

Manual till

# Monark Medical Löpband



SE

 **MONARK**  
PRODUCTS FOR LIFE AND PERFORMANCE



# Innehåll

<b>Fakta</b> .....	<b>6</b>
<i>Monark Medical Löpband</i> .....	6
<i>Dimensioner</i> .....	6
<i>Pulsregistrering</i> .....	6
<b>Funktionsbeskrivning</b> .....	<b>7</b>
<i>Starta löpbandet</i> .....	7
<i>Nollställa distans och tid</i> .....	7
<i>Lutningsfunktion</i> .....	7
<i>Stoppa löpbandet</i> .....	7
<i>Nödstopp</i> .....	7
<i>Säkerhetssnöre</i> .....	7
<b>Monark novo Control Unit</b> .....	<b>8</b>
<i>Ansluta extern utrustning, RS232 och USB</i> .....	8
<b>Monark novo Display Unit</b> .....	<b>9</b>
<i>Meny</i> .....	9
<i>Inställningar puls</i> .....	10
<b>Om du använder pulsbälte</b> .....	<b>11</b>
<i>Störningar i pulsmätningen</i> .....	11
<b>Regelbundet underhåll</b> .....	<b>12</b>
<i>Kontrollera drivremmens spänning</i> .....	12
<b>Övrig service/reparationer</b> .....	<b>12</b>
<b>Garanti</b> .....	<b>12</b>
<b>Serviceåtgärder</b> .....	<b>13</b>
<i>Avlägsna ledstängerna</i> .....	13
<i>Avlägsna manöverpanel och Monark novo Display Unit</i> ....	14
<i>Avlägsna Monark novo Control Unit</i> .....	16
<i>Avlägsna kåpan</i> .....	17
<i>Öppna elektronikboxen</i> .....	18
<i>Avlägsna lutningsmotorn</i> .....	19
<i>Avlägsna valsar, löpmatta och löpskiva</i> .....	20
<i>Avlägsna hjulen</i> .....	22
<i>Justerbara bakre stödfötter</i> .....	22

## Viktigt

Innan du använder ditt nya löpband ber vi dig läsa igenom manualen noggrant och spara den för framtida bruk.



## *Tack för att du valt en produkt från Monark Exercise!*

Monark Exercise utvecklar, tillverkar och marknadsför cykelergometrar, löpband och träningscyklar för sjukhus, vårdcentraler, idrottsmedicinska institutioner och forskningslaboratorier. Sedan början av 1900-talet har Monark Exercises produkter varit ett "levande" bevis på precision, tillförlitlighet, hållbarhet, styrka och service. Vi är därför världsledande inom medicinsk utbildning och testutrustning och våra produkter säljs i över 70 länder över hela världen.

För mer information, besök vår hemsida: <http://www.monarkexercise.se>



# Fakta

Monark Medical löpband är en medicinteknisk produkt enligt medicintekniska direktivet, MDD 93/42/EEG klass IIa.

## Monark Medical Löpband

Monark Medical Löpband är en träningsutrustning avsedd att gå eller springa på och är främst utvecklad för att användas i en medicinsk miljö. Möjligheten att ändra och styra hastigheten och lutningen på löpbandet gör att det kan användas för träning, diagnostik och terapi. Eftersom löpbandet kan köras på mycket låga hastigheter är Monark Medical Löpband extra lämpligt för patienter som genomgår olika rehabiliteringsprogram där låga hastighet är viktigt.

Patientens fysiska tillstånd kan analyseras genom olika arbetstest för löpband, även i kombination med en metabolisk mätutrustning. Monark Medical Löpband är utformat för både manuell drift och att styras via externa enheter och kan användas som belastningsanordning för ergospirometri, EKG-mätningar och olika arbetstest för hjärt-kärlsjukdomar.

Monark Medical Löpband ska endast användas av välutbildad personal. Korrekt belastning för en patient måste ordinerats och övervakas av läkare och/eller välutbildade medicinska specialister.

## Dimensioner

- Längd totalt: 250 cm
- Bredd totalt: 84,5 cm
- Weight: 230 kg
- Höjd totalt: 136 cm vid display
- Höjd till löpbana: 17 cm
- Löpbanans längd: 158 cm
- Löpbanans bredd: 52 cm
  
- Max användarvikt: 250 kg

Displayen visar:

- Aktuell hastighet i km/h
- Löpbandets lutning i grader
- Distans i km
- Tid i minuter och sekunder
- Puls (om pulsbälte används)

## Pulsregistrering

Löpbandet har en modul som plockar upp pulsdata från pulsbälten med ANT+ eller Bluetooth SMART-profil.

Vi rekommenderar att du använder en Bluetooth SMART-enhet, t.ex. Polar H7, eftersom detta gör att löpbandet kan läsas till pulsbältets sensor, vilket garanterar en stabilare anslutning.

### OBS!

Användning av produkten kan innebära anse- nlig fysisk påfrestning. Därför rekommenderas personer som inte är vana vid konditionsträning, alternativt ej känner sig helt friska, att först kontakta en läkare för rådgivning.

# Funktionsbeskrivning

## Starta löpbandet

Anslut strömkabeln och tryck på on/off-knappen(5) bredvid strömanslutningen(4), se *fig: Anslutningar front*.

Nu är löpbandet färdigt för användning.

Tryck på den gröna on/-off-knappen(7) på manöverpanelen och bandet börjar vid en hastighet på 0,1 km/h.

För att öka hastigheten trycker du hastighetsknappen(11) uppåt (mot +). För varje tryck ökar hastigheten med 0,1 km/h. Om du håller knappen nertryckt ökar hastigheten i steg om 1,0 km/h.

För att minska hastigheten trycker du hastighetsknappen(11) neråt (mot -) istället och hastigheten minskar då med samma värden, 0,1 resp. 1,0 km/h.

## Nollställa distans och tid

De visade värdena för distans och tid nollställs inte när du startar om löpbandet efter att det har stoppats. För att nollställa distans och tid, håll ner on/off-knappen(7) i tre sekunder. Distans och tid startar från noll när löpbandet startas igen.

## Lutningsfunktion

Om du vill ha lite större motstånd så kan du höja fronten på löpbandet. För att göra detta trycker du lutningsfunktionsknappen(8) uppåt (mot +) på manöverpanelen. För varje tryck höjs bandet så att lutningen ökar med 0,5°. Vill du minska lutningen trycker du neråt (mot -) på knappen.

Om löpbandet är i upphöjt läge när du stänger av det med on/off-knappen(7) eller om strömmen bryts, måste du manuellt sänka det till dess lägsta position, för att nollställa lutningsvärdet. Lutningsvärdet visar 0 tills detta har gjorts.

För ”varje-dags-användning” rekommenderar vi att du lämnar löpbandet påslaget under dagen och manuellt sänker det till 0° innan du stänger av det.

## Stoppa löpbandet

För att stoppa löpbandet trycker du på den gröna on/off-knappen(7). Då bromsas bandet in för att stanna helt.

## Nödstopp

Löpbandet är försett med en nödstoppsfunktion(9), se *fig: Manöverpanel*, att använda i händelse av skada eller olycka, eller om du av någon anledning måste få stopp på bandet snabbt. Om du trycker på nödstoppet så stannar bandet abrupt.

Om du använt nödstoppet måste du vrida knappen till höger, pilmarkeringen, och tryck på on/off-knappen(7) en gång för att återställa funktionen.

## Säkerhetssnöre

Vi rekommenderar att du använder säkerhetssnöret(10), se *fig: Manöverpanel*. Skulle du snubbla och ramla så fungerar det på samma sätt som nödstoppet, d.v.s. löpbandet stannar abrupt.

Efter att du använt säkerhetssnöret måste du sätta tillbaka magneten(10) på dess plats och därefter trycka på on/off-knappen en gång för att återställa funktionen.

