

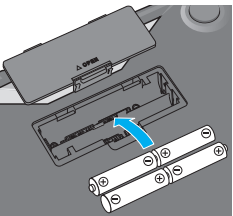
 <b>ปฏิบัติ</b>	วางเครื่องชั่งน้ำหนักบนพื้นราบแข็ง เพื่อความปลอดภัยและได้ผลการวัดที่ถูกต้องแม่นยำ
	หลีกเลี่ยงการทำให้อุณหภูมิเปลี่ยนแปลง เพราะอาจเป็นสาเหตุให้อุณหภูมิเกิดความเสียหาย และเป็นสาเหตุทำให้อุณหภูมิแสดงผลการวัดคลาดเคลื่อนจากค่าจริง
	ไม่เก็บเครื่องชั่งน้ำหนักไว้ในที่ต่าง ๆ ดังนี้ สถานที่ที่สัมผัสกับแสงอาทิตย์โดยตรง ใกล้กับเครื่องทำความร้อนหรือเครื่องปรับอากาศโดยตรง สถานที่ที่มีการเปลี่ยนแปลง หรือมีอุณหภูมิที่แตกต่างกันมาก รวมถึงสถานที่ที่มีการสั่นสะเทือน สถานที่ที่มีความชื้นสูง
	ส่วนเป็นสาเหตุที่อาจทำให้เกิดความเสียหายต่ออุปกรณ์แสดงผล และทำให้เกิดการทำงานผิดพลาด
	ไม่ขึ้นยืนบนเครื่องชั่งน้ำหนักทันทีเมื่อวางขาเบี่ยง (หลังจากอาบน้ำ หรือออกกำลังกายอย่างหนักและมีเหงื่อ) แขนงวางขาและเท้าสะอาดและแห้งก่อนขึ้นยืนบนเครื่องชั่ง หากเท้าเปียกอาจทำให้ลื่นและอาจเป็นผลทำให้เกิดการบาดเจ็บได้ เครื่องชั่งไม่สามารถวัดค่าได้ถูกต้องแม่นยำหากวางขาเบี่ยงและเท้าเปียก
	เก็บเครื่องชั่งให้ห่างจากน้ำ
	ไม่ใช้น้ำร้อน, เบนซิน, ทินเนอร์, ฯลฯ ในการทำความสะอาดหน้าจอ หากหน้าจอสกปรก ทำความสะอาดโดยใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดเบาๆ
	การทำเช่นนี้ ล้วนเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเสียหายต่ออุปกรณ์และเครื่องชั่ง ทำให้เครื่องชั่งทำงานผิดพลาด อาจพยายามที่จะถอดจอภาพ และปรับเปลี่ยนอุปกรณ์เครื่องชั่งเอง อย่านำเครื่องชั่งจุ่มลงในน้ำ

### เพื่อการวัดผลและการอ่านค่าที่ถูกต้อง

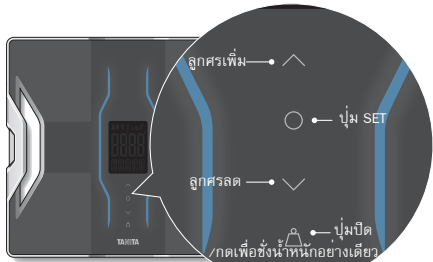
เพื่อให้ได้ผลการวัดที่แม่นยำและถูกต้อง ควรปฏิบัติตามคำแนะนำในคู่มือการใช้งาน ก่อนขึ้นยืนบนเครื่องชั่งทุกครั้งควรตรวจเช็คผ้าเท้าให้สะอาดก่อนขึ้นยืน เมื่อขึ้นยืนบนเครื่องชั่ง วางผ้าเท้าให้ตรงข้อนิ้วเท้าตรงปลายเท้าและส้นเท้า (กรณีที่มีผ้าเท้ายาวเกินข้อนิ้วเท้าควรตัดทิ้ง) การวัดผลเพื่อนำมาเปรียบเทียบ หากต้องการเปรียบเทียบผลการวัด ควรใช้เครื่องชั่งวัดค่าในเวลาเดิมๆ ในแต่วัน (เช่น ก่อนรับประทานอาหารเย็นของแต่ละทุกวัน) การวัดผลเพื่อนำมาเปรียบเทียบ ควรวัดภายใต้เงื่อนไขที่เหมือนกันหรือใกล้เคียงกันเพื่อได้ผลการวัดที่สอดคล้องและเป็นประโยชน์ในการใช้ผลผลเพื่อการเปรียบเทียบ หลีกเลี่ยงการกินอาหาร, รับประทานอาหารมื้อหนัก หรือดื่มเครื่องดื่มไม่ควรรื่นชั่งน้ำหนักทันที ควรเว้นระยะเวลาอย่างน้อย 2 ชั่วโมง

