

1



Insert batteries

2



Insert the air connector plug into the air socket.

3



Place cuff on left upper arm, and fasten securely (leave space for 2 fingers to slide underneath).

4



Position arm on table with the cuff level with your heart

5



Press **START**
Remain still as cuff inflates, then deflates

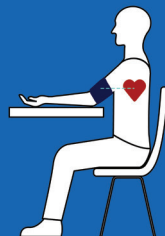
6



Measurements sent to your healthcare provider.

Note: Once the batteries are inserted, it may take several minutes for the monitor to connect with the cellular network to set the clock. The length of time will depend on the network strength in your area. Do not power off.

TIPS FOR TAKING BLOOD PRESSURE



BEFORE YOUR MEASUREMENT:

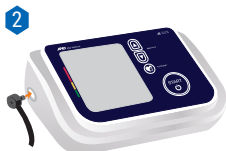
- For 30 minutes prior to taking your blood pressure
 - » Do not exercise
 - » Do not drink coffee, caffeinated soda or alcohol
 - » Do not smoke
- Sit quietly for 5-10 minutes
- Ensure you are using the right size cuff

DURING YOUR MEASUREMENT:

- Do not talk
- Sit with your back straight and supported
- Uncross your legs and place feet flat on floor
- Rest arm on a table so that the cuff is at heart level
- Measure two times a day, in the morning and evening



1 Insertar pilas



2 Inserte el conector de aire firmemente en la toma de aire.



3 Ponga el brazo izquierdo en la mesa con la palma de la mano hacia arriba. Coloque la manga en la parte superior del brazo. *(deje espacio para que 2 dedos deslizar por debajo).*



4 Coloque el brazo sobre la mesa con el manguito al nivel del corazón.



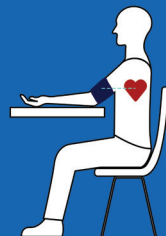
5 Presiona **START**
Permanezca quieto mientras el brazalete se infla y luego se desinfla.



6 Medidas enviadas a su proveedor de atención médica.

Nota: Nota: Una vez que se insertan las baterías, la báscula puede tardar varios minutos en conectarse con la red celular para configurar el reloj. No lo apague.

CONSEJOS PARA TOMAR LA PRESIÓN ARTERIAL



ANTES DE SU MEDICIÓN:

- Durante 30 minutos antes de tomar su presión arterial
 - » No hacer ejercicio
 - » No tomar café, gaseosas con cafeína o alcohol
 - » No fume
- Siéntate tranquilamente por 5-10 minutos
- Asegúrate de estar usando el manguito del tamaño correcto

DURANTE SU MEDIDA:

- No hable
- Siéntate con la espalda arterial recta y apoyada
- Descruce las piernas y coloque los pies planos sobre el piso
- Apoye el brazo sobre una mesa para que el brazalete esté al nivel del corazón
- Mídase dos veces al día, por la mañana y por la tarde.