出现异常时

（当出现异常时，在委托修理前，请确认以下内容）

异常状况	确认内容	参考页码
按任何键无显示	● 电池是否掉落？ ● 电池的电量是否已消耗完？ ● 电池的电极处附有杂物、灰尘等吗？	6-7
显示Lo	● 电池的电量已消耗完，请马上更换。	6
所有的文字显示后随即消失	● 电池的电量已消耗完，请马上更换。 （电池的残留电量不同，有时不显示Lo）	6
按储存键后显示---后随即消失	● 在相应的个人记忆号码上没有输入任何资料	7
测量中显示Err或---	● 个人记忆号码的输入内容是否有误？ ● 是否穿着袜子？ ● 脚底是否沾有脏污？ ● 体脂肪率是否超过了测量范围？ ● 是否在显示0.0kg之前站上了人体脂肪测量仪？	7 7 7 7
测量中显示OL	● 是否超过了最大秤量？	封底
测量途中，电源切断，显示消失	● 在测量中，是否晃动了？ ● 是否在显示0.0kg之前站上了人体脂肪测量仪？ ● 是否穿着袜子测量？	7

规格

型　号		UM-040/UM-041
最大秤量		150kg
最小秤量		2kg
分度值		100g
体脂肪率显示单位		0.1%
输入内容	性别	女性 / 男性
	年龄	7岁~99岁
	身高	100cm~220cm
电　源		7号电池4节/DC6V
工作电流		最大60mA
体　积		304mm×320mm×26mm
重　量	UM-040	约1.7kg（包括电池）
	UM-041	约1.8kg（包括电池）

ISO9001&ISO13485
质量管理体系
认证企业

家庭用

检查合格印

综合检查
合格

售后服务

- 请认真阅读保证书的内容并妥善保管。保证期从购买日算起，期限为一年。
- 对操作方法或故障等的咨询、对易耗品的订购及修理，请与销售本产品的各分公司联系。
- 另外，如有其它问题也可直接与本公司联系。

UM040 7601(3)

■最大允许误差保证范围

- 本人体脂肪测量仪是按照百利达企业产品标准Q/BLD13制造的，并经过严格检验后出货。使用时，对于所测量的体重的最大允许误差保证在以下范围内：

0~100kg	± 400g
100kg~150kg	± 1kg

- 本人体脂肪测量仪只适用于测量体重、体脂肪率，不能用于贸易结算。

总公司：日本　株式会社 タニタ
地　址：東京都板橋区前野町 1-14-2
制造商：东莞百利达 健康器材有限公司
注册、生产地址：广东省东莞市南城区宏图工业区
http: //www.tanita.com.cn

总经销及售后服务

全国售后服务热线：4000-680-980

百利达（上海）商贸有限公司
地址：上海市淮海中路887号永新大厦8005A室

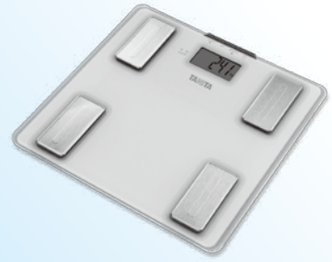
百利达（上海）商贸有限公司北京分公司
地址：北京崇文区崇文门外大街3号A
北京新世界中心南办公楼10层1005A室

百利达（上海）商贸有限公司广州分公司
地址：广州市天河北路233号中信广场1413室

TANITA
关爱健康
百利达

人体脂肪测量仪
UM-040/UM-041使用说明书

产品注册号：粤食药监械（准）字2011第2210585号
注册标准号：YZB/粤0780-2011
企业标准号：Q/BLD 13
生产许可证号：粤食药监械生产许20051092号



（UM-040）



（UM-041）

感谢您购买或使用百利达人体脂肪测量仪。本测量仪是利用BIA(生物电阻抗分析法)，通过测量人体生物电阻抗来计算体脂肪率的。作为预防生活习惯的好帮手，将协助您做好家庭的健康管理。

