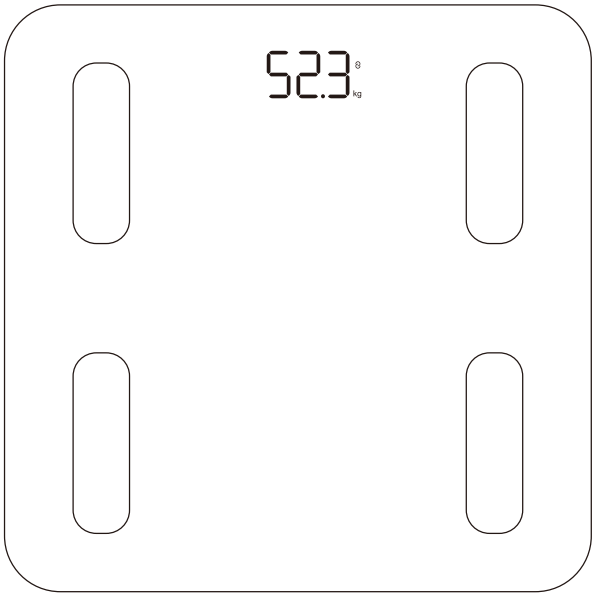
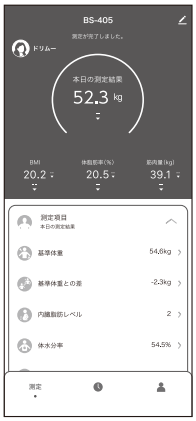
家庭使用

體重和身體成分儀

產品編號　BS-405





※ 本書中的插圖僅供說明之用。

包括使用說明書和保用証

感謝您購買我們的產品。

使用前，請務必完整閱讀本使用說明書，以確保正確、安全使用。

閱讀完本手冊後，請將其妥善保管，以便您隨時查閱。

目　錄

安全注意事項 …… 1～2
正確測量…… 3
關於商標…… 4
關於《無線電法》…… 4
關於無線電波幹擾的注意事項 …… 4
關於數據通訊 …… 5
各部分名稱 …… 6
第一次使用前 …… 6
安裝應用程式 …… 7
測量方法…… 8～9
測量方法（僅重量）…… 10
稱重精度…… 10
調零…… 10
關於測量項目 …… 11～13
如何護理…… 14
更換電池…… 14
如果你覺得有問題，…… 15～16
規格…… 17
關於售後服務 …… 18
保用証…… 封底

安全注意事項

使用前請先仔細閱讀《安全注意事項》，正確使用產品。所有標有以下警告標誌的物品均為安全相關的重要物品。
請務必遵守這些注意事項。

警告標誌類型	警告標誌的內容
⚠危險	預計會對人員構成迫在眉睫的死亡或嚴重傷害危險的內容。
⚠警告	可能導致人員死亡或嚴重受傷的內容
⚠注意	預計可能會造成人員傷害或財產損失的內容。

圖形符號範例

禁止　不可做的事項	指示　註意事項

⚠ 危　險

禁止

切勿與以下醫療器材一起使用。
•心臟節律器等植入式醫療器械
•心肺機等維持生命的醫療設備
•心電圖機等穿戴式醫療設備
故障可能會導致嚴重的身體傷害。

⚠ 警　告

禁止

●切勿拆卸、修理或改造本產品。
這樣做可能會造成傷害。
●請勿在磁磚等光滑表面上使用。
●沐浴後等身體或腳部潮濕時請勿使用。
有跌倒或滑倒並造成嚴重傷害的風險。
●請勿跳到主機上、跳到主機頂端或靠在主機邊緣。
有跌倒和嚴重受傷的風險。
●請置於嬰兒接觸不到的地方。
有可能發生意外吞嚥或受傷。
●請勿根據測量結果採取減肥或運動療法。
測量結果僅供參考。自我判斷可能會損害您的健康，因此請務必遵循醫生或專家的指示。

