

## 品質保証書

このたびは、オムロン商品をお買い求めいただきありがとうございました。商品は厳重な検査をおこない高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は無償修理または交換いたします。

※商品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。

This warranty is valid only in Japan.

※以下につきましては、必ず販売店にて、記入捺印していただいでください。

販売名 オムロン デジタル自動血圧計HEM-637IT

ご芳名

ご住所

TEL ( )

お買い上げ店名

印

住所

TEL ( )

お買い上げ年月日 年 月 日

製造販売元

オムロンヘルスケア株式会社

〒615-0084 京都府京都市右京区山ノ内山ノ下町24番地



## オムロン健康商品のお問い合わせは

修理のご用命、別売品・消耗部品のお求めも、この電話で承ります。  
修理には、便利な引き取りサービスをご利用ください。



オムロンお客様サービスセンター ダイヤルは正確に

電話 **0120-30-6606** 通話料無料

FAX **0120-10-1625** 通話料無料

受付時間 9:00~19:00 月~金(祝日を除く)  
都合によりお休みをいただいたり、受付時間帯を変更させていただくことがありますのでご了承ください。

ホームページ <http://www.healthcare.omron.co.jp/>

※通話料はお客様ご負担となります。  
(別売品・消耗品は、インターネットでもお求めいただけます。)

1627946-8F

# 取扱説明書



Intelli<sup>TM</sup>  
sense  
インテリセンス  
血圧計

- このたびは、オムロン商品をお買い上げいただきましてありがとうございました。
- 安全に正しくお使いいただくため、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。
- 本書は、いつもお手元においてご使用ください。
- 本書は品質保証書を兼ねています。紛失しないように保管してください。

A Good Sense of Health

OMRON

## オムロン デジタル自動血圧計 HEM-637IT

### 目次

ご使用の前に .....2~20

測定のしかた .....21~40

設定モード .....41~58

血圧とは .....59~71

困ったときに・保証など .....72~82

■ 本書に記載しているイラストはイメージ図です。

# 目次

## ご使用の前に

安全上のご注意	2
次のものが入っていますか?	7
各部の名前	9
この血圧計の使い方	11
電池を入れる	13
時計を合わせる	16

## 測定のしかた

手首カフを巻く	21
正しい姿勢	25
血圧を測定する	27
グラフ機能	35
メモリ機能	39

## 設定モード

設定を変えるには	41
自動メモリ	43
手首高さガイド	45

測定	48
アラーム	50
時刻	53
メモリ全消去	55
全初期化	57

## 血圧とは

手首式血圧計について	59
測定Q&A	63
(測定値が高い/低いときなど)	

## 困ったときに・保証など

エラー表示が出たときは	72
おかしいな?と思ったら	75
お手入れと保管	78
仕様	80
別売品について	81
保証規定	82
品質保証書	裏表紙

# 安全上のご注意

お使いになる前に必ずお読みください

- ここに示した警告サインと図記号の例は、製品を安全に正しくお使いいただき、お使いになる人や、他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するためのものです。
- 表示と意味は次のようになっています。

### 警告サインの内容について

## ⚠ 注意

誤った取り扱いをすると、人が傷害を負ったり物的損害\*の発生が想定される内容を示します。

\*物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットに関わる拡大損害を示します。

### 図記号の例



●記号は強制(必ず守ること)を示します。具体的な強制内容は、●の中や近くに文章や絵で示します。  
上図の場合は、“一般的な強制”を示します。



⊘記号は禁止(してはいけないこと)を示します。具体的な禁止内容は、⊘の中や近くに文章や絵で示します。  
上図の場合は、“分解禁止”を示します。

**⚠ 注意**

測定結果の自己判断、治療は危険ですので医師の指導に従ってください。

- 自己判断は、病気を悪化させることがあります。
- 糖尿病、高脂血症、高血圧症などにより、動脈硬化が進むと末梢循環障害を引き起こすことがあります。このような場合、手首と上腕の血圧値に大きな差が見られることがあります。



必ず守ること

重度の血行障害または血液疾患のある方は、医師の指導のもとで使用ください。

- 圧迫により一時的に内出血が発生することがあります。

乳幼児や自分で意思表示できない人には使用しないでください。

- 事故やトラブルの原因になります。



してはいけないこと

血圧測定以外の目的で使用しないでください。

- 事故やトラブルの原因になります。

この製品の近くで携帯電話を使用しないでください。

- 誤動作する恐れがあります。



分解禁止

血圧計の本体や手首カフは、分解や改造をしないでください。

- 正しい測定ができなくなります。

**⚠ 注意**

万一、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してください。

- 失明など障害の恐れがありますので医師の治療を受けてください。

万一、電池の液が皮膚や衣服に付着した場合は、すぐに多量のきれいな水で洗い流してください。

- けがなどの恐れがあります。

電池は乳幼児の手の届かないところに置いてください。

- 乳幼児が電池を飲み込む恐れがあります。万一、電池を飲み込んだ場合はすぐに医師に相談してください。



必ず守ること

電池の ⊕ ⊖ を間違えないようにしてください。

使い切った電池はすぐに取り外し、2本同時に新しいものと交換してください。

長期間(3ヵ月以上)使用しないときは、電池を取り出しておいてください。

- 漏液、発熱、破裂などを起こし、本体を破損させる恐れがあります。

新しい電池と古い電池、種類のちがう電池を同時に使用しないでください。

- 漏液、発熱、破裂などを起こし、本体を破損させる恐れがあります。



してはいけないこと

### お願い

手首カフを無理に広げたり、折り曲げたりしないでください。

手首カフを手首に巻かない状態で加圧をしないでください。

本体に強いショックを与えたり、落としたりしないでください。

通信コネクタには異物を入れないでください。

### お願い

別売品の専用USBケーブルについて

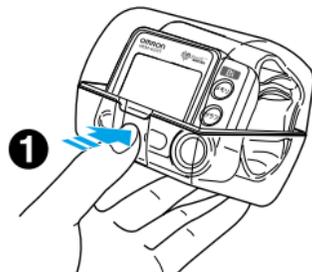
- 別売品およびパソコンの取扱説明書をよく読んでから使用してください。
- 故障の原因になりますので、通信中に専用USBケーブルを抜き差ししないでください。
- 故障の原因になりますので、専用USBケーブルを抜いてから本体の電池を交換してください。
- 故障の原因になりますので、濡れた手で専用USBケーブルを抜き差ししたりコネクタを触らないでください。
- 故障の原因になりますので、専用USBケーブルを接続したまま放置しないでください。

# 次のものが入っていますか？

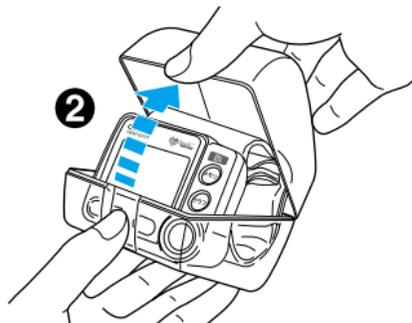
製品は収納ケースの中に入っています。  
収納ケースから取り出して確認してください。

## 収納ケースの開け方

① 収納ケースを手のひらに乗せ、親指を収納ケースのくぼみにかける



② もう一方の手で収納ケースのツメを親指で手前に引きながら上に収納ケースを開く



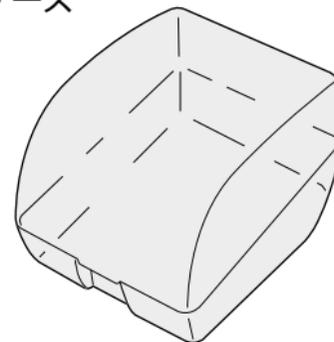
※ 携帯時や保管時は収納ケースに入れてください。

箱の中には次のものが入っています。

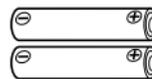
1. 本体



2. 収納ケース



3. お試し用電池  
(単4形アルカリ乾電池2本)



