

НД-005-Е

OMRON

РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

**ШАГОМЕР**



МОДЕЛЬ

**OMRON HJ-005-E**

A Good Sense of Health

Шагомер Omron HJ-005-E позволяет Вам следить за числом шагов, которые вы делаете во время ходьбы или бега трусцой. Прибор может сосчитать до 99 999 шагов.

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |       |
|--|-------|
| 1. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ШАГОМЕРА .....  | 3     |
| 2. СОСТАВНЫЕ ЧАСТИ .....   | 4     |
| 3. ПОДГОТОВКА К РАБОТЕ .....   | 5     |
| 4. ПРАКТИЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРИБОРА .....  | 10    |
| 5. УХОД И ХРАНЕНИЕ .....   | 12    |
| 6. СБОИ В РАБОТЕ: ПРИЧИНЫ И ИХ УСТРАНЕНИЕ .....  | 19    |
| 7. ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ .....  | 20    |
| АДРЕСА РЕГИОНАЛЬНЫХ ТОРГОВЫХ<br>ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВ И ЦЕНТРОВ<br>ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ<br>OMRON HEALTHCARE В РОССИИ ..... | 22    |
| ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН .....  | 15-17 |

## 1. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ШАГОМЕРА

### 1.1. Общие рекомендации

- храните прибор в месте, недоступном для маленьких детей

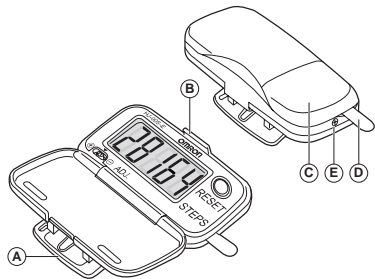
### 1.2. Начальные рекомендации по использованию прибора

- располагайте прибор непосредственно на передней стороне Вашего тела
- держите прибор в закрытом состоянии
- используйте крепкую обувь
- ходите или бегайте твердым шагом
- избегайте ходьбы и бега в местах большого скопления людей
- движения вверх и вниз могут привести к некорректным результатам.

### 1.3. Меры предосторожности

- не подвергайте прибор колебательным нагрузкам
- соблюдайте осторожность, чтобы не наступить на прибор
- не раскрывайте чрезмерно широко и не перекручивайте клипсу прибора
- не открывайте слишком широко крышку прибора
- содержите прибор в сухом состоянии
- условия окружающей среды должны исключать воздействие на прибор излишних вибраций, ударов.

## 2. СОСТАВНЫЕ ЧАСТИ



- A - клипса
- B - защелка крышки
- C - крышка батарейного отсека
- Д - изоляционная прокладка
- E - винт фиксации крышки батарейного отсека

## 3. ПОДГОТОВКА К РАБОТЕ

### 3.1. Панель управления

F - Дисплей

G - регулятор чувствительности

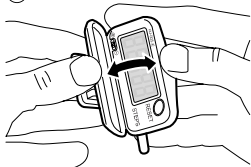
H - кнопка "reset" (сброс)



### 3.2. Первое включение прибора

1. Откройте крышку.
2. Отклейте предохранительную пленку.
3. Вытяните изоляционную прокладку.

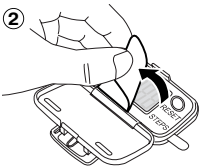
①



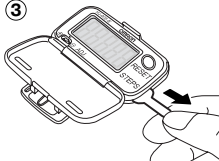
#### Примечание.

Прибор включается благодаря извлечению изоляционной прокладки.

②



③



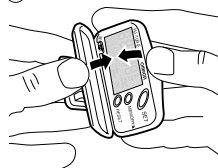
### 3.3. Как носить шагомер

1. Закройте крышку.
2. Прикрепите прибор с помощью клипсы к поясу Ваших брюк, ремню или краю верхнего переднего кармана одежды.

#### Примечание.

Чтобы обеспечить надежный счет, держите прибор вертикально. Не располагайте прибор на /в заднем кармане Ваших брюк.