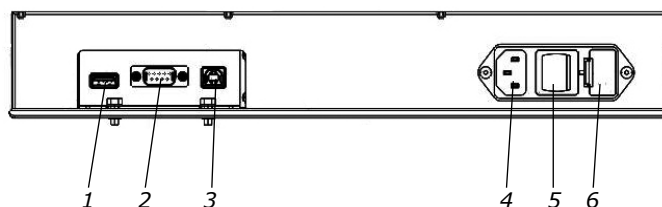


Fig: Anslutningar front

- 1) Anslutning USB typ A (endast laddning av t.ex. smartphone etc.)
- 2) Anslutning RS232
- 3) Anslutning USB typ B
- 4) Nätanslutning
- 5) On/off
- 6) Säkring

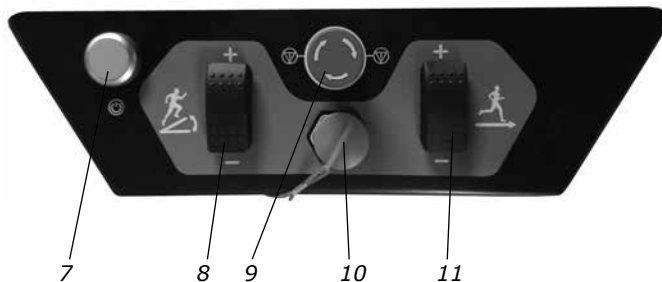


Fig: Manöverpanel

- 7) On/off-knapp
- 8) Lutningsfunktion +/-
- 9) Nödstopp
- 10) Säkerhetssnöre
- 11) Hastighet +/-

# Monark novo Control Unit

## Ansluta extern utrustning, RS232 och USB

Vi rekommenderar att du sätter löpbandets strömbrytare på "off" när du ansluter externa enheter för att undvika överföring av felaktiga data.

Var försiktig vid anslutning av olika typer av extern utrustning så att inte överlag med efterföljande personsador uppstår. Användaren måste försäkra sig om att rätt kablar används, annars kan allvarliga personsador eller skador på utrustningen uppstå.

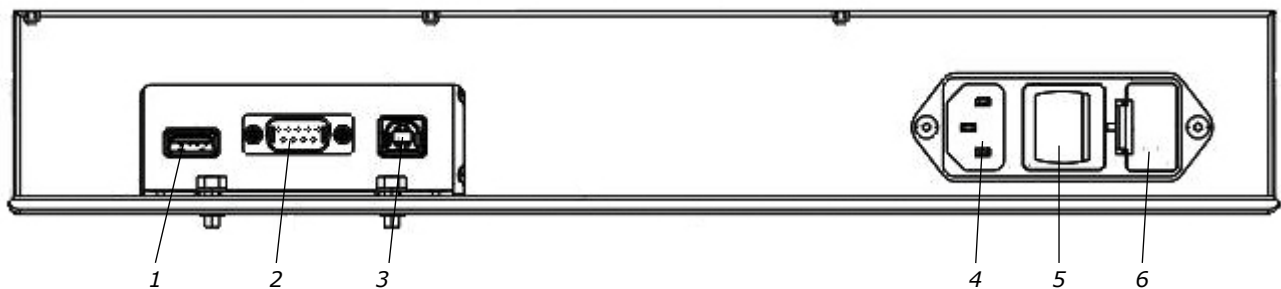
Både RS232-porten och USB-B-porten finns på Monark novo Control Unit som finns på löpbandets front, se *fig: Anslutningar front*.

Anslut först till Monark novo Control Unit till löpbandet och sedan till den externa utrustningen. Sätt löpbandets strömbrytare på "on", starta sedan den externa utrustningen.

OBS!

Det fungerar inte att ansluta PC till löpbandet. Endast EKG eller spirometri kan anslutas för att styra löpbandet.

Ett elektriskt system för medicinskt bruk (ME-System) skapas när löpbandet kombineras med en extern enhet. Ansvar ligger hos tillverkaren av detta system och inte på Monark Exercise.



*Fig: Anslutningar front*

- 1) Anslutning USB typ A (endast laddning av t.ex. smartphone etc.)
- 2) Anslutning RS232
- 3) Anslutning USB typ B
- 4) Nätanslutning
- 5) On/off
- 6) Säkring





# Monark novo Display Unit

Displayen visar:

- Aktuell hastighet i km/h
- Löpbandets lutning i grader
- Distans i km
- Tid i minuter och sekunder
- Puls (om pulsbalte används)

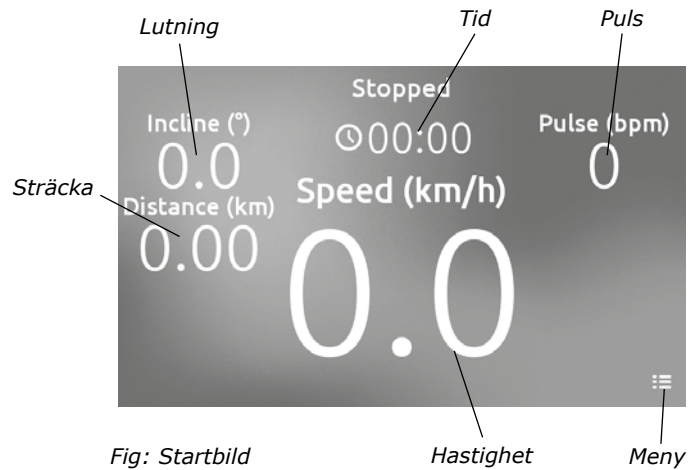


Fig: Startbild

## Meny

I displayen finns en meny där du kan göra olika inställningar. Du hittar den genom att trycka på meny-symbolen. Då visas en meny till höger i displayen där du kan välja följande:



Inställningar puls  
(Pulse settings)



Inställningar allmänt  
(Settings)  
Ej aktiverat

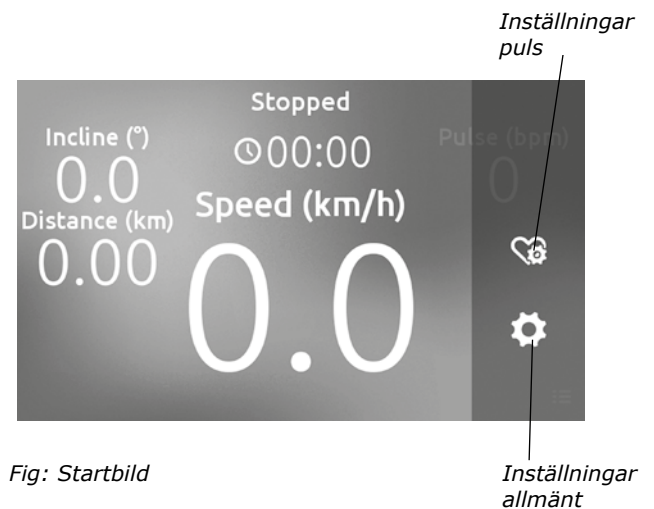


Fig: Startbild

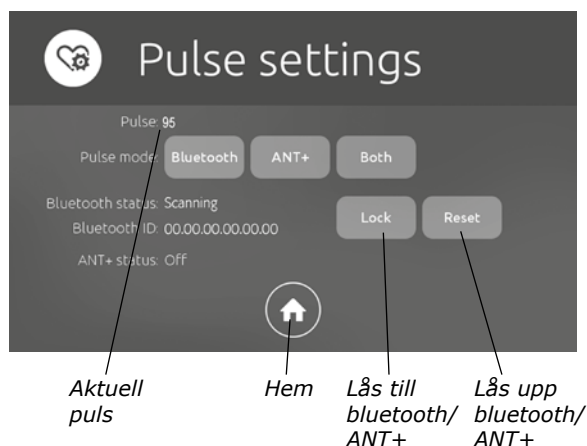
Du kan när som helst under pågående träning gå in i menyn för att t.ex. söka efter pulsbalte.

## Inställningar puls



Här väljer du vilket pulsstandard du vill att löpbandet ska söka efter, Bluetooth SMART, ANT+ eller båda.

Personens hjärtfrekvens ("puls") kan mätas med en pulsmätare som känner av pulsslagen från hjärtat och sänder pulsen trådlöst till löpbandet med **Bluetooth SMART**- eller **ANT+**-tekniken.



### Bluetooth SMART

När löpbandet och en Bluetooth SMART-pulsmätare parats ihop visas pulsmätarens Bluetooth-ID och den aktuella pulsen visas vid "Pulse". Du kan välja att aktivt låsa till den pulsmätaren genom att trycka på "Lock". Då söker löpbandet endast efter just den pulsmätaren. Tryck "Reset" om du vill släppa låsningen till endast en specifik pulsmätare och låsa mot en ny eller fortsätta med att söka fritt.

