

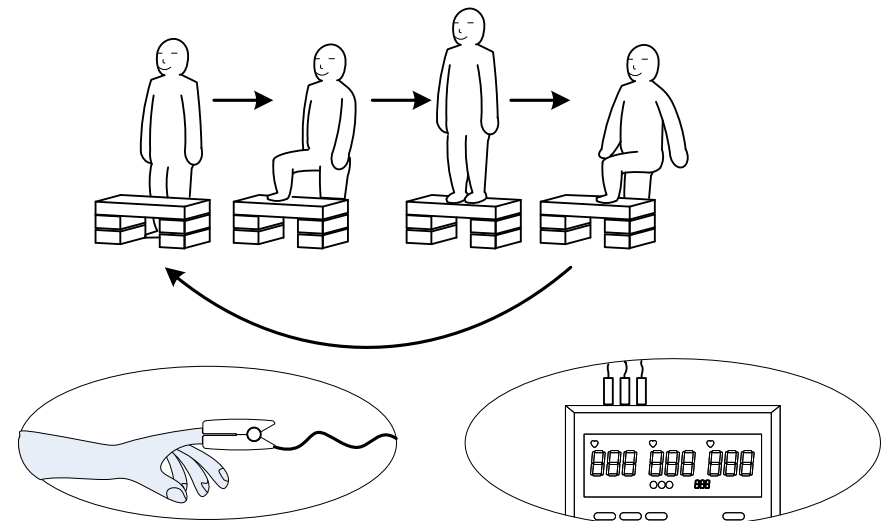


www accuratus.com.tw

3 in 1三分鐘登階測試儀

ACC750B

使用說明書



注意事項：


1. 凡醫生指示不可做運動及有心臟、腎臟、肺臟、關節炎、腿肌受傷、高血壓、糖尿病等疾病者、懷孕婦女皆不可接受此項測驗。
2. 測驗前二小時要用餐完畢。
3. 如檢測者感到不適，請立即停止。
4. 遵守安全之動作要領，以免受傷。

科正國際健康事業有限公司

TEL: (02)8692-6616 FAX: (02)86921-6711

新北市汐止區大同路二段145號7樓(遠東科技中心)

102.03製

 科正國際健康事業有限公司

三分鐘登階操作說明

代碼	說明	功能/備註
A	脈膊顯示	進入脈膊檢測時顯示之燈號
B	檢測者就位顯示	進入脈膊檢測時就位顯示之燈號
C	未達180秒按鍵	無法完成180秒登階時，按下此鍵(對應檢測號)，開始進入脈膊檢測。
D	數據顯示	檢測完成後，按OK鍵可查詢體力指數、總脈膊數、三次脈膊數、運動時間。
E	低電量顯示	低電量顯示時應更換電池。
F	靜音顯示	如兩台以上可按下OK鍵，進入靜音。
G	OK鍵(複合鍵)	OK鍵為複合鍵，開始、靜音、P1~P6六個循環查詢、退出(長按清除資料)。
H	時間、狀態顯示	脈膊檢測前為總時間累計，脈膊檢測後為數據查詢(按OK鍵，P1~P6六個數據循環)。
I	電源鍵	電源鍵(閒置十分鐘自動關機)
J	立架	可立起主機，便於查看螢幕。
K	電池座	內部電源。(AA 1.5V X 4個)
L	喇叭(音源)	喇叭(音源)
M	電源孔	外部電源(專用變壓器)
N	通訊孔	!!檢修用!!
O	脈膊訊號孔	指脈夾訊號接孔 X 3 依檢測號接上。

OK鍵(複合鍵用法)

按鍵狀態	說明
開始	螢幕顯示 --- 為待機，按下OK鍵為開始檢測。
靜音	開始檢測後，如需靜音，按下OK鍵即可靜音，再按一下即恢復音響。
成績查詢	當檢測完成後，呈現數據後，按下OK可查詢六個數據。
清除	長按OK鍵，即回到 --- 待機，請先將資料記錄。

狀態表查詢表(P1~P6)

狀態表示	說明
P-1	體力指數
P-2	總脈膊數
P-3	第一次脈膊數
P-4	第二次脈膊數
P-5	第三次脈膊數
P-6	登階運動(時間)