付属の電池はお試し用電池  
です。300回以内に寿命  
が切れることがあります。

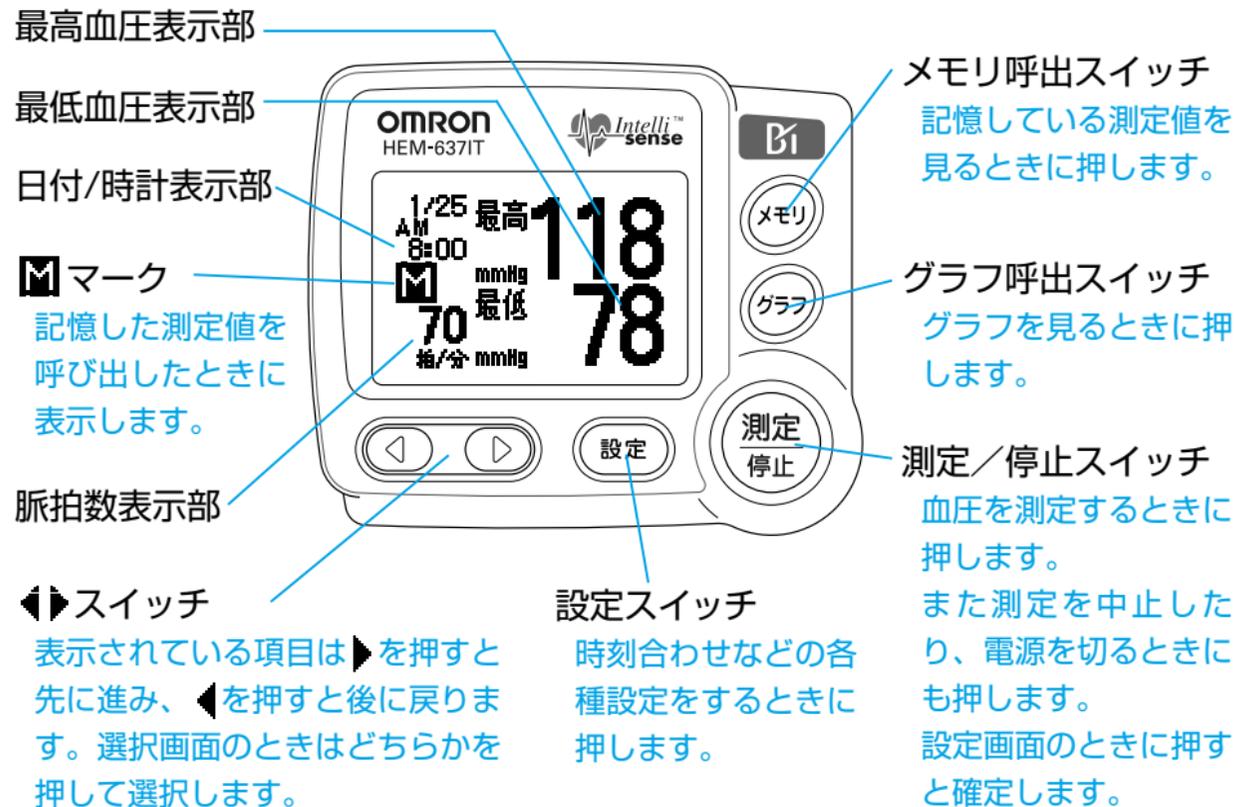
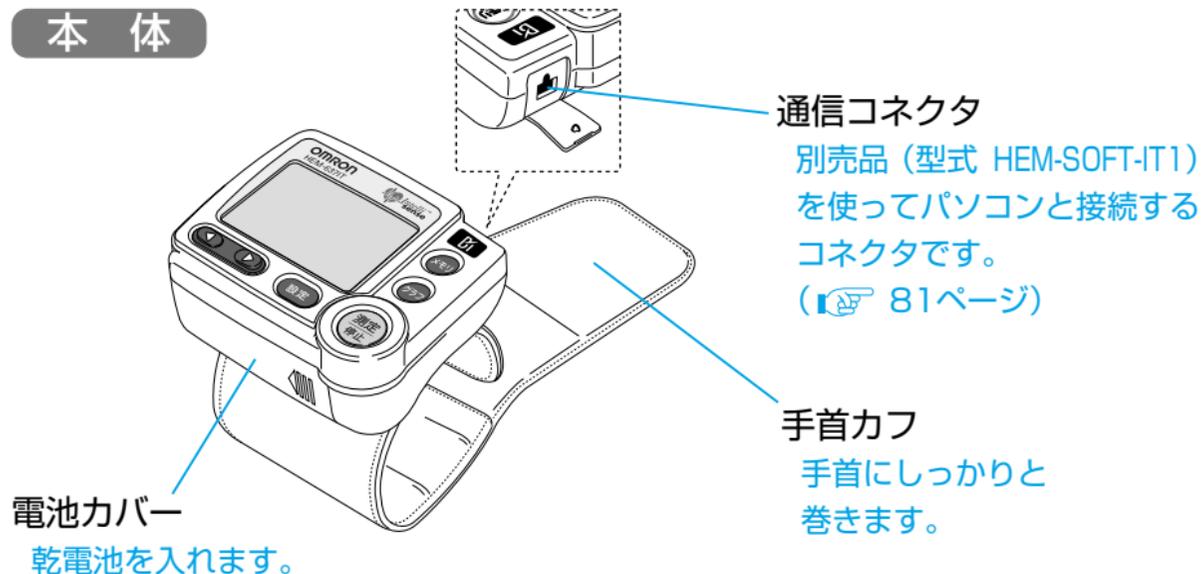
4. 取扱説明書  
(本書：品質保証書付き)

5. 医療機器添付文書

万一、不足のものがありましたら、オムロンお客様サービスセンター  
(☎電話 0120-30-6606) までご連絡ください。

# 各部の名前

## 本体



# この血圧計の使い方

HEM-637ITは、このような流れで使います。

## 準備する



### 電池を入れる

この製品は、本体に電池を入れてから使います。(☞ 13ページ)

### 時計を合わせる

電池を入れたら、必ず日付・時刻を合わせてください。(☞ 16ページ)

## 血圧を測定する



### 手首カフをピッタリ巻き上げる

手首カフを正しく巻いてください。(☞ 21ページ)

### スイッチを押して測定する

手首を「心臓(乳頭)の高さ」に合わせてください。適正な測定位置をお知らせする「手首高さガイド」機能がついています。(☞ 27ページ)

## 測定結果を見る



最高血圧値

最低血圧値

脈拍数

### 測定結果は自動的に記憶されます

### 記憶した測定結果を見る(メモリ機能)

90回分の測定結果を自動記憶しますので、継続測定に便利です。グラフ表示もできます。

・91回以降は古い測定値から順に自動的に消去されます。(☞ 39ページ)

## 「手首高さガイド」機能とは?

測定するときに、正しい姿勢になるように表示とブザーでお知らせする機能です。

・手首高さガイドの見方  
(☞ 29~31ページ)

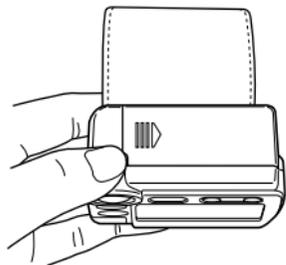


適正な位置になると、「ピッピッピッ…」と鳴り、自動的に加圧が始まり、測定を開始します。

# 電池を入れる

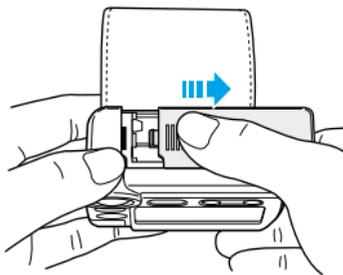
この製品は本体に電池を入れてから使用します。

## 1 電池カバー部を上にする



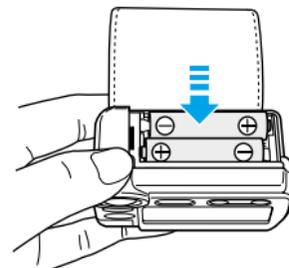
## 2 電池カバーを外す

電池カバーのギザ加工部を押し下げてから矢印方向にずらします。



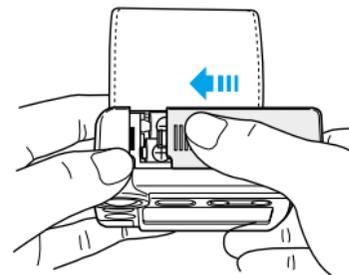
## 3 電池を入れる

単4形の電池2本を ⊕ ⊖ の表示に合わせて入れます。  
ばねのでているほうが ⊖ です。



## 4 電池カバーを閉める

図のようにすべらせながら“カチッ”と音がするまで閉めます。



※ はじめて電池を入れた後や、電池を交換した後は、必ず日付・時刻を合わせてください。(📖 16ページ)

## 電池を入れる

### 電池の寿命と交換について

- 約300回測定できます。  
(単4形アルカリ乾電池(2本)使用、室温22℃、1日3回170mmHg加圧の場合)  
※ 付属の電池はお試し用です。300回以内に寿命が切れることがあります。  
※ 室温が低い場合や加圧が170mmHgを超える場合は測定回数は短くなります。
-  マークのみが点滅表示したときは、電池が消耗しています。  
2本同時に新しい電池(同じ種類のもの)と交換してください。
- 電池の交換は本体の電源が切れている状態でおこなってください。
- 電池を交換したり取り外した場合は、必ず日付・時刻の設定をし直してください。
- 使用済みの電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。

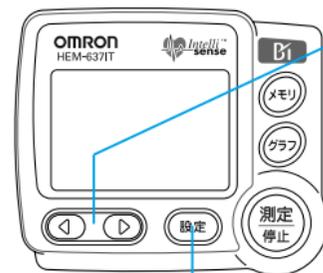
## 時計を合わせる

はじめて電池を入れたときや電池を交換したとき、全初期化したときは、必ず日付・時刻を合わせてください。

この血圧計は測定値を自動的に90回分記憶します。正しく日付・時刻を合わせずに使用すると、誤った日付・時刻で測定値が記憶されます。継続的な血圧管理のためにも日付・時刻を正しく合わせてご使用ください。

### 使用するスイッチ

この手順では、次のスイッチを使います。



### ◀▶ スイッチ

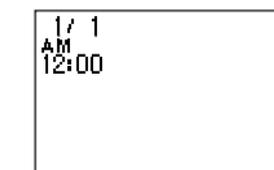
日付・時刻を設定するとき、▶を1回押すごとに1つ先に進み、◀を1回押すごとに1つ後に戻ります。押し続けると早送りします。最初はゆっくり1回ずつ必要回数押してください。(西暦年なら「1年」、月なら「1ヵ月」単位で変化します。)

### 設定スイッチ

設定中に押すと点滅している項目を確定して、次の項目に進みます。

## 時計を合わせる

- 1** 電池を入れた後、**測定／停止スイッチを押す**  
初期画面の表示後、「時刻」画面になり「西暦年」が点滅します。
- 2** 表示部の「西暦年」を確認する  
違う場合は◀▶スイッチを押して、現在の「西暦年」を表示させます。  
▶を押すと1年ずつ進みます。  
◀を押すと1年ずつ戻ります。  
※設定範囲は2001年～2030年です。  
「2030」を超えると「2001」に戻ります。
- 3** 「西暦年」を合わせたら**設定スイッチを押す**  
「西暦年」が確定し、「月」が点滅表示します。