Du kan använda flera Bluetooth SMART-pulsmätare till löpbandet, men du kan endast låsa till en åt gången.

Löpbandet låser till den pulsmätare som den hittar först (inom ca 10 m). Vid fler enheter rekommenderas därför att låsa till ett specifikt Bluetooth-ID för att säkerställa att rätt puls visas.

#### OBS!

(gäller Bluetooth SMART)

Du måste säkerställa att inga andra bälten utöver det som ska låsas till löpbandet är aktivt (alternativt att du kan låsa mot ett bälte) eller att någon annan enhet (t.ex. app i mobiltelefon, cykeldator etc.), som kopplar upp sig mot bälten, är aktiv under processen!

### ANT+

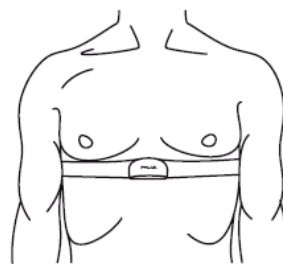
(ANT+ är alltid aktivt)

ANT+ använder sig av "proximity pairing" vilket innebär att man ska vara nära displayen för att den ska börja lyssna på det. När displayen och pulsmätaren är ihopparade kan man vara relativt långt ifrån med bibehållen koppling/funktion. Denna process säkerställer att displayen lyssnar på rätt bälte.

Om du anslutit till en ANT+-pulsmätare står det "Connected" vid "ANT+ status:" och den aktuella pulsen visas vid "Pulse".

## Om du använder pulsbalte

Problemfri pulsregistrering kräver att pulsmätaren är rätt placerad. Om du använder pulsbalte gäller att logon på bältet ska sitta centralt och vara läsbart utåt och rättvänt av en annan person. Innan man sätter på bältet ska man se till att huden där man placerar bältet är rengjord. Pulsbältet bör sättas fast på ett bekvämt sätt med lagom spänning just under bröstmuskeln precis nedanför bröstet, se *fig: Placering pulsbalte*. Fukta elektroderna före användning, se *fig: Fuktning av elektroder*.

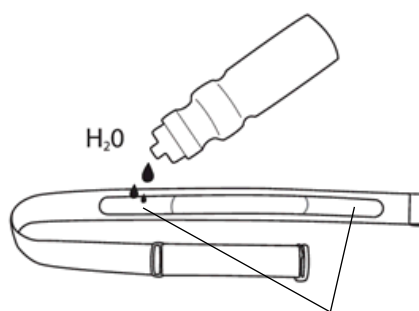


*Fig: Placering pulsbalte*

## Störningar i pulsmätningen

Om du upplever störningar använd en extern enhet (t. ex. pulsklocka) för att kontrollera om även den visar oregelbunden puls. Om så är fallet kan det bero på störning i rummet. Störningen kan komma av elektriska fält från starkströmkablar, hissar, lysramper m.m., eller att andra elektroniska enheter står för nära (t. ex. mobiltelefoner). Om möjligt, flytta löpbandet till en annan plats i rummet eller byt lokal. Även syntetiska tyger kan skapa statisk elektricitet som stör pulssignalen.

Kvarstår oregelbunden puls bör manuell kontroll ske. Är pulsen fortfarande oregelbunden vid arbete bör personens hälsa utredas.



*Fig: Fuktning av elektroder*

Ovanstående bilder används med tillstånd från Polar Sverige.

## Regelbundet underhåll

För att hålla ditt löpband i gott skick bör det underhållas och genomgå regelbunden service.

### OBS!

**Bryt alltid strömmen genom att dra ur nätsladden innan någon punkt genomförs!**

- Dammsug under löpbandet minst en gång per vecka, samt i motorutrymmet en gång i månaden.
- Svett torkas av med mild tvållösning samt mjuk fuktad trasa. Spraya inte rengöringsmedel direkt på display eller konsol då för mycket vätska kan tränga in och förstöra funktionen.
- Vid behov kan löpbandet ytdesinficeras. Använd då ett isopropanolbaserat preparat. Använd en fuktad, inte blöt, trasa eller svamp för att torka av ytorna du vill desinficera.
- Metalltytor kan ytbehandlas med något rostskyddsmedel, speciellt efter att de är rengjorda och ytorna torra.
- Kontrollera att löpmattan är centrerad och inte halkar på valsarna. Om mattan halkar eller flyttar sig till en sida behöver den justeras. Det här gör du genom att justera de två M10-skruvarna vid den bakre valsen, se *fig: Justera löpmatta*.

## Kontrollera drivremmens spänning

Kontrollera drivremmens spänning två gånger per år och/eller om den slirar eller låter onormalt.

Slå av löpbandet med on/off-knappen som sitter på löpbandets front och dra ur nätsladden från vägguttaget. Avlägsna kåpan, se avsnitt "Avlägsna kåpan". Inspektera drivremmen för att se om den är nött och om den sitter korrekt. Vrid drivremmen 90° åt sidan, med måttlig kraft, genom att bara använda tumme och pekfinger. Om du kan vrida drivremmen mer eller mindre än 90° är dess spänning för låg eller för hög och behöver justeras. Justera med hjälp av justeringsskruvarna för drivremsspänningen, se avsnitt "Avlägsna valsar, löpmatta och löpskiva".

## Övrig service/reparationer

Vid behov av service eller större reparationer rekommenderar vi att du tar kontakt med din återförsäljare alternativt vår serviceavdelning.

## Garanti

### Sverige - Konsument

Om ett fel skulle uppstå på ditt löpband gäller konsumentköplagen och då vänder du dig till det ställe där det är inköpt. Följande gäller: fel som visar sig inom sex månader anses som ursprungsfel som skall åtgärdas av säljaren utan kostnad för kund. Gäller dock inte om kund inte följt skötselanvisningar eller vanvårdat varan. Efter sex månader är det upp till kund att visa att varan hade ett ursprungligt fel.

### Sverige - Yrkesmässig användning

Vid ett eventuellt produktfel gäller köplagen, dvs. ett år.

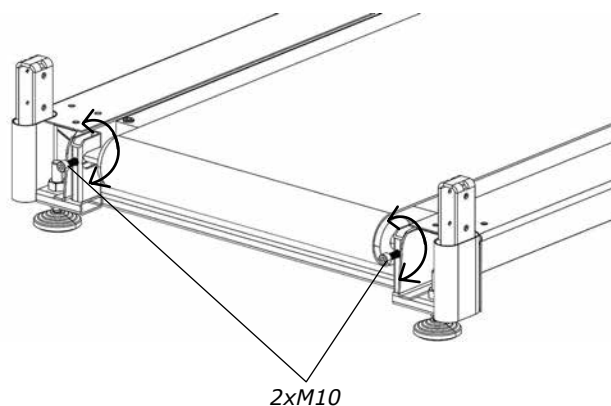


Fig: Justera löpmatta

# Serviceåtgärder

## Avlägsna ledstängerna

1. Avlägsna kåpan, se avsnitt "Avlägsna kåpan"
2. Koppla loss ledstängernas kabel från ramen
3. Lossa och ta bort 12 st. skruvar, se *fig: 2*
4. Lossa och ta bort 16 st. skruvar, se *fig: 3*
5. Lyft upp och ta bort ledstängerna, se *fig: 4*

