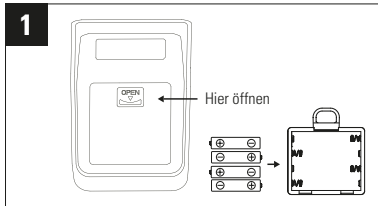
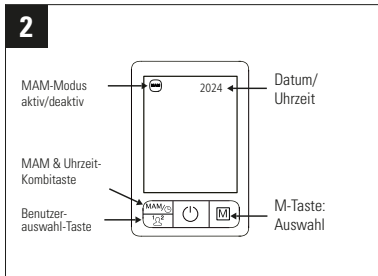


# aponorm® Basis Control PLUS SCHNELLSTART



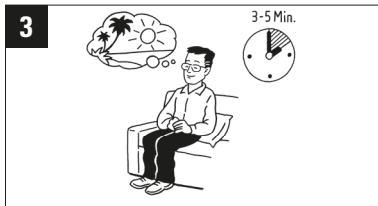
Legen Sie zuerst die vier mitgelieferten Batterien in das Batteriefach auf der Geräte-Rückseite ein. Achten Sie dabei auf die im Batteriefach angegebene Polungs-Ausrichtung. Schließen Sie die mitgelieferte Manschette im Anschluss über die Manschettenbuchse auf der linken Seite des Geräts an.



Stellen Sie nun zunächst das Datum und die Uhrzeit ein: Mit Hilfe der **M**-Taste können Sie jeweils zwischen den Jahren/Monaten/Tagen/Stunden/Minuten wählen. Mit der **MAM**/**☉**-Taste bestätigen Sie Ihre jeweilige Auswahl.

Wählen Sie durch Tippen auf die **⌚**-Taste aus, unter welchem Benutzer Ihre Messung gespeichert werden soll.

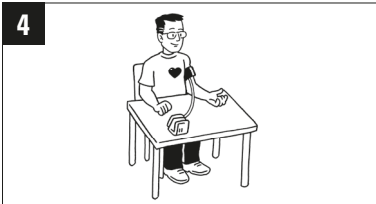
Durch kurzes Drücken der **MAM**/**☉** Taste legen Sie zusätzlich fest, ob Sie eine Einfach- (Display OHNE MAM-Symbol) oder Dreifachmessung (Display MIT MAM-Symbol) vornehmen wollen.



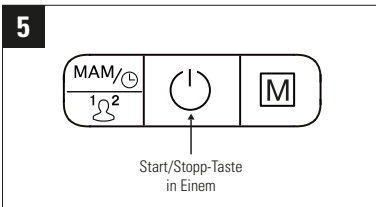
Um korrekte Messwerte zu erhalten ist es zwingend nötig, dass Sie sich VOR Messbeginn etwa 3-5 Minuten entspannen. Nutzen Sie diese Zeit, um die „8 Goldenen Regeln der Blutdruckmessung“ zu lesen (über beiliegenden Flyer oder nebenstehenden QR-Code).



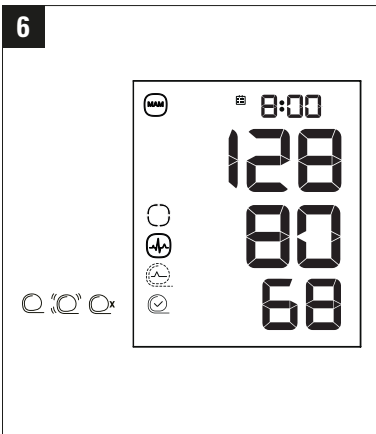
# aponorm® Basis Control PLUS SCHNELLSTART



Legen Sie im Anschluss die Manschette an und nehmen Sie die richtige Messhaltung ein. Beachten Sie dazu alle Größen- und Anlegehinweise aus den unter **3** aufgeführten Goldenen Regeln. Die korrekte Nutzung der Manschette ist entscheidend für verlässliche Messergebnisse.



Starten Sie den Messvorgang durch Tippen der **Start/Stop-Taste**. Bleiben Sie während der anschließenden Messung (und bei einer Dreifachmessung auch in den Pausen dazwischen) möglichst ruhig sitzen, denn Bewegung, Sprechen oder allgemeine Unruhe können das Messergebnis verfälschen.



Wenn Sie eine Dreifachmessung gewählt haben, geht das Gerät zwischen den Messungen automatisch in einen Pausen-Countdown von 15 Sek. über, erkennbar am **Start/Stop-Symbol**. Nach Ablauf startet direkt die nächste Messung. Erst nach 3 Messungen hintereinander wird Ihnen ein Gesamtergebnis angezeigt. Beachten Sie zudem weitere mögliche Symbole:

**Start/Stop-Symbol perfekt**

Messung wird automatisch gespeichert und in die Durchschnittswert-Berechnung mit einbezogen

**Start/Stop-Symbol suboptimal**

Messung wird automatisch gespeichert, der Wert aber nicht für die Durchschnittswert-Berechnung berücksichtigt

**Start/Stop-Symbol / Start/Stop-Symbol / Start/Stop-Symbol**

**(Err-/Fehlermeldung)**

**Start/Stop-Symbol Herzunregelmäßigkeiten erkannt**

Schalten Sie das Gerät über die **Start/Stop-Taste** aus.