⚠注意　如使用不当，可能会引起重大事故。因此，使用前请您详细阅读本使用说明书，并妥善保管以便随时参阅。

目　录

使用前请确认以下事项

检测人体成分，了解健康指数 2
体脂肪率 3
体脂肪率判定表 4
体水分率 5
安全注意事项 6
正确的测量方法及注意事项 7

使用方法

产品结构及附属品确认 8
准备　（电池的安装方法） 9
（正确的放置方法） 9
测量方法（个人资料的输入） 10-11
测量方法（体脂肪与体重的测量方法） 12
客人模式测量方法（客人模式） 13
保证书 14

必要时，请参阅！

出现异常时 封底
规格 封底
最大允许误差 封底
售后服务 封底

保证书

TANITA 保证书

销售店
在贵店销售时，请将保修单所定事项（购买日期、销售店栏中盖章）填完后交给顾客。

顾客
本保修单中根据免费修理规定实施免费修理，从购买日至下面保证期内发生故障时，根据本保修单提示，委托我公司及售后服务部修理。顾客的个人资料在修理完成后和修理品一起返还。在此期间，顾客个人资料不会泄露出去。我公司根据规定负责地进行管理。

品　名	人体脂肪测量仪
保证期	产品购买日起一年以内　　购买日期：　年　月　日
顾　客	姓　名
	地　址
	电　话　（　　）
销售店	地址・店名
	电　话　（　　）　㊞

免费修理规定

1、按照说明书正常使用，并在保修期内发生故障，可以进行免费修理。

2、在免费修理期间发生非人为故障时，可与售后服务部联络，并把产品与保证书寄往售后服务部。

3、赠送品等没有记入本保证书时，请联络本公司售后服务部。

4、保证期内出现以下情况，由顾客负责修理的全部费用。
A、不按说明书操作及擅自改造或修理所造成的故障与损坏。
B、掉落在地或其它人为所造成的故障与损坏。
C、由于火灾、水灾、地震、雷击等不可抗拒的自然灾害所造成的故障与损坏。
D、在家庭以外的（例如：长时间用于业务或长期在船舶上使用）场所使用所造成的故障与损坏。
E、保证书没有提示的情况。
F、保证书中的购买年月日，顾客资料用销售店无记录或者说字句被改写的情况。

5、请当妥善保管好此保证书。

修理记录

※在保证书中已规定期间和条件的情况下，我们可约定免费修理。根据保证书不限定客户法律上的权利，超过保修后的修理，为有偿修理，有不明之处请与总经销联系。

客人模式测量方法(客人模式)

1 个人数据临时登录
(以下操作以UM-041为例)

确认显示消失

按 GUEST 客人键

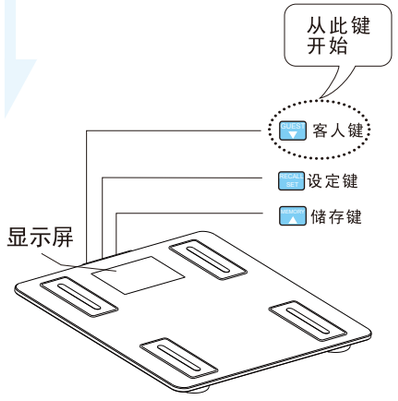


输入[年龄]、[性别]、[身高]详情参阅第7页[个人资料输入]