①



②

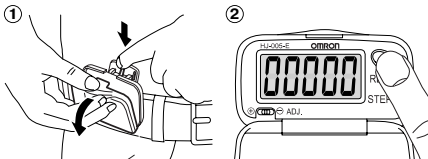


### 3.4. Подстройка чувствительности

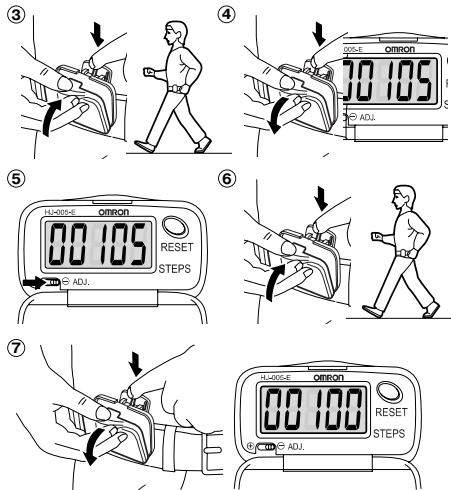
1. Откройте прибор.
2. Нажмите кнопку "reset".
3. Закройте прибор и пройдите 100 шагов.
4. Откройте прибор и проверьте число шагов, отображенное на дисплее.
5. Передвиньте регулятор чувствительности к "-", если число шагов на дисплее равно 105 или более. Передвиньте регулятор чувствительности к "+", если число шагов 95 или менее.
6. Закройте прибор и пройдите 100 шагов.
7. Откройте прибор и проверьте число шагов.

#### Примечание.

Если разница все еще превышает  $\pm 5$ , повторите подстройку чувствительности.



8



9

#### 4. ПРАКТИЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРИБОРА

1. Откройте прибор.
2. Нажмите кнопку "reset".
3. Закройте прибор и начинайте ходьбу или бег трусцой.

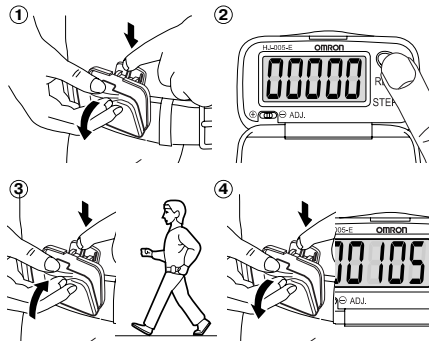
**Примечание.**

При изменении темпа или формы движения подстройте чувствительность.

4. Откройте прибор и прочитайте результат.

**Примечание.**

Полученный результат изменить невозможно, только удалить.



## 5. УХОД И ХРАНЕНИЕ

### 5.1. Замена элемента питания.

1. Удалите крышку батарейного отсека.

**Примечание.**

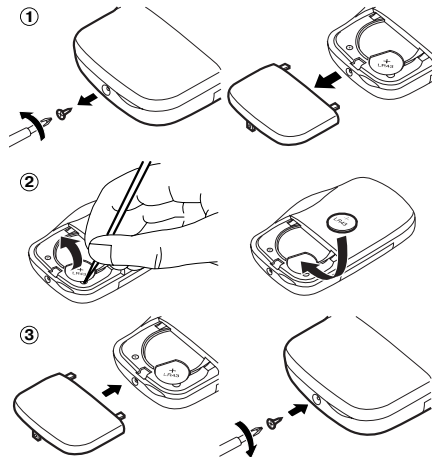
Пользуйтесь крестовидной отверткой типа "Филипс".

2. Извлеките элемент питания из батарейного отсека и установите новый элемент типа LR 43 на 1,5 В.

**Внимание!**

Не пользуйтесь металлическими предметами для извлечения элемента питания из батарейного отсека!

3. Установите крышку батарейного отсека и зажмите ее винтом.



Для чистки шагомера Omron HJ - 005 - E пользуйтесь мягкой слегка увлажненной тканью.

**Внимание!**

Не пользуйтесь бензином, разбавителями красок и другими подобными растворителями!  
Не пытайтесь самостоятельно ремонтировать прибор.  
Храните прибор в сухом закрытом месте.  
Извлеките элемент питания, если Вы не собираетесь пользоваться прибором более 2 месяцев.

**Внимание!**

Утилизация элементов питания и прибора Omron HJ - 005 - E должна производиться в соответствии с национальными требованиями по утилизации электронной техники.



**ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН**

Срок гарантии 36 месяца

**ВНИМАНИЮ ПОКУПАТЕЛЕЙ**

1. Центры технического обслуживания по гарантии осуществляют бесплатную замену вышедших из строя запасных частей и другие ремонтные работы в течение 36 месяцев с момента покупки аппарата.
2. Гарантия теряет силу в случаях:
  - нарушения требований Руководства по эксплуатации;
  - наличия механических повреждений, попадания в аппарат влаги или возникновения дефектов, вызванных стихийными бедствиями;
  - самостоятельного вскрытия аппарата владельцем или третьими лицами;
  - неправильного заполнения гарантийных талонов, наличия в них подчисток и незаверенных исправлений;
  - подключения к электросети через сетевые адаптеры, не рекомендованные фирмой "КомплектСервис", или возникновения неисправностей из-за перенапряжения в электросети.
3. Гарантия не распространяется на элементы питания.



### ОТРЫВНОЙ ТАЛОН № 1

Модель \_\_\_\_\_

Заводской № \_\_\_\_\_ Дата покупки \_\_\_\_\_

#### ПРОИЗВЕДЕННЫЕ РАБОТЫ

| Наименование | Скл. номер | Цена за ед. | Кол-во |
|--------------|------------|-------------|--------|
|              |            |             |        |

Замененные детали

ДАТА РЕМОНТА

Подпись владельца

Подпись исполнителя

### ОТРЫВНОЙ ТАЛОН № 2

Модель \_\_\_\_\_

Заводской № \_\_\_\_\_ Дата покупки \_\_\_\_\_

#### ПРОИЗВЕДЕННЫЕ РАБОТЫ

| Наименование | Скл. номер | Цена за ед. | Кол-во |
|--------------|------------|-------------|--------|
|              |            |             |        |

Замененные детали

ДАТА РЕМОНТА

Подпись владельца

Подпись исполнителя

Дата продажи \_\_\_\_\_

Штамп магазина

Подпись продавца \_\_\_\_\_

Изделие во всех режимах работы проверялось  
в присутствии покупателя

Подпись покупателя \_\_\_\_\_

В соответствии с Постановлением Правительства РФ от 19 января 1998 г. № 55 "...приборы и аппаратура медицинские входят в Перечень непродовольственных товаров надлежащего качества, не подлежащих возврату или обмену на аналогичный товар других размера, формы, габарита, фасона, расцветки или комплектации".


В соответствии с Законом "О защите прав потребителя" "...изготовитель или организация, выполняющая функции изготовителя на основании договора с ним, обязаны принять товар ненадлежащего качества у потребителя, а в случае необходимости **провести проверку качества товара. Потребитель вправе участвовать в проверке качества товара.**

При возникновении спора о причинах возникновения недостатков товара изготовитель или организация, выполняющая функции изготовителя, обязаны провести экспертизу товара за свой счет. Потребитель вправе оспорить заключение такой экспертизы в судебном порядке.

Если в результате экспертизы товара установлено, что недостатки возникли после передачи товара потребителю вследствие нарушения им установленных правил использования, хранения или транспортировки товара, действий третьих лиц или непреодолимой силы, потребитель обязан возместить изготовителю или организации, выполняющей функции изготовителя, расходы на проведение экспертизы, а также связанные с ее проведением расходы на хранение и транспортировку товара".

**АДРЕСА РЕГИОНАЛЬНЫХ ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВ  
И ЦЕНТРОВ ТЕХНИЧЕСКОГО  
ОБСЛУЖИВАНИЯ OMRON HEALTHCARE В РОССИИ**

приведены в конце настоящего Руководства по эксплуатации

| Сбой                               |  | Причины                              | Устранение   |
|------------------------------------|--|--------------------------------------|--|
| На дисплее отсутствует изображение | Низкое напряжение питания<br> | Слабый/разряженный элемент питания   | Установите новый элемент типа LR 43 на 1,5 В       |
| На дисплее изображен символ        |  |                                      |  |
| Необъяснимые величины              |  | Неправильное пользование             | Следуйте рекомендациям руководства по эксплуатации |
|                                    |  | Вы ходите нетвердым шагом            | Ходите все время твердым шагом                     |
|                                    |  | Ошибки в начальных установках данных | Смените начальные установки                        |