指示

●測量台很滑，請小心，慢慢踩。
有跌倒和嚴重受傷的風險。

安全注意事項

⚠ 警　　告

禁止

●請勿將重物摔在主機上、與硬物碰撞或使主機掉落。
雖然使用了強化玻璃，但玻璃可能會破裂、碎片飛散，導致事故或受傷。
另外，即使當時沒有破裂，也可能會因為刮痕而在意想不到的時候破裂。 如果被刮傷，請停止使用。

⚠ 注 意 事 項

禁止

●請勿將手指插入主機周圍的縫隙中。有受傷的危險。

●本產品不防水、防滴，請勿在潮濕的地方存放或使用。否則可能會導致故障。

●請勿放置在陽光直射或高溫的地方。否則可能會導致火災、損壞或故障。

●請勿將產品倒置或支撐，或在測量部分放置任何物品。否則可能會導致故障。

指示

●如果身體殘障人士使用本產品，必須找護理人員應協助他們或使用扶手。

⚠ 關 於 電 池

●如果電池液接觸到皮膚或衣服，請用清水清洗。如果進入眼睛，請立即用清水清洗並立即就醫。
●請將電池放在兒童接觸不到的地方。如果吞嚥，請立即就醫。
●以正確的極性（+/−）插入電池。
●電池電量耗盡或長期不使用時請將其取出。
●廢棄電池時，請遵循地方政府的指示。
●請勿混用新舊電池。
●請勿混合使用不同類型或製造商的電池。
●若在使用或存放過程中發現電池出現發熱、變形等異常情況，請停止使用。

本產品專為家庭使用設計。請勿將其用於銷售交易或公開證明重量。

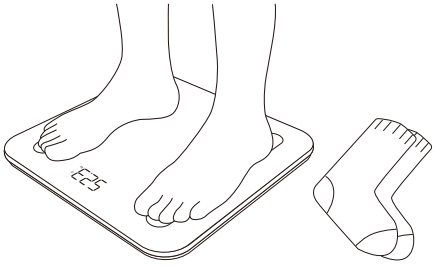
正確測量

指示

請務必在平坦、堅硬的地板上使用。
本產品無法在傾斜地板、榻榻米墊或地毯等柔軟表面上準確測量您的體重。

指示

測量身體組成時請赤腳。這時一定要徹底清除腳底的污垢和灰塵。
●如果您穿著襪子或腳底有污垢或灰塵，則無法進行準確的測量。

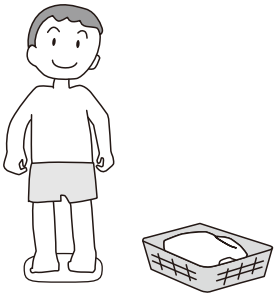


指示

使用時請將腳底與電極正確對齊。 （見下圖）
另外，如果電極上有水或灰塵，請在使用前將其清除。
●本產品從電極部分透過腳底向體內輸送微弱電流。因此，除非電極部分和腳底緊密接觸，否則無法進行準確 的測量。

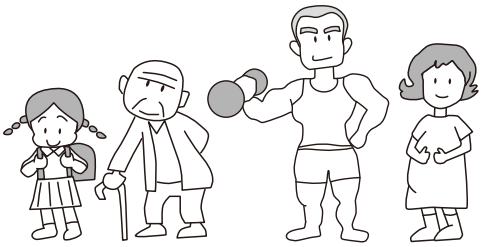
指示

請盡可能接近裸體進行測量。另外，請在放鬆的情況下站立進行測量。
●衣物的重量會造成測量結果的誤差。
●如果坐著或蹲著，則無法進行準確的測量。



指示

對於18歲以下人士、老年人、運動員或體育專業 人士、孕婦、透析患者以及服用引起體內水分變化的藥物的人，身體組成測量結果可能與原始測量值有顯著差異。請作為參考值使用。
●18歲以下不顯示內臟脂肪含量。
8歲以下的出生日期不能登記。



指示

避免在喝大量水或進食後進行測量。另外，每次都要在同一時間進行測量。
我們建議您設定
●您的體重一整天都會改變。因此，透過保持每次測量時間等條件恆定，可以比較測量結果並 了解趨勢。

指示

本產品顯示的測量結果僅為重量。
身體脂肪和其他身體組成的測量結果將顯示並記錄在「dretec life」應用程式中。
請在“dretec life”應用程式中註冊正確的個人資料並進行測量。
●如果性別、身高、出生日期登記不正確，則無法獲得正確的測量結果。