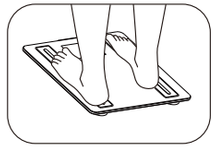


显示输入[身高]“哔哔”声后变成 0.0kg 显示





2 确认 0.0kg 显示后赤脚测量，注意脚跟和电极相吻合



体重显示





① 首先显示体重，然后显示体脂肪率

● 显示脂肪率前，请站在人体脂肪测量仪上勿动



体脂肪率测定中



体脂肪率显示

② 测量完毕。[体重]与[体脂肪率]、[水分率]的测量值交替显示3次后会自动切断电源



结果交替显示3次





自动关闭自源

※关于体脂肪率、体水分率请参考第4和5页的体脂肪率判定表与体水分率

检测人体成分，了解健康指数

规格型号 UM-040/UM-041

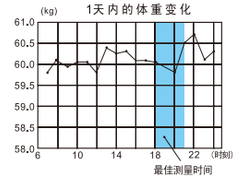
适用范围 适用于人体体重和体脂肪率的测量。

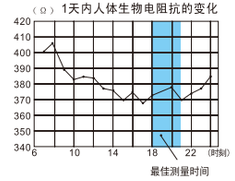
特　征

- 10秒内可测量出体重、体脂肪率与体水分率。
- 数字显示，一目了然。
- 最大秤量150kg;分度值d=100g
- 体脂肪率的显示单位为0.1%。
- 具有客人模式功能，可对没登录者进行测量。
- 可记忆4人的年龄、性别、身高。
- 可储存上次测量的数据(UM-040无此功能)（测量完毕后按 SCALE SET 键可显示上次测量数据）。
- 具有体重专用键，可单独测量体重。

● 体脂肪率的测量原理

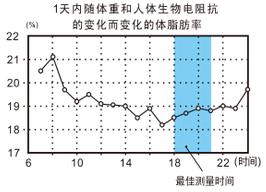
本人体脂肪测量仪根据BIA(Bioelectrical Impedance Analysis)法研制而成，在通过测量人体生物电阻抗的基础上引入全新的测量技术，令测量结果更趋准确。由于体内脂肪几乎不导电，而肌肉和水分等身体成分则容易导电，所以我们可以通过测量人体生物电阻抗来计算体内脂肪以及其他组织成分的比率。





● 体脂肪率的正确测量方法

用BIA法测量时，生物电阻抗(人体生物电阻抗)的变化是判断体脂肪率的主要要素之一。随着测量时身体状况的变化(发烧、暴饮暴食、大量出汗等)或一天内的活动变化(正常情况下，生物电阻抗有着入睡时上升、活动时下降的特性)，其测量值随之发生变化。请尽量在同一时间、同一条件下进行测量。



● 工作的环境条件	温度5℃～35℃ 相对湿度30%～80%（无冷凝） 大气压力86kPa～106kPa
● 运输和贮存的环境条件	温度0℃～50℃ 相对湿度10%～90%（无冷凝） 大气压力70kPa～106kPa

体脂肪率

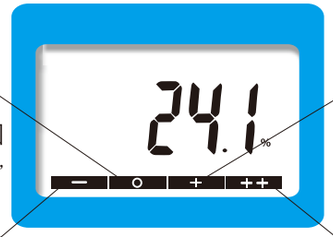
体脂肪率是什么

● 真正的「肥胖」不只是体重而是用体脂肪率来判定。体脂肪不单是活动能源，更有着保持体温、减轻外来的撞击力、滋润皮肤、保持平滑苗条的体形、维持正常荷尔蒙分泌等重要作用。但是，过多的体脂肪是引发高脂血症、高血压、糖尿病等生活习惯病的原因之一。小孩子的肥胖和成年人一样也有可能引起高脂血症、高血压、糖尿病等危害健康的疾病。而且，已有从小孩期的肥胖转移为成年人肥胖的报告，因此从小孩子开始就要注意保持适当的体脂肪率。

请停止成长期的盲目减肥

● 小孩和大人不一样，是身高、体重、肌肉、骨头等身体组织快速成长的重要时期。在这期间进行节食、极端的限制食量等盲目的减肥将会导致必要的脂肪、肌肉、骨头不增长。脂肪过少将会引起女性荷尔蒙分泌异常导致月经停止。了解自己的身体，摄取营养均衡的食物并进行适当的运动等等，养成良好的生活习惯是很重要的。