## 7. ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

|  |   |
|--|---|
| Наименование продукта                        | Шагомер OMRON HJ-005-E  |
| Модель                                       | HJ-005-E  |
| Источник питания                             | Элемент питания на 1,5 В типа LR43  |
| Диапазон измерений числа шагов               | 0–99 999  |
| Диапазон рабочих температур окружающей среды | –10°C – +40°C   |
| Точность отсчета числа шагов                 | ± 5% (по тестовому вибратору)   |
| Габариты                                     | 63,5x36,3x23 мм   |
| Вес  | 24 г (включая элемент питания)  |
| Комплект поставки                            | электронный блок, литиевый элемент питания на 1,5 В типа LR43, руководство по эксплуатации с гарантийным талоном. |

Срок службы:

- электронного блока не менее 7 лет
- элемента питания устанавливает производитель элементов питания или 1 год при ежедневном использовании с результатом 10000 шагов.

В интересах улучшения продукции технические данные могут быть изменены без уведомления потребителя.

Прибор соответствует всем требованиям безопасности, предусмотренным законодательством Российской Федерации.

- **ГОССТАНДАРТ РФ:** Орган по сертификации средств информатизации, приборостроения, медицинской техники и электрооборудования (ОС «Сертинформ ВНИИНМАШ») Сертификат соответствия: № РОСС JP.ME20.H00891 Срок действия с 17.03.2004г. по 17.03.2007г. Соответствуют требованиям: ГОСТ Р 51317.4.2-99 (МЭК 61000-4-2-95)

АДРЕСА РЕГИОНАЛЬНЫХ ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВ  
И ЦЕНТРОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
OMRON HEALTHCARE В РОССИИ

1. Официальным представителем OMRON Healthcare в России является ЗАО "КомплектСервис", 127006, Москва, Воротниковский пер., д. 7, стр. 3 (район м. "Маяковская"), тел.: (095) 299-40-64, 209-37-31, 209-92-39, e-mail: omron@dol.ru, www.omron-med.ru.

Часы работы торгового центра и отдела технического обслуживания OMRON: с 10.00 до 18.00 (без перерыва на обед), кроме субботы, воскресенья и праздничных дней.

### Схема расположения офиса



2. Баку (Азербайджан), "Фарм Депо-22",  
ул. Внешне-Кольцевая, д. 4  
тел.: (99412) 62-58-92, 62-84-41, [eldargar@mail.ru](mailto:eldargar@mail.ru)
3. Барнаул, "ОМРОН-Алтай"  
(филиал "ОМРОН-Сибирь", Новосибирск),  
ул. Шевченко, д. 172, оф. 3, тел.: (3852) 38-48-96
4. Владимир, филиал Аптечного склада  
"Новый" (Иваново), ул. Б. Нижегородская, д. 77  
тел.: (0922) 32-67-06, 32-40-91, [noviy@vtsnet.ru](mailto:noviy@vtsnet.ru)
5. Волгоград, "ОМРОН-Нижняя Волга",  
ул. Землянского, д. 7, оф. 17  
тел.: (8442) 34-84-44, [omron-nv@vistcom.ru](mailto:omron-nv@vistcom.ru)
6. Воронеж, "ОМРОН-Черноземье",  
ул. Грамши, д. 73 а, тел.: (0732) 39-31-47,  
[zig@vmail.ru](mailto:zig@vmail.ru), [www.omron.newmail.ru](http://www.omron.newmail.ru)
7. Екатеринбург, "ОМРОН-Урал",  
ул. 8 Марта, д. 13, оф. 513,  
тел.: (343) 355-31-87, 355-31-81,  
[lem@omron-ural.ru](mailto:lem@omron-ural.ru), [www.omron-ural.ru](http://www.omron-ural.ru)
8. Иркутск, "ОМРОН-Восток", ул. Трилисера, 87, оф. 8  
тел.: (3952) 20-66-87, [postmaster@omron.irkutsk.ru](mailto:postmaster@omron.irkutsk.ru)
9. Иваново, Аптечный склад "Новый",  
ул. Колесанова, д. 11/2,  
тел.: (0932) 23-67-94, 42-61-43,  
[omron@interline.ru](mailto:omron@interline.ru)
10. Йошкар-Ола, филиал "ОМРОН-Поволжье"  
(Н. Новгород), ул. Первомайская, д. 106  
тел.: (8362) 42-65-81, [omron@mari-el.ru](mailto:omron@mari-el.ru)
11. Казань, "ОМРОН-Татарстан", просп. Ибрагимова, д. 63  
тел.: (8432) 64-17-16, 99-49-00, [zdorovie@i-set.ru](mailto:zdorovie@i-set.ru)
12. Калуга, "МТК", Правобережье,  
2-й Академический пр., д. 13  
тел.: (0842) 72-98-76, 72-81-81,  
[mtk\\_medtur@kaluga.ru](mailto:mtk_medtur@kaluga.ru)
13. Кемерово, филиал "ОМРОН-Сибирь" (Новосибирск),  
ул. Тайшетская, д. 1, тел.: (3842) 57-06-46
14. Киров, "Электромаш-2", ул. Производственная, 33а,  
тел.: (8332) 25-45-09, 56-81-41, [omron@ezmail.ru](mailto:omron@ezmail.ru)
15. Краснодар, "Медтехника ОМРОН-Кубань",  
ул. Дзержинского, д. 40,  
тел.: (8612) 64-01-92, 64-07-77, 75-92-68,  
[omron@krasnodar.ru](mailto:omron@krasnodar.ru)