關於商標

●Bluetooth®文字標記和標誌是Bluetooth SIG, Inc.擁有的商標。

關於《無線電法》

●請勿拆卸、修理或改裝內建無線設備。有違反無線電法的風險。

●在本產品使用的頻段中，除了無線區域網路和微波爐等家用電器、工業、科學和醫療認證設備外，還運行用於工廠生產線上使用的移動物體識別的廠內無線站 （不需要許可證的無線站）。

●使用本產品前，請確認附近沒有用於移動物體辨識的本地無線站或指定的低功率無線站。

●若本產品與無線LAN、微波爐、用於移動物體辨識的廠內無線電站等發生無線 電波幹擾，請立即改變使用地點或停止發射無線電波（停止使用本產品）。

●請勿在直接或間接連接安全性、可靠性要求較高的設備或電腦系統的環境 中使用本產品。

關於數據通訊

●如果使用本設備在使用 2.4GHz 左右無線電波的無線設備附近進行通信，兩個 設備的處理速度可能會變慢。

●請勿在無線區域網路或其他無線設備附近、微波爐或其他發射無線電波的設備 附近、障礙物較多的地方或其他無線電波條件較差的環境中使用。連線可能會頻繁斷開，通訊速度可能會顯著下降，或者可能會出現錯誤。

●請在視線良好的地方與本設備連線。根據建築物的結構或障礙物，通訊距離可能 會縮短。特別是，如果它們之間存在諸如鋼筋混凝土之類的東西，則可能無法進行通訊。

●存取網際網路的通訊費由客戶負擔。

●本產品不保證與藍牙相容裝置或專用應用程式「dretec life」以外的應用程式的 連線操作。

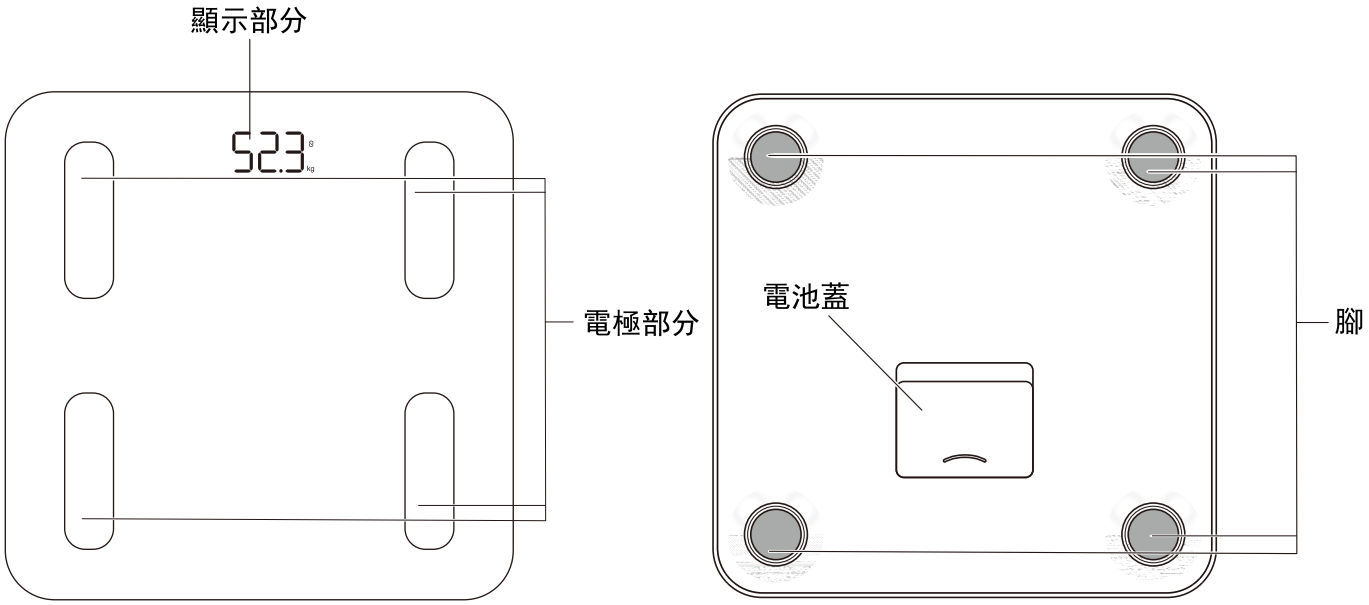
●由於使用無線電波，因此第三方可能有意或無意地攔截它。請不要將其用於需要保密的重要事項或與人的生命有關的事項。

