の測定状態表示バーによって、カフ内の測定状態が一目でわかります。加圧がはじまると、測定状態表示バーが以下のように変化していきます。

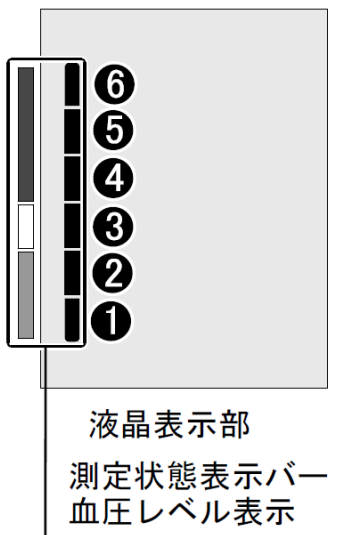
測定状態をバーで表示

加圧開始と同時に測定状態表示バーが下から上に伸びていきます。測定状態表示バーが全点灯すると加圧は止まり、測定を終了します。



血圧レベル表示

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、測定状態表示バーが点灯してお知らせします。



■ WHO 血圧判定基準

表示バー	分類	収縮期血圧 mmHg	拡張期血圧 mmHg
⑥	高血圧（重症）	180 以上	110 以上
⑤	高血圧（中等症）	160～180 未満	100～110 未満
④	高血圧（軽症）	140～160 未満	90～100 未満
③	正常高値	130～140 未満	85～90 未満
②	正常	120～130 未満	80～85 未満
①	至適血圧	120 未満	80 未満

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。電池が液もれすることがあります。
- カフを無理に折り曲げないでください。

血圧について

血圧とは

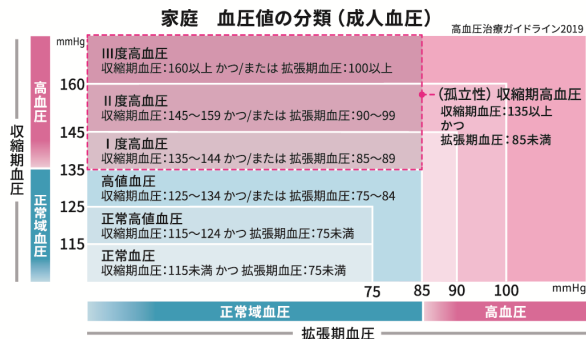
血液は、心臓のポンプ作用によって左心室から動脈内に送り出され、大動脈 → 細動脈 → 毛細血管を循環して静脈血となって右心房にかえってきます。一般的に血圧と呼んでいるのは、動脈内を流れる血液のもつ機械的な圧力です。心臓が収縮し、その圧力によって血液が送り出されたときの血圧が最も高く最高血圧となり、逆に心臓が拡張して大静脈から血液がかえってきたときの血圧が最も低く最低血圧となります。通常、血圧測定は、上腕を測定部位として行いますが、手首での血圧測定は測定時に着衣の腕まくりなどが不要で脱衣動作による血圧上昇もなく、測定部位としては適当です。手首での血圧測定は、とう骨動脈（親指側）および尺骨動脈（小指側）で行いますが、この動脈は上腕動脈と直接つながっているため、上腕血圧の変化をよく反映しています。ただし、循環器系などに障害のある場合は上腕血圧と手首血圧に差が出ることがあります。

血圧分類の基準

血圧分類の基準は、世界保健機構（WHO）と国際高血圧学会（ISH）が制定しています。

あなたの血圧測定値は？

高血圧の基準は140 mmHg/90 mmHg 以上で、世界でも共通に制定されています。日本では、診療室血圧と家庭血圧を分けて、基準値を設定しています。



このような方は
高血圧です。

病院で140 mmHg/90 mmHg以上
家庭で135 mmHg/85 mmHg以上*

※日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン2019年度版

- 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 2019

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、後頭部に強い頭重感があります。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います。

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、健康管理には十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、95%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 2019 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それぞれに設定されています。

