米家体脂秤 S400 Pro使用说明书

安全须知

使用产品前请仔细阅读本说明书，并妥善保管。

⚠ 警告

1. 使用禁忌

- 禁止在以下场所使用本设备，以免干扰其他电子设备或导致其他危险：医疗保健场所、有明文规定禁止使用无线电子设备的场所、加油站、燃油化学制剂存放运输区、任何靠近易燃物品及化学制剂的场所。
- 本设备产生的无线电波可能会影响植入式医疗设备或个人医用设备的正常工作，如正在使用心脏起搏器、植入耳蜗、助听器等植入式医疗设备，请在使用前咨询正规医院外科医生或主治医生，得到许可后在陪同下进行使用，并保证本设备与植入的医疗设备保持安全距离。
- 本品含电池及配件，请远离儿童或宠物，以免对其造成伤害或导致设备故障。

2. 特殊使用人群

下列人群的特殊性可能导致设备无法精准获取体脂等身体成分数据，仅可进行基础体重测量：

- 6岁以下未成年人、80岁以上老年人群。
- 孕妇及产褥期女性。
- 肢体缺失、高位截瘫者。
- 脊椎、关节、骨骼有异常，患有骨质疏松、颈椎病、腰椎间盘突出等骨科疾病患者。
- 感冒、发热患者。
- 人工透析患者。
- 职业运动员。

3. 慎用人群

如符合以下任何一种情况，使用前请咨询正规医院外科医生或主治医生，得到许可后在陪同下进行使用：

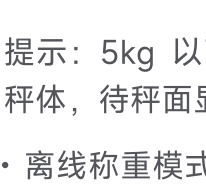
- 因疾病、年龄引起的肢体知觉异常、行动不便者。
- 骨折、体内有钢钉患者。

产品介绍

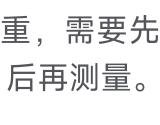
- 为关注健康、减脂塑形人群提供体重、体脂、心率等健康数据测量。
- 提供抱婴称重、小物称重、平衡测试等多种称重模式。
- 支持在秤面的显示屏显示核心身体数据项等级及趋势。
- 本设备非医疗器械，所提供的各项参数信息及测量分析仅供参考，不作为疾病诊断、预防、治疗或监护的依据，不适用于诊所、医院等医疗机构。

提示：说明书中的产品、配件、用户界面等插图均为示意图，仅供参考。由于产品的更新与升级，产品实物与示意图可能略有差异，请以实物为准。

包装清单



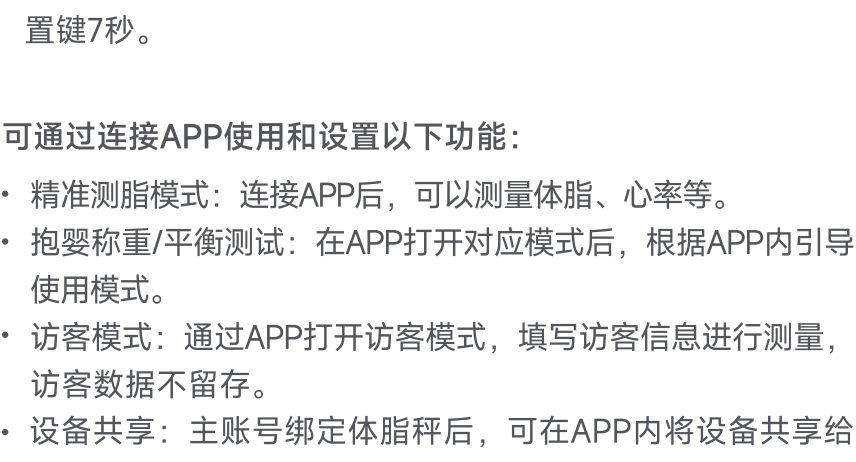
体脂秤



7号（AAA）碱性电池×4（已安装）

说明书

1. 产品示意图



❶ 显示屏　❷ 玻璃秤面　❸ 主机
❹ 7号（AAA）碱性电池×4（已安装）　❺ 电池绝缘隔离片
❻ 重置键　❼ 电池盖　❽ 说明书

2. 显示说明

ᛒ	蓝牙™ 图标：白色常亮，表示连接正常； 白色闪烁，表示未连接。
▭	低电图标：红色常亮，表示电量不足，需更换电池。
%	体脂率图标：显示体脂率时，常亮。
♥	心率测量图标：测量心率时闪烁。
!	超重图标：测量对象超出150kg。