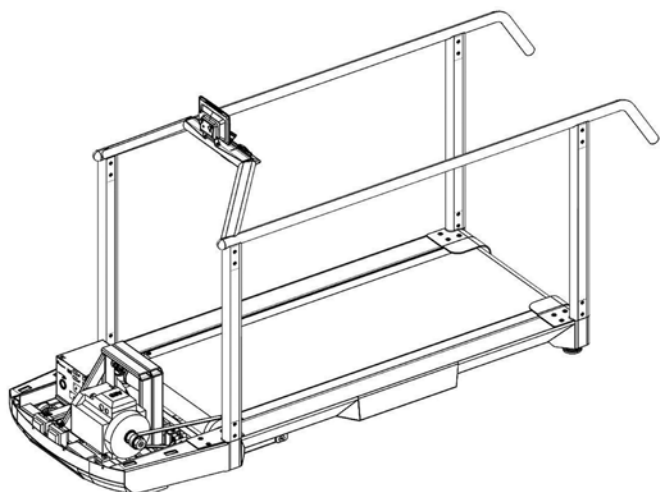


Fig: 1

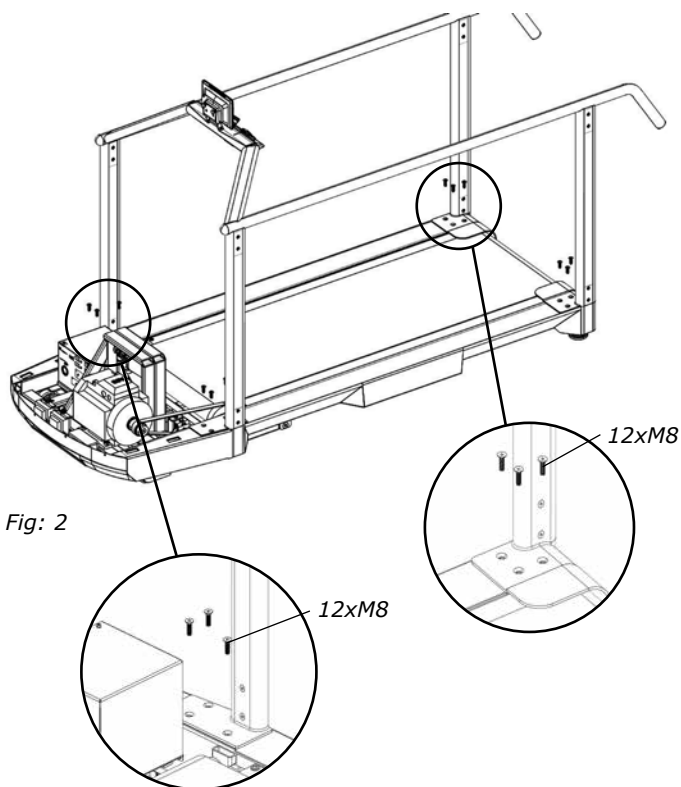


Fig: 2

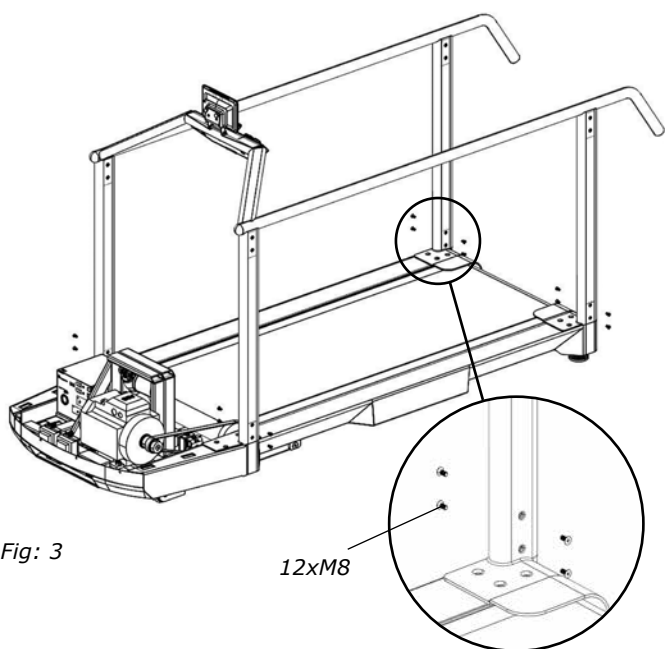


Fig: 3

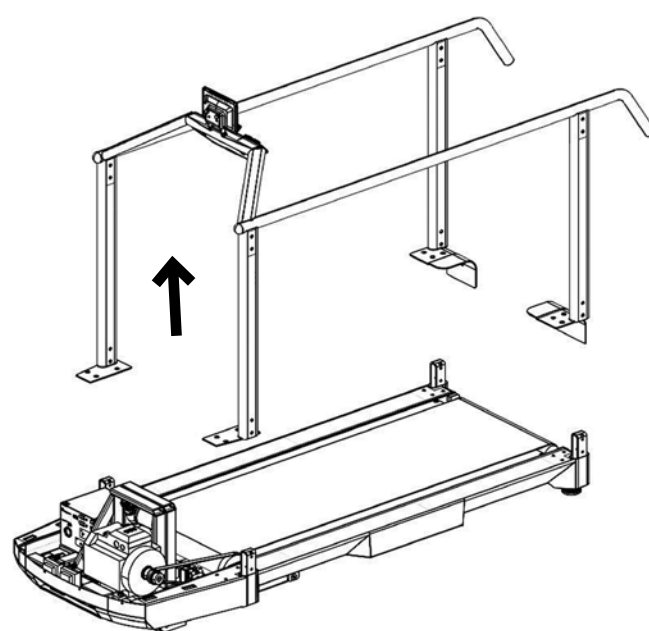
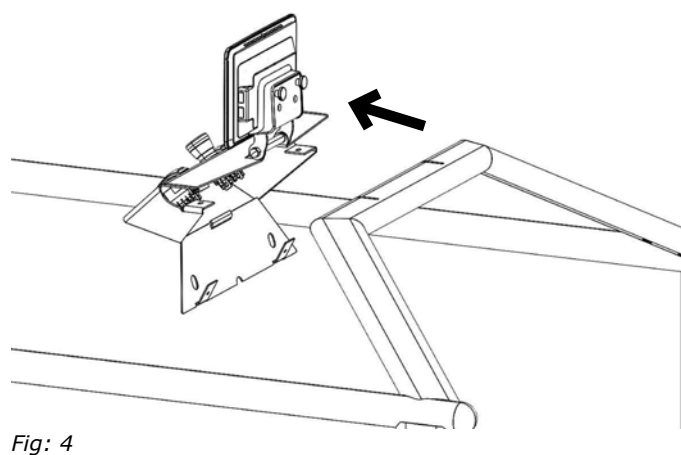
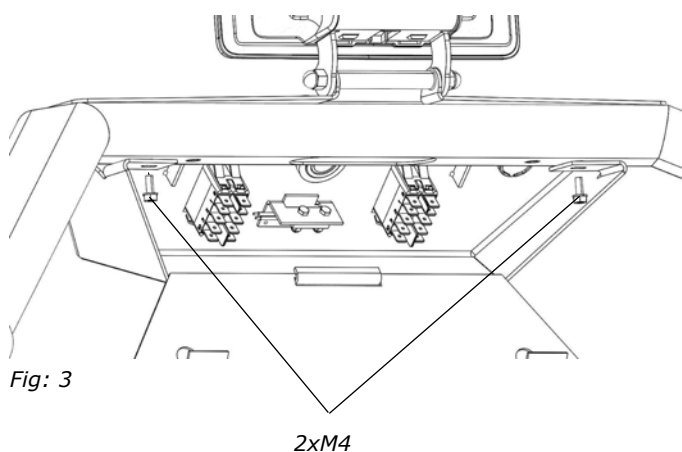
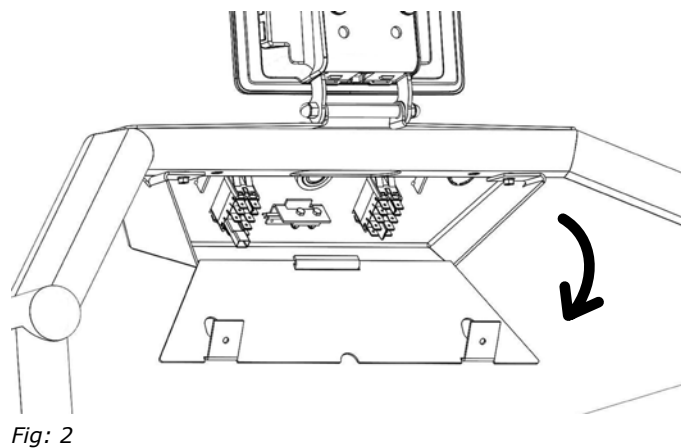
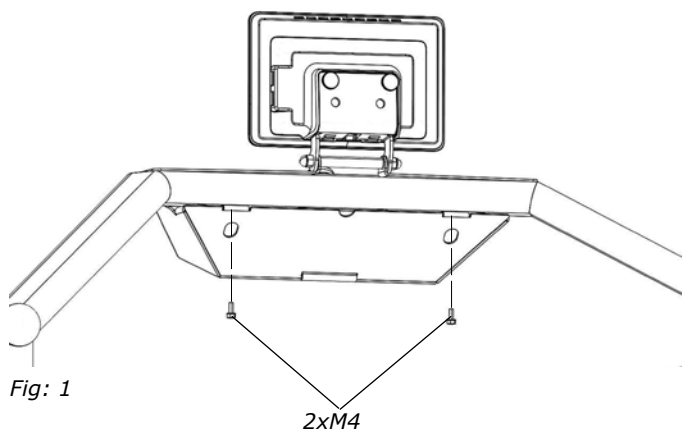


