

Содержание:

- Внешний вид
- Инструкция по применению
- Установка приложения
- Регистрация пользователя
- Подключение устройства
- Измерения электрокардиограммы
- Основные характеристики
- Об артериальном давлении
- Внимание

Внешний вид

Фитнес браслет с измерением давления, пульса и ЭКГ



Инструкция по применению

Благодарим вас за приобретение GSMIN G20, предназначенного для контроля состояния здоровья. Внимательно ознакомьтесь с данным руководством, прежде чем приступить к использованию устройства. Использование браслета без ознакомления с руководством может привести к поломке устройства.

1: После приобретения устройства, включите устройство чтобы проверить работоспособность батареи, а затем зарядите её. Чтобы получить доступ к отсеку батареи, необходимо снять ремешок, сделать это можно двумя способами:



Первый способ снятия ремешка

Как показано выше, левой рукой возьмите корпус браслета в точке, указанной под цифрой один, правой возьмитесь за ремешок и поверните его на 45 градусов в сторону.

Второй способ снятия ремешка

Как указано выше, левой рукой возьмите корпус браслета, правой возьмитесь за ремешок и оттяните его в сторону от корпуса.

После того, как ремешок будет снят, вставьте в USB порт (компьютера, сетевого устройства, внешнего аккумулятора) штекер браслета. Диапазон рекомендуемого напряжения и силы тока для зарядки: 5V 1A-5V 2A . Индикатор браслета будет мигать в процессе зарядки (и продолжит мигать после полного зарядки), а на экране будет отображаться степень заряженности батареи.



Установка приложения

Когда устройство будет полностью заряжено, вам понадобится скачать приложение «Wearheart», найти его можно как в App Store, так и в Google play. Также приложение можно установить с помощью сканирования указанных ниже QR кодов.



IOS



Android



Google play

Внимание: системные требования приложения таковы – Android версии 4.4 или выше/iOS версии 8.2 или выше, а также Bluetooth версии 4.0 или выше.

Регистрация пользователя

При первом запуске приложения пользователю необходимо будет зарегистрироваться. После завершения регистрации укажите ваш логин и пароль (они будут едиными для всех устройств).

Подключение устройства

После завершения установки включите модуль Bluetooth в смартфоне, запустите приложение «Wearheart», выберите «Настройки» в нижней панели статуса, а затем выберите «Подключите устройство», чтобы найти необходимый браслет и подключить его. Сразу после успешного подключения на экране браслета отобразится значок Bluetooth.

Настройки персональной информации

После подключения браслета вы можете редактировать личные данные в настройках пользователя (если ввели данные о себе неправильно при первом запуске приложения).

Инструкция по эксплуатации

1. Эта область наиболее точно считывает прикосновения пользователя

Указанная справа область предназначена для управления браслетом через прикосновения. Основные команды: нажать и удерживать 3 секунды – включить устройство; нажать и удерживать 3 секунды в режиме отключения – отключить устройство; нажать и отпустить – переключение режима; нажать и удерживать менее 3 секунд – определить или вернуться.



2. Правильное положение пальца для замера ЭКГ

Как указано слева, при измерении ЭКГ палец должен лежать сразу на двух электродных пластинах (правой и левой). Альтернативный способ измерения – поставить указательный палец на одну пластину, а на другую поставить средний. В процессе измерения будьте расслаблены, не двигайтесь, не говорите.

Средняя длительность измерения – от 30 секунд до минуты. Если график ЭКГ прерывист или не имеет форму волны – увлажните подушечки прилагаемых к пластинам пальцев и повторите измерение,

удерживая пальцы плотно (но без давления) прижатыми к пластинам. ЭКГ измерение может проводиться двумя способами – онлайн (через приложение) и оффлайн (через браслет).



Измерения электрокардиограммы

1. Для измерения через браслет (оффлайн), переключитесь в режим измерения ЭКГ как указано ниже:

Вне зависимости от способа измерения вы должны сохранять неподвижность. При оффлайн измерении переключитесь режим измерения ЭКГ, одновременно поставьте палец/пальцы на обе электродные пластины, дождитесь завершения измерения (30-60 секунд), после чего вы сможете осмотреть результаты через приложение на смартфоне, выбрав статистику замеров. В приложении можно просматривать различные виды измерения и их параметров, такие как показатель HRV при измерении ЭКГ. Все результаты можно пересылать другим людям, в том числе врачам.



2. Для измерения через приложение (онлайн) следуйте инструкциям ниже:

Запустите приложение «Wearheart», выберите пункт «здоровье» в нижнем меню приложения, далее нажмите «измерение». Если браслет используется в первый раз, потребуется откалибровать его перед любыми измерениями. Для этого выберите пункт «калибровка», если вы знаете свое давление, выберите пункт «точная калибровка», укажите верхнее/нижнее давление и выйдите из меню. (Это делается один раз и больше не понадобится. Далее следите за расхождением с тонометром в течение 1-2 дней. Для максимальной точности после калибровки делайте замеры до нагрузки и после, как на тонометре так и на браслете, чтобы видеть как ведет себя браслет при изменении пульса по сравнению с тонометром. Если замер некорректен,

сделайте калибровку как описано выше еще раз). Также выберите свое давление в пункте «калибровка измерений артериального давления» и выберите один из вариантов, таких как «низкое», «среднее», «близкое к высокому», «высокое» и выйдите после выбора. После этого запустите измерение и поставьте указательный палец на электродные пластины. Измерение длится 30-60 секунд, отчет будет предоставлен по его завершению. (Учитывайте, что полученная информация предназначена исключительно для ознакомления и не может использоваться в медицинских целях. Совершение движений во время измерения, разговоры и прочие действия отрицательно влияют на точность измерений.)

