

Health Watch Pro №80

Automatic Measuring Device
by ©Healthband (2021)



Экспресс-гид по управлению

Основные замеры и функции

1) Пульс (ЧСС)

- *Автомониторинг пульса*
- *Сигнализатор тахикардии*

2) Кровяное давление (КД/АД)

- *Установка уровня АД (нормал/гипертон/гипотон)*
- *Автомониторинг динамики давления*

3) Уровень кислорода в крови (O₂)

- *Автомониторинг сатурации крови кислородом*

4) Снятие ЭКГ:

- *Проверка ЭКГ на патологии в сервисе онлайн-расшифровки*

5) Измерение индекса HRV (вариаб. серд. ритма)

- *При снятии ЭКГ с приложения*

6) Измерение температуры тела с запястной части

- *Автоматическая проверка температуры*
- *Сигнализатор повышения температуры*

7) Измерение температуры тела в подмышечной впадине

8) Счетчик калорий, шагов и пройденного расстояния

Управление браслетом

Структура меню браслета круговая. Переключение меню производится сенсорным перелистыванием (свайпом) слева направо или наоборот.

Для Включения устройства и для осуществления «Входа» в какой-либо пункт меню, например, в Спорт, пролистайте до нужного пункта и осуществите длительное нажатие (удержание) на экран.



Типы меню:

- 1) Свайп справа налево - основное меню
- 2) Сверху вниз - настройки
- 3) Снизу вверх - компактное меню
- 4) Длительное нажатие на главный экран – смене заставки

Зарядка часов

В комплекте у часов есть магнитный USB-кабель для зарядки.



Используйте для зарядки USB-порт компьютера, портативное зарядное устройство или сетевой блок, чьи параметры **НЕ превышают 5V, 2A.**

Рекомендуемые параметры сетевого блока – 5V, 1A

Измерения в интерфейсе браслета



Чтобы произвести измерение пульса, давления или кислорода, пролистайте до нужного пункта и остановитесь на 30 секунд. По окончании замеров данные появятся на экране. Дополнительно, в основном меню Вы всегда будете видеть историю с результатами автоматических и ручных измерений за последние 6 часов.

Точность измерений

Измерение показателей пульса (ЧСС) и кровяного давления (КД) производится с помощью фотоплетизмографии. Данный принцип определяет **точный** показатель частоты пульса и **ориентировочный** уровень кровяного давления. Уровень КД напрямую коррелируется с ЧСС, в результате чего принцип измерения КД браслетом следующий: при повышении ЧСС браслет измеряет динамику повышения КД и при понижении ЧСС - динамику понижения КД. Браслет будет эффективно показывать изменения уровня КД **при условии изменения ЧСС**, а именно: во время прогулок, поездок, физических нагрузках, стрессовых нагрузках и в других ситуациях, при которых происходит изменение ЧСС. Если Ваш средний рабочий уровень давления отличается от стандартного (120/80 (+-10)), то ориентируйтесь на среднюю индивидуальную погрешность, полученную при сравнении замеров АД с помощью *тонометра и браслета при одинаковой ЧСС* или установите личный уровень АД через приложение в разделе «Личная информация».

Снятие ЭКГ

Для получения детальной расшифровки запустите снятие ЭКГ через приложение с раздела ЭКГ-измерение. Приложите палец противоположной руки к кардиодатчику и дождитесь окончания снятия.



Если кардиограмма не начинается запись, значит отсутствует замыкание контактов.

Увлажните ту часть запястья, к которой прилегают данные датчики. А также можете увлажнить пальцы. Для увлажнения можете использовать воду, но после нанесения воды обязательно протрите данную поверхность, т.к. кожа должна быть именно влажной, а не сырой. Или используйте специальный гель для электрокардиограммы.

Работа с приложением

Скачайте приложение SmartHealth в магазине приложений или с помощью данных QR-кодов.

Для Android



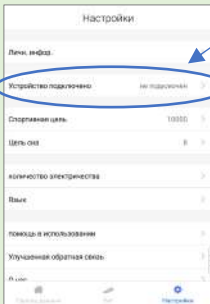
Для iOS



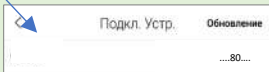
Время, дата, а также некоторые перевод некоторых пунктов меню на русский язык произойдет автоматически после подключения браслета к приложению

Подключение к смартфону

Перед началом сопряжения часов, включите на смартфоне GPS и Bluetooth.

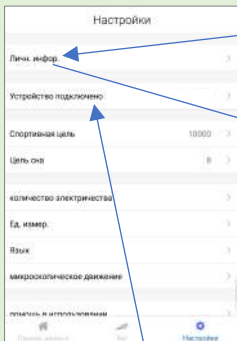


Для привязки часов к приложению перейдите в раздел настроек в блок «Устройство подключено» и выберите в появившемся списке имя «...80...» (вместо многоточий будут цифры серийного номера)



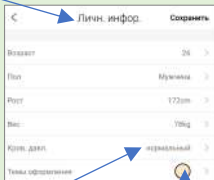
Далее Вы попадаете в раздел «Панель данных», где Вы можете запустить снятие ЭКГ и анализировать историю: динамики пульса, давления, температуры, кислорода и сна.

Основные «Настройки»



Настройка основного функционала часов
(см. далее)

В разделе «Личная информация». параметр «Возраст» означает не только возраст человека, но и «возраст» сосудов, который может сильно влиять на уровень отклонения давления при нагрузке. При проведении калибровки браслета вы можете увеличить возраст в случае занижения данных браслетом и уменьшить возраст при завышении.



Установите свою норму АД:

- Отклонение (100)
- Нормальное (120)
- Небольшое отклонение (140)
- Средняя степень смещения (160)
- Гипертоническая гипертония (180)

Выберите оттенок кожи

Сервис по расшифровке ЭКГ



По окончании снятия ЭКГ через приложение, Вы попадете в раздел онлайн расшифровки ЭКГ, где Вы сможете узнать о наличии возможных аномалий. Сервис на английском языке. Если Вы не владеете английским языком, скопируйте весь текст в буфер обмена и вставьте в Гугл-переводчик, в результате чего Вы сможете изучить заключения на русском.

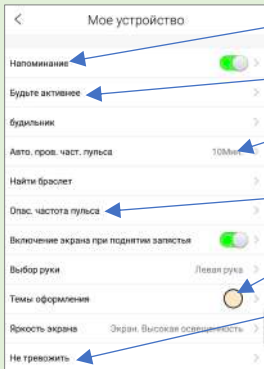
Переводчик для Android



Переводчик для iOS



Настройка основного функционала часов



Выберите, какие напоминания и события с телефона будут отображаться на часах

Сидячий контроллер

Установите частоту автоматического замера ЧСС, АД, SpO2 и °C

Установка аномального порога пульса для сигнализации

Выберите оттенок кожи

Время, когда на часах НЕ будут работать уведомления



Healthband©