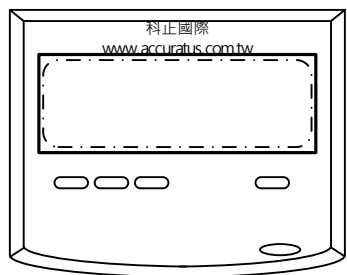
$$\frac{\text{運動持續時間} \times 100}{(\text{恢復期三次脈膊數之總和}) \times 2} = \text{體力指數}$$

6-65 歲臺灣地區男性三分鐘登階心肺耐指數百分

等級常模(單位:次)

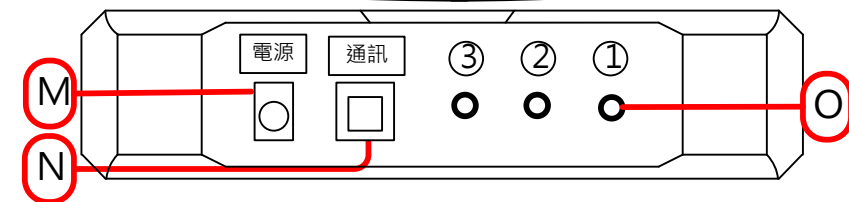
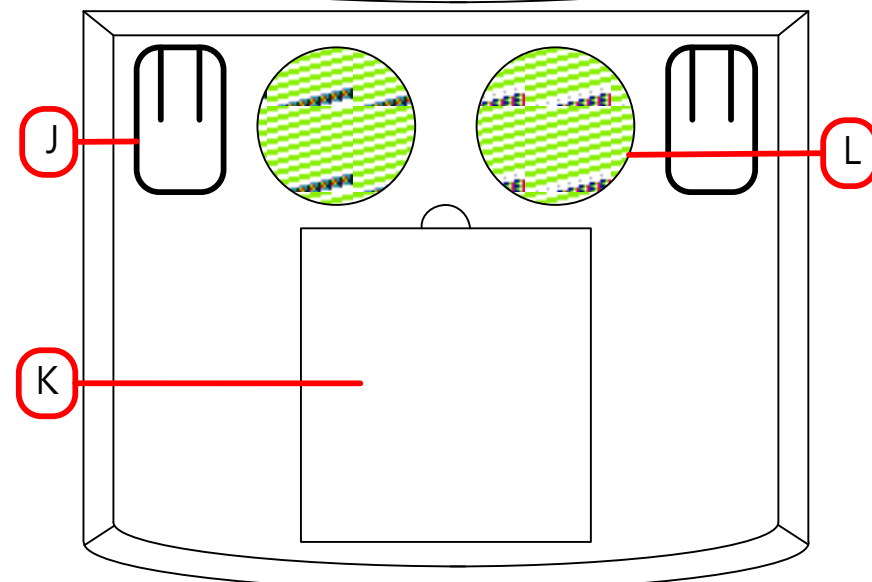
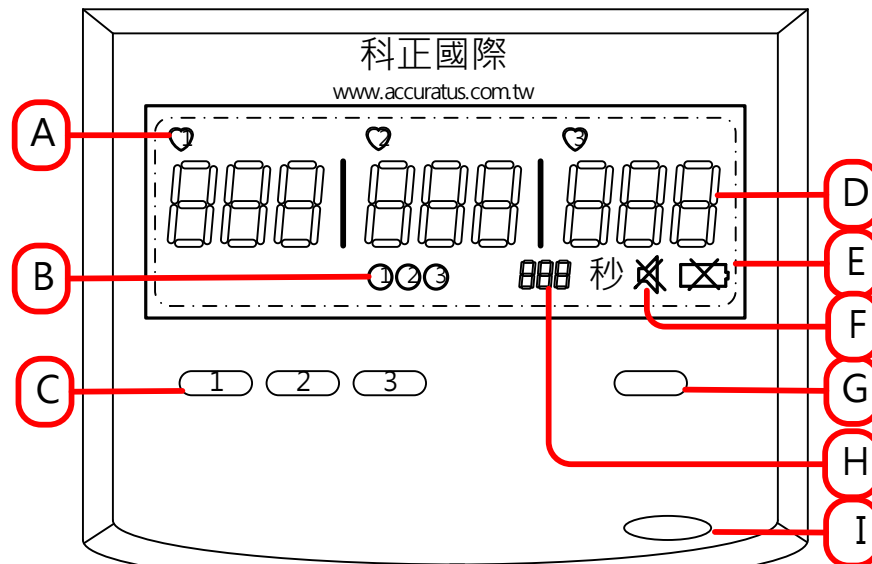
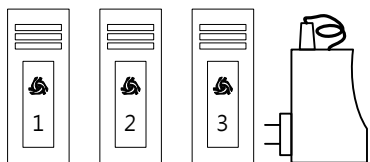
年齡	不好	稍差	普通	尚好	很好	年齡	不好	稍差	普通	尚好	很好
6	~47.7	47.8~54.8	54.9~58.6	58.7~65.0	65.1~	6	~45.1	45.2~51.2	51.3~56.3	56.4~62.8	62.9~
7	~50.2	50.3~56.5	56.6~59.9	60.0~68.5	68.6~	7	~49.9	50.0~53.5	53.6~58.6	58.7~63.5	63.6~
8	~51.1	51.2~55.7	55.8~59.7	59.8~65.9	66.0~	8	~50.2	50.3~53.7	53.8~57.4	57.5~63.5	63.6~
9	~52.7	52.8~57.8	57.9~63.4	63.5~68.7	68.8~	9	~47.5	47.6~52.7	52.8~56.4	56.5~63.3	63.4~
10	~52.2	52.3~55.3	55.4~59.6	59.7~65.9	66.0~	10	~47.9	48.0~51.3	51.4~55.4	55.5~60.5	60.6~
11	~52.4	52.6~56.9	57.0~61.5	61.6~66.4	66.5~	11	~51.3	51.4~54.3	54.4~58.3	58.4~64.8	64.9~
12	~51.1	51.2~58.0	58.1~62.7	62.8~70.5	70.6~	12	~48.7	48.8~53.2	53.3~56.0	56.1~61.5	61.6~
13	~54.2	54.3~59.0	59.1~64.1	64.2~69.7	69.8~	13	~48.4	48.5~53.2	53.3~57.6	57.7~64.5	64.6~
14	~55.0	55.1~59.6	59.7~63.8	63.9~68.4	68.5~	14	~48.1	48.2~51.8	51.9~55.7	55.8~63.5	63.6~
15	~52.4	52.5~57.8	57.9~60.3	60.4~69.5	69.6~	15	~46.2	46.3~49.6	49.7~53.3	53.4~61.5	61.6~