降圧目標

	診察室血圧	家庭血圧
<ul style="list-style-type: none"> ・75歳未満の成人 ・脳血管障害患者 (両側頸動脈狭窄や脳主幹動脈閉塞なし) ・冠動脈疾患患者 ・慢性腎臓病患者(蛋白尿陽性) ・糖尿病患者 ・抗血栓薬服用中 	130/80mmHg	125/75mmHg
<ul style="list-style-type: none"> ・75歳以上の高齢者 ・脳血管障害患者 (両側頸動脈狭窄や脳主幹動脈閉塞あり、または未評価) ・慢性腎臓病患者(蛋白尿陰性) 	140/90mmHg	135/85mmHg

高血圧治療ガイドライン2019

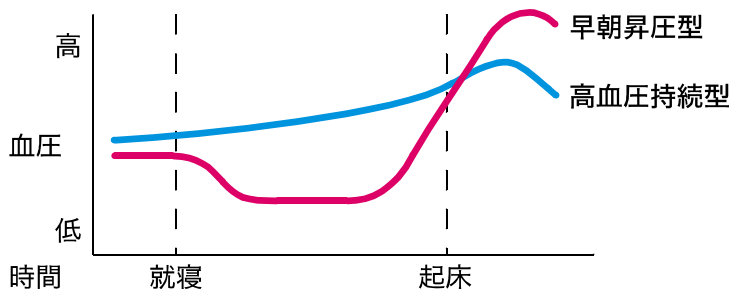
早朝高血圧とは

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 つのタイプがあり、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は、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喫煙により、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痩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：喫煙は脳卒中、心筋梗塞の最大原因です。喫煙は、交感神経を興奮させるため血圧が上昇します。動脈硬化も進行させるため禁煙が有効です。

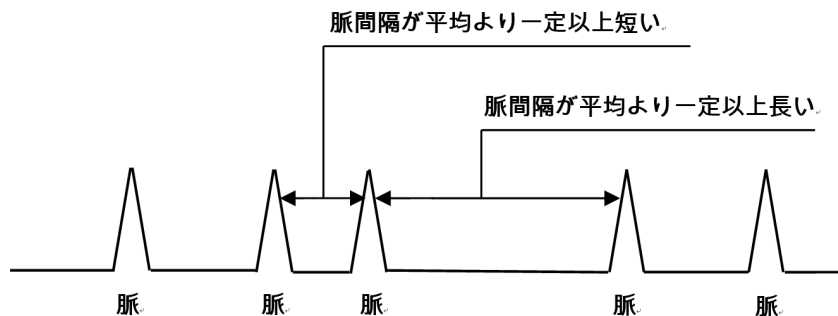
脈とは

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、平均の脈間隔からある一定以上差のある脈を IHB と呼んでいます。




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（3 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、平均の脈間隔から一定以上の差が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？

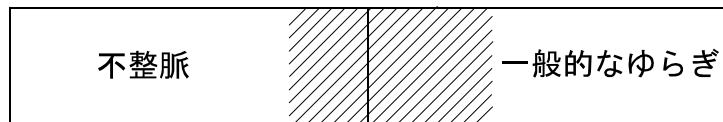
脈間隔のゆらぎ原因のひとつ「不整脈」は、脈を作り出す電気系統に異常がある場合に起こる病気とされています。

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言われます。

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

- 何度測定しても IHB マークが表示される場合は、医師にご相談ください。



IHB マーク点灯範囲

血圧Q & A

Q. 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くと、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。

Q. 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

(👉 次ページへ続く)









(☞ 前ページから続く)

A つづけて測定して、手首がうっ血していませんか？


手首は圧迫されると、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、手首を高く上げ、手のひらを握ったり開いたりしてください。

修理を依頼する前に


エラー表示が出たときは

エラー表示	原因	内容・対処のしかた
 	測定中に腕や身体を動かした	手首や身体を動かさないようにして、もう一度測定してください。 (☞ 9~11 ページ)
	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。 (☞ 7~8 ページ)
<small>(脈拍数表示部)</small> 	カフを正しく巻いていない(脈拍が正確に測定できていない)	カフを正しく巻きなおして、もう一度測定してください。 (☞ 7~8 ページ)
   	機器の故障	乾電池を外して開始/終了ボタンを押してから、乾電池を入れなおしてください。 (☞ 4~5 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／終了ボタンを押しても何も表示されない	乾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。 (☞ 4～6 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。 (☞ 4～5 ページ)
圧力があがらない	 が点滅していませんか？	乾電池を交換してください。 (☞ 4～6 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。 (☞ 7～8 ページ)
	測定中、安静にしていたか？	測定中は、話したり動いたりせず、安静にしてください。 (☞ xiii ページ)
	手首の高さは正しいですか？	正しい姿勢で座り、手首が心臓の高さになるようにしてください。 (☞ 9 ページ)
	—	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。