Fig: 4

## Avlägsna manöverpanel och Monark novo Display Unit

### Avlägsna manöverpanel och Monark novo Display Unit

1. Lossa och ta bort skruvarna, se *fig: 1*
2. Öppna skyddskåpan så som visas i *fig: 2*
3. Koppla från huvudkabeln
4. Lossa och ta bort skruvarna, se *fig: 3*
5. Avlägsna manöverpanelen med Monark novo Display Unit, se *fig: 4*



## Avlägsna Monark novo Display Unit

1. Lossa och ta bort skruvarna och brickorna, se *fig: 1*
2. Ta bort pinnskruven, se *fig: 2*
3. Lossa de två Letterskruvarna (lossas genom att du skruvar dem motsols) som håller Monark novo Display Unit och lyft bort den, se *fig: 3*

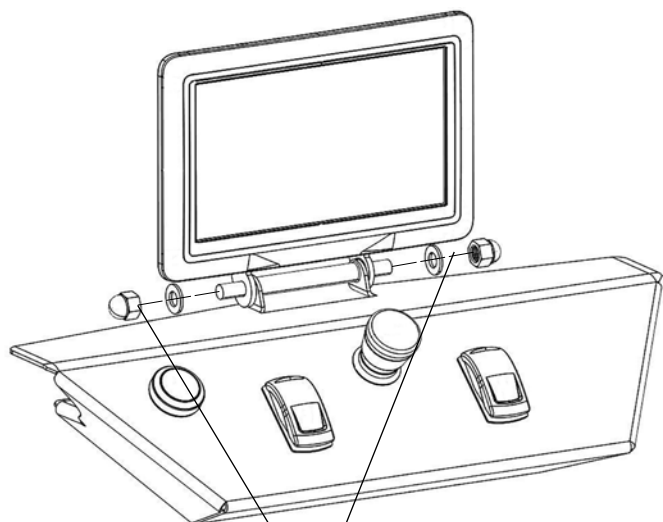


Fig: 1

2xM8  
brickor  
muttrar

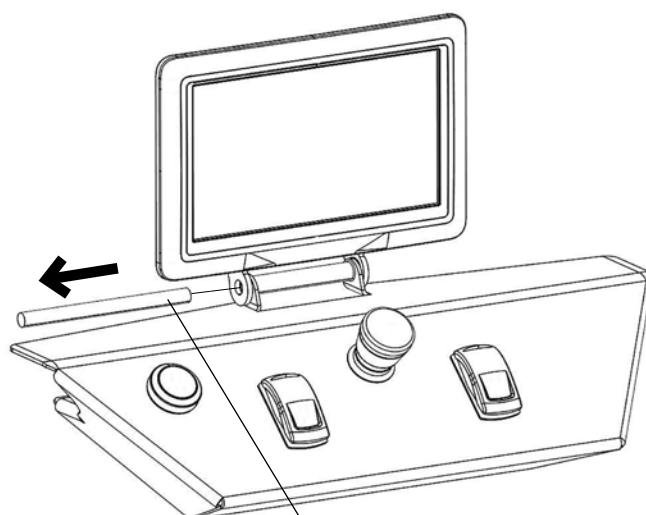


Fig: 2

Pinnskruv

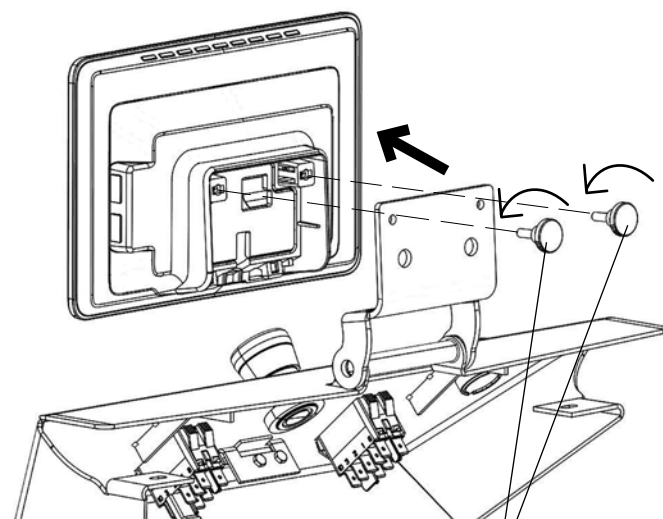


Fig: 3

2xM4

## Avlägsna Monark novo Control Unit

1. Avlägsna kåpan, se avsnitt “Avlägsna kåpan”
2. Lossa alla kablar från Monark novo Control Unit
3. Lossa och ta bort de två skruvarna och muttrarna på utsidan, se *fig: 1*
4. Lossa och ta bort de två skruvarna och muttrarna på insidan, se *fig: 2*
5. Vrid och ta bort Monark novo Control Unit, se *fig: 3*