**หมายเหตุ** การวัดผลจะไม่ถูกต้องแม่นยำ หากผ้าเท้าไม่สะอาดหรือขึ้นยืนบนเครื่องชั่งในท่าองเข้าอยู่ไม่เท่ากัน

### ก่อนใช้งาน



บรรจุแบตเตอรี่ แบตเตอรี่อาจมีอายุการใช้งานสั้นกว่าปกติเนื่องจากถูกบรรจุลงในกล่อง-ผลิตภัณฑ์จากโรงงาน



การตั้งค่ารหัสพื้นที่ตั้ง พื้นที่ต่างกันบนพื้นโลกย่อมมีค่าแรงโน้มถ่วงต่างกัน ค่าแรงโน้มถ่วงที่ต่างกัน ส่งผลให้ความแม่นยำในการชั่งน้ำหนักต่างกัน คุณสามารถอ่านผลการชั่งน้ำหนักได้อย่างถูกต้องแม่นยำ โดยการตั้งค่าแรงโน้มถ่วงให้กับเครื่องชั่งน้ำหนักตามที่ตั้งภูมิศาสตร์ของคุณ

- เมื่อเครื่องชั่งปิด กดปุ่ม  $\Delta$  ค้างไว้
- กดปุ่มขึ้นหรือลง  $\nabla$  เพื่อเลือกตั้งค่ารหัสพื้นที่แรงโน้มถ่วงตามคู่มือแนะนำ
- กดปุ่ม  $\circ$  เพื่อยืนยันการตั้งค่าและบันทึกการตั้งค่ารหัสพื้นที่

Specifications RD-953
Weight Capacity 200 kg (440 lb)(31st 6 lb)
Weight Increments 0-100 kg/0.05 kg 100-200 kg/0.1 kg 0-200 lb/0.1 lb 200-440 lb/0.2 lb 0-31st 6 lb/1 lb
Applicable Age Range
Body Fat % 5-99 years old
Body Mass Index 5-99 years old
Muscle Mass 18-99 years old
Muscle Quality Score 18-99 years old
Physique Rating 18-99 years old
Bone Mass 18-99 years old
Visceral Fat 18-99 years old
Basal Metabolic Rate 18-99 years old
Metabolic Age 18-99 years old
Body Water % 18-99 years old
Personal Data 4 memories
Power Supply 4xAA Alkaline batteries(included)
Power Consumption 250mA maximum
Measuring Current 50kHz, 6.25 kHz, 100μA
Communication Method Bluetooth version 4.0 (Low Energy support)

**Disposal**  
This is an electronic device. Please dispose of it as an electronic device, not as general household waste. Please follow the regulations in your local region when

**Disposal**  
Not allowed to mix batteries with consumer wastes! As consumer you are legally bound to return used or discharged batteries. You can deposit your old batteries at the public collecting points in your town, or wherever the corresponding batteries are sold and specifically marked collecting boxes have been set up. In case of scrapping the apparatus, the batteries should be removed from it and deposited at the collecting points as well.



\*The product design and specifications may be changed at any time without prior notice.  
\*The Bluetooth word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such mark by Tanita Corporation is under license.  
\*Android is a trademark of Google Inc.