根据测量得出的脂肪率，可以分为四种程度。



标准
体脂肪率正常
请保持现在的生活饮食习惯和运动量。

偏瘦
体脂肪率未达到标准范围
请注意日常饮食中均衡营养的吸收，以及保持适量的运动量。由于存在生病而引起脂肪率过低的情况，请咨询专业医师的意见。

偏胖
体脂肪率超出标准范围
请注日常饮食与运动的平衡，减少零食和高油脂食物，加强锻炼

过胖
由于有可能引起病症，请改变不良饮食习惯和加强锻炼，以减低脂肪率，并咨询专业医师的意见。

测量方法（体脂肪率与体重的测量方法）

● 先确认个人记忆号码是否登录(P7)的内容。

1 请选用您登录过的记忆号码
（以下操作以UM-041为例）

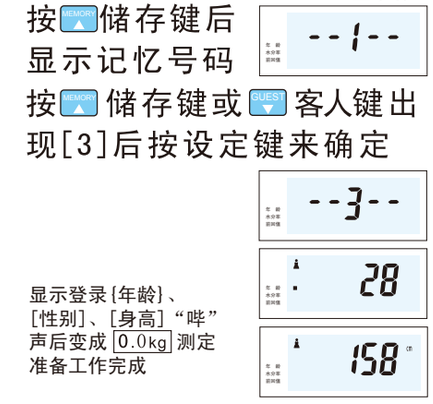
(例)登录号码为[3]

按MEMORY储存键后显示记忆号码

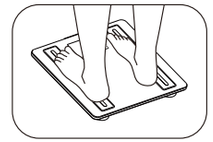
按MEMORY储存键或GUEST客人键出现[3]后按设定键来确定

显示登录{年龄}、[性别]、[身高]“哔”声后变成 0.0kg 测定准备工作完成

显示屏



2 确认 0.0kg 显示后赤脚站在电极板上



①首先，显示体重，然后，显示体脂肪率

● 显示脂肪率前，请站在人体脂肪测量仪上勿动

体重显示

体脂肪率测定中

体脂肪率显示



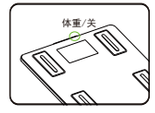
②测量完毕。[体重]与[体脂肪率]、[水分率]的测量值交替显示3次后会自动切断电源

结果交替显示3次

※关于体脂肪率、体水分率请参考第4和5页的体脂肪率判定表与体水分率

自动关闭电源

体重的测量方法



按 OFF 体重专用键/关机键

显示 88888 后，出现 0.0 显示时，请站上秤体，进行测量

显示屏



显示体重，测量完毕

例：将身高为158cm年龄为28岁的成年女性资料输入[3]号个人记忆号码

2 输入[年龄]

例：选择年龄为28岁时

按MEMORY储存键或GUEST客人键选择想登录的年龄



※按住MEMORY储存键或GUEST客人键数字可以快速改变，如果超过[99]就会回到[7]

例：按GUEST客人键变为[28]



按LOCAL SET键来确定

“哔”声后表示设定确认

以下的登录项目内容为[性别]



标记(女性)

标记(男性)

3 输入[女性]或[男性]

按MEMORY储存键或GUEST客人键选择[女性]或[男性]

例：按MEMORY储存键出现标记表示[女性]



按LOCAL SET键来确定

“哔”声后表示设定确认



闪灭显示下一个输入内容[身高]

4 输入[身高]

例：身高为158cm

按MEMORY储存键或GUEST客人键输入[身高]



按住MEMORY或GUEST键不放，数字可快速变化. 输入身高范围:(100cm~220cm)

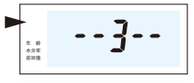
例：按GUEST客人键选择[158cm]