こんなとき	ここを確認	対処のしかた
測定のために 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？	手首や身体を動かさないようにし て、もう一度測定してください。 (☞ 9～11 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。 (☞ 27 ページ)
そのほかの現象	病院での測定値と異な るときは・・・	手首や身体を動かさないようにし て、もう一度測定してください。 (☞ 9～11 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。

技術資料

本製品は、医用電気機器の安全使用のための EMD (電磁妨害) 規格 IEC60601-1-2:2014 に適合しています。EMD に関わる技術的な説明を以下に記載します。

注意

- 医用電気機器は、EMD に関して特別な注意が必要です。
- 携帯及び移動形の高周波 (RF) 通信機器 (例えば携帯電話) は、医療用電子機器に影響を与えることがあります。指定以外のケーブルや付属品の使用は装置のエミッションの増加やイミュニティの低下をもたらすことがあります。
- 医用電気機器は以下に示す EMD 情報に従って、設置・提供する必要があります。

－電磁エミッション－

エミッション試験		適合性
RF エミッション	CISPR 11	グループ 1、クラス B
高調波電流	IEC 61000-3-2	クラス A
電圧変動／フリッカ	IEC 61000-3-3	適合

－電磁イミュニティ：外装ポーター

イミュニティ試験		試験レベル
静電気放電 (ESD)	IEC 61000-4-2	接触：±8 kV 気中：±2 kV、±4 kV、±8 kV、±15 kV
放射 RF	IEC 61000-4-3	10 V/m
RF 無線通信機器からの近傍電磁界	IEC 61000-4-3	別表 1 (次頁)
電源周波数磁界	IEC 61000-4-8	30 A/m 50/60 Hz

－電磁イミュニティ：交流入力電源ポーター

イミュニティ試験		試験レベル
電氣的ファーストトランジェント/ バースト	IEC 61000-4-4	±2 kV 繰り返し周波数：100 kHz
電圧サージ	IEC 61000-4-5	±0.5 kV、±1 kV ライン-ライン間
伝導 RF	IEC 61000-4-6	0.15MHz ~ 80MHz の間で 3V、 0.15MHz ~ 80MHz の ISM 帯域及びアマチュア無線帯域で 6V、 80%振幅変調 (1kHz)
電力供給ラインに於ける電圧ディップ、 短時間停電及び、電圧変動	IEC 61000-4-11	0% U_T 0.5 周期 位相角 0° 45° 90° 135° 180° 225° 270° 315° 0% U_T 1 周期及び 70% U_T 25/30 周期 単相 位相角 0°
短時間停電	IEC 61000-4-11	0% U_T 250/300 周期

別表

RF 無線通信機器に対する外装ポートイミュニティ試験仕様

試験 周波数 MHz	帯域 MHz	通信サービス	変調	最大 電力 W	分離 距離 m	イミュニティ 試験レベル V/m
385	380 ~ 390	TETRA 400	パルス変調 18 Hz	1.8	0.3	27
450	430 ~ 470	GMRS 460 FRS 460	周波数変調 ±5 kHz 偏移 1 kHz 正弦波	2	0.3	28
710	704 ~ 787	LTE Band 13、17	パルス変調 217 Hz	0.2	0.3	9
745						
780						
810	800 ~ 960	GSM 800/900 TETRA 800 CDMA 850 LTE Band 5	パルス変調 18 Hz	2	0.3	28
870						
930						