●請注意，對於在資料通訊過程中發生的任何資料或資訊洩露，本公司不承擔任何責任。

各部分名稱

正面

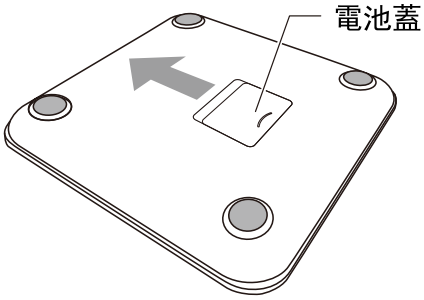
背面



第一次使用前

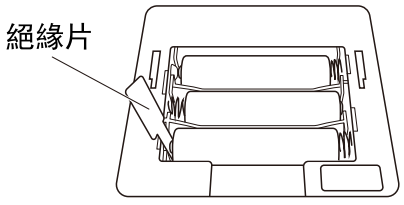
電池部分插入絕緣片，防止電池消耗。首次使用前請務必移除絕緣片。 另外，取下貼在顯示幕上的保護膜。

①



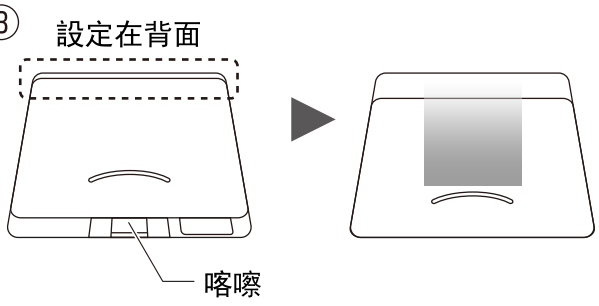
①依箭頭方向滑動主機背面的電池蓋並將其取下。

②



②拉出絕緣片並將其除去。

③



③將電池蓋朝後放置，然後朝您的方向滑動，直到發出「喀嚓」聲將其關閉。

※ 如果從前面安裝，電池蓋上的卡位可能會損壞。

安裝應用程式

為了在應用程式中記錄本產品的測量結果，您需要在智慧型手機上安裝專用應用程式“dretec life”，然後註冊本產品的裝置和個人資料。

1 在智慧型手機上安裝「dretec life」應用程式。您可以使用以下方法之一安裝它：

●訪問網站

http://www.dretec.co.jp/support/dretec_life_apps

●在應用程式商店

搜尋“dretec life”