16. Красноярск, "ОМРОН-Енисей",  
ул. Красной Гвардии, д. 21, оф. 602  
тел.: (3912) 58-54-94, 21-24-83, omron\_en@ktk.ru
17. Минск (Беларусь), СП "Группа МБЛ-Бел",  
ул. Немига, д. 8, тел.: (1037517) 226-56-54, 227-74-34,  
227-81-24, www.omron.by.ru, asmb1@open.by
18. Нижний Новгород, "ОМРОН-Поволжье",  
ул. Торговая, 12, тел.: (8312) 78-06-84, 78-06-89,  
omron@r52.ru, www.omron.r52.ru
19. Новокузнецк, филиал "ОМРОН-Сибирь",  
ул. Музейная, д. 5, тел. (3843) 79-34-26
20. Новосибирск, "ОМРОН-Сибирь",  
ул. Немировича-Данченко, д. 169  
тел.: (3832) 46-18-11, 46-20-68,  
www.telefun.ru, omron\_konstantin@pochta.ru
21. Омск, филиал "ОМРОН-Сибирь",  
Космический пр-т, 97-б, тел.: (3812) 57-92-68, доб. 17
22. Ростов-на-Дону, "ОМРОН-Ростов-на-Дону",  
ул. Вавилова, д. 54, тел.: (8632) 77-97-41,  
www.omron.aaanet.ru, omron@aaanet.ru
23. Самара, филиал "КомплектСервис" (Москва)  
тел.: (8462) 42-96-06
24. Санкт-Петербург, "Генезис" (продажа),  
В.О., 24 линия, д. 27а, тел.: (812) 329-81-53, 329-56-88
25. Санкт-Петербург, "ОМРОН-Оптисервис"  
(продажа и техническое обслуживание),  
Просп. Просвещения, д. 78, тел.: (812) 557-11-50,  
115-88-93, optiservice@mail.spbnit.ru
26. Саранск, филиал "ОМРОН-Поволжье" (Н. Новгород),  
ул. Большевикская, д. 81А, оф. 201  
тел.: (8342) 47-15-24, e-mail: omron@moris.ru
27. Саратов, "Прайд", ул. Орджоникидзе, д. 11а  
тел.: (8452) 96-92-33, ooprider@mail.ru
28. Смоленск, фирма "Партнёр-Март",  
ул. Твардовского, д. 1в  
тел.: (0812) 52-87-00, 52-66-68, semenov@tehnosat.ru
29. Томск, филиал "ОМРОН-Енисей",  
ул. Кулева, д. 32, оф. 104, тел.: (3822) 42-44-28
30. Тула, "Здравэкспорт", тел.: (0872) 20-01-87, 27-96-25,  
zdravexp@tibc.ru
31. Тюмень, филиал "ОМРОН-Сибирь" (Новосибирск),  
ул. Кузнецова, д. 13, оф. 100  
тел.: (3452) 39-91-98, omrontmn@list.ru
32. Улан-Удэ, филиал "ОМРОН-Восток" (Иркутск)  
тел.: (3012) 25-89-40, omron@burnet.ru