1720	1700 ~ 1990	GSM 1800	パルス変調 217 Hz	2	0.3	28
1845		CDMA 1900				
1970		GSM 1900 DECT LTE Band 1、3、4、25 UMTS				
2450	2400 ~ 2570	Bluetooth WLAN 802.11 b/g/n RFID 2450 LTE Band 7	パルス変調 217 Hz	2	0.3	28
5240	5100 ~ 5800	WLAN 802.11 a/n	パルス変調 217 Hz	0.2	0.3	9
5500						
5785						

仕様について

仕 様

販 売 名	手首式血圧計 BPW-102
型 名	BPW-102
測 定 方 式	オシロメトリック方式
圧力測定範囲	0~299mmHg
圧力測定精度	圧力：±3mmHg
血圧測定範囲	最高血圧：60~279mmHg 最低血圧：40~200mmHg
脈拍測定範囲	40~180 拍/分
脈拍測定精度	脈拍数：読み取り数値の±5%以内
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 60 回、測定状態表示バー、血圧レベル表示、 平均値表示、不規則脈波検出 (I H B)
加 圧	自動加圧方式
排 気	急速排気機能付ポンプ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
I P 保 護 等 級	IP20 ※IP 保護等級とは、IEC60529 によって規定された筐体による保護の分類です。本製品は、指などの直径 12.5mm 以上の固形物に対して保護されています。水の侵入に対する保護はありません。
電 源	単 4 形アルカリ乾電池 2 個 (DC3V)

乾電池の 寿命目安	単4形アルカリ乾電池2個使用時 約250回 (室温23°C、170mmHg加圧の場合)
外形寸法	幅56(mm)×高さ88(mm)×厚み21.5(mm) カフを除く
本体質量	約90g(乾電池を除く)
使用温湿度	+10°C~+40°C、15~85%RH/800hPa~1060hPa
輸送・保管温湿度	-20°C~+60°C、10~95%RH/700hPa~1060hPa
付属品	お試し用単4形アルカリ乾電池2個、取扱説明書(保証書付き)・ 添付文書
医療機器 認証番号	304AHBZX00027000
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

本製品はJIS規格JIS T 1115(非観血電子血圧計)及び
EMD規格IEC 60601-1-2:2014に適合しています。

※ お断りなく仕様を変更する場合がありますのでご了承ください。

アイリスオーヤマ株式会社

ヘルスケア事業部 〒980-8510 仙台市青葉区五橋2丁目12番1号
ホームページ <https://www.irisohyama.co.jp/>

製品に関するお問い合わせ 9:00~17:00(年末年始・会社都合による休日を除く)

アイリスコール
(通話料無料) **0120-821-109**

Webからのお問い合わせは <https://www.irisohyama.co.jp/support>

●お問い合わせの際は製品の型番をお調べいただき、説明書・ご購入履歴のわかるもの・メモのご用意をお願いします。

暮らしに便利なお役立ち情報サイト <https://www.iris-kurashi.com/>

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、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
 - 8 一般家庭以外（例えば業務用）に使用された場合の故障および損傷
- 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 in Japan.

製品のお問い合わせはアイリスコールへ

【受付時間】 9 : 00 ~ 17 : 00

(年末年始・会社都合による休日を除く)

通話料無料 0120-821-109

アイリスオーヤマ ヘルスケア事業部

〒980-8510 仙台市青葉区五橋2丁目12番1号

保証書

このたびは、手首式血圧計をお買い上げいただきましてまことにありがとうございます。本製品が、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、お買い上げの販売店またはアイリスコールにご相談ください。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	手首式血圧計
型名	BPW-102
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1年間

機械器具 (18) 血圧検査又は脈波検査用器具
管理医療機器 自動電子血圧計 (JMDN コード : 16173000)

手首式血圧計 BPW-102

【禁忌・禁止】

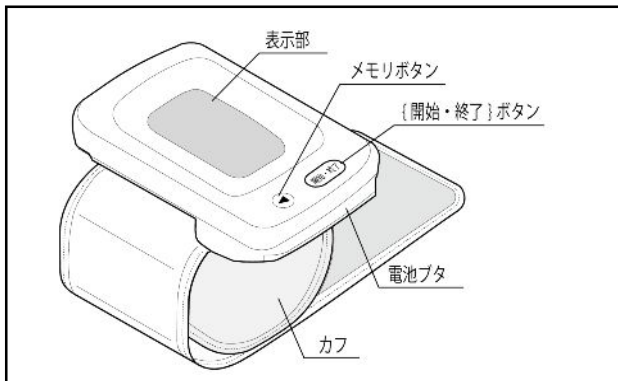
＜使用方法＞

(血圧計を適正にご使用いただくための注意事項です。)