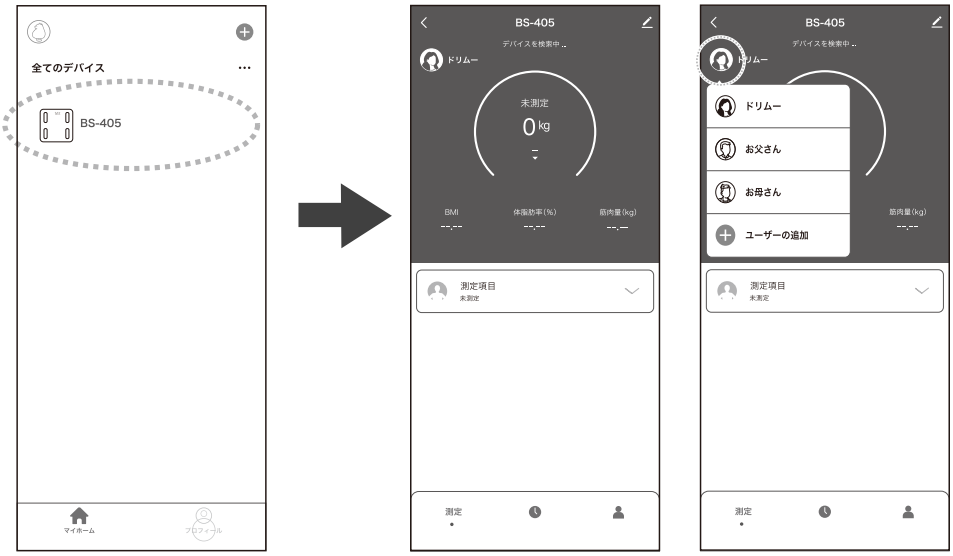
dretec life

2 安裝完成後，啟動「dretec life」應用程式並依照螢幕上的指示註冊您的帳戶，註冊本產品的設備，並註冊您的個人資料（設定性別、出生日期、 身高等）。

（可參閱啟動指南）

測量方法

1 開啟智慧型手機上的藍牙®設置，啟動「dretec life」應用 程序，然後點擊已註冊的裝置。



※如果您想更改測量用戶，請點擊應用程式測量畫面左上方的用戶 圖示進行切換。

※ 應用程式圖示和螢幕顯示可能會因裝置和版本而異。

2 將本機放在平坦、堅硬的地板上，並在電源關閉時赤腳站在上面。

※請檢查第 3 頁的「正確測量」。
※如果因身體移動等導致讀數不穩定，電源將在約15秒後 關閉。

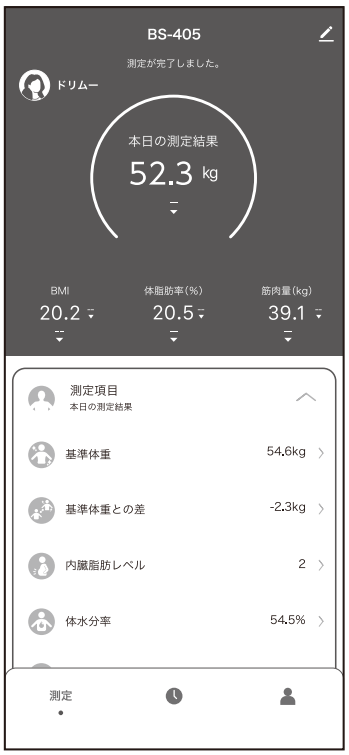
3 當主機開啟時，與應用程式的連線將自動開始。當主機和應用程式連接時，主機螢幕上將顯示「連線確認標記」。

4 當重量值閃爍3次並固定後，請離開設備。

※重量顯示固定後，重量值將顯示約15秒。然後電源將自動關閉。

※主機上僅顯示重量值。

您的體重和身體組成數據將記錄在應用程式中。



※如果設備未註冊或連接到應用程序，測量結果將不會記錄在應用程式中。

測量方法（不啟動app，僅測量體重）

1 將本機放在平坦的硬地板上，並在電源關閉時站在上面。

※如果因身體移動等導致讀數不穩定，電源將在 約15秒後關閉。

2 當重量值閃爍3次並固定後，請離開設備。

※重量值顯示固定後，重量值將顯示約15秒。然後電源將自動關閉。

稱重精度

●本產品依計量法規定的技術標準進行製造與檢驗。使用時，我們保證測量重量的精度在右圖所示的範圍內。

（使用地點溫度23±5℃、濕度50±20%時）

測量	準確性
5～75kg以下	±0.2kg
75kg以上 150kg以下	±0.3kg

※ 無法測量5公斤以下的物品。

●各地區的重力值略有差異。由於這種影響，高精度秤可能會出現誤差。

調零

本產品具有調零功能。

調零是使設備將無物體狀態辨識為0.0kg的功能。本產品定期執行歸零，但更換電池、移動主機或改變位置時可能會發生錯誤，因此請務必按照以下步驟執行「手動歸零」。

手動歸零方式

① 將本產品安裝在平坦的硬地板上。
② 將腳踩在主機上，顯示幕上出現「8888」後放開腳。顯示為“0.0kg”。
③約15秒後，「0.0kg」顯示消失。
至此調零完成。

