

**Automatic Upper Arm Blood Pressure Monitor**

Automaattinen olkavarren verenpainemittari  
Automatisk blodtrycksmätare för överarmen



**M2+ (HEM-7188-LE)  
M2 Essential (HEM-7188-E)**

**Instruction Manual 2: Operational Instructions**

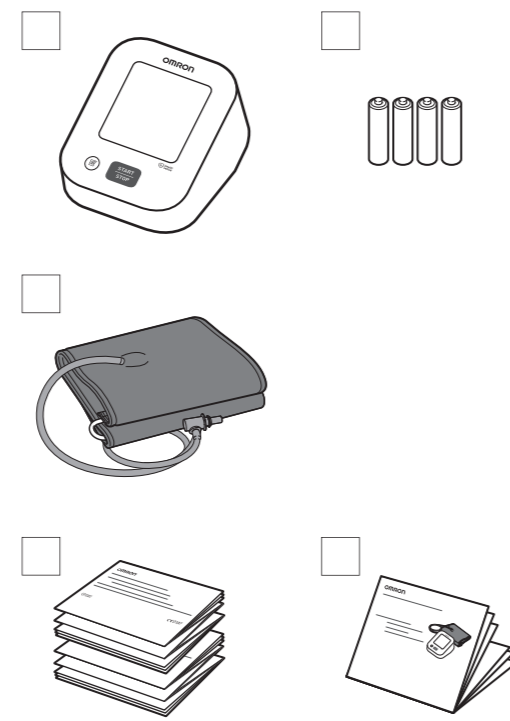
**FI** Käyttöohjeet 2: Käyttöohjeet  
**SV** Bruksanvisning 2: Driftsinstruktioner

Read Instruction Manual 1 and 2 before use.

Lue käyttöohjeet 1 ja 2 ennen käyttöä.  
Läs bruksanvisning 1 och 2 före användning.

**1 Package Contents**

**FI** Pakkauksen sisältö  
**SV** Förpackningens innehåll



**2 Preparing for a Measurement**

**FI** Valmistautuminen mittaukseen  
**SV** Förbereda en mätning

**30 minutes before**  
30 minuuttia ennen  
30 minuter innan



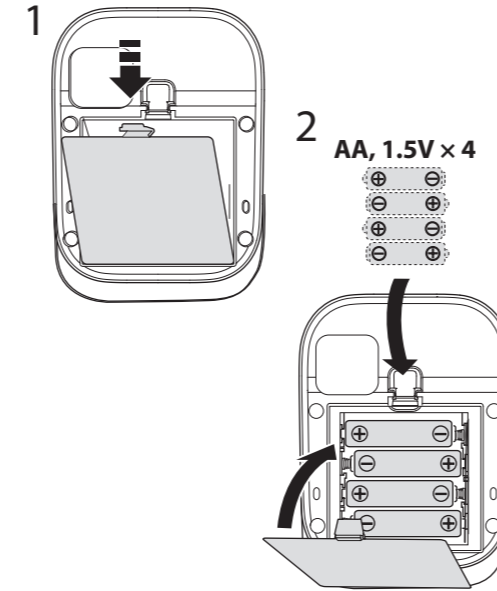
**5 minutes before: Relax and rest.**

5 minuuttia ennen:  
rentoudu ja lepää.  
5 minuter innan:  
slappna av och vila.