初期画面



「時刻」画面



「月」点滅画面

- 4** 表示部の「月」を確認する  
違う場合は◀▶スイッチを押して、現在の「月」を表示させます。  
▶を押すと1月ずつ進みます。◀を押すと1月ずつ戻ります。  
※「12」を超えると「1」に戻ります。
- 5** 「月」を合わせたら**設定スイッチを押す**  
「月」が確定し、「日」が点滅表示します。
- 6** 表示部の「日」を確認する  
違う場合は◀▶スイッチを押して、現在の「日」を表示させます。  
▶を押すと1日ずつ進みます。  
◀を押すと1日ずつ戻ります。  
※「月末」を超えると「1」に戻ります。



「日」点滅画面

## 時計を合わせる

- 7** 「日」を合わせたら  
**設定スイッチを押す**  
「日」が確定し、「時」が点滅表示します。

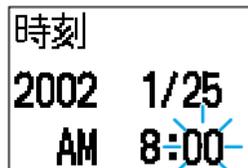
- 8** 表示部の「時」を確認する  
違っている場合は◀▶スイッチを押して、  
現在の「時」を表示させます。  
▶を押すと1時間ずつ進みます。  
◀を押すと1時間ずつ戻ります。

※設定範囲はAM12～AM11、PM12～PM11です。  
「PM11」を超えると最初の「AM12」に戻ります。  
※AMは午前、PMは午後の意味です。

- 9** 「時」を合わせたら  
**設定スイッチを押す**  
「時」が確定し、「分」が点滅表示します。



「時」点滅画面



「分」点滅画面

- 10** 表示部の「分」を確認する  
違っている場合は◀▶スイッチを押して、  
現在の「分」を表示させます。  
▶を押すと1分ずつ進みます。  
◀を押すと1分ずつ戻ります。  
※「59」を超えると「0」に戻ります。  
※▶スイッチを押したときに0秒に設定されます。  
時報などに合わせて押します。
- 11** 「分」を合わせたら  
**設定スイッチを押す**  
「分」が確定し、自動的に電源が切れます。  
※設定を間違えてもう一度やり直したいときは、  
設定スイッチを押して「時刻」画面にして変更してください。  
(☞ 53ページ)

## 手首カフを巻く

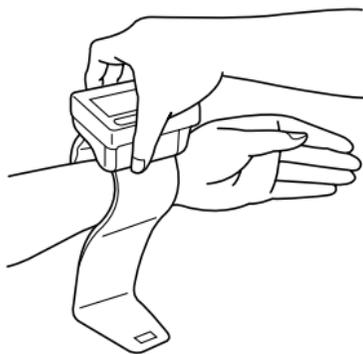
手首カフの巻き方は正しい測定のための大切なポイントのひとつです。手首にピッタリ巻き上げるようにしてください。

- お買い求めのときは左手で測定するように設定されています。右手で測定する場合は、設定モードで「測定」を「右手」に変更してください。  
( 48ページ)
- 手首カフは素肌の上に巻いてください。
- 衣服のそで口などを巻きこまないようにしてください。

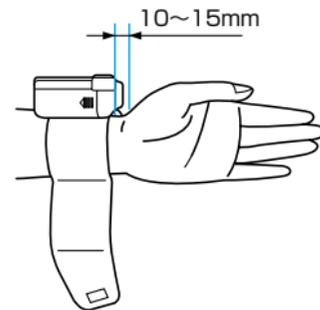
### 手首カフを正しく巻く（左手に巻く場合）

#### 1 手首カフを手首にかぶせる

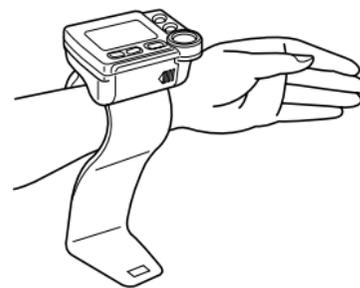
左手の親指側を上に向け、  
表示部を上にしてかぶせます。



※右図のように手首カフの端が手首と手のひらの境目から10～15 mm（人差し指1本分程度）あけてかぶせます。



右図のように手首にかぶせることができたか確認してください。



## 手首カフを巻く

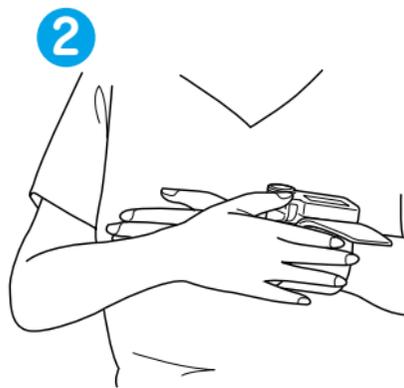
### 2 手首カフの先を持って引っ張りながら、ピッタリ巻き上げる

※ピッタリ巻かないと正しく測定できないことがあります。

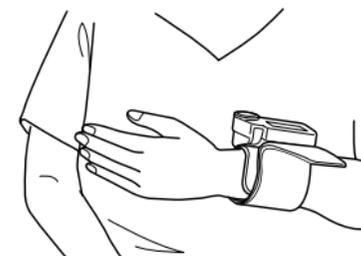
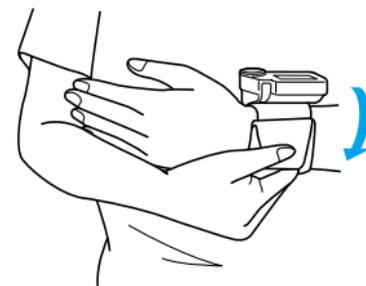
マジックテープの全面がピッタリつくように指で軽く押さえてください。

※マジックテープの全面がピッタリついていないと、測定中に手首カフがはずれ、測定できないことがあります。

※手首の細い方（手首周が145mm以下）は、ゆるく感じるがありますが、この場合、無理に巻き上げないでください。測定に影響はありません。



※手首カフの余った部分は折り返して止めると、手首カフの端が邪魔になりません。



※手首カフの余った部分が、止められていなくても測定には影響がありません。

### 右手で測定する場合

右手首でも測定できます。図のように装着してください。

※設定モードで「測定」を「右手」に設定してください。  
(📖 48ページ)



## 正確な測定には正しい姿勢も大切です



- 右手で左ひじを軽く支える。
- ひじを支点に血圧計と心臓の高さ（乳頭の位置）に合わせる。

- 1 背筋を伸ばして姿勢よく座りましょう。  
※ 前かがみにならないように注意してください。
- 2 測定前に深呼吸を5～6回した後、自然な呼吸に戻し、肩と腕の力を抜いて、全身をリラックスさせましょう。
- 3 測定するときは、もう一方の手でひじを支え、左図のように手首カフを心臓の高さ（乳頭の位置）に合わせましょう。  
※「手首高さガイド」が最適な高さをお知らせします。

### 正しい手首の状態

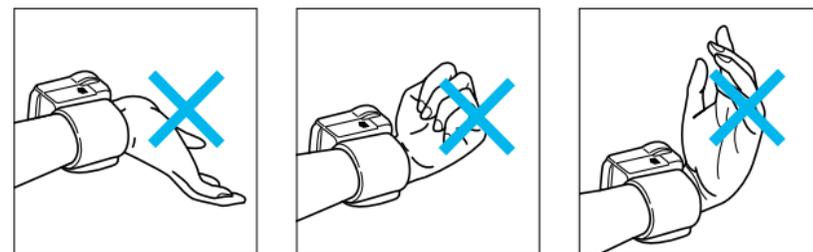
指に力を入れず、自然に伸ばした状態



## 避けていただきたい測定姿勢と手首の状態



もう一方の手で手首カフを支えないでください。誤った測定結果の原因になります。



手首カフの位置が適正でも、上図のような手首カフの状態のときは、血圧値が高く表示されることがあります。

# 血圧を測定する

スイッチを押して、手首高さガイドを見ながら手首を適正な測定位置に合わせると、自動的に測定を開始します。

測定の準備はできていますか？

- 手首カフは正しく巻けていますか？ ( 21ページ)
- 背筋を伸ばして、リラックスしていますか？ ( 25ページ)

複数の人が使用する場合、「自動メモリ」設定を「なし」にしてご使用ください。「あり」(記憶する)のまま測定すると、他人の測定値が自動的に記憶されてしまいます。※お買い求めのときは「あり」(記憶する)に設定されています。

## 手首高さガイドとは

血圧計を正しい位置 (心臓と同じ高さ) に合わせられるように表示とブザーで知らせる機能です。

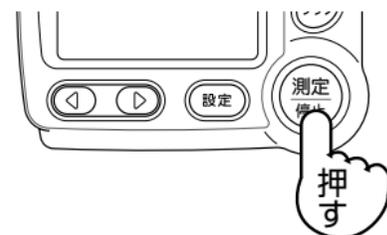
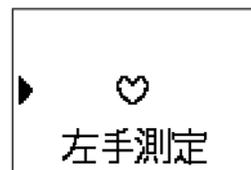
手首式血圧計の測定では、「手首の高さ」が大切なポイントのひとつです。手首が「心臓の高さ」よりも上だったり下だったりすると、正しい血圧を測定することはできません。この血圧計には、適正な測定位置をお知らせする「手首高さガイド」機能がついています。「手首高さガイドの見方」( 29~31ページ)