3. 功能说明

- 体重称重模式：无需连接蓝牙，上秤即可完成体重测量。
- 小物称重模式：唤醒体脂秤后，可称量0.1kg及以上物体。

提示：5kg 以下的小物称重，需要先轻踩或按压秤面2秒唤醒秤体，待秤面显示0.00kg 后再测量。

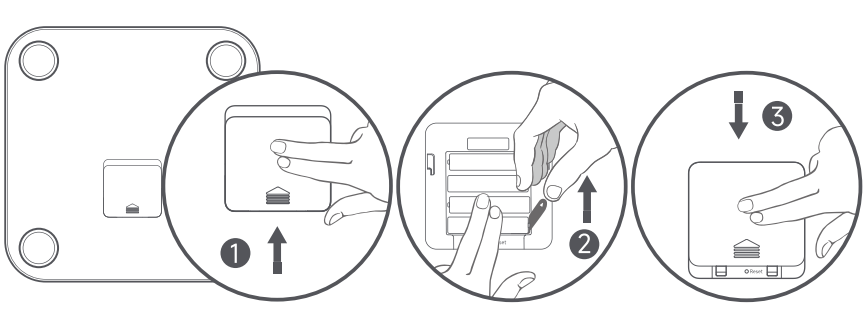
- 离线称重模式：首次将设备绑定至APP后，无需连接手机即可保存称重数据，数据将在下一次连接手机时，自动上传保存至APP。
- 恢复出厂设置：需要重新绑定或恢复出厂设置时，可长按重置键7秒。

可通过连接APP使用和设置以下功能：

- 精准测脂模式：连接APP后，可以测量体脂、心率等。
- 抱婴称重/平衡测试：在APP打开对应模式后，根据APP内引导使用模式。
- 访客模式：通过APP打开访客模式，填写访客信息进行测量，访客数据不留存。
- 设备共享：主账号绑定体脂秤后，可在APP内将设备共享给其他用户使用。被共享用户连接时，主账号需要先退出APP或关闭蓝牙，跟秤断开连接，被共享用户才能连接成功。设备共享功能只支持小米账号。
- 心率检测：默认关闭，关闭后仅支持测体重、体脂等身体相关数据；如需开启，请在APP的设置中打开，打开后单次测量的时长会相应增加，续航时间会相应减少。
- 趋势卡片：管理秤端趋势卡片的内容，可以从体重、体脂率、肌肉率、身体水分、内脏脂肪等级、基础代谢率中选取任意0-6项在秤端展示。默认展示体重、体脂率和肌肉率三项趋势。
- 屏幕亮度：默认体脂秤显示屏50%亮度显示，可根据需求调整亮度。
- OTA（无线固件升级）升级需连接并根据APP提示操作。

使用说明

1. 取出电池绝缘隔离片



❶ 请将体脂秤翻转，按图示指引，打开背部电池盖。
❷ 取出电池绝缘隔离片，确保电池安装到位。
❸ 装回电池盖，体脂秤自动开机。

使用提示：

- 体脂秤安装电池后需将秤体放在坚硬平坦的地面上静置30秒，或轻踩秤面，待秤面显示0.00kg 后再使用。
- 安装电池或挪动秤体后，会导致秤面出现残值（未称重，显示屏有重量显示），需等待5秒，息屏后轻踩秤面唤醒显示0.00kg后再使用。

2. 连接APP

本产品已接入米家和小米运动健康，可通过APP操控。
扫描二维码，下载并安装米家和小米运动健康APP，已安装APP的用户将直接进入设备连接页。或在应用商店搜索“米家”或“小米运动健康”，下载并安装APP。打开APP首页，在页面右上角点击“+”，根据APP提示添加设备。

提示：

请按照不同的APP扫描对应的二维码进行APP连接。

连接米家APP请扫描：

22A2EDDB

连接小米运动健康APP请扫描：

❶ 支持系统：Android™ 8或 iOS 12.0及以上版本。
❷ 由于APP的升级与更新，实际操作可能与以上描述略有差异，请按照当前APP内指引进行操作。请确保APP已更新至最新版本 。
❸ 打开手机，确保手机和体脂秤蓝牙连接成功，用户即可通过APP查看测量数据。若未连接蓝牙，用户测量数据会保存在体脂秤，待蓝牙连接成功后，可在APP上查看。