**ศูนย์บริการเซินทรัลเทรดดิ้ง (Customer Care Center)**  
เลขที่ 3388/25-37ม 51-53 และ 82-85 อาคารสิรินธร ชั้น 8 ถนนพระราม 4 แขวงคลองตัน เขตคลองเตย กรุงเทพฯ 10110 โทร. (662) 229-7190-4 โทรสาร (662) 367-5422  
**บริษัทเซินทรัลเทรดดิ้ง จำกัด (บริษัทในกลุ่มเซ็นทรัลเทรดดิ้ง กรุ๊ป)**  
โทร. (662) 229-7000 โทรสาร (662) 367-5447



# คู่มือการใช้งาน

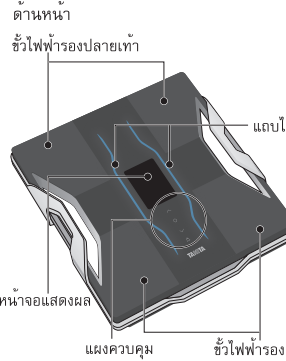
## RD-953

# innerScan®

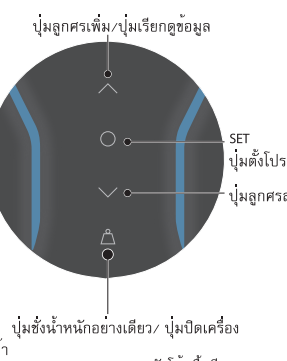
## DUAL

### Dual Frequency Body Composition Monitor

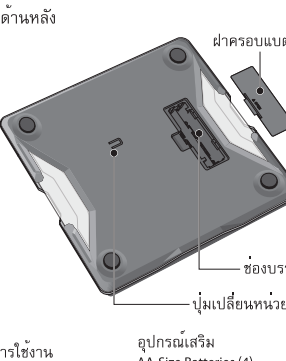
**ด้านหน้า**




**ปุ่มลูกศรเพิ่ม/ปุ่มเรียกดูข้อมูล**




**ด้านหลัง**






อุปกรณ์เสริม  
AA-Size Batteries (4)



คู่มือการใช้งาน



รหัสโค้ดพื้นที่

## เพื่อความปลอดภัย

เพื่ออธิบายถึงความเข้าใจก่อนการใช้งาน เพื่อเสี่ยงอันตรายและการบาดเจ็บและเพื่อป้องกันความเสียหายต่อทรัพย์สิน กรุณาทำความเข้าใจอย่างละเอียดก่อนการใช้งานเพื่อให้อ่านไปอย่างถูกต้องและปลอดภัย

	<b>คำเตือน</b> หากไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำที่ได้นำ อาจทำให้อุปกรณ์เกิดความเสียหาย และผู้ใช้งานอาจได้รับบาดเจ็บและอันตราย
	<b>ข้อควรระวัง</b> หากไม่ปฏิบัติตามข้อควรระวังอาจทำให้เกิดอันตรายและเสียหายต่อทรัพย์สิน
	เครื่องหมายแสดงข้อห้าม
	เครื่องหมายแสดงข้อควรปฏิบัติ

## คำเตือน

	<p>ไม่นำอุปกรณ์นี้ไปใช้กับผู้ป่วยที่มีเครื่องกระตุ้นหัวใจหรืออุปกรณ์ปลูกถ่ายหัวใจและอื่นๆ เนื่องจากอุปกรณ์นี้ใช้กระแสไฟฟ้าอ่อนๆ ที่ปลอดภัยผ่านร่างกายซึ่งอาจรบกวนและก่อให้เกิดความผิดปกติและเป็นอันตรายร้ายแรงต่อผู้ป่วยได้</p> <p>การวิเคราะห์ผลการวัด (เช่นการประเมินผลของการวัดและการกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกาย) ต้องได้รับการปรึกษาจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ การวิเคราะห์การสูญเสียน้ำหนักและการออกกำลังกายอย่างถูกต้องต้องเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ควรปรึกษาและขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง</p> <p>ไม่ยืนบนเครื่องซึ่งในตำแหน่งที่ไม่เหมาะสม เช่นบริเวณขอบของเครื่องซึ่ง และไม่กระโดดขึ้นบนพื้นกระจกเครื่องซึ่ง การทำเช่นนี้ล้วนเป็นสาเหตุให้เกิดการสั่นและเกิดการบาดเจ็บได้</p> <p>ไม่วางเครื่องซึ่งบนพื้นที่ชื้นและเปียก เพราะอาจเป็นสาเหตุให้เกิดการสั่นและได้รับการบาดเจ็บ</p> <p>อีกทั้งหากน้ำเข้าไปในเครื่องด้านใน อาจเป็นสาเหตุทำให้เครื่องได้รับความเสียหาย</p> <p>หลีกเลี่ยงการวางวัตถุบนจอภาพ และหลีกเลี่ยงการสัมผัสจอหน้าจอภาพ ซึ่งอาจก่อให้เกิดความเสียหายกับจอภาพและกระจกได้ เป็นสาเหตุให้เกิดความเสียหายและบาดเจ็บ</p>
--	--