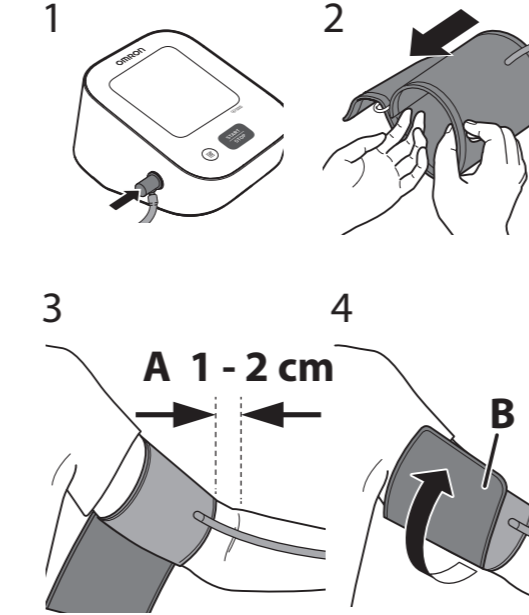
**3 Inserting Batteries**

**FI** Paristojen asentaminen  
**SV** Sätta i batterierna



**4 Applying the Arm Cuff**

**FI** Mansetin asetus  
**SV** Applicera manschetten



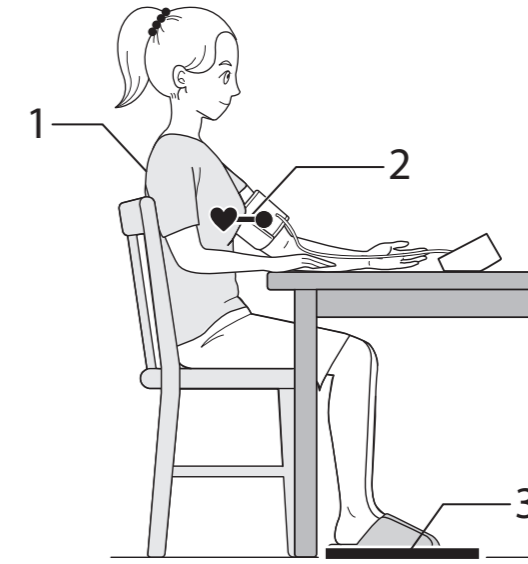
**A. Tube side of the cuff should be 1 - 2 cm above the inside of your elbow.**  
**B. Make sure that the air tube is on the inside of your arm and wrap the cuff securely so it can no longer slip round.**

A. Mansetin letkupuolen on oltava 1–2 cm kyynärtaipeen sisäpuolen yläpuolella.  
B. Varmista, että ilmaletku on olkavarren sisäpuolella, ja kääri mansetti riittävän tiukasti, jotta se ei pääse pyörimään olkavarren ympärillä.

A. Slangsidan av manschetten ska vara 1–2 cm ovanför insidan av armbågen.  
B. Se till att luftslangen sitter på insidan av armen och linda manschetten ordentligt så att den inte kan glida runt.

**5 Sitting Correctly**

**FI** Istuminen oikein  
**SV** Rätt sittställning



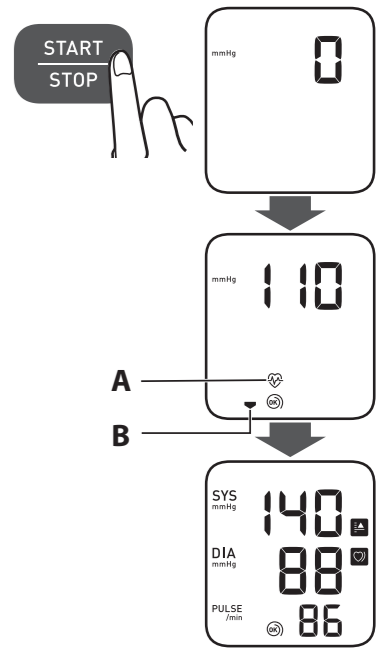
Relax and sit comfortably. Remain still and do not talk.  
**1. Keep your back and arm supported.**  
**2. Keep the arm cuff at the same level as your heart.**  
**3. Keep your feet flat and your legs uncrossed.**

Rentoudu ja istu mukavasti. Älä liiku äläkä puhu.  
1. Pidä selkä ja käsivarsi tuettuna.  
2. Pidä mansetti sydämen tasolla.  
3. Pidä jalkaterät tasaisesti maassa äläkä risti jalkoja

Koppla av och sitt bekvämt. Var stilla och prata inte.  
1. Sitt bekvämt med stöd för ryggen och armen.  
2. Armmanschetten ska vara på samma nivå som hjärtat.  
3. Håll fötterna platt mot golvet och korsa inte benen.

**6 Taking a Measurement**

**FI** Mittauksen ottaminen  
**SV** Göra en mätning



**1. Press the [START/STOP] button.**  
**A: Flashes at every heartbeat.**  
**B: Appears while the cuff is deflating.**  
**2. The reading is saved automatically.**

1. Paina [START/STOP]-painiketta.  
A: Viikkuu jokaisella sydämenlyönnillä.  
B: Tulee näkyviin mansetin tyhjentymässä.  
2. Lukema tallennetaan automaattisesti

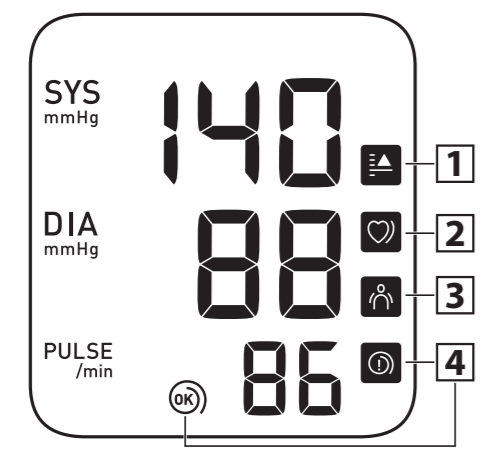
1. Tryck på [START/STOP]-knappen.  
A: blinkar vid varje hjärtslag.  
B: visas när manschetten töms.  
2. Avläsningen sparas automatiskt.