按LOCAL SET键来确定

“哔”声后表示设定确认

“哔”声后开始进行输入内容的确认



[年龄]、[性别]、[身高]等已输入内容交替显示3次后显示消失



自动关闭电源

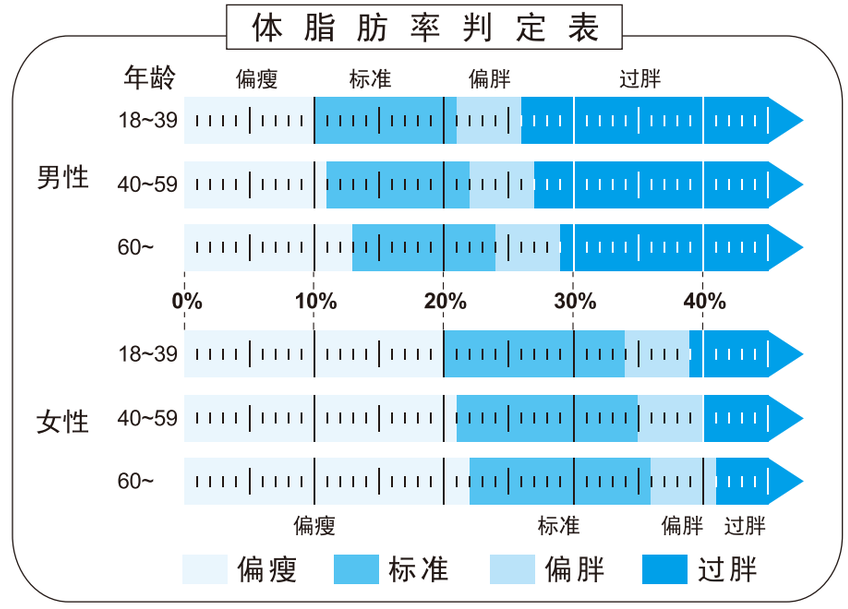
输入完毕

注 意

- 对于17岁及以下的小孩，70岁及以上的老人，所测量出的体脂肪率，建议仅作为观察分析其变化趋势的参考值。
- 对于17岁及以下的小孩，只能测量体重和体脂肪率。

体脂肪率判定表

● 本机是根据可以知道各部位体组成的DXA法（双重能量X线吸收法）进行数据分析，并以此为基准推测体脂肪率的。DXA法（双重能量X线吸收法）和现在水中体重测量法相比有减少数据测量时的不稳定，能够详细的分析身体组成的特点。因此，关于肥胖的判定根据DXA法并结合测量数据重新制定了判定表。孕妇和人工透析中的人或是浮肿症状的人建议把此表仅作为观察变化趋势的参考值。



● 以DXA(Dual energy X-ray Absorptiometry)即双能能量X线吸收法技术测量得出的数据为基础，结合国际通用的WHO以及日本肥胖学会承认的肥胖标准进行脂肪率判定，结果更精确更权威。

什么是体水分率

● 体水分率是人体中水分所占的百分比。体水分是指体内含水分的血液、淋巴液、细胞外液、细胞内液等。有输送营养、回收体内废物、保持体温等对身体是很重要的功能。体水分率男性比女性高，随着年龄增加有减少的倾向。而且体脂肪多的人水分率少，相反体脂肪率低的人水分率高（如上所述体水分率根据年龄，性别，体脂肪而发生变化。）以下是体脂肪率在适当范围内的人的体水分率。