## ข้อควรระวัง

	<p>ไม่ยืนบนปุ่มควบคุมและจอแสดงผล</p> <p>ไม่ใช่นิ้วสอดเข้าไประหว่างช่องว่างหรือรู เพราะอาจเป็นสาเหตุให้เกิดการบาดเจ็บได้</p> <p>ไม่ใช่แบตเตอรี่ที่สามารถนำกลับมารวบรวมใหม่ได้</p> <p>ไม่ใช่แบตเตอรี่ที่รวมและก้าวร้าวกัน อาจเป็นสาเหตุให้แบตเตอรี่รั่วไหล, เกิดความร้อนอาจเกิดการราวหรือแตกได้ เด็กอาจทำเครื่องซึ่งหล่นหรือหลุดจากมือ กระจกอาจแตกและอาจเป็นผลให้เครื่องได้รับความเสียหายและอาจเกิดการบาดเจ็บได้</p> <p>ไม่ปล่อยให้ทารกหรือเด็กเล็กที่หรือถือเครื่องซึ่งน้ำหนัก เด็กอาจวางเครื่องซึ่ง พื้นกระจกอาจแตกและเป็นผลให้ได้รับการบาดเจ็บได้</p> <p>เครื่องซึ่งรุ่นนี้เหมาะสำหรับใช้งานที่บ้าน และสำหรับสมาชิกในบ้าน เครื่องซึ่งรุ่นนี้ไม่เหมาะกับการใช้งานสำหรับองค์กรขนาดใหญ่ที่มีผู้ใช้จำนวนมาก เช่น โรงพยาบาล หรือ สถานออกกำลังกาย เนื่องจากอุปกรณ์นี้มีส่วนประกอบไม่เหมาะสำหรับใช้งานหนัก บริษัทฯจะไม่รับประกันหากใช้งานเกินกว่าข้อที่กำหนดไว้</p>
--	---

## STEP 1 เชื่อมต่อกับ iPhone

**1** แท็บที่เมนู "ติดตั้ง" เพื่อเปิด Bluetooth และดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน "Health Planet" ผ่านทางลิงค์ <http://www.tanita.asia/innercandual/rd953.htm> หรือ App Store

**2** เมื่อดาวน์โหลดแอปพลิเคชันเสร็จสิ้น ลงทะเบียนเพื่อสมัครใช้งาน Health Planet หลังจากลงทะเบียนเสร็จ Login เพื่อเข้าระบบใช้งาน

**3** เลือก "Input Data" และเลือกที่ เครื่องซึ่ง Body composition Monitor เพื่อเลือกกรอกข้อมูล หากผู้ใช้ Android เลือก "RD-953 ที่หน้าจอดีไป"