關於測量項目

該應用程式記錄以下測量項目。

•體重	•BMI	•體脂率	•肌肉量	•參考重量	•與標準重量的差異
•內臟脂肪水平	•身體水分率	•估計骨量	•基礎代謝率	•預計年齡	

BMI是根據身高和體重計算得出的數值。
體重和BMI以外的測量項目是根據電阻值等計算出的估計值。這些僅供參考，請諮詢醫生進行醫療診斷。

●重量
這是測量的重量值。
開放式BMI
BMI是國際上用來表示肥胖程度的指數。
這是透過[體重(kg)] [身高(m)的平方]計算出來的數值。
BMI 為 22 被認為是正常體重

●體脂率（單位：%）
體脂率是指體內脂肪的百分比。測量體脂率很容易受到體內水分含量的影響，所以我們建議每天固定時間測量，避免飯後或洗澡後立即 測量。

●肌肉質量（單位：kg）

肌肉質量是表示體內肌肉數量的數值，包括除骨骼肌之外的所有肌肉。 肌肉量與基礎代謝率密切相關，一般來說，肌肉量較多的人往往基礎代謝率較高。

●參考重量（單位：kg）

這是一個可以被認為是健康的標準體重，是根據BMI等測量結果使用獨特的公式計算得出的。使用這個體重作為維持健康的目標。

●與標準重量的差異（單位：kg）

這是計算出的參考體重與您目前體重之間的差異。

●內臟脂肪水平

內臟脂肪是體內位於內臟周圍的脂肪，內臟脂肪水平是使用獨特的計算公式以 20 分制評估內臟脂肪量的值。內臟脂肪水平值越低，您的內臟脂肪就越少。

●體內水分百分比（單位：%）

身體水分百分比是以百分比表示的體內水量。

水在體內具有調節體溫、輸送營養等重要功能。

我們建議您使用測量結果的趨勢作為決策的基礎。

估計骨量（單位：kg）

估計骨量是體內骨骼所含礦物質含量的估計。骨量對於保持強壯和健康的身體具有重要價值。

●基礎代謝率（單位：kcal）

基礎代謝率是維持生命所消耗的能量量，例如維持心跳和體溫。

基礎代謝率會根據各種因素而變化，但可以說基礎代謝率越高，身體就越難發胖。

●預計年齡

估計年齡是根據各種因素（包括基礎代謝率因年齡而變化），使用獨特的公式來估計您的身體年齡的值。

請將其與您的實際年齡進行比較，作為健康管理的指標。

如何護理

■ 請勿使用沸水、酒精、稀釋劑、苯等。否則可能會導致變色、變形或損壞。

■ 用擰乾的濕布擦去主機上的污垢。如果污垢較重，可用布沾少量中性廚房清潔劑擦拭。切勿直接向主機噴灑水或清潔劑來清潔主機。另外，請勿使用拋光粉或清潔膏，因為它們可能會損壞 主機。

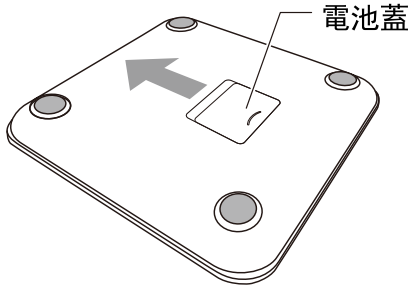
更換電池

當電池電量不足時，開啟電源時顯示幕上會顯示[Lo]，然後電源會自動關閉。更換新電池。 （使用電池：AAA 電池 x 3） *不能使用充電電池。

電池壽命：如果每天測量一次，大約為 1 年

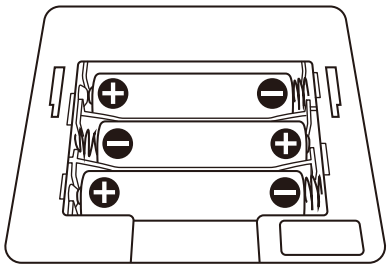
※ 附帶的電池是用於檢查操作的電池，因此電池壽命可能會較短或剩餘電池電量可能不足。