ここではお買い求めのときの設定、手首高さガイド「あり」、ブザー「あり」、測定「左手」で測定する場合を説明します。

※設定を変えるには 41ページ

## 1 測定/停止スイッチを押す

手首高さガイド画面が表示されます。



ひじを支えて身体を動かさないようにしてください。

## 血圧を測定する

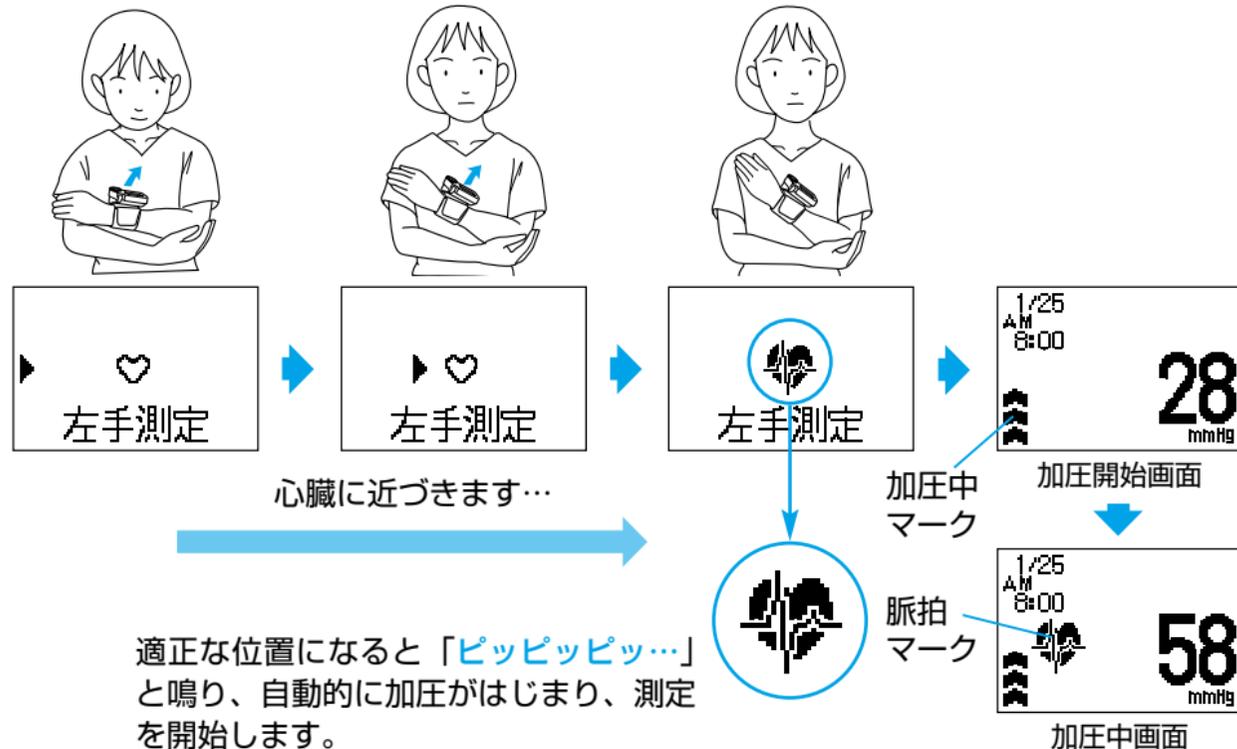
- 2 表示画面上の▶マークが♥に合うように、  
**ひじを支点に手首の高さを調整する**  
手首の動きを▶マークで示します。



### 手首高さガイドの見方

- 心臓の高さ(乳頭の位置)にくるように手首をゆっくり上げます。
  - 上げすぎて、マークが◀に変わったら、手首をゆっくりと下げます。
  - 心臓の高さになると「ピッピッピッ…」と鳴り、♥が⚡マークに変わり、測定を開始します。  
手首をその位置で止め、**測定結果を表示するまで動かさないでください。**
- ※ 手首の位置がずれると、正しい測定ができなかったり、測定エラーとなったりする場合があります。
- ※ 測定中に表示をのぞき込むと姿勢がくずれます。正しい姿勢を保ってください。  
(📖 25ページ)

### 手首をゆっくり上げていく

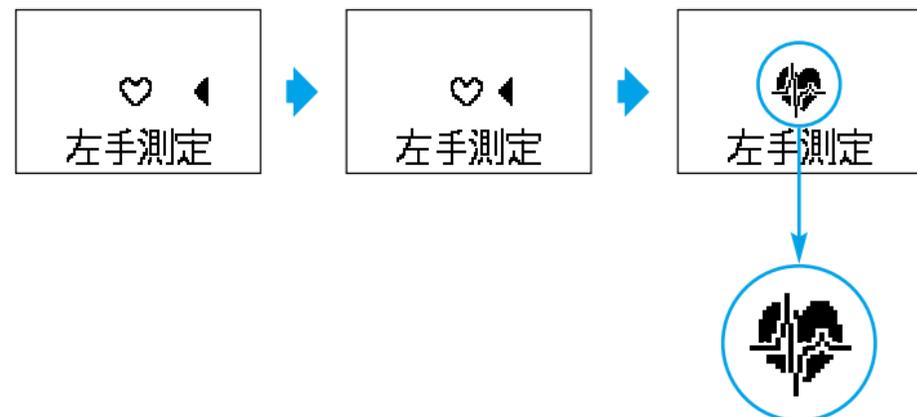


つづく

## 血圧を測定する

### 上げすぎたら、ゆっくりと下げる

手首が心臓よりも高くなると、◀マークでお知らせします。  
◀マークが心臓の高さ（♡）にくるように、ひじを支点に手首をゆっくり下げてください。



適正な位置になると「ピッピッピッ…」と鳴り、自動的に加圧がはじまり、測定を開始します。



### 3 測定値を確認する

測定が終了すると、排気マーク▼が点滅し、手首カフ内の空気が抜けます。  
測定結果（血圧値・脈拍数・日付・時刻）が表示されます。

- ※測定結果は自動的に記憶され、メモリ機能で確認することができます。（▶ 39ページ）
- ※測定できない、または血圧値が異常に高く（低く）表示されるときは（▶ 75ページ）
- ※測定中にマジックテープがはずれたときは、もう一度ピッタリ巻き、密着させてから測定し直してください。（▶ 21ページ）
- ※測定を中止したいときは測定／停止スイッチを押してください。加圧が止まり、手首カフの空気が抜けて、電源が切れます。



排気開始画面



測定結果表示画面

## 血圧を測定する

### 測定結果を拡大表示して見る

測定結果が表示されているときに▶を押すと、  
測定結果の最高血圧、最低血圧、脈拍の順に繰り返し拡大表示します。



測定結果が表示されているときに◀を押すと、  
測定結果の脈拍、最低血圧、最高血圧の順に繰り返し拡大表示します。

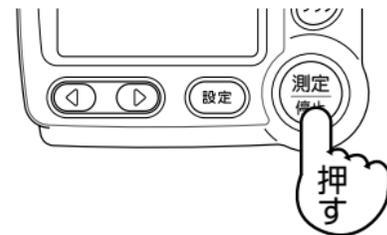


4

### 測定を終了する

測定/停止スイッチを押して電源を切ります。

※押し忘れても約2分後に自動的に電源が切れる  
オートパワーオフ機能がついています。



# グラフ機能

記憶した測定結果をグラフに表示することができます。

朝・昼・夜の3回、決まった時間帯に測定しておくで、1週間ごとの血圧値と脈拍数の変化が一目でわかります。

- グラフに表示されるデータは、朝・昼・夜の時間帯で各1データずつです。

朝データ：午前12時～午前9時59分の間で最後の測定値

昼データ：午前10時～午後5時59分の間で最後の測定値

夜データ：午後6時～午後11時59分の間で最後の測定値

※ 朝の時間帯で3回測っても、3回目の測定値だけがグラフとして表示されます。

※ 測定した値のない時間帯は、空欄で表示されます。

- グラフ表示は3種類あります。

全データグラフ：朝・昼・夜のデータすべてを1週間ごとに表示

朝データグラフ：朝データを1週間ごとに表示

夜データグラフ：夜データを1週間ごとに表示

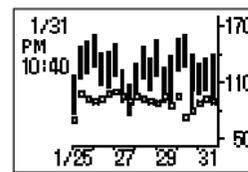
※ 昼データのみはグラフ表示はしません。

## グラフを表示する

### 1 グラフ呼出スイッチを押す

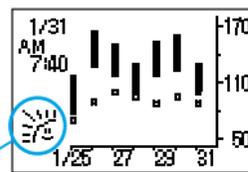


全データグラフが表示されます。



全データグラフ

もう一度、グラフ呼出スイッチを押すと、朝データグラフが表示されます。



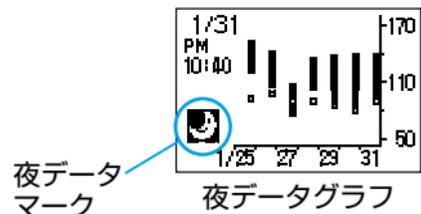
朝データマーク

朝データグラフ

## グラフ機能

もう一度、グラフ呼出スイッチを押すと、夜データグラフが表示されます。

※グラフ呼出スイッチを押すごとに、「全体」「朝」「夜」と繰り返し表示します。



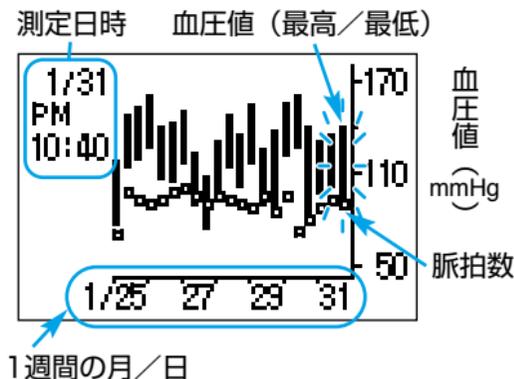
## 2 測定/停止スイッチを押して電源を切る

### グラフの見方

全データグラフを例に説明します。

グラフ呼出スイッチを押すと最新の測定結果を点滅表示します。

右の例では1月31日午後10時40分に測定。最高血圧140mmHg（たて棒の上）、最低血圧95mmHg（たて棒の下）、脈拍数90拍毎分（■）であることを表示しています。