男　性	约55%～65%
女　性	约45%～60%

● 如果节食急剧减轻体重，不只是体脂肪连最重要的体水分也有可能减少。请注意将体脂肪控制在标准范围，不要进行减少体水分的盲目减肥，将会有利于身体健康。

● 一天之中因水分的摄取和身体活动以及身体状况不好等多少会有点变动，所以请注意以下几点：

◎ 因运动后、饮酒后、洗澡后等体内水分移动和体温度上升时
休息一段时间等身体处于安静状态且体温降下来时再测量。

◎ 喝水之后（刚刚喝完水）
直到身体完全吸收后测量值才能反映出来。

◎ 发烧和持续激烈的呕吐、腹泻时
等身体好转后再测量。

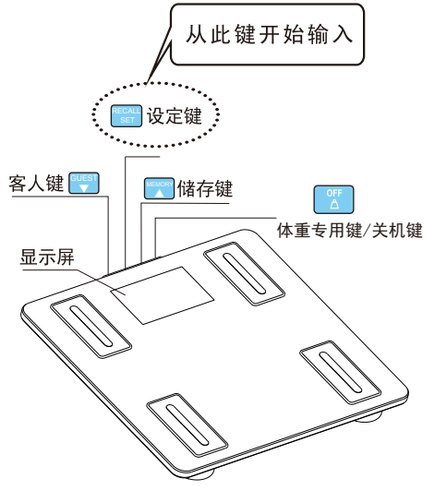
※脱水症、浮肿时不能判定。

输入个人资料

测量体脂肪率前一定要输入个人资料(年龄/性别/身高)

※ 否则就无法测量。

将身高为158cm年龄为28岁的女性的资料输入[3]号个人记忆键



1 决定输入个人记忆号码

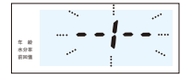
以输入[3]号个人记忆号码为例

请确认显示处于消失状态后



首先按 RECALL SET 键

闪灭显示个人记忆号码 --1--



按 MEMORY 储存键或 GUEST 客人键选择想要输入的号码，按 MEMORY 储存键两次时显示 --3--



按 RECALL SET 键来确定

“哔”声后表示设定确认

闪灭显示下一个输入内容年龄■标记和 [30]



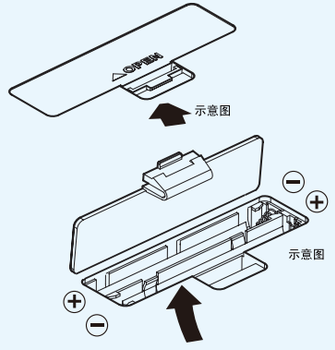
注意

■ 如果输入错误的内容或错按了他人的个人记忆号码，就不能正确测量。
■ 穿着袜子或脚底沾有脏污或与电极板接触不良时，测量中晃动会出现 Err 或 --- 等异常显示，或测量途中会自动切断电源。
■ 超过体脂肪率的测量范围时，显示 Err 。
■ 若显示 0.0 kg 前，站上人体脂肪测量仪时，会出现 Err 或 --- 等异常显示或会自动切断电源。
■ 在相应的个人记忆号码上没有输入任何资料时，按个人记忆号码后显示 --- 后随即消失。

准备(电池的安装方法及人体脂肪测量仪的正确放置方法)

电池的安装方法

①将秤体的背面朝上
②打开电池盒盖



③按标识的“+、−”极方向装入电池
（7号电池4节/DC6V）

■ 更换电池

●显示 Lo 时，请及时更换4节新电池。



注：为防止发生故障，切勿将碱性电池和碳性电池混用。

注：1.切勿使用充电电池。
2.长期不使用本测量仪时，必须取出电池。
3.使用7号电池。

●电池的使用寿命。
按一天使用5次来计算，大约可使用一年。

●附属电池的寿命。
附属电池因是产品出厂时的附带品，所以电量可能有所消耗。

●在更换电池过程中，显示屏出现显示时
更换电池时，有时会自动通电，此时，将人体脂肪测量仪放在地板上，等30秒左右，显示会自动消失。若显示还不消失时，请将电池取出，等显示完全消失后，再重新装入。

■ 自动断电功能

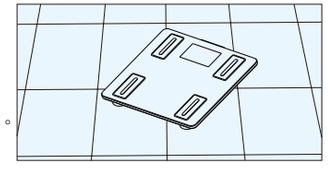
为了防止忘记关闭电源，使用完毕后本人体脂肪测量仪会自动切断电源(显示消失)。此外，还有以下功能：

- 若中断测量，约10至20秒内会自动切断电源，具体由操作类型而定。
- 若将过大的重量施加于测量台上,会显示“OL”。
- 若在测量中操作错误或者按错键或按钮，会显示“Err”。