①



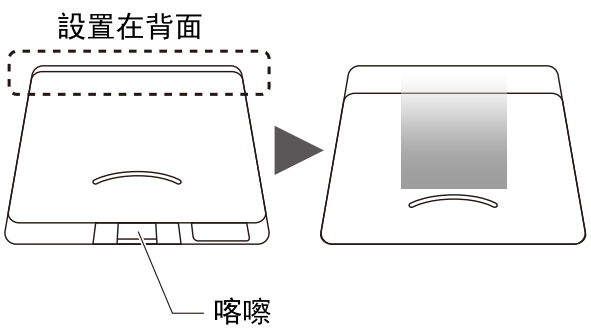
① 依箭頭方向滑動主機背面的電池蓋並將其取下。接下來，取出舊電池。這時，您可以使用尖端較細的東西 （例如平頭螺絲起子）輕鬆將其卸下。

②



② 確保以正確的極性（+−）插入新電池。

③



③ 將電池蓋向後放置，然後朝您的方向 滑動，直到聽到「喀嚓」聲，將其關閉。

※ 如果從前面安裝，電池蓋上的卡位可能會損壞。

如果你覺得有問題

如果您懷疑有故障，請檢查以下內容。

有機會出現的情況	可能的原因	對策	參考頁數
電源打不開	絕緣片尚未拆除。	取下絕緣片。	6
	電池已斷開	請正確插入電池。	14
	電池電量耗盡	請更換新電池。	14
	電池極性不正確	請按照正確的極性插入電池。	14
當我打開電源時，“Lo”出現然後消失。	電池電量耗盡	請更換新電池。	14
顯示的重量明顯不同。	在地毯等柔軟表面上測量	請將其放在平坦的硬地板上並測量。	3
	調零不正確	將其安裝在平坦、堅硬的地板上並進行手動調零	10
測量後出現“C”	這是已自動執行調零的通知。	直立或傾斜存放可能會導致測量值出現誤差。在這種情況下，確認測量值並離開主機後，將顯示「C」並自動進行調整。如果顯示“C”，請關閉電源並重試。	---
測量結果不會記錄在應用程式中	個人資料登記尚未完成	請正確填寫您的個人資料註冊。	7
	應用程式未啟動且未進行測量。	啟動應用程序，點擊註冊的設備，然後進行測量。	8~9
	穿著襪子等時測量。	“請脫掉襪子和長襪，赤腳測量。	3、8
	在測量完成之前，設備從主機上掉下來。	測量結果不會記錄在應用程式中，重量值閃爍 3 次並固定後，請勿離開設備。	9
	腳底與電極沒有緊密接觸	放置雙腳，使腳底與電極正確對齊。	3
	腳跟（角蛋白）和腳底的表面太乾燥。	用濕毛巾擦拭腳底，使其濕潤，然後再次測量。	---
我的體重不穩定，而且停電了。	測量時身體會移動。	量過程中，如果約15秒內狀態不穩定，電源將自動關閉。盡量不要移動。	8

如果你覺得有問題

如果您懷疑有故障，請檢查以下內容。

有機會出現的情況	可能的原因	對策	參考頁數
顯示“E”且無法測量重量	超重顯示	如果重量超過150公斤，則無法進行測量。	---
體脂率等都有明顯差異	身高和年齡等個人資料不正確	請正確重新登記您的個人資料	7
	您尚未選擇正確的用戶進行測量	請選擇要重新測量的使用者	8
	在喝水、洗澡等後立即進行測量	大量喝水或剛洗完澡後，體內的水分含量會發生變化，因此可能無法正確測量身體脂肪率。我們建議每天在相同時間、相同條件下進行測量。	3
測量結果不會傳輸到應用程式	「您尚未安裝應用程式」、「您尚未註冊您的裝置」	安裝應用程式並註冊您的裝置	7~9
	您智慧型手機上的藍牙已關閉	請開啟智慧型手機上的藍牙	
	應用程式未啟動	“啟動應用程序，點擊註冊的裝置”，然後進行測量。	
	本產品與您的智慧型手機之間有固體物體，或距離太遠	確保沒有障礙物並在10m範圍內進行測量。	---