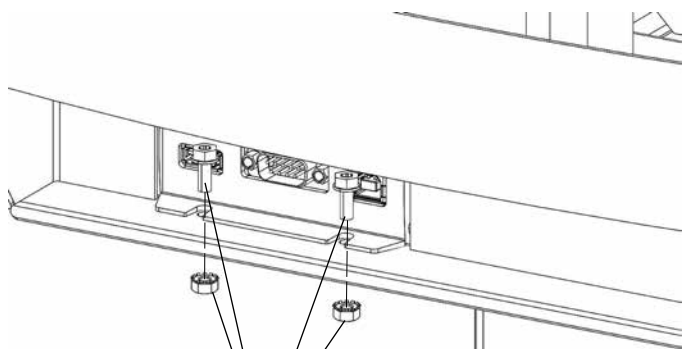


Fig: 1

2xM4  
skruvar  
muttrar

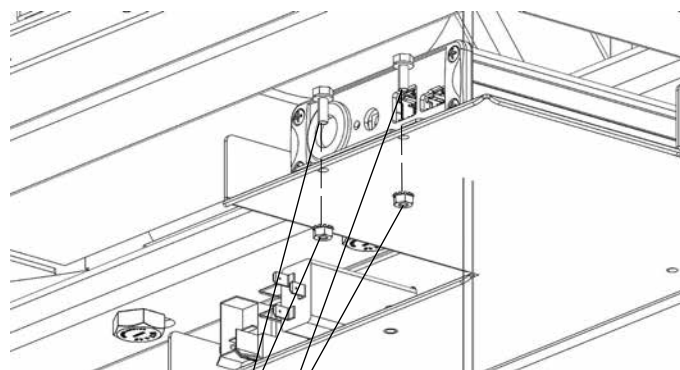


Fig: 2

2xM4  
skruvar  
muttrar

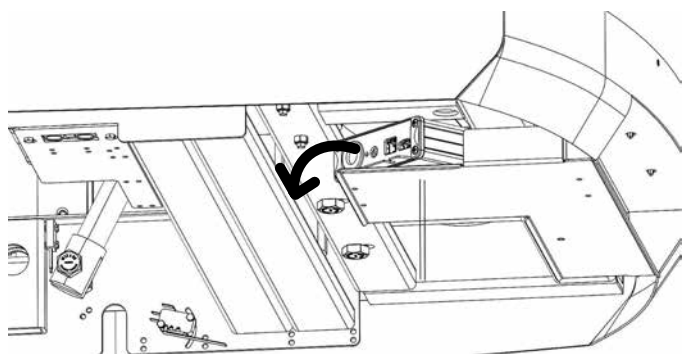
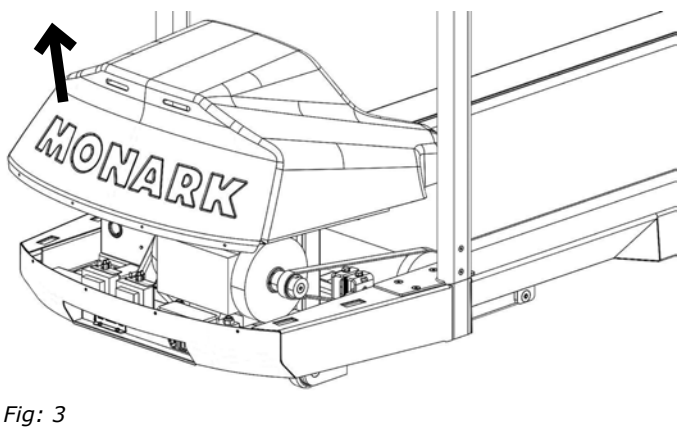
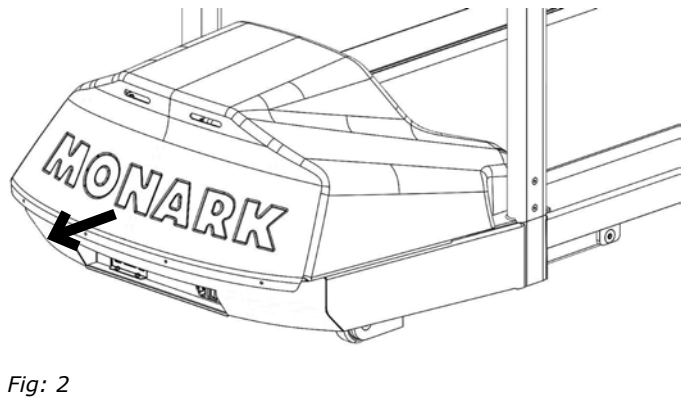
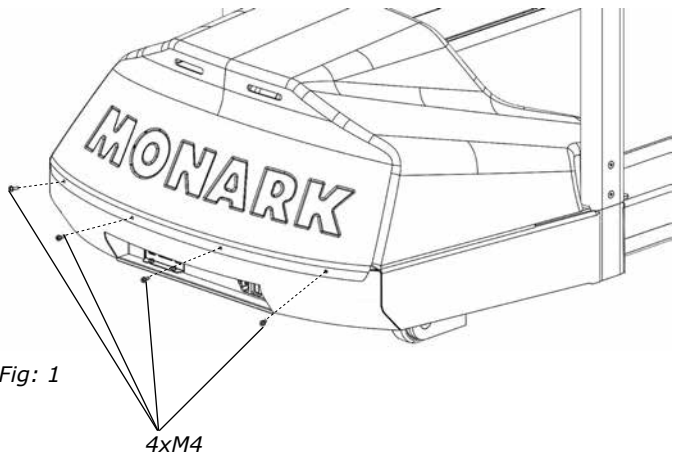


Fig: 3



## Avlägsna kåpan

1. Lossa och ta bort de fyra skruvarna, se *fig: 1*
2. Dra kåpan försiktigt framåt, se *fig: 2*
3. Lyft upp kåpan, se *fig: 3*



## Öppna elektronikboxen

1. Avlägsna kåpan, se avsnitt “Avlägsna kåpan”
2. Losas och ta bort de två skruvarna, se *fig: 1*
3. Luta kåpan så som visas i bilden, se *fig: 2* och *fig: 3*
4. Lyft bort elektronikboxens kåpa

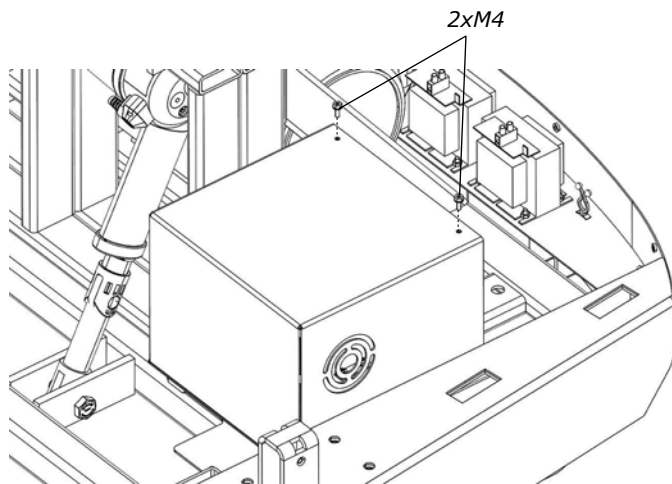


Fig: 1

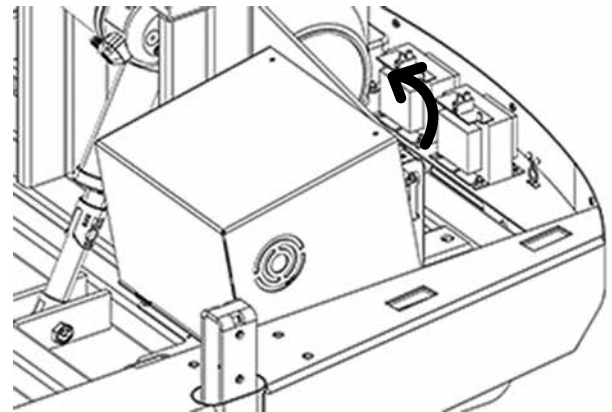


Fig: 2

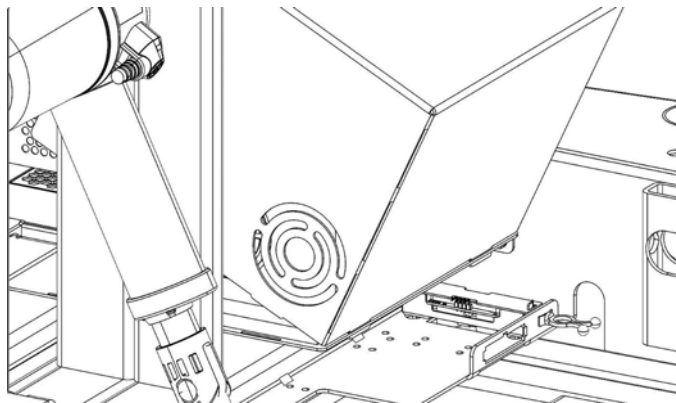


Fig: 3

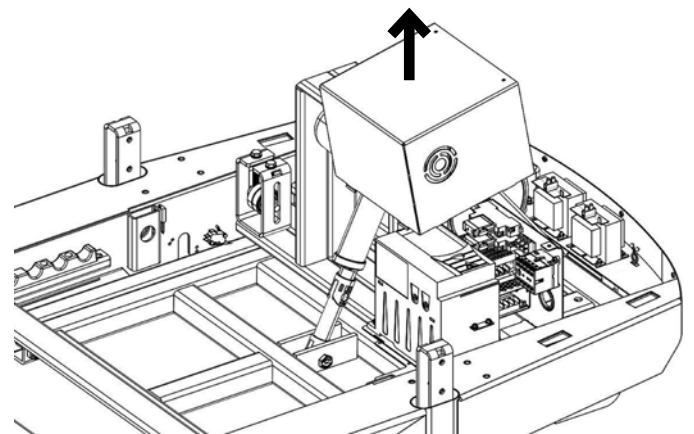


Fig: 4

## Avlägsna lutningsmotorn

1. Avlägsna kåpan, se avsnitt "Avlägsna kåpan"
2. Lossa och ta bort den övre skruven och låsmuttern, se *fig: 1*
3. Lossa och ta bort den nedre skruven och låsmuttern, se *fig: 2*
4. Lyft upp lutningsmotorn, se *fig: 3*