正确的放置方法

■ 放置时的注意事项如下

- 请勿放置在阳光直射的地方、发热器具附近及空调的出风口处。
- 请勿放置在温度变化剧烈的地方。
- 请勿放置在潮湿的地方。
- 请勿在地毯等软质平面上，会导致测量值不准确。
- 请在坚硬、平坦的地方使用。



安全注意事项

本说明书上标识有许多符号，是提醒您应注意的事项，以预防您及他人受到伤害或财产损失。使用前，请您务必仔细阅读本说明书，详细了解各种符号的意义，以便正确使用。

⚠ 警告	若忽视本警告而不当使用本人体体脂肪测量仪时，可能会导致伤亡事故或意外发生。
⚠ 注意	若忽视本注意事项可能使人或物受到伤害或损害。

⃠ 表示禁止的内容。
❗ 表示必须强制实行的内容
表示B型设备

■ ⚠ 警 告

体内装有心脏起搏器等医疗器具者，禁止使用！



禁止

因为使用人体脂肪测量仪测量体脂肪率时，有微弱的电流通过体内，可能会影响体内的医疗器具运作，导致极其严重的后果。

测量结果用于制定饮食、运动计划时，请勿擅自判断！



禁止

人体脂肪测量仪所得出的测量结果，请向医生或专家咨询，听取他们的意见，结合个人的生活习惯和目标进行健康管理。若擅自判断，可能会导致严重的事故或意外。

请勿在光滑的瓷砖面或湿地板上使用！



禁止

人体脂肪测量仪打滑可能会使您摔倒受伤，且如果水浸入人体脂肪测量仪内部会引起故障。

请勿站在人体脂肪测量仪的边缘或跳跃着站上或离开，否则，有可能因为人体脂肪测量仪打滑使您摔倒受伤。

行动不便的人使用本人体脂肪测量仪时，需有他人的帮助或使用扶手、栏杆等辅助物。（使用扶手等辅助物时，所测量出的值仅供参考。）

■ ⚠ 电路保护

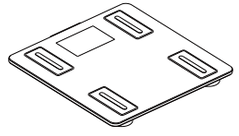
为了使用安全，本产品采用耐压32V、耐流0.5A的贴片式熔电器（保险丝），电路板上标识为“F1”。

■ ⚠ 废弃物处理

旧电池或人体脂肪测量仪报废后，请按照所在地区的相关法规进行妥善处理。

■ ⚠ 注 意

请注意以下事项

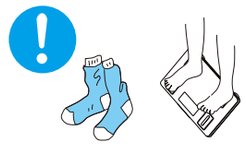


- 请勿踩本人体脂肪测量仪的显示屏，以免使显示屏破损，使您受到伤害。
- 请勿将手指插入本人体脂肪测量仪的缝隙或小孔内，以免受伤。
- 请勿让小孩搬运本人体脂肪测量仪，以免掉落，导致受伤。
- 更换电池时，要正确地摆放正负极方向，否则可能会导致电池液体外漏而弄脏地毯或地板。（长时间不使用时，请将电池取出）。
- 当身体潮湿时，请勿使用本人体脂肪测量仪，沐浴后，务必擦干身体及脚底上的水后，再使用。