### ※点滅しているデータについて

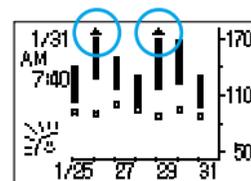
グラフ表示のときにメモリ呼出スイッチを押すと、点滅しているデータの詳細をMマークとともに表示します。また◀や▶を押して点滅位置を移動させることができます。再びグラフ呼出スイッチを押すと、グラフ表示に戻ります。



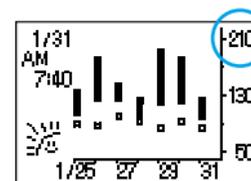
### 高血圧の方へ

#### 最高血圧が170mmHgを超えたときの表示

- 170mmHgを超えた最高血圧が2回ある場合は記号▲（170mmHgを超えている）でグラフ上に表示します。
- 3回以上170mmHgを超えた最高血圧が記憶されると記号▲が消えて自動的に高血圧タイプのグラフ表示（210mmHg表示）になります。



170mmHgを超えた最高血圧値が2回までの表示画面



高血圧タイプのグラフ表示画面

# メモリ機能

90回分の測定結果を自動的に記憶します。(メモリ機能)

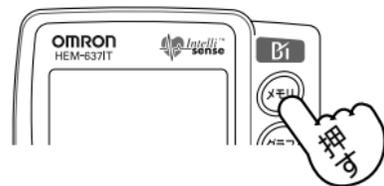
メモリ呼出スイッチを押すと測定結果を呼び出すことができます。

- 91回目以降は古い測定値から順に自動的に消去されます。
- メモリをすべて消去したいときは  55ページ
- 設定モードで自動メモリを「なし」に設定すると、測定値を記憶しないようにできます。(  43ページ)

※ 電池交換時、電池を抜いても記憶している測定値は保持されます。

## 1 メモリ呼出スイッチを押す

一番新しい測定値が、 マークとともに表示されます。



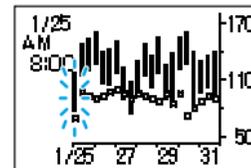
## 2 メモリ呼出スイッチを押し メモリを確認する

◀を押すごとに1つ前の測定値が表示されます。

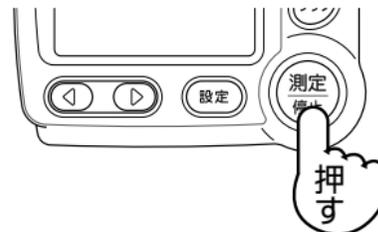
▶を押すと1つ元に戻ります。

※一番新しい測定値表示のときに▶を押すと、一番古い測定値を表示します。

※メモリ表示のときにグラフ呼出スイッチを押すと、1週間分の測定値（呼び出した測定値を含む）をグラフ表示で見ることができます。再度メモリ呼出スイッチを押すとメモリ表示に戻ります。



## 3 測定/停止スイッチを押して 電源を切る

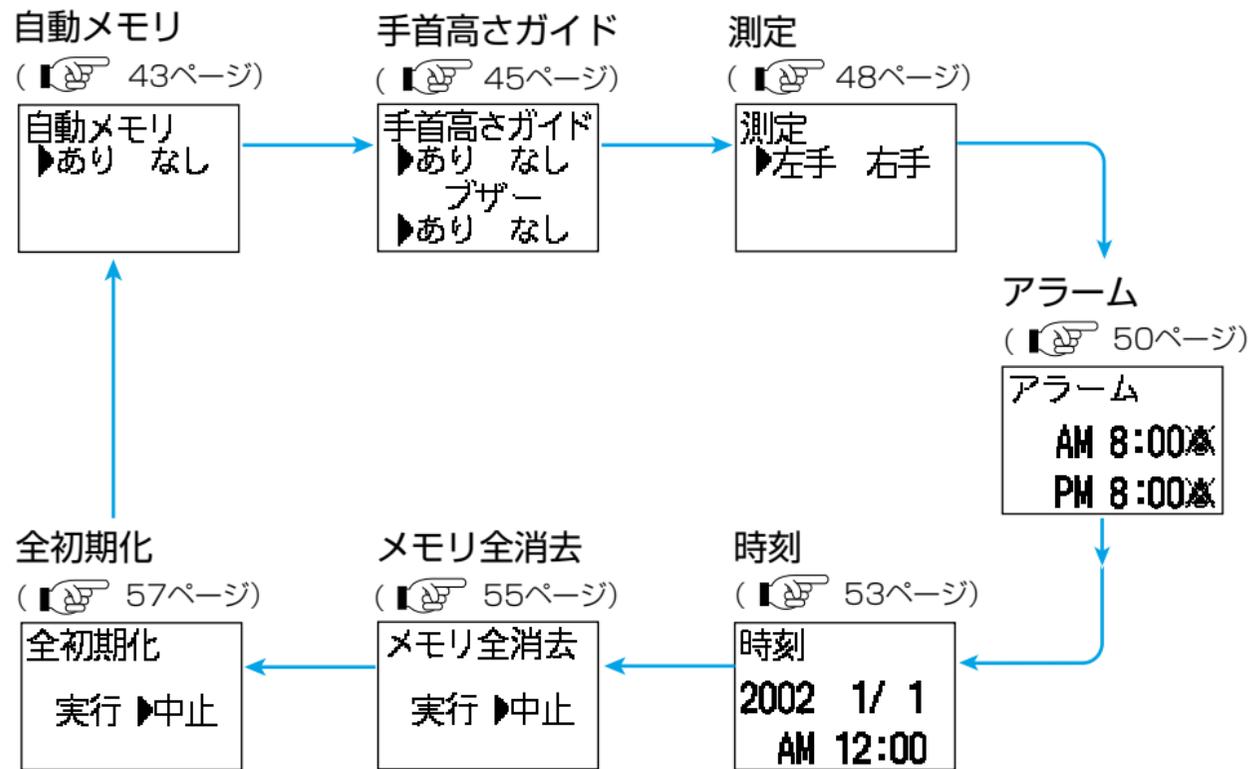
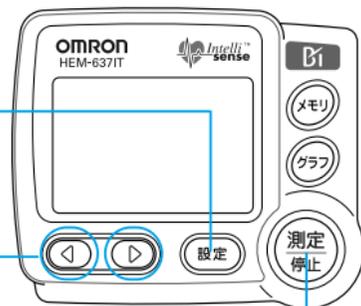


# 設定を変えるには

使い方に合わせて設定を変更することができます。  
「設定モード」には右図の項目があります。  
設定スイッチを押すと、次の設定画面に移ります。

## スイッチについて

- 電源の切れた状態で設定スイッチを押すと設定画面を順番に表示します。
- ◀▶スイッチで設定を選択したり、日付・時刻などの設定をします。
- 設定を終了する場合は、測定/停止スイッチを押します。

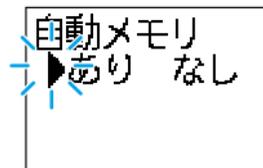


## 設定を変えるには

### □ 自動メモリ

測定値をメモリに「記憶する／しない」を設定します。  
測定値と測定日時を記憶しますので、継続的な血圧管理に役立ちます。  
ただし、複数の人でご利用になる場合は、複数の方の測定値が記憶されてしまいますので、自動メモリ設定を「なし」にしてご利用になることをおすすめします。

- 1 電源の切れた状態で  
自動メモリ画面が表示するまで  
**設定スイッチを押す**



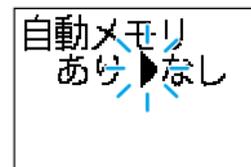
自動メモリ画面

- 2 ◀▶ スイッチを押して  
**「あり」または「なし」を選択する**

※お買い求めのときは「あり」（記憶する）に設定されています。

「なし」に設定するときは▶を押します。

※「なし」にした後、再び「あり」に設定するときは◀を押します。



自動メモリ「なし」画面

- 3 **設定スイッチを押す**

手首高さガイド画面が表示されます。

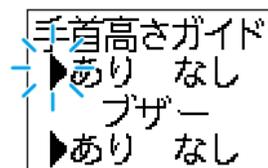
- 続けて手首高さガイドの設定をするときは、 45～47ページ
- ここで設定を終了するときは、測定／停止スイッチを押します。  
設定が確定し、電源が切れます。