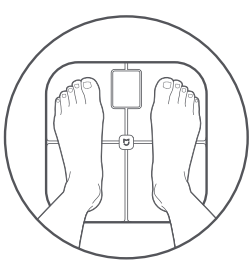
特别说明：

- 体脂秤支持绑定米家APP和小米运动健康APP，连接后可通过APP使用和查看数据。
- 在一端绑定后另一端无需重复绑定，查看设备路径如下：
  米家APP：米家 > 米家体脂秤 S400 Pro
  小米运动健康APP：设备 > 其他设备 > 米家体脂秤 S400 Pro
- 若要重新绑定，请长按Reset键7秒重置设备，并且删除APP内的插件再添加设备。
- 如果米家APP账号内已添加具备蓝牙网关能力的产品或者网关设备（确保升级到最新固件版本），当手机和体脂秤蓝牙未连接时，体脂秤会自动连接蓝牙网关设备。连接成功后，用户可在APP的历史数据中查看测量数据。仅米家APP支持绑定网关，如要使用网关功能，需在米家APP中同时绑定网关和体脂秤。

3. 测量

❶ 将体脂秤放置在坚硬、平坦的地板上，确保秤脚接触地面平整。
❷ 确认体脂秤已连接APP或网关。
❸ 赤脚站在体脂秤上，膝盖及双脚分开，确保双脚脚底充分接触秤面，身体保持自然站立进行测量。
❹ 体脂秤将首先完成体重测量，待体重数字稳定后，将开始测量其他身体成分，最后测量心率。
❺ 测量完成后，可在APP端查看身体详细报告。