E1	<b>Error messages or other problems?</b>	
E2	<b>Refer to:</b> Virheilmoituksia tai muita ongelmia? Lue: Felmeddelanden eller andra problem? Se:	
:		

Instruction Manual 1 1-1.

## 7 Checking Readings

FI Lukemien tarkastelu  
SV Kontrollera avläsningar

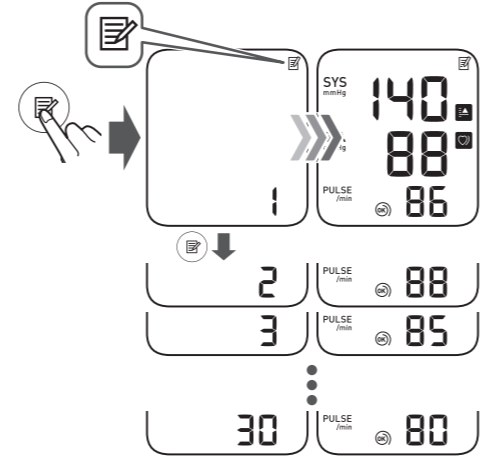


<b>1</b>	<p><b>Appears if "SYS" is 135 mmHg or above and/or "DIA" is 85 mmHg* or above.</b></p> <p>Tulee näkyviin, jos SYS on vähintään 135 mmHg ja/tai DIA on vähintään 85 mmHg*.</p> <p>Visas om "SYS" är 135 mmHg eller högre och/eller "DIA" är 85 mmHg* eller högre.</p>
<b>2</b>	<p><b>Appears when an irregular rhythm** is detected during a measurement. If it continues to appear, consulting with your physician is recommended.</b></p> <p>Tulee näkyviin, jos epäsäännöllinen rytmj** havaitaan mittauksen aikana. Jos tätä esiintyy edelleen, suosittelemme ottamaan yhteyttä lääkäriin.</p> <p>Visas när en oregelbunden rytm** upptäcks under en mätning. Om det fortsätter att visas rekommenderar vi att du rådgör med din läkare.</p>

<b>3</b>	<p><b>Alerts you of any body movement that will affect the blood pressure readings. Remove the arm cuff, wait 2 - 3 minutes and try again.</b></p> <p>Varoittaa sinua kehon liikkeistä, jotka saattavat vaikuttaa verenpainelukemiin. Irrota mansetti, odota 2–3 minuuttia ja yritä uudelleen.</p> <p>Varnar dig för kroppsrörelser som kan påverka blodtrycksavläsningarna. Ta av manschetten, vänta 2–3 minuter och försök igen.</p>		
<b>4</b>	<p><b>The cuff is tight enough.</b></p> <p>Mansetti on asetettu riittävän tiukasti.</p> <p>Manschetten sitter tillräckligt stramt.</p>	<b>4</b>	<p><b>Apply the cuff again MORE TIGHTLY.</b></p> <p>Aseta mansetti uudelleen TIUKEMMIN.</p> <p>Sätt på manschetten igen och DRA ÅT DEN MER.</p>

## 8 Using Memory Functions

FI Muistitoimintojen käyttö  
SV Använda minnesfunktioner



**Readings Stored in Memory**

FI Muistiin tallennettujen lukemien tarkastelu  
SV Avläsningar lagrade i minnet

Stores up to 30 readings.

Mittari tallentaa enintään 30 lukemaa.

Lagrar upp till 30 avläsningar.