## 設定を変えるには

### □ 手首高さガイド

手首高さガイド機能を「使用する／しない」と、手首高さガイドのブザー（「ピッピッピッ・・・」）を「鳴らす／鳴らさない」を設定します。

- 1 電源の切れた状態で  
手首高さガイド画面が表示するまで  
**設定スイッチを押す**



手首高さガイド画面

- 2 ◀▶ スイッチを押して  
**「あり」または「なし」を選択する**

※お買い求めのときは、手首高さガイド「あり（使用する）」、  
ブザー「あり（鳴らす）」に設定されています。

### 手首高さガイドを「なし」に 設定する場合

「なし」に設定するときは▶を押します。

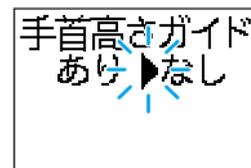
※「なし」にした後、再び「あり」に  
設定するときは◀を押します。

※「なし」に設定したときは、  
ブザー設定はありません。

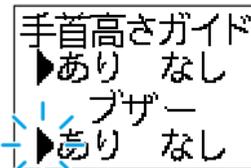
### 手首高さガイドを「あり」で ブザー「なし」に設定する場合

設定スイッチを押すと、  
ブザー「あり」が点滅します。  
ブザー「なし」に設定するときは  
▶を押します。

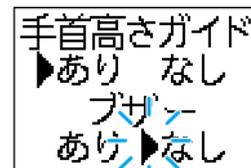
つづく



手首高さガイド「なし」画面



手首高さガイド「あり」  
でブザー「あり」画面



手首高さガイド「あり」  
でブザー「なし」画面

### 3 設定スイッチを押す

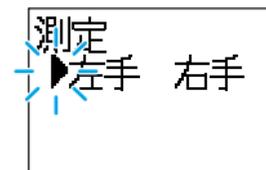
測定画面が表示されます。

- 続けて測定の設定をするときは、 48～49ページ
- ここで設定を終了するときは、測定／停止 スイッチを押します。  
設定が確定し、電源が切れます。

### 測定

左手で測定するか右手で測定するか設定します。

- 1 電源の切れた状態で  
測定画面が表示するまで  
**設定スイッチを押す**



測定画面

### 2 ◀▶スイッチを押して 「左手」または「右手」を選択する

※お買い求めのときは「左手」に設定されています。

「右手」に設定するときは▶を押します。

※「右手」にした後、再び「左手」に設定するときは  
◀を押します。



測定「右手」画面

### 3 設定スイッチを押す

アラーム画面が表示されます。

- 続けてアラームの設定をするときは  50～52ページ
- ここで設定を終了するときは、測定／停止スイッチを押します。  
設定が確定し、電源が切れます。

## □ アラーム

アラームを1日2回鳴らす設定ができます。

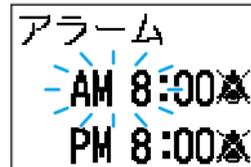
朝夜の測定したい時刻にアラームを設定しておく便利です。

※アラームは血圧計のいずれかのスイッチを押すと止まります。

※アラームは2分間鳴って自動的に止まります。

※測定中やメモリ呼出画面、グラフ呼出画面などをご使用中のときは、アラームは鳴りません。

### 1 電源の切れた状態で アラーム画面が表示するまで 設定スイッチを押す



アラーム画面

### 2 アラームを設定する

※お買い求めのときは  (鳴らさない) に設定されています。

## 設定を変えるには

### アラーム設定例

(午前6時30分と、午後8時00分に鳴らす場合)

◀を押し「時」を「AM6」にします。  
設定スイッチを押し「時」を確定します。

※「分」が点滅します。

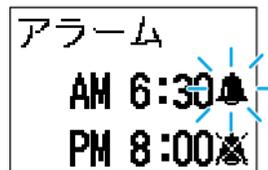
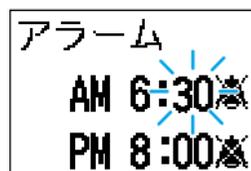
▶を押し「分」を「30」にします。  
設定スイッチを押し「分」を確定します。

※◀を押すごとに59、58と減算表示します。

※押し続けると早送りします。

※🔊が点滅します。

◀か▶を押し🔊 (鳴らさない) を🔊 (鳴らす) に  
して設定スイッチを押し、確定します。



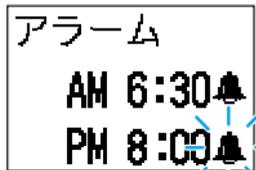
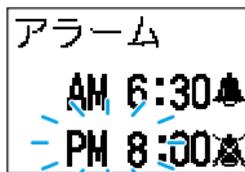
※1回目のアラーム時刻が確定して、2回目のアラーム  
「時」「PM8」が点滅します。

同様に2回目の時刻と🔊 (鳴らす) を設定してく  
ださい。

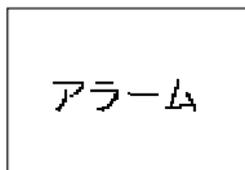
### 3 設定スイッチを押す

時刻画面が表示されます。

- 続けて時刻の設定をするときは  
👉 53～54ページ
- ここで設定を終了するときは、  
測定/停止スイッチを押します。  
設定が確定し、電源が切れます。



アラームを午前6時  
30分と午後8時00  
分に鳴らす画面



アラーム中画面

## 設定を変えるには

### □ 時刻

日付と時刻を修正するときに使用します。

※電池を交換した後や初期化した後は必ず日付・時刻合わせをしてください。

- 1 電源の切れた状態で時刻画面が表示するまで**設定スイッチを押す**

「西暦年」が点滅します。



時刻画面

- 2 ◀▶スイッチと設定スイッチを押して**日付と時刻を修正する**

詳細は「時計を合わせる」手順2～10を参照してください。☞ 17ページ

- 3 **設定スイッチを押す**

メモリ全消去画面が表示されます。

- 続けてメモリ全消去の設定をするときは☞ 55～56ページ
- ここで設定を終了するときは、測定／停止スイッチを押します。設定が確定し、電源が切れます。

## 設定を変えるには

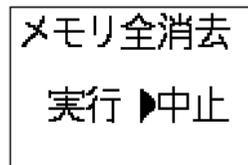
### □ メモリ全消去

記憶している測定値をすべて消去します。通常は消去しないでください。

※消去した測定値は元に戻りません。ご注意ください。

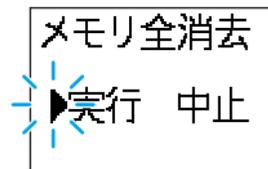
- 1 電源の切れた状態で  
メモリ全消去画面が表示するまで  
**設定スイッチを押す**

※常に「中止」に設定されています。



メモリ全消去画面

- 2 ◀スイッチを押して  
**「実行」を選択する**



メモリ全消去「実行」画面

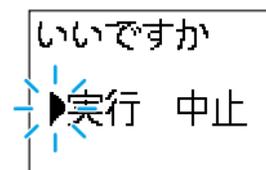
### 3 設定スイッチを押す

再確認のため、いいですか画面が表示されます。  
「実行」に設定するときは再度◀を押します。

※「中止」のときは▶を押します。

メモリ全消去のいいですか画面で「実行」を選択し、設定スイッチを押すとメモリ「全消去」画面になり、メモリがすべて消去されて電源が切れます。

※「中止」を選択し、設定スイッチを押すとメモリは消去されずに全初期化画面になります。



いいですか「実行」画面



メモリ「全消去」画面

## 設定を変えるには

### □ 全初期化

「設定モード」の各設定をお買い求めのときの状態に戻します。

※初期化した後は、必ず日付・時刻合わせをしてください。(▶ 16ページ)

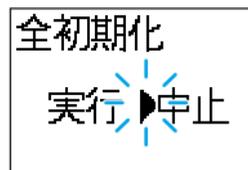
※記憶している測定値は消去されません。

消去する場合は「メモリ全消去」をおこなってください。(▶ 55ページ)

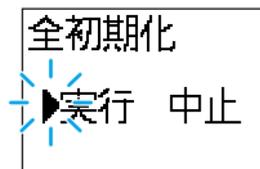
- 1 電源の切れた状態で  
全初期化画面が表示するまで  
**設定スイッチを押す**

※常に「中止」に設定されています。

- 2 ◀スイッチを押して  
**「実行」を選択する**



全初期化画面



全初期化「実行」画面

### 3 設定スイッチを押す

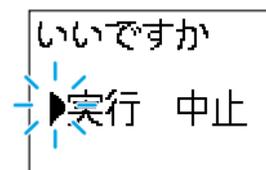
再確認のため、いいですか画面が表示されます。  
「実行」に設定するときには再度◀を押します。

※「中止」のときは▶を押します。

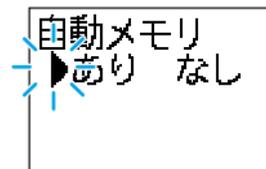
「実行」を選択して設定スイッチを押すと、各設定をお買い求めのときの状態に戻し、自動メモリ画面になります。

※「中止」を選択して設定スイッチを押すと、現状の設定の状態ですべて自動メモリ画面になります。

ここで設定を終了する場合は、測定/停止スイッチを押して電源を切ります。



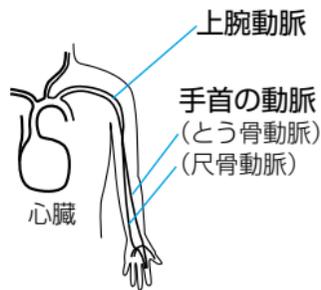
いいですか「実行」画面



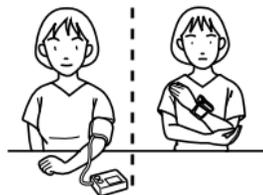
自動メモリ「あり」画面

# 手首式血圧計について

## 手首の血圧と上腕の血圧について



## 手首の血圧と上腕の血圧の差



健康者では±10mmHg程度

一般的に血圧を測る場合は上腕動脈の血圧値を測定します。

手首の動脈血管は上腕につながっているため、その血圧は上腕血圧値に近く、上腕血圧の変化をよく反映します。しかし、動脈の閉塞など循環障害がある場合などは、上腕と手首の血圧値にかなりの差がみられることもあります。

専門医にご相談のうえ、上腕血圧値とあわせて健康管理にお役立てください。

通常、健康な方の場合、安静時に手首の血圧と上腕の血圧を同時に測定すると、測定値の差は、最高血圧、最低血圧とも±10mmHg程度です。

ただし、運動直後や入浴直後などでは、血液の循環が大きく変化していますので、手首の血圧値と上腕の血圧値にかなりの差がでることがあります。

## 疾患がある場合の手首の血圧値と上腕血圧値



糖尿病、高脂血症、高血圧症などは動脈硬化を促進し、さらに症状が進むと脳卒中や心筋梗塞などの危険な病気を引き起こしたり、動脈の狭窄や末梢循環障害を起こしたりします。