- 測定結果の自己判断、治療はしないでください。医師の指示に従ってください。[病気が悪化することがあります。]
- 病院内の麻酔ガスなど可燃性ガスの近くで使用しないでください。[引火の可能性があります。]
- 病院内の高圧酸素室や酸素テント内など高濃度酸素下では使用しないでください。[発火の可能性があります。]

【形状・構造及び原理等】

(1) 各部の名前 BPW-102



標準付属品

取扱説明書 (保証書付き)	1 冊
添付文書	1 冊
単 4 形アルカリ乾電池 (お試用)	2 個

(2) 体に接触する部分の原材料

カフ : ナイロン

(3) 本体寸法及び重量

寸法 : 56(幅)×88(高さ)×21.5(奥行)mm (カフを除く)
質量 : 約 90g (乾電池を除く)

(4) 電気的定格

電源 : DC3V (単 4 形乾電池 2 個)
電撃保護 : 内部電源機器 BF 形装着部

(5) 作動・動作原理

カフ圧力を最高血圧以上に加圧後、徐々に減圧すると、カフ内圧力に心拍に同期した脈動現象が現れます。この脈動は、出始めは小さく、減圧に従い大きくなり、やがて最大振幅を示した後、再び小さくなる山型のパターンになります。オシロメトリック方式の血圧計は、この脈動分の振幅波情報マイクロコンピュータで解析して最高血圧及び最低血圧を決定しています。本血圧計の測定はポンプによって加圧中、圧力上昇時に脈波を検出して測定を行います。

(6) 品目仕様等

測定方式 : オシロメトリック方式
圧力測定範囲 : 0~299mmHg
脈拍測定範囲 : 40~180 拍/分
精度 : 圧力 ±3mmHg(カフ内圧力表示の誤差)
: 脈拍数 読み取り数値の±5%
測定可能手首周 : 約 13.5~21.5cm
動作温湿度 : +10~+40℃、15~85%RH、800~1060hPa
保存温湿度 : -20~+60℃、10~95%RH、700~1060hPa

本製品は JIST1115 (非観血式電子血圧計) 及び EMD 規格 IEC60601-1-2:2014 に適合しています。

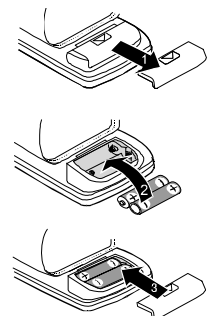
【使用目的又は効果】

健康管理のために収縮期血圧及び拡張期血圧を非観血的に測定すること。

【使用方法等】

(1) 電池の入れ方

- 電池ボタンを開ける。
電池ボタンのツメを矢印の方向に引きながら、開けてください。
- 乾電池 (2 個) 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。
- 電池ボタンを閉める。
電池ボタンを矢印の方向に押し、「カチッ」と音がするまで閉めてください。



(2) カフの巻き方

- カフを広げて手首に着ける。
- 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、カフの位置を手首の関節から 1cm 離してください。
- カフを巻きつける。
カフの端を手前に引きながら、手首に巻きつけてください。
- 面ファスナーでとめる。
カフと手首の間に隙間のないようにぴったりと巻いてください。

(3) 血圧測定方法

- 正しい姿勢で座る。
- 腕をテーブルや台にのせ、手のひらを上にして軽く開く。
- 手首が心臓の高さになるようにする。
- {開始・終了} ボタンを押す。
- 自動で加圧が開始し、測定が始まります。
- 測定が終了すると測定結果と血圧レベル (※ 1) を表示し自動的にカフに残っている空気を排気します。測定中に不規則な脈が含まれていた場合 I H B マーク (※ 2) を表示します。