**4** แท็บที่ปุ่ม "Add Device" ตามที่แอปฯแนะนำ เพื่อเลือกใช้เครื่องวัดองค์ประกอบในร่างกาย

## STEP 2 การวัดผล

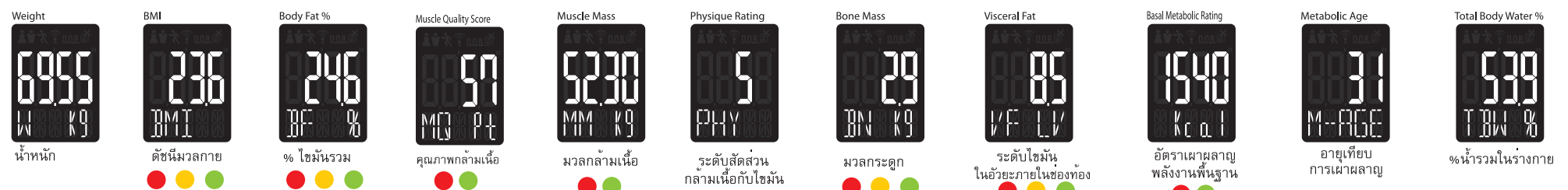
**1** เลือก "Input Data" ป้อนข้อมูลส่วนตัวตามหน้าพจนานุกรม เมื่อป้อนข้อมูลเสร็จสิ้น สังเกตเครื่องซึ่งแสดงเสียงและสัญญาณพร้อม ขึ้นยืนบนเครื่องซึ่งเพื่อทำการวัดองค์ประกอบในร่างกาย

**2** ข้อมูลการวัดจะถูกส่งผ่านจากเครื่องซึ่งมาที่ iPhone อัตโนมัติ

หากไม่ใช่ iPhone อ่านผล สามารถอ่านผลผ่านเครื่องซึ่ง

ขึ้นยืนบนเครื่องซึ่ง ผลการวัดทั้ง 10 ค่าจะแสดงและถูกบันทึกลงในเครื่องซึ่ง ผลข้อมูลการวัดจะถูกบันทึกผ่านไปที่ iPhone อัตโนมัติ รวมถึงผลการวัดครั้งต่อไป

## ผลการวัด 11 ค่า พร้อมแสดงระดับสี เพื่อถ่ายทอดการอ่านค่า ดังนี้



\* สำหรับเด็กอายุ 5-17 ปี เครื่องซึ่งสามารถแสดงผล น้ำหนัก, BMI(ดัชนีมวลกาย), เปอร์เซนต์ไขมัน, มวลกล้ามเนื้อและ มวลกระดูก  
\* สำหรับเด็กอายุน้อยกว่า 4 ปี หรือ ผู้ใหญ่อายุมากกว่า 100ปี เครื่องซึ่งแสดงผลเฉพาะน้ำหนักตัวเท่านั้น

หากไม่ใช่ iPhone ในการบันทึกผลส่วนตัว (ใช้เครื่องซึ่งบันทึกผลและวัดค่าโดยอัตโนมัติ)

### ตั้งค่าวันที่และเวลา

- กด เพื่อเปิดเครื่อง
- ใช้ เพื่อเลือกตั้งวันที่และเวลา และ เพื่อยืนยันการตั้งค่า

### เลือกหมายเลขส่วนตัว

- กด
  - ใช้ เพื่อตั้งค่าหมายเลขส่วนตัว 1-4 (หญิง/ชาย/นักกีฬาหญิง/นักกีฬาชาย) และกด เพื่อยืนยันการตั้งค่า
- แบงสีแสงไฟตามหมายเลขส่วนตัวดังนี้
- หมายเลขที่ 1 สีน้ำเงิน
  - หมายเลขที่ 2 สีชมพู
  - หมายเลขที่ 3 สีขาว
  - หมายเลขที่ 4 สีฟ้า



### ใครควรค่าโหมดกีฬาคือ?

- ผู้ที่มีอายุ 18 ปี และ
- ผู้ที่การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ 12 ชั่วโมงต่อหนึ่งสัปดาห์หรือมากกว่า เป็นเวลาอย่างน้อยหกเดือน
- นักเพาะกาย
- นักกีฬาอาชีพที่ต้องการติดตามผลการเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

- เมื่อเสร็จสิ้นการตั้งค่า หน้าจอแสดงผลโชว์ "0.00kg." ขึ้นยืนบนเครื่องซึ่ง ด้วยเท้าเปล่า เพื่อวัดองค์ประกอบในร่างกาย ผลการวัดทั้ง 10 ค่าจะแสดงผลบนหน้าจอ และเครื่องซึ่งจะบันทึกผลอัตโนมัติ