Режим часов

Слева отображены варианты экрана в режиме часов, в котором отображаются данные по времени, заряду батареи и статусу Bluetooth. Время будет автоматически откалибровано при первом подключении к смартфону. Для смены режима нажмите и удерживайте сенсорную кнопку в течение трех секунд.



Режим шагомера

Слева отображен экран в режиме шагомера, в котором отображаются данные по кол-ву пройденных шагов; счетчик обнуляется каждый день в 24:00. Информация сохраняется на смартфон, если тот синхронизирован с браслетом.

Режим калорий

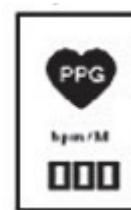
Слева отображен экран в режиме калорий, в котором отображаются данные по кол-ву потраченных калорий; счетчик обнуляется каждый день в 24:00. Информация сохраняется на смартфон, если тот синхронизирован с браслетом.

Режим дистанции

Слева отображен экран в режиме дистанции, в котором отображаются данные по пройденному расстоянию; счетчик обнуляется каждый день в 24:00. Информация сохраняется на смартфон, если тот синхронизирован с браслетом.

Режим измерения пульса

Слева отображен экран в режиме измерения пульса. Когда включится зеленый свет на нижней части устройства, вы можете запустить измерение. Имейте в виду, что измерение пульса будет проводиться методом фотоплетизмограммы.



Режим измерения артериального давления

Слева отображен экран в режиме измерения артериального давления. Когда включится зеленый свет на нижней части устройства, вы можете запустить измерение. Имейте в виду, что измерение пульса будет проводиться методом фотоплетизмограммы.

Режим измерения окружающей температуры

Слева отображен экран в режиме измерения температуры окружающей среды. Так как устройство контактирует с кожей, погрешность измерения будет колебаться в пределах 0.5 - 1.5 градусов.

Режим поиска смартфона

Слева отображен экран в режиме поиска смартфона. Если не можете найти смартфон, нажмите и удерживайте сенсорную клавишу в течении трех секунд - это отправит на смартфон команду подать звуковой сигнал. (Функция может работать только

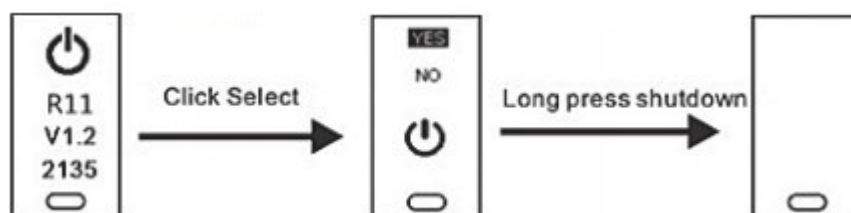
при активном Bluetooth подключении к смартфону)

Режим отключения и справка

Слева отображен экран в режиме отключения, в котором отображается название модели браслета, версия прошивки и последние четыре цифры из номера Bluetooth.



- <- Модель браслета
- <- Версия прошивки
- <- Последние четыре цифры из номера Bluetooth



Чтобы отключить браслет, в режиме отключения нажмите и удерживайте сенсорную кнопку в течении трех секунд. Когда появится запрос на отключение, подтвердите отключение браслета, но не выход из режима.

Другие функции

Наша компания продолжает активно заниматься обновлением и дополнением функций браслета, чтобы тот оставался высокотехнологичным и качественным продуктом. Если вы обнаружите какие-либо изменения в интерфейсе устройства, то это нормально. Для того чтобы подробнее узнать о полученном обновлении обратитесь на официальный сайт нашей компании или свяжитесь с нашими продавцами. В случае возникновения каких либо проблем вы можете найти способы их решения в пункте приложения «часто возникающие проблемы и их решение».

Основные характеристики

Тип устройства:
Вес: 24гр
Полная длина: 24см
Степень водостойчивости: IP67
Основной материал: TPU+316+PC
Тип батареи: полимерная батарея высокой плотности
Емкость батареи: 100mAh
Метод синхронизации: Bluetooth 4.0
Системные требования: Android/iOS
Управляющий чип: nRF52832
Сенсор: BST-MBA253
ЭКГ чип: американский мед. чип TI.
Чип изм. пульса: HRS3300DS
Дисплей: OLED0.73(128*88)
Рабочая температура: 10-50 градусов
Комплектация: браслет, руководство, сертификаты.

Об артериальном давлении

Верхнее число — систолическое артериальное давление, показывает давление в артериях в момент, когда сердце сжимается и выталкивает кровь в артерии. Нижнее число — диастолическое артериальное давление, показывает давление в артериях в момент расслабления сердечной мышцы. Типичное значение артериального кровяного давления здорового человека (систолическое/диастолическое) — 120 и 80 мм рт. ст. Показатели давления разнятся от человека к человеку и зависят от пола, возраста, состояния здоровья и многих других факторов. В большинстве случаев у мужчин давление выше, чем у женщин, а у пожилых людей выше чем у молодых. Регулярные занятия физической культуры положительно влияют на артериальное давление.

Внимание

Пожалуйста, следуйте врачебным рекомендациям. Это устройство чувствительно к плотности затягивания ремешка, движениям, влажности воздуха. Если вы страдаете нарушением кровообращения или иными заболеваниями, связанными с кровью, следуйте предписаниям лечащего врача. Результаты измерений, полученные с помощью этого устройства, предназначены исключительно для ознакомления и не могут быть использованы во врачебных целях!