33. Ульяновск, филиал "ОМРОН-Поволжье" (Н. Новгород),  
Западный б-р, д. 27, оф. 307  
тел.: (8422) 45-58-33, omron@mv.ru
34. Уфа, "МЕГИ", б-р Х. Давлетшиной, д. 30  
тел.: (3472) 52-08-63, 53-35-88,  
www.megiufa.ru, kl@megiufa.ru
35. Хабаровск, филиал "ОМРОН-Восток" (Иркутск),  
ул. К. Маркса, д. 60, оф. 3  
тел.: (4212) 30-34-24, omron@omrondv.khv.ru
36. Чебоксары, филиал "ОМРОН-Поволжье" (Н. Новгород),  
ул. Энгельса, д. 28, оф. 25  
тел.: (8352) 21-24-08, omron@cbx.ru
37. Челябинск, филиал "ОМРОН-Урал" (Екатеринбург),  
ул. Свободы, д. 145, тел.: (3512) 60-99-55, 42-66-40

---

#### **ИЗГОТОВИТЕЛЬ:**

---

**OMRON Matsusaka Co., Ltd. Japan.**  
(ОМРОН Матсусака Ко. Лтд.. Япония)  
1855-370, Kubo-cho, Matsusaka-city,  
Mie-prefecture, 515-8503, Japan  
(1855-370 Кубо-чо, Матсусака-сити,  
Мие-префектура, 515-8503, Япония)

---

#### **ПРЕДСТАВИТЕЛЬ В ЕВРОПЕ:**

---

##### **OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.**

(ОМРОН Хэлскэа Европа Б.В.)

Kruisweg 577 NL-2132 NA, Hoofddorp, Netherlands  
(Круизвег 577, НЛ-2132, Хуфдорп, Нидерланды).

---

#### **ПРОИЗВОДСТВЕННЫЕ ФИЛИАЛЫ:**

---

##### **1. OMRON Dalian Co., Ltd**

(ОМРОН Далиан Ко., Лтд)

3 Song Jiang Road, Dalian Economic and Technical  
Development Zone, 116600, People's Republic of China  
(3 Сонг Джианг Род, Далиан Экономик энд Техникал  
Девелопмент Зоне, 116600, Китай)

##### **2. OMRON Medizintechnik**

(ОМРОН Медизинтехник)

Handelsgesellschaft mbH, Windeckstr. 81a, 68163,  
Mannheim, Deutschland  
(Ханделс гезельшафт м.б.Х., Виндэк штр., 81а, 68163,  
Манхайн, Дойчланд)

## УВАЖАЕМЫЕ ПОКУПАТЕЛИ!

Наряду с шагомерами компания OMRON производит целый спектр домашних медицинских приборов, помогающих сохранять здоровье и вести здоровый образ жизни как Вам, так и Вашей семье. Среди них:

- **электронные измерители артериального давления OMRON** полуавтоматические и автоматические.
- **ингаляторы OMRON** для ингаляционного лечения.

Одним из эффективных способов лечения **бронхиальной астмы** и **аллергии** является ингаляторная терапия.

При использовании ингалятора лекарственный препарат попадает непосредственно к органам дыхания, минуя кровь. Неблагоприятные побочные явления лекарства сводятся к минимуму.

Ингаляторная терапия значительно облегчает течение болезни в периоды ее обострений;

- **определитель жировых отложений OMRON BF 306** позволяет узнать точное количество и процентное содержание жира в организме;
- **медицинские массажеры OMRON** применяются для миотерапии при:
  - мышечной боли;
  - мышечной усталости;
  - напряжении в мышцах;
- **электронные термометры OMRON** для измерения температуры у детей безопасны для ребенка, не содержат вредных веществ и не бьются.

**Будьте здоровы вместе с OMRON!**



**Официальным представителем фирмы  
OMRON MATSUSAKA (Япония)  
по распространению медицинской  
бытовой техники на территории России  
является ЗАО «КомплектСервис».**

**По всем вопросам реализации,  
закупок и сервиса обращайтесь по адресу:  
127006, г. Москва, Воротниковский пер., д. 7, стр. 3**

**Тел./факс: 299-40-64, 209-37-31, 209-92-39  
www.omron-med.ru, e-mail: omron@dol.ru**



**Зарегистрированная торговая марка  
ЗАО «КомплектСервис»**

Типография «ТДЗт». Заказ 18/05/03