自行修理產品是極度危險的。切勿拆卸、修理或改裝產品。

規格

主體

產品編號/產品名稱	BS-405 ／ 體重與身體組成儀		
尺寸	約寬260×深260×高24mm		
重量	約1300g（含電池）		
測試範圍	體重	計算範圍	5.0～150.0kg
		最小顯示	0.1kg
通訊方式	藍牙		
使用的電池	AAA 電池 x 3		

專用應用程式

應用程式名稱	dretec life			
登記項目	可登記人數		10人	
	性別		男性 / 女性	
	高度		30～300cm（1cm單位）	
	出生日期		1918年1月1日～（滿8歲可以注册）	
顯示項目	體重	計算範圍	5 0～150 0kg	
		最小顯示	0.1kg	
	BMI		0.0～100.0（0.1單位）	
	體脂率		0.0～100.0%（0.1%單位）	建議年齡 18～70 歲 建議身高 100～200cm
	肌肉量		0.0～100.0kg（0.1kg單位）	
	參考重量		0～152kg	
	與標準重量的差異		0.1kg	
	內臟脂肪水平		0～20	
	身體水分率		0.0～100.0%（0.1%單位）	
	估計骨量		0.0～4.5kg（0.1kg單位）	
	基礎代謝率		0～12000kcal	
	預計年齡		0～100 歲	

※請注意，產品規格如有更改，恕不另行通知。
※主機上僅顯示重量。
※如果您在建議年齡和身高之外報名，除體重和BMI外的所有資訊僅供參考。
※18歲以下的人士不會顯示內臟脂肪水平。
※除重量和BMI以外的所有值都是根據電阻值等計算出的估計值。 BMI是計算值。
※「dretec life」應用程式及其相關服務如有變更或終止，恕不另行通知。
※應用程式內的測量記錄保存一年。

關於售後服務

如果您對維修或處理有任何疑問，請先聯絡您購買產品的商店。

1.產品保用

● 本說明書附有產品保用証。請在您購買產品的商店中找到，仔細閱讀內容並妥善保存。

保固期：自購買日起1年

● 即使在保用期內，也可能會收取一定費用，因此請仔細閱讀《保用規定》。
● 非本公司維修技術人員拆卸或維修的產品，不屬於保用範圍。

2. 請求修理時

● 如果檢查「故障排除」部分後問題仍然存在，請停止使用該產品並要求維修。
● 在保用期內，請攜帶保用証到購買產品的商店要求維修。我們將根據保用內容對產品進行維修。請注意，除產品維修外， 我們不承擔任何責任。
● 如果超過保用期，請聯絡您購買產品的商店。如果產品修復後可以使用，我們將根據要求進行有償維修。

3. 如果您對售後服務有任何疑問

● 請聯絡您購買產品的商店或進口商和分銷商。

保用証

我們根據本保用証的內容對本產品進行保證。
如需維修本產品，請攜帶並出示此保用証並諮詢您的購買商店。

產品編號	BS-405
保固期	自購買日起 1年　主體維修
購買日期	
顧客資料	姓名 地址 電話號碼
經銷商	名稱 訂單號碼

<保證條款>

●在保用期內，如果按照使用說明書等的說明正常使用產品時發生故障，請攜帶本說明書到購買商店出示。我們將免費維修和調整。
●下列情況下，即使在保用期內， 也將有償維修。
*因不正確使用、不小心、跌倒、維修不當、拆解、改裝、天災、地震、 異常電壓等外在因素造成的故障或損壞。
*使用過程中發生的外觀變化。
*如果本書中沒有列出商店或購買日期
*如果沒有提供這保用証
*用於一般家庭用途以外的用途（例如商業用途等）時造成的故障或損壞。
●電池不在保固範圍內。
●有償維修的情況下，客戶負責支付維修產品的運費、維修配件費和技術費。
●本保用証根據本文檔中指定的條款和條件進行免費維修。
本保用証向客戶提供保用。
●保用証恕不補發，請妥善保管，以免遺失。
●對於因不遵守安全預防措施而造成的任何損壞，我們不承擔任何責任。

使用您個人資訊的目的

請注意，客戶撰寫的保用証副本可用於保用期內的服務活動以及後續的安全檢查活動。 此外，除非法律要求，未經您事先同意，我們不會將您的資訊用於上述目的以外的用途。