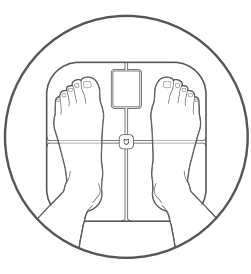
正确测量姿势示意



赤脚上秤测量



膝盖及双脚分开垂直站立

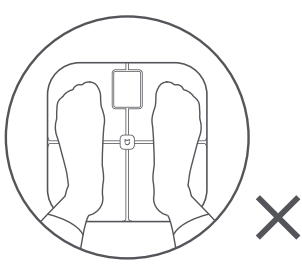


双脚与玻璃秤面
充分接触

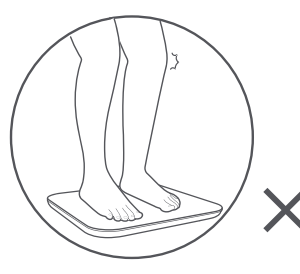


身体保持自然站立

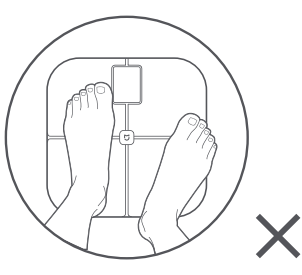
错误测量姿势示意



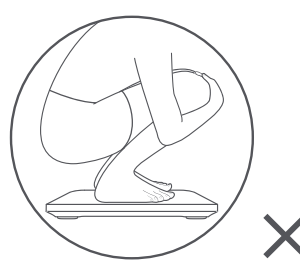
穿袜子测量



膝盖弯曲，双脚未分开



双脚与玻璃秤面
未充分正确接触



蹲下测量

4. 帮助与反馈

更多功能操作及常见问题，请在APP的体脂秤插件右上角，点击“设置 > 帮助与反馈”进行查看。

注意事项

- 为确保数据的准确性，请在脚底处于干爽洁净的状态下完成测量，穿着轻便衣物，赤裸双脚，并保持脚底皮肤与玻璃秤面紧密接触。
- 请勿在测量时随意移动双脚或离开秤面。
- 请在每天的同一时间段、同一条件下进行测量。
- 请尽量避免在剧烈运动、大量饮酒、大量摄取水分或进食、桑拿沐浴后使用，待身体状态恢复后再进行测量，以免影响测量效果。
- 测量心率时，建议在平静状态下进行。
- 使用环境需保持干燥，请勿在浴室、洗手间等潮湿的环境下使用本品。
- 禁止将本品浸泡在水中或其他液体中。
- 请勿在双脚或秤面潮湿的情况下上秤测量，以免滑倒。
- 请勿在40°C以上高温环境、0°C以下低温环境、靠近强磁场的环境下使用本品，远离潮湿、水源、火源及粉尘较大、具有腐蚀性的环境，远离电暖器、微波炉、烤箱、热水器、炉火、蜡烛及其他可能产生高温的地方，以免影响电池性能，导致设备故障。
- 请勿碰撞、挤压、摔落、投掷、刮擦本品，强烈的冲击可能造成秤面部分破碎。产品如若破损，请立即停止使用并及时咨询售后处理，切勿触摸或试图移除破碎的部分。
- 请按照本说明书建议的使用方法操作本设备。
- 产品出现异常噪声、异常气味、异常高温或故障时，请立即停止使用，关闭开关，断开电源。
- 使用者不应自行拆卸家用电器，不应变更内部接线、部件和保护装置。

⚠ 电池安全警示

- 请务必使用安全合规的7号（AAA）碱性电池，用错误型号的电池更换可能使安全防护失效，会有爆炸、火灾等危险。
- 请勿将电池放置于极高温度环境中，如日照、火、微波炉、烤箱等，否则可能会导致爆炸或泄漏可燃液体或气体。
- 请勿拆解、撞击、挤压或切割电池。严禁使用尖锐物、螺丝刀等触碰、撬电池。以上操作可能会导致爆炸。
- 请勿将电池置于极低气压下，否则可能导致电池爆炸或泄漏可燃液体和气体。
- 若电池出现严重膨胀，请勿继续使用。
- 不要吞咽电池，否则可能导致化学灼伤危险。
- 如果你认为电池可能已被吞食或放置在身体的任何部位内，立即寻求医疗救助。
- 如果电池仓未安全闭合，停止使用该产品并使之远离儿童。
- 让儿童远离新的和使用过的电池。
- 请不要将电池扔进生活垃圾进行处理，请遵守国家相应的规定安全处置用完的电池。

维护与保养

1. 日常维护

- 请定期用干净微湿的软布（可配合中性清洁剂）擦拭机身，并用干燥的布、纸巾擦干。
- 清洁时，请确保电池已取出。
- 请勿使用腐蚀性溶液擦拭机身，否则可能导致产品故障或产品开裂、变色。
- 请勿使用微波炉或吹风机等外部加热设备对本产品进行干燥处理。
- 请勿使用已经损坏或漏液的电池，长时间不使用本品（3个月及以上）请取出电池，如需重新启用，请提前检查电池是否完好、无漏液、发热、变形。
- 请勿擅自拆卸或改装设备及配件。

2. 储存

- 请勿将设备及其配件与易燃易爆物放在同一箱子中存放或运输。
- 如在存储过程中出现机器温度过高、变形、膨胀、电池漏液等现象，请立即停止使用并与售后服务中心联系。

基本参数

产品名称：米家体脂秤 S400 Pro	产品型号：MJTZC03YM
产品尺寸：300 × 300 × 25.5mm	产品净重：约1.65kg
执行标准：Q/YM 002-2022	称重范围：0.1 ~ 150kg
外壳材料：钢化玻璃+工程塑料	称重单位：kg
无线连接：低功耗蓝牙 5.1	最小分度：0.05kg
额定电压：6V⎓（7号碱性电池 × 4）	工作温度：0°C~40°C
额定功率：1200mW	生产日期：详见产品包装
支持系统：Android™ 8或iOS 12.0及以上版本	
CMIIT ID: 24J440M71011	

故障排除

故障现象	可能原因	解决方法
无法开机、无法正常称重	电池没电或电量不足	更换电池后再使用；如未解决，请联系售后
称重偏差大	秤脚有异物/边缘有阻碍/未放到坚硬平坦的地面上	检查并清除异物或障碍，换到坚硬平坦的地面上且用手指轻点四个角，确认无空位后重试
	秤面未显示0.00kg就直接上秤	唤醒秤面，待秤面显示0.00kg再测量；如秤面有残值，需等待秤面息屏后，再唤醒，确认0.00kg后重测
测量失败	当前用户信息超出测脂支持范围（体重20~150kg、身高90~220cm、年龄6~80岁）	请确认用户信息是否正确，如不正确请修正后重测；如信息无误，请确认是否超出测脂范围，如超出则不支持测脂
	未绑定体脂秤测量	请正常绑定连接体脂秤，按照APP内指引进行故障排除
	未识别到唯一用户或用户信息填错	
	未赤脚上秤测量	请赤脚上秤重测
	双脚脚底皮肤干燥/过湿/脚底脱皮严重/秤面不洁净	请使用微湿的毛巾清洁脚底和秤面后重测
	测量时双脚移动，离开秤面	请确保脚掌、脚跟最大面积紧贴秤面，保持稳定不要移动
测脂偏差大	天气干燥/脚底皮肤过干、过湿	请使用微湿的毛巾清洁脚底和秤面后重测
	测量时双脚与秤面未充分接触	请按正确姿势测量：赤脚上秤，双脚与秤面充分接触，测量时大腿内侧、双腿或双脚避免触碰
	测量时肢体有接触	
	非正常状态或剧烈运动后测量	请在身体状态平稳后重测