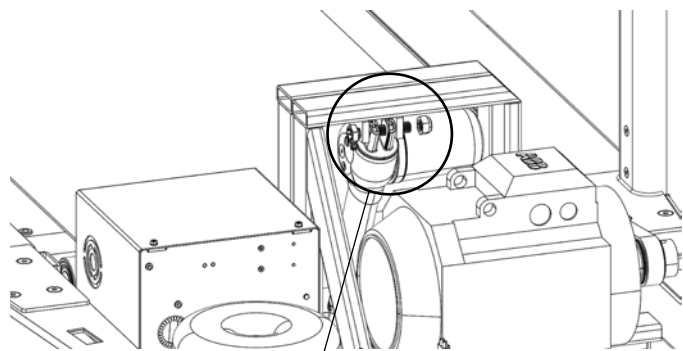


Fig: 1

1xM12  
skruv  
låsmutter

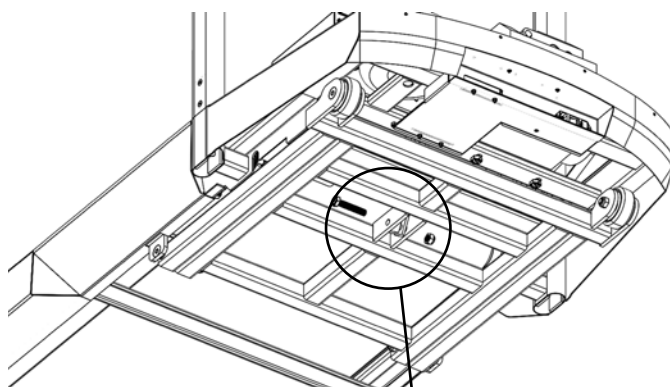


Fig: 2

1xM12  
skruv  
låsmutter

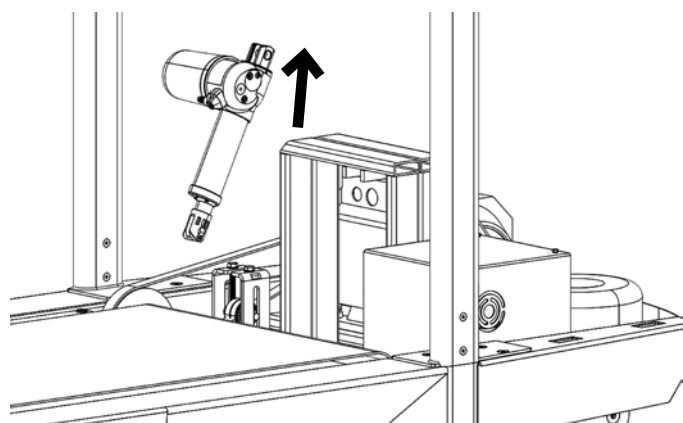
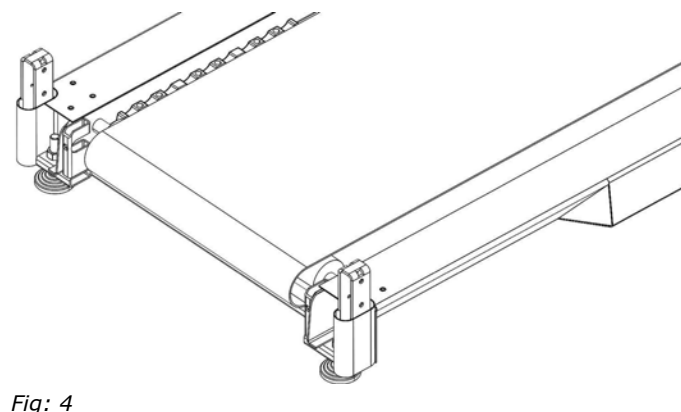
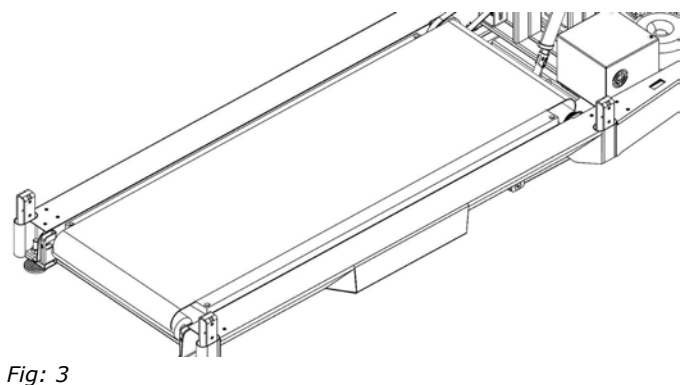
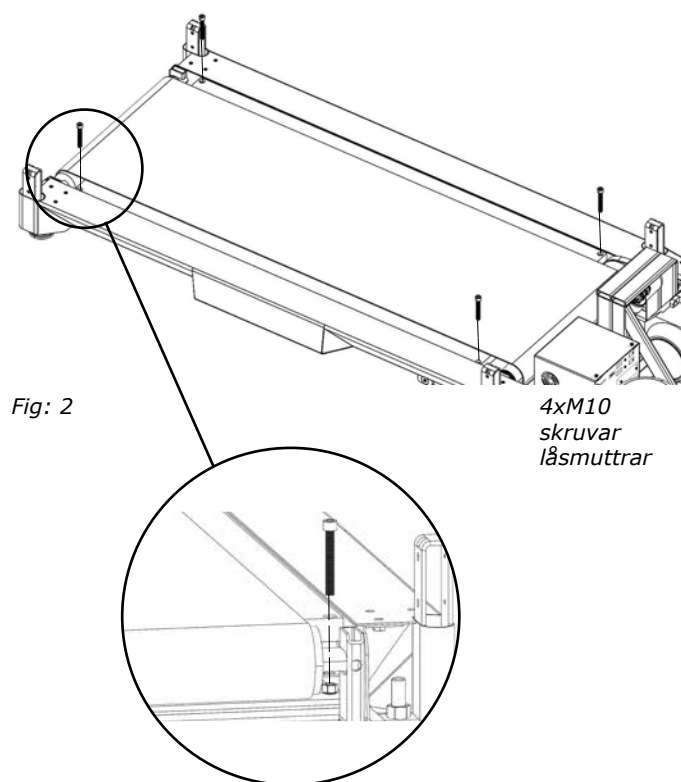
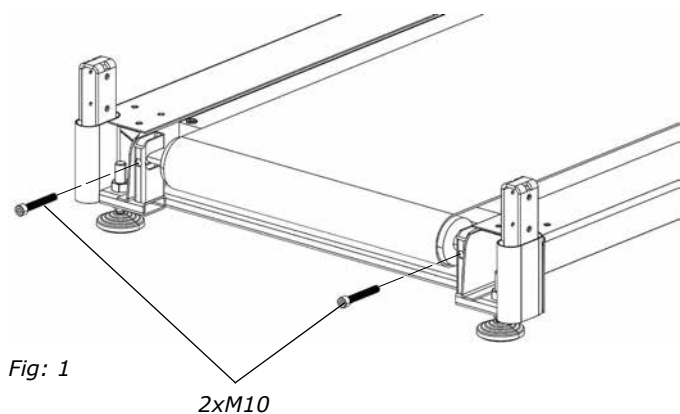


Fig: 3

## Avlägsna valsar, löpmatta och löpskiva

1. Avlägsna kåpan, se avsnitt ”Avlägsna kåpan”
2. Avlägsna ledstängerna, se avsnitt ”Avlägsna ledstängerna”
3. Lossa och ta bort skruvarna från bakre valsen, se *fig: 1*
4. Lossa och ta bort skruvarna och låsmuttrarna från löpskivan, se *fig: 2*
5. Luta och ta bort löpskivan så som visas i *fig: 3*
6. Dra ut och ta bort bakre valsen, se *fig: 4*
7. Lossa skruvarna för drivremsspännaren, se *fig: 5*
8. Ta bort drivremmen från remhjulet, se *fig: 6*
9. Lossa och ta bort skruven från främre valsen, se *fig: 7*
10. Luta främre valsen så som visas i bilden och dra ut den, se *fig: 8*
11. Ta bort främre valsen tillsammans med löpmattan och drivremmen, se *fig: 9*



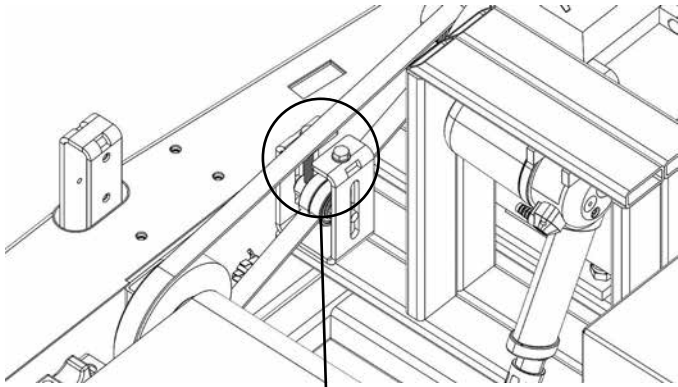
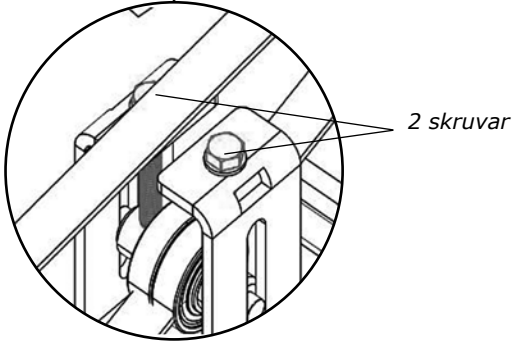