取扱説明書を必ずご参照ください。

7. 測定結果を確認したら {開始・終了} ボタンを押して電源を切ってください。


(※ 1~2) …取扱説明書を参照してください。




【使用上の注意】

＜使用注意＞ (次の患者には慎重に適用すること)

- ・ 手首に重度の血行障害のある人は必ず医師と相談のうえ使用してください。
[体調不良をおこすおそれがあります。]
- ・ 傷など未治癒の手首にカフを巻かないでください。
[症状が悪化する可能性があります。]
- ・ 点滴や輸血を行っている手首にカフを巻かないでください。
[怪我や事故をおこす恐れがあります。]
- ・ 糖尿病、肝臓病、動脈硬化、高血圧症等で末梢循環障害のある場合は血圧値に差が出る場合があります。また測定部位の血流が小さい場合、血管音が非常に小さい場合、不整脈のある場合、血管雑音が多い場合は、使用前に医師に相談してください。
[測定値に誤差が生じたり、測定できない可能性があります。]
- ・ 降圧剤を使用の方は、薬の効果が切れたときに血圧が高くなる場合があります。

＜重要な基本的注意＞

- ・ 装置の異常発生時や測定を中断する場合は、{開始・終了}ボタンを押します (カフから空気が急速に抜け、測定が中止されます。)
- ・ 正確に値を測定するために、手首のカフの高さが心臓の高さと同じになるようにしてください。
- ・ リラックスして安静にして測定してください。
- ・ 身体を動かしたり、おしゃべりをしないでください。
- ・ 運動や入浴後は数十分たってから測定してください。
- ・ カフは正しく巻かないと測定できない場合があります。また衣類の上から巻くと測定誤差の原因になります。
- ・ 途中で測定を中止したい場合はもう一度[開始/終了]ボタンを押すと止まります。
- ・ 本機は万一電源を切り忘れても約 1 分後に自動的に電源が切れるオートパワーオフ機能を備えています。
- ・ 表示部に  マークが点滅した場合は、乾電池を 2 個同時に新しいものと交換してください。

マーク	表示の条件		対処の仕方
	(電池の残量を表示します。)		
		電池は十分残っています。	そのままお使いください。
		表示が点滅する場合は、電池が消耗しています。	乾電池を 2 個同時に新しいものと交換してください。

- ・ 直射日光が長時間当たる場所では使用しないでください。
- ・ ほこり、塩分、イオウ分などを含んだ空気のない場所でご使用ください。
- ・ 傾斜、振動、衝撃などのない場所でご使用ください。
- ・ 他の医療用具や器具と接続しないでください。事故のおそれがあります。
- ・ 携帯電話など電磁波を発生する機器を近づけないでください。誤作動の恐れがあります。
- ・ 本製品は、測定値が 299mmHg を超えると、エラー表示し自動的に急速排気を行い、異常加圧の危険を回避します。

【保管方法及び有効期間等】

(1) 保管方法

高温・高湿・直射日光は避けてください。また、ホコリの多いところも避けてください。
長期間 (約 1 ヶ月) 使用しない場合は、乾電池を取り出してください。

(2) 耐用期間

5 年もしくは 3 万回のいずれか早く達した方とする。
(自己認証による) ※消耗部品は除く。

【保守・点検に係る事項】

＜使用者による点検事項＞

- ・ しばらく使用しなかったときには、使用前に必ず作動すること (電源が入る、加圧するなど) を確認してからご使用ください。
- ・ 汚れていたり濡れていないかを確認してください。汚れは水や中性洗剤をしみこませた布を固く絞って拭いてください。
シンナー、ベンジン、アルコール等の溶剤を使用しないでください。

【主要文献及び文献請求先】

主要文献 高血圧治療ガイドライン 2019

文献請求先 JCOPY 出版者著作権権利機構
電話 : 03-3513-6969

***【製造販売業者及び製造業者の氏名又は名称等】**

製造販売業者：株式会社イー・アンド・デイ
〒364-8585 埼玉県北本市朝日 1-243

販売元：アイリスオーヤマ株式会社 ヘルスケア事業部
〒980-8510 仙台市青葉区五橋 2 丁目 12 番 1 号

問い合わせ先：0120-821-109 (アイリスコール)