16	~51.9	52.0~56.4	56.5~60.3	60.4~65.0	65.1~	16	~45.8	45.9~49.4	49.5~53.3	53.4~58.6	58.7~
17	~51.9	52.0~56.9	57.0~60.3	60.4~68.0	68.1~	17	~46.3	46.4~50.3	50.4~54.3	54.4~60.5	60.6~
18	~50.3	50.4~54.3	54.4~59.0	59.1~66.4	66.5~	18	~47.7	47.8~50.2	50.3~55.0	55.1~61.2	61.3~
19	~50.6	50.7~54.8	54.9~59.7	59.8~64.6	64.7~	19	~47.8	47.9~51.7	51.8~56.7	56.8~61.6	61.7~
20-25	~50.6	50.6~55.8	55.9~59.9	60.0~67.3	67.4~	20-25	~47.9	48.0~51.4	51.5~56.5	56.6~63.9	64.0~
26-30	~49.1	49.2~53.0	53.1~56.4	56.5~62.1	62.2~	26-30	~49.0	49.1~52.5	52.6~56.5	56.6~61.4	61.5~
31-35	~48.7	48.8~53.2	53.3~57.0	57.1~63.5	63.6~	31-35	~49.1	49.2~53.5	53.6~58.2	58.3~63.7	63.8~
36-40	~49.0	49.1~53.8	53.9~58.9	59.0~65.9	66.0~	36-40	~48.4	48.5~52.6	52.7~56.6	56.7~63.1	63.2~
41-45	~49.9	50.0~54.1	54.2~59.7	59.8~66.5	66.6~	41-45	~49.5	49.6~54.2	54.3~58.8	58.9~63.4	63.5~
46-50	~50.5	50.6~55.0	55.0~59.3	59.4~66.1	66.2~	46-50	~47.2	47.3~54.5	54.6~58.9	59.0~65.6	65.7~
51-55	~50.6	50.7~55.7	55.8~60.7	60.8~67.6	67.7~	51-55	~44.7	44.8~53.4	53.5~60.1	60.2~67.9	68.0~
56-60	~49.5	49.6~55.7	55.8~60.9	61.0~69.5	69.6~	56-60	~42.8	42.9~53.3	53.4~60.5	60.6~65.9	66.0~
61-65	~47.6	47.7~53.5	53.6~60.1	60.2~66.1	66.2~	61-65	~34.9	35.0~50.3	50.4~57.1	57.2~68.5	68.6~