保修说明

米家体脂秤 S400 Pro 产品售后服务严格依据《中华人民共和国消费者权益保护法》、《中华人民共和国产品质量法》实行售后三包服务，服务内容如下：

1. 保修政策

- 自您签收次日起7日内，本产品出现《产品性能故障表》所列性能故障的情况，经由小米售后服务中心检测确定，可免费享受退货或换货服务。
- 自您签收次日起8日-15日内，本产品出现《产品性能故障表》所列性能故障的情况，经由小米售后服务中心检测确定，可免费享受换货或者维修服务。
- 自您签收次日起12个月内，本产品出现《产品性能故障表》所列性能故障的情况，经由小米售后服务中心检测确定，可免费享受维修服务。

2. 产品性能故障表

名称	性能故障
米家体脂秤 S400 Pro	• 说明书所列功能失效。 • 无法开机，不能正常称重。 • 无法连接米家APP。 • 因结构或材料因素造成的外壳裂损。

3. 非保修条例

- 未经授权的维修、误用、碰撞、疏忽、滥用、进液、事故、改动、不正确的使用非本产品配件，或撕毁、涂改标贴、防伪标记。
- 已超过三包有效期。
- 因不可抗力造成的损坏。
- 不符合《产品性能故障表》所列性能故障的情况。
- 因人为原因导致本产品及其配件产生《产品性能故障表》所列性能故障。

4. 提示

- 因运输过程中需使用包装箱保证产品运输安全，建议您自签收之日起至少保留包装箱30天。
- 本产品仅限中国地区（不含港澳台地区）销售，故本产品仅在中国地区（不含港澳台地区）提供售后服务，本保修条例仅适用于中国地区（不含港澳台地区）。

Bluetooth®文字商标和徽标为蓝牙技术联盟的注册商标，小米通讯技术有限公司对此类商标的任何使用均已获得许可。其他商标和商品名称为其各自所有者所有。

产品铭牌信息见产品底部。
本产品仅用于人体的重量、体脂等参数的测量，不得用于市场贸易。

电器电子产品中有害物质的名称及含有信息表

有害物质	部件名称			
	外壳	电路板组件	内部金属部分	内部非金属部分
铅（Pb）	○	×	○	○
汞（Hg）	○	○	○	○
镉（Cd）	○	○	○	○
六价铬（Cr（VI））	○	○	○	○
多溴联苯（PBBs）	○	○	○	○
多溴二苯醚（PBDEs）	○	○	○	○
邻苯二甲酸二（2-乙基）己酯（DEHP）	○	○	○	○
邻苯二甲酸丁苄酯（BBP）	○	○	○	○
邻苯二甲酸二正丁酯（DBP）	○	○	○	○
邻苯二甲酸二异丁酯（DIBP）	○	○	○	○

注1：○：表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均不超出电器电子产品有害物质限制使用国家标准要求。
×：表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出电器电子产品有害物质限制使用国家标准要求。
注2：以上未列出的部件，表明其有害物质含量均不超出电器电子产品有害物质限制使用国家标准要求。



本标识内的数字表示产品在正常使用状态下，环保使用期限为10年。

若有售后服务需求，请拨打小米服务电话：950816
或访问小米售后服务网址： www.mi.com/service
委托方：小米通讯技术有限公司
委托方地址：北京市海淀区西二旗中路33号院6号楼9层019号
制造商：珠海云麦科技有限公司
制造商地址：广东省珠海市香洲区梅界路888号21层
说明书版本号：V1.5




扫码可观看视频
获取更便捷服务

57280