Fig: 5



2 skruvar

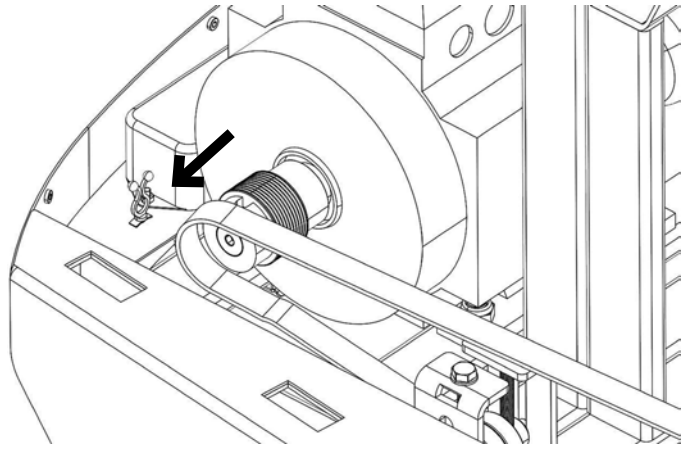


Fig: 6

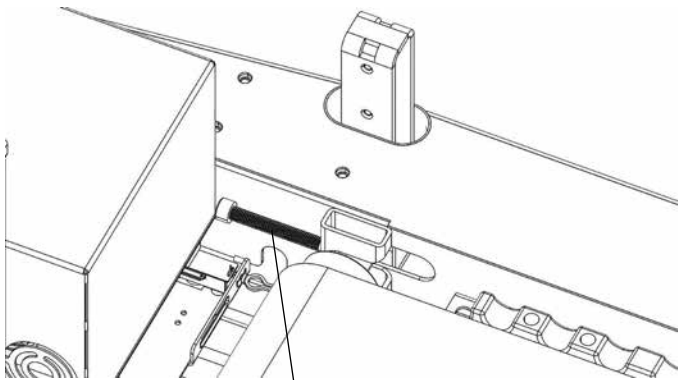


Fig: 7

M10

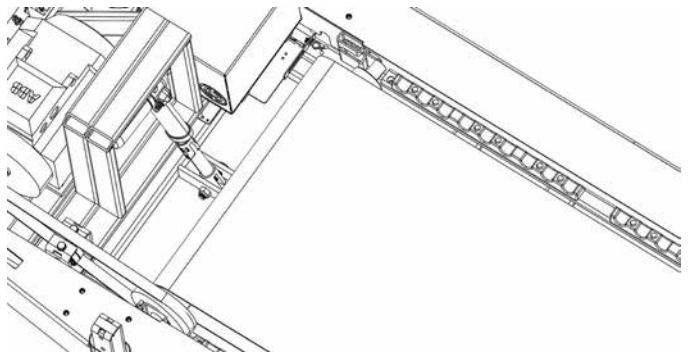


Fig: 8

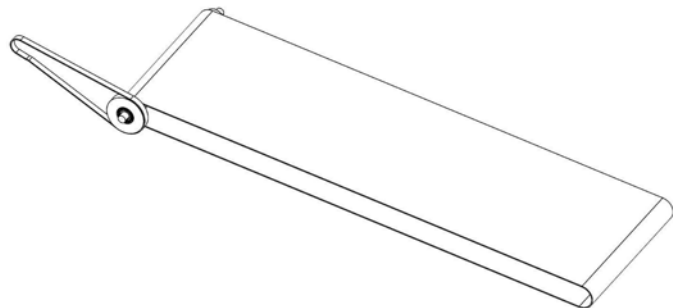


Fig: 9

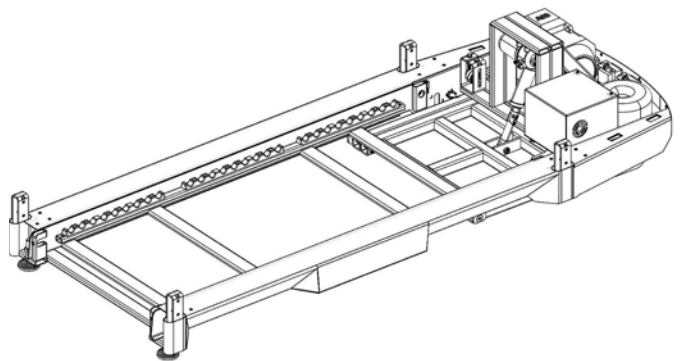


Fig: 10

## Avlägsna hjulen

1. Lossa och ta bort de två skruvarna och låsmuttrarna, se *fig: 1*
2. Avlägsna hjulen, se *fig: 2*

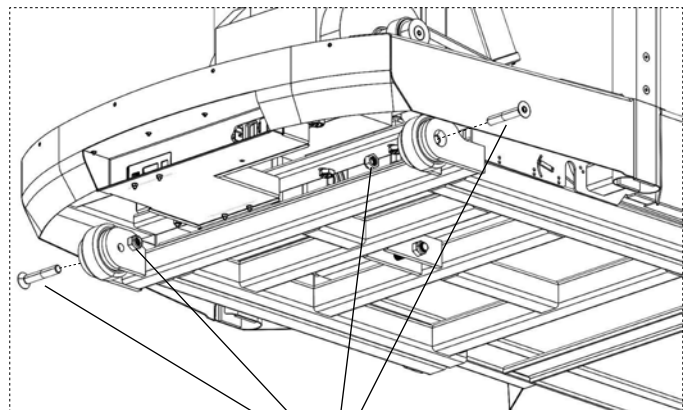


Fig: 1

2xM12  
skruvar  
låsmuttrar

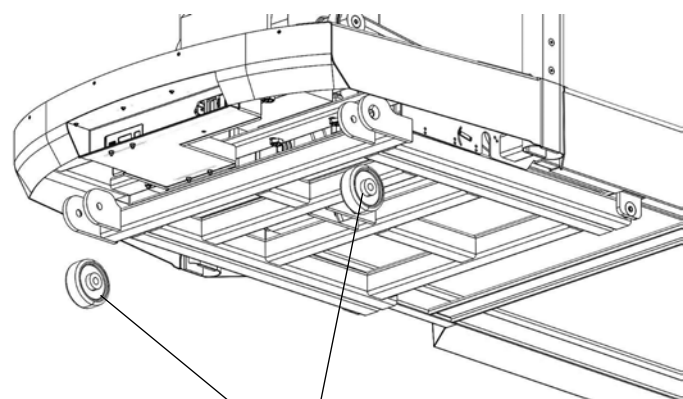
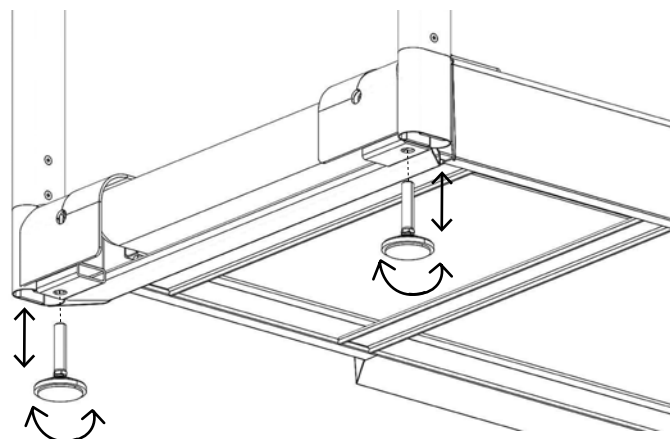


Fig: 2

hjul

## Justerbara bakre stödfötter







CE 0402

Version 1710  
Art. nr: 7950-422