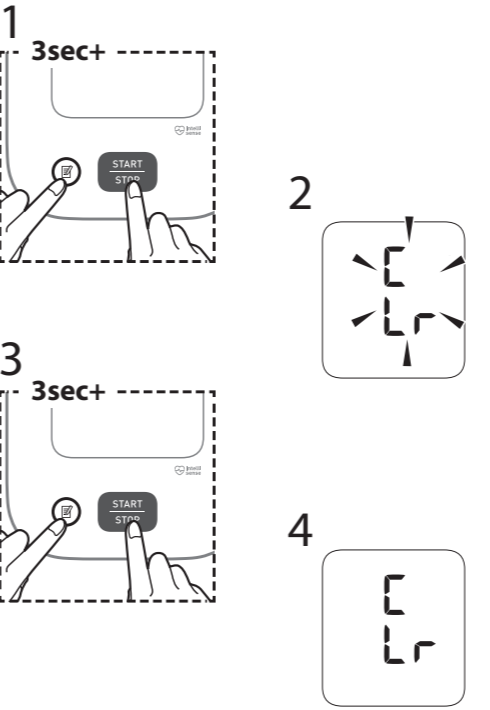
Pressing and holding will scroll through the previous reading rapidly.

Pohjassa painaminen selaa edellisten lukemien läpi nopeasti.

Håll intryckt för att snabbt bläddra igenom föregående avläsning.

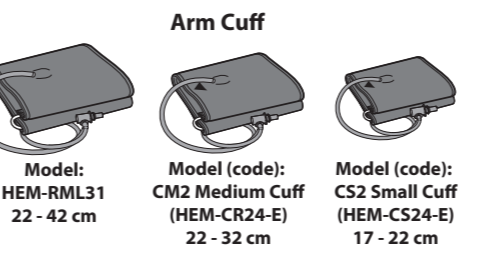
## 9 Restoring to the Default Settings

FI Oletusasetusten palauttaminen  
SV Återställa till förvalda inställningar

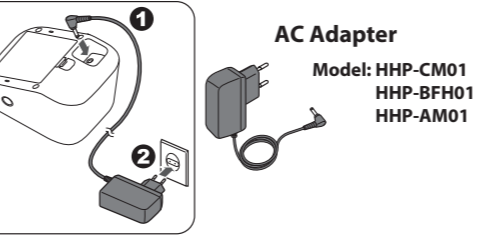


## 10 Optional Accessories

FI Valinnaiset lisävarusteet  
SV Valfria tillbehör



	HEM-RML31	CM2 Medium Cuff	CS2 Small Cuff
M2+ (HEM-7188-LE)	✓	x	✓
M2 Essential (HEM-7188-E)	✓	✓	✓



**If your systolic pressure is more than 210 mmHg: After the arm cuff starts to inflate, press and hold the [START/STOP] button until the monitor inflates 30 to 40 mmHg higher than your expected systolic pressure. Do not inflate above 299 mmHg.**

Jos systolinen paine on yli 210 mmHg: kun mansetti alkaa täyttyä, paina [START/STOP]-painiketta ja pidä se painettuna, kunnes mittari täyttyy 30–40 mmHg odotettua systolista painetta korkeammalle. Älä täytä yli 299 mmHg:n.

Om ditt systoliska tryck är högre än 210 mmHg: När armmanschetten börjar blåsas upp håller du knappen [START/STOP] intryckt tills mätaren är uppblåst till 30–40 mmHg högre än ditt förväntade systoliska tryck. Blås inte upp över 299 mmHg.

Do not throw the air plug away. The air plug can be applicable to the optional cuff.

Älä hävität ilmaletkun liitintä. Ilmaletkun liitintä voidaan mahdollisesti käyttää lisävarusteena saatavan mansetin kanssa.

Kasta inte bort luftkontakten. Luftkontakten kan användas på den valfria manschetten.

Manufacturer	Valmistaja Tillverkare	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
EC REP EU-representative	EU-edustaja EU-representant	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Wegalaan 73, 2132 JD Hoofddorp, THE NETHERLANDS www.omron-healthcare.com
Importer in EU	Maahantuoja EU:ssa Importör i EU	
Production facility	Tuotantolaitos Produktionsenhet	OMRON HEALTHCARE MANUFACTURING VIETNAM CO., LTD. No.28 VSIP II, Street 2, Vietnam-Singapore Industrial Park II, Binh Duong Industry-Service-Urban Complex, Hoa Phu Ward, Thu Dau Mot City, Binh Duong Province, Vietnam
Subsidiaries	Importer in the United Kingdom and UK responsible person	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
Tytäryhtiöt Dotterbolag		OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
		OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Made in Vietnam  
Valmistettu Vietnamissa / Tillverkad i Vietnam

Issue Date / Julkaisupäivä / Utgivningsdatum: 2025-07-03

<https://www.omron-healthcare.com/>