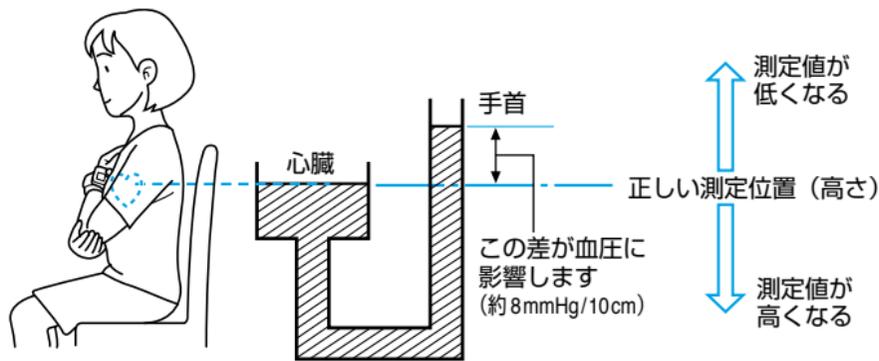
このような方の場合、手首の血圧値と上腕の血圧値に大きな差がみられることがあります（健康な方でも、測定条件が適切でなかったりすると、20mmHg程度の差がでることもありますので、自分だけで判断せずに、必ず医師の指導を受けるようにしてください）。また、手首と上腕の血圧値の差は、その時々々の生理状態により、多少の影響を受けることもありますが、通常、手首で測定した血圧値と上腕での血圧値は同じように変動します。

したがって、手首の血圧を測定することにより、血圧の変動傾向をチェックすることができます。

## 手首式血圧計について

### 測定姿勢を正確に

手首の位置が心臓の高さと異なる場合、血液自体の重さにより血圧値が変わります。その値は、手首の位置を心臓より高くすると低くなり、逆に手首の位置を低くすると高くなります（10cmあたり約8mmHgの変化があります）。ただし、血圧値は測定姿勢により影響されるので必ずしもこの値どおりに変化するわけではありません。正しい測定姿勢を参照してください。（ 25ページ）



### 日常生活と手首の血圧



通常、食事や飲食の前後で、上腕血圧と手首血圧で大きな差は生じません。お湯の温度が高いお風呂に入った場合、一時的に皮膚の血管が収縮しますから、血圧は上がります。しかしぬるめのお湯にゆったりと入った場合は、末梢の血管が拡張して、血圧は下がります。このとき、手首の血圧の方が、上腕の血圧より下がる傾向にあるようです。

## 測定Q&A (測定値が高い／低いときなど)

### 病院での値に比べて高いのですが…？

- 1** 降圧剤を飲んでいる方は、その影響を受けます  
時間経過によって薬の効果が切れると高くなる場合があります。  
→ 医師にご相談ください
- 2** 手首カフをゆるく巻いています  
巻き方がゆるいと、圧迫力が動脈まで伝わらず、血圧は高めに測定されてしまいます。  
→ 手首カフと手首の間にすき間がないように巻いてください  
( 21ページ)
- 3** 正しい姿勢で測っていません  
猫背・あぐらをかき・ソファや低いテーブルでかがんで測るなどの測定姿勢は、腹圧がかかったり、手首高さガイド機能が正常に動作しないなど、正しい血圧値が測定できません。  
→ 正しい姿勢で測定してください ( 25ページ)

### 病院での値に比べて低いのですが…？

- 血圧は自宅で測ると病院で測るより20～30mmHg低くなる場合があります。これは病院で測ると緊張し、自宅では気持ちが落ち着いているためです。自宅での安定した測定値を知っておくことが大切です。
- また測定時に手首カフの位置が心臓より高いと、血圧は低くなる場合があります。「正しい姿勢」( 25ページ)を参照してください。

### 測るたびに血圧値が違うのですが…？

- 血圧は時々刻々と変化しています。連続して測定すると1日の中でも、変化します。また、測定姿勢、手首カフの巻き方によっても変化します。正しく手首カフを巻き、正しい姿勢をとって、いつも同じ条件で測定してください。

### 家庭での血圧管理の大切さとは…？

- 血圧値と測定条件（測定時刻・降圧剤等の服用・生活の状態など）を毎日記録することで、ご自分の血圧の変化傾向を知ることができ、健康管理に役立ちます。  
また、日頃の血圧値の記録が、病院での受診のときにも大変役に立ちます。

### Eマークが出るのはなぜですか…？

#### ① 測定中に身体が動いています

測定中、おしゃべりをしたり、身体を動かしたりすると脈拍が正しく検出できないため、このような現象が起こることがあります。測定中は静かにしましょう。

#### ② 手首カフをゆるく巻いています

手首カフをきっちりと巻いてください。

### 上腕での測定値との差を知るためには…？

- 右腕に上腕式血圧計、左手首で手首式血圧計（イラスト参照）で同時に測定します。数回測るうちに、ご自分の傾向をお知りになることができます。また右腕と左腕との血圧値に大きな差がある場合は、左右交互に数回測定して左右の血圧傾向を知る必要があります。

※ 測定する手を換えるときは、必ず設定モードの「測定」（左手／右手）を設定してください。（ 48ページ）



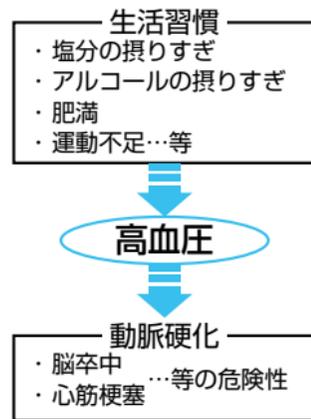
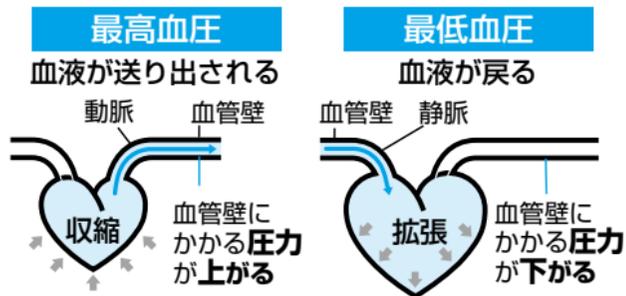
## 血圧豆知識

### 血圧とは

血液は、心臓というポンプの拍動（収縮したり拡張したりすること）によって動脈へ送り出されています。血液を動脈に送り出すときの圧力を「最高血圧」といい、全身を巡った血液が戻ってきて心臓が拡張したときの圧力を「最低血圧」といいます。

### 健康と血圧

血圧は日常生活や年齢の影響を受け変化しています。高血圧は動脈硬化が進み、脳卒中や心筋梗塞などの危険な病気を引き起こしやすくなっている兆候です。血圧の状態を知ることで、健康と生活習慣を見直すきっかけにしてください。



### 高血圧の程度を知るめやす

近年、世界の主な学会では家庭における高血圧のめやすは以下の通りとされています。

最高血圧  
(収縮期血圧) **135** mmHg以上

最低血圧  
(拡張期血圧) **85** mmHg以上

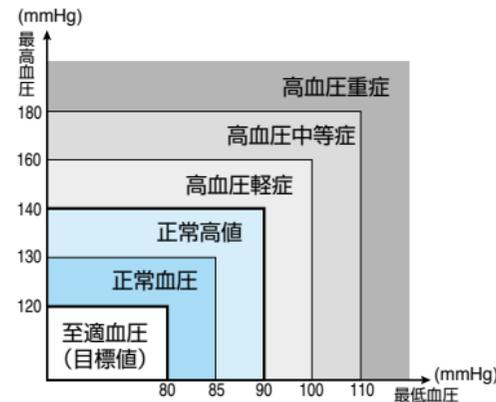
血圧の状態を知るめやすとして利用してください。

※測定結果は自己判断せず、必ず医師の診断を受けてください。

### 世界保健機関の血圧分類

病院での血圧測定をもとにして世界保健機関 (WHO)、国際高血圧学会 (ISH) では、右図の血圧の分類を制定しています。これは年齢に関係なく病院でイスに座り、上腕で測定した値に基づいています。

※低血圧に定義はありません。一般に最高血圧が100mmHg未満の人が低血圧とみなされています。



※WHO/ISH\* 血圧分類による(1999年改訂)  
\*International Society of Hypertension

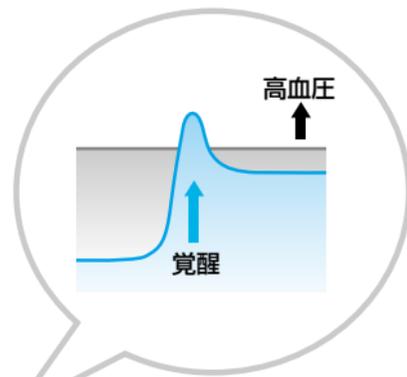
## 早朝高血圧について

## ■早朝高血圧とは

血圧は一日のうちでも、かなり変動します。変動のしかたは個人差がありますが、正常の血圧の人では、起床後、徐々に上昇して昼ごろにピークになり、やや下がって夕方ごろにもう一度ピークとなり、また徐々に低下して深夜に最も低くなります。