資料來源:教育部體適能網站 2010.08

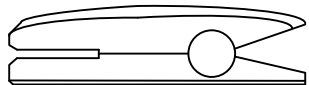


產品規格/規範:
 品名: 3 in 1三分鐘登階測試儀ACC750B
 電源供應: 100-240VAC, 50/60Hz
 6VDC(變壓器) 或電池3號4入
 包裝內容: 三分鐘登階測試儀一台
 指脈夾三只、變壓器一組、使用說明書一份

注意事項:
 電子產品使用及存放應注意碰撞、摔落、受潮及不正確的使用, 請不要任意拆解, 人為的因素將無法得到完整的保固!!。



指脈夾的介紹(第四代 ACC-PHK)

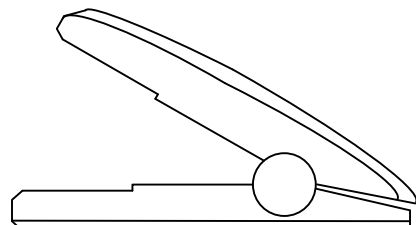
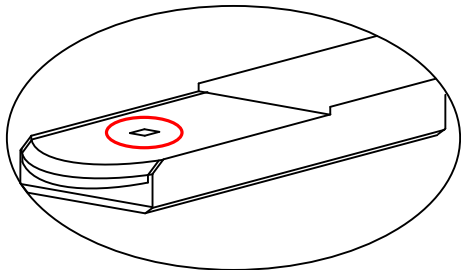
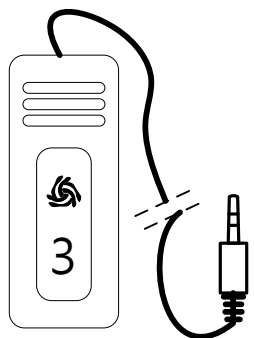


新一代的指脈夾, 採用了符合生物心跳脈動可能的頻率範圍, 提供新的包覆方式, 提高脈搏量測的準確性。

在指脈夾上的數字識別, 可區別檢測者, 清楚地了解各檢測者所對應的號碼。

檢測者需正確的將指腹放置於指脈夾之感應處(如左下方圖中圓圈處), 並檢視脈搏顯示燈號是否正常。

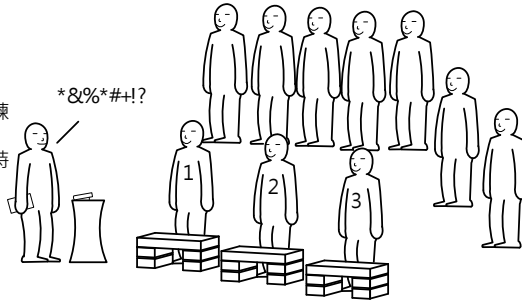
指脈夾中配有精密的電子元件, 使用時應正確地小心操作, 存放時確實收納至產品附屬之盒子中, 避免碰撞、摔落、受潮、拆解, 人為的因素將無法得到保固!!。



檢測流程:

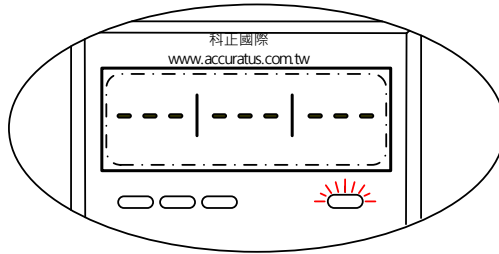
1. 就位

1. 測驗前應詳盡說明，並提供適當示範及練習，以免發生錯誤，導致重做!!
2. 該器材可同時三人檢測，不足三人檢測時，空置的檢測號不予理會即可。



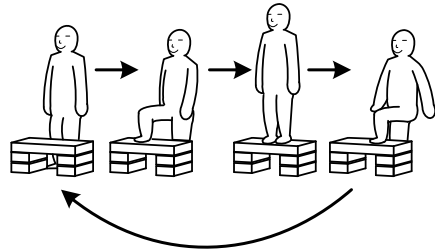
2. 開始

1. 就位完成後，按下OK即開始，聽一長音提示後，開始登階運動。
2. 開始檢測後，如需靜音，按下OK鍵即可靜音，再按一下即恢復音響。
3. 若發生異常需從新開始，長按OK鍵即回到待機畫面。