正确的测量方法及注意事项

为了得到准确的测量值

将脚底的脏污清洁干净后，赤脚测量。



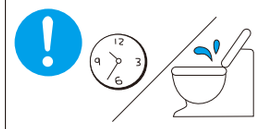
如果穿着鞋袜或脚底沾有灰尘等脏污测量的话，就不能准确地测量体脂肪率与体重。

请在只穿内衣裤的状态下测量。



穿着衣服测量时，测量值中包含衣服的重量。

请尽量在每天的同一时间、同一条件下进行测量。



测量值受体内水分量的变化及体温的影响很大，因此请在沐浴后或小便后等每天的同一时间、同一条件下进行测量。

请双脚站在电极板上进行测量。



当电极板与脚底的接触不良时，体脂肪率的显示会偏低，或出现 Err 或 ---- 显示。

暴饮暴食后或有极度脱水症状时，请不要测量，否则不能准确地进行测量。



为了更准确地进行测量，请在每天起床后3小时或饭后3小时的相同时间段进行测量。

激烈运动后，请不要立刻测量，否则测量的数据可能会不准确

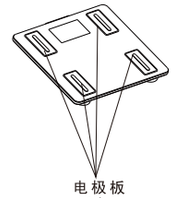


请充分休息后，再测量

■在使用本人体脂肪测量仪时，请勿在旁边使用手提电话或微波治疗仪器，否则将会影响测量值的准确性。

■以下类型的测量者，体脂肪率会异于一般人，建议将测量值仅作为分析体脂肪率变化的参考值。

- 小孩与老人。
- 健美运动员，职业运动员等。(百利达公司将“运动员”定义为每周进行至少10小时以上的激烈运动，且平静时的心跳速度约为每分钟60跳及以下者)
- 孕妇、做人工透析治疗的患者、有浮肿症状的患者等。



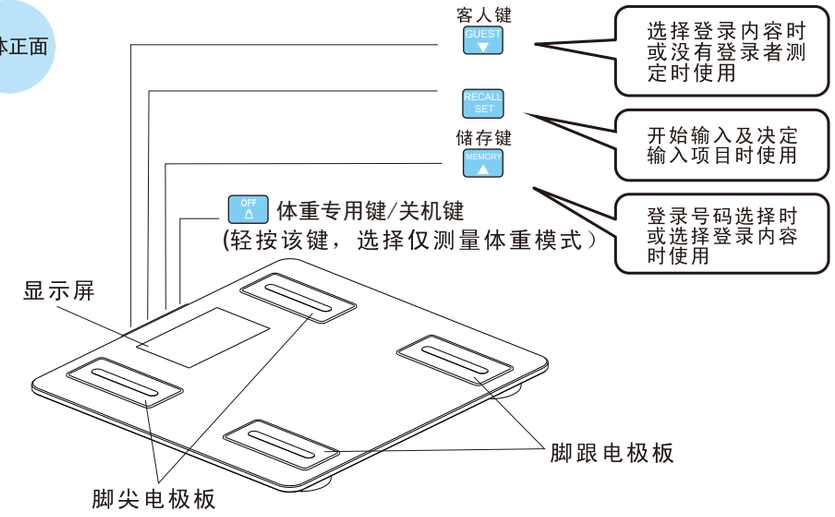
注意事项

本人体脂肪测量仪属精密仪器，为长期保持最佳使用状态，请遵守以下事项。

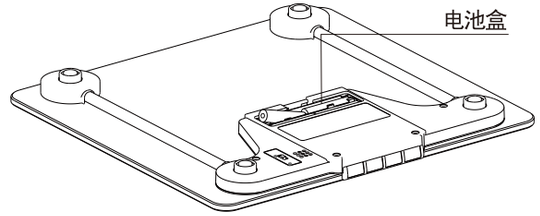
使用	▲	请勿拆卸本人体脂肪测量仪或用水冲洗。
	▲	请勿使本人体脂肪测量仪承受较大的冲击或震动。
保管	▲	请勿在震动激烈的地方放置。
	▲	请勿在体重专用键容易被碰到的地方放置。
	※	以防电池的电量被快速消耗。
维护	▲	请勿用热水、挥发油、香蕉水等溶液擦洗，脏污时请用柔软的布沾水或家庭用中性洗涤剂进行清洁，然后再用干布擦干。

产品结构(由测量台、控制面板、显示屏、电池和电极组组成。)

秤体正面



秤体背面



请确认附属品

☑使用说明书

□ 电池(7号电池4节/DC6V)