しかし、この血圧の変動パターンが変化して、朝方の血圧が急上昇するケースがあり「早朝高血圧」と呼ばれ注目されています。

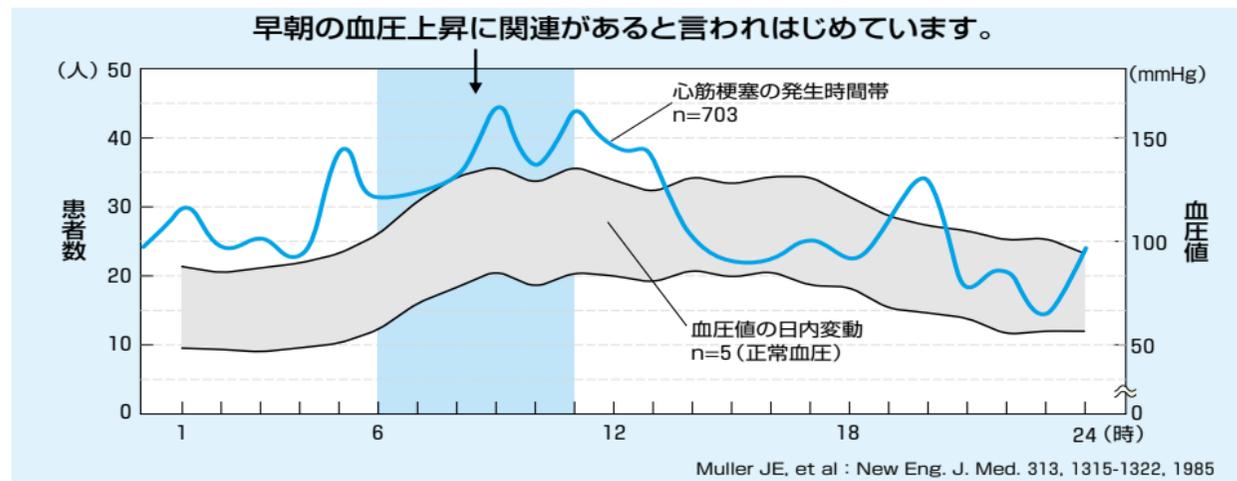
降圧剤を服用している方の場合、朝食後に薬を飲んで血圧が下がり、昼間に病医院で血圧を測ったときには正常の値である可能性もありますので注意が必要です。



## ■心筋梗塞や脳卒中との関係

心筋梗塞や脳卒中などの危険な病気は早朝から正午にかけて起こることが多く、これと起床前後の血圧上昇（早朝高血圧）で血管が収縮して血液が流れにくくなったり、血液が固まりやすくなったりすることが関係しているのではないかと考えられています。そのため医師は、病医院で測る血圧ばかりでなく、家庭で測る早朝の血圧値を重視するようになっています。

早朝に増える心筋梗塞と血圧の上昇時間



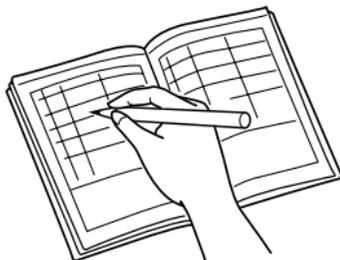
## ■朝の血圧測定



早朝高血圧を知るために、起床後1時間以内、排尿後、朝食前、降圧剤を飲んでいる場合は服用前に血圧を測定してください。

※血圧は常に変動しています。朝だけでなく、日中、就寝前などと時間を決めて一定の期間測りましょう。測定した血圧値は記録しておいて医師のアドバイスを受けてください。

(何度か測定した場合は必ずすべての値をメモしておきましょう。)



## エラー表示が出たときは

測定が正常におこなわれないときは、次のようなエラー表示が出ます。

エラー表示	原因	対処のしかた
<p>数秒後</p>	測定中に手首を動かした	手首高さガイドが確定したら測定が終わるまで手首を動かさないようにして、再度測定をおこなってください (👉 27ページ)
<p>数秒後</p>	測定中に腕や身体を動かしたり、話をした	腕や身体を動かさないようにして、再度測定をおこなってください (👉 27ページ)

## エラー表示が出たときは

エラー表示	原因	対処のしかた
 <p>数秒後</p>	測定中に腕や身体を大きく動かした	腕や身体を動かさないようにして、再度測定をおこなってください (☞ 27ページ)
 <p>電池交換マークが点滅</p>	電池が消耗している	2本同時に新しい電池と交換してください (☞ 13ページ)

エラー表示	原因	対処のしかた
 <p>「E」と数字のみが出たとき</p>	機能の異常による故障	オムロンお客様サービスセンターまで修理依頼をお願いします (☞ 裏表紙)

## おかしいな?と思ったら

こんなとき	原因	対処のしかた
測定できない または血圧値が異常に高く (低く)表示される	手首カフを心臓の高さに保っていない	手首高さガイド機能を使って手首を正しい位置に保ってください (P.29ページ)
	手首カフがきちんと巻けていない	正しく手首カフを巻いてください (P.21ページ)
	肩か腕などに力がいっている	リラックスして測定してください (P.25ページ)
	測定中におしゃべりをしたり、手を動かしたりしている	静かにして測定してください 測定Q&Aを参照してください (P.63ページ)

こんなとき	原因	対処のしかた
上腕で測った値と異なる	「手首式血圧計について」を参照してください (P.59ページ)	
必要な数値まで加圧せず「E」が表示される	手首カフの空気が漏れている	オムロンお客様サービスセンターまで修理を依頼してください (P.裏表紙)
測るたびに血圧値が違う または血圧値が異常に高く (低く)表示される	血圧値は、測定時の精神状態や測定時刻によっても常に変化しています。深呼吸等をして落ち着いてから測り直してください (P.63ページ)	

## おかしいな?と思ったら

こんなとき	原因	対処のしかた
測定/停止スイッチを押しても何も表示しない	電池が消耗している	新しい電池と交換してください (▶ 13ページ)
	電池の⊕⊖の向きが間違っている	電池を正しく入れ直してください (▶ 13ページ)

※上記の方法でも、正常に測定ができない場合は故障が考えられます。製品の故障および修理の依頼につきましては、オムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください。(▶ 裏表紙)

※ごくまれにその方の体質上誤差を生じて測定できない方がおられます。このような場合にもオムロンお客様サービスセンターまでご相談ください。(▶ 裏表紙)

## お手入れと保管

### お手入れについて

いつも清潔にしてお使いください。

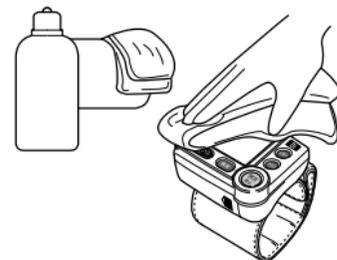
本体の汚れは乾いたやわらかい布で拭き取ってください。汚れがひどいときは、水または中性洗剤をしみこませた布をかたく絞って拭き取り、やわらかい布でから拭きしってください。

※本体内部に水などが入らないようにしてください。

### お手入れと保管の注意

汚れを落とすとき、ベンジン、シンナーなどを使用しないでください。

手首カフは洗濯できません。また、ぬらさないでください。



## 仕様

医療機器認証番号	21400BZZ00027000
類別	機械器具18血圧検査又は脈波検査用器具
一般的名称	自動電子血圧計
医療機器分類	管理医療機器

販売名	オムロンデジタル自動血圧計 HEM-637IT
表示方式	デジタル表示方式
測定方式	オシロメトリック法
測定範囲	圧力/0~299 mmHg 脈拍数/40~180拍毎分
測定精度	圧力/±3 mmHg以内 脈拍数/読み取り数値の±5%以内
加圧	ポンプによる自動加圧方式
排気	自動急速排気方式
圧力検出	半導体静電容量式圧力センサー
電源	単4形アルカリ乾電池 (2本)
電池寿命	約300回 (単4形アルカリ乾電池(2本)使用時、室温22℃、1日3回170 mmHg加圧の場合)
使用環境温湿度	+10~+40℃・30~85%RH
保管環境温湿度	-20~+60℃・10~95%RH
測定可能な手首周囲長	135~215 mm
本体質量	約150 g (電池含まず)
外形寸法	幅78×高さ65.5×奥行き37.2 mm (手首カフ含まず)
電撃保護	内部電源機器B形装着部
拡張端子	専用USBケーブル接続部
付属品	お試し用電池 (単4形アルカリ乾電池2本)、収納ケース、取扱説明書 (品質保証書付き)、医療機器添付文書
製造販売元	オムロンヘルスケア株式会社 住所：〒615-0084 京都府京都市右京区山ノ内山ノ内山ノ下町24番地 電話：0120-30-6606 (オムロンお客様サービスセンター)

※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。

**EMC 適合** 本製品はEMC規格IEC 60601-1-2:2001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。

次のようなところに保管しないでください。

- 水のかかるところ。
- 高温・多湿、直射日光、ホコリ、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ。
- 傾斜、振動、衝撃のあるところ。
- 化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ。

長期間 (3ヵ月以上) ご使用にならない場合は、電池を取り出して保管してください。

※上記の注意事項、その他の正しい使用方法をお守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。

## 保管について

お手入れが終わったら、収納ケースに入れて保管してください。



## 別売品について

この血圧計は、パソコンを使って血圧を管理することができます。  
詳しくは、ソフトウェアの取扱説明書をよくお読みになりご使用ください。

別売品のお求めは、オムロンお客様サービスセンター（☎電話 0120-30-6606）までお問い合わせください。

### 本製品とパソコンを専用USBケーブルで接続する

本製品の通信コネクタとパソコンのUSBポートを専用のUSBケーブルで接続します。接続のしかた、ソフトウェアの使い方については、ソフトウェアの取扱説明書をよくお読みください。パソコンの取り扱いについては、パソコンの取扱説明書をよくお読みください。

- 血圧計管理ソフト健康日記「血圧編」  
型式 HEM-SOFT-IT1

専用USBケーブル  
CD-ROM  
取扱説明書

## 保証規定

1. 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書にしたがった正常な使用状態で、お買い上げ後1年以内に故障した場合には無償修理または交換いたします。
2. 無償保証期間内に故障して修理を受ける場合は、オムロンお客様サービスセンターにご連絡ください。
3. 無償保証期間内でも次の場合には有償修理になります。
  - (イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
  - (ロ) お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
  - (ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や電源の異常電圧、指定外の使用電源（電圧、周波数）などによる故障および損傷。
  - (ニ) 本書の提示がない場合。
  - (ホ) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合。
  - (ヘ) 消耗部品。
  - (ト) 故障の原因が本商品以外に起因する場合。
  - (チ) その他取扱説明書（本書）に記載されていない使用方法による故障および損傷。
4. 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
5. この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無償保証をお約束するものです。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。
6. 補修用部品は製造打ち切り後、最低6年間保有しています。