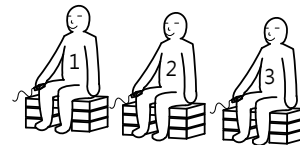
3. 登階運動

1. 應力求正確地完成規定之動作。
2. 先上踏台之腳也必須先下踏台。
3. 登上踏台時上半身宜盡量挺直。
4. 登上踏台後雙腳要伸直。
5. 登階速度應符合規定之節拍。
6. 應避免跳上跳下之動作且不可僅以足尖上下台階。



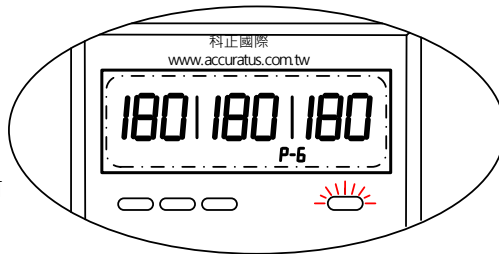
4. 測量脈膊

1. 如完成180秒登運動後，測試儀將發出一長音，提示束結登階(靜音模式無提示音)。
2. 此時請受測者以靜態休息姿式，協助者將指脈夾正確佩戴於檢測者手上，靜待三分半鐘的測量。
3. 請應注意指腹是否正確放置於指脈夾脈膊感應處，可於三分半鐘中的第一分鐘(休息 非脈膊測量)，觀看是否脈膊有顯示，如若! 將調整至正確位置，或更換一組指脈夾。



5. 成績紀錄

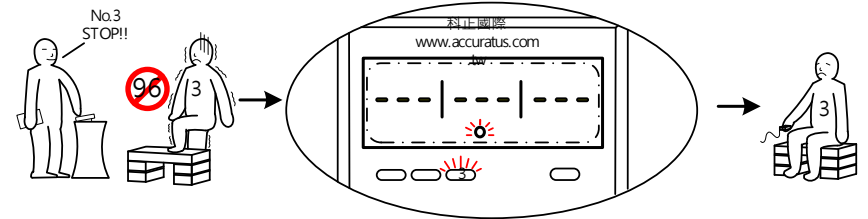
1. 經過三分半鐘的測量，體力指數(P-1)將以三字數呈現，第三位數為小數點第一位(如780，即78.0)
2. 按下OK鍵可查詢六個數據，以便紀錄成績。
3. 長按OK鍵，即清除資料，回到待機畫面，可進入下一組測試。(閒置十分鐘會自動關機，請在此之前紀錄成績)



其他狀況:

1. 無法完成180秒登階測試者

若無法完成180秒登階運動者，透過協助者按下對應之編號(運動時間將自動紀錄套會公式)，提早進入脈膊測量，而其他檢測者不會受到影響。

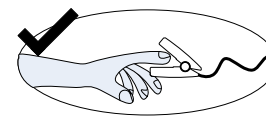


2. 多部以上之操作方式

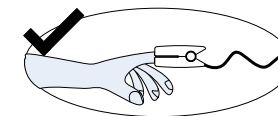
1. 多台多人同時檢測的方式，統一由一個協助者發令，同步按下OK鍵即可，同步開始登階運動，後續檢測同檢測流程。
2. 多台共鳴音響，可取代擴音器播放，亦可按下OK鍵轉為靜音。



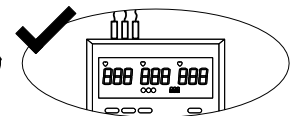
3. 指脈夾佩戴要領



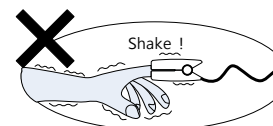
確實地將指腹對準放置於感應器上



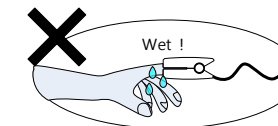
檢量脈膊時保持安靜及平穩的姿式，以免數值不準。



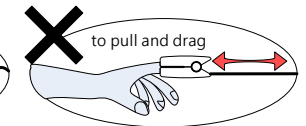
儀器是否有正確的狀態
1. 指脈夾接頭是有接好。
2. 測量狀態時，脈膊燈號有顯示。



測量中請勿搖晃，以免數值不準!



保持指脈夾的乾燥，避免受潮。



使用時保持的距離，過度的拉扯，造成數值不準以外也會使指脈夾故障。