

Health Band №1S

ECG Band 2019

YOUR HEALTH SECRETARY

BLOOD PRESSURE
BLOOD OXYGEN
HEART RATE
ECG



Экспресс-гид по управлению

Максимально эффективное применение.

Особенностью браслета здоровья Health Band №1S является возможность *непрерывного измерения* ключевых показателей здоровья и физической активности в режиме 24/7.

I. Автозамер каждый час (00:00 – 23:00):

- 1) Пульс (ЧСС)
- 2) Кровяное давление (КД/АД)
- 3) Содержание кислорода в крови (O₂)
- 4) Индекс усталости

Для активации автозамера в настройках необходимо включить пункт «Измерение каждый час».

II. Непрерывный онлайн-мониторинг:

- 1) Совершённые шаги
- 2) Пройденное расстояние
- 3) Сожженные калории

III. Запись ЭКГ

Запускайте запись ЭКГ раз в сутки для мониторинга состояния синусового ритма сердца и выявления признаков наличия аритмии.

Зарядка браслета

У браслета встроенный штекер для USB порта. Для того, чтобы освободить штекер, вытащите ремешок, у которого на внутренней стороне есть надпись USB. После чего вставьте браслет в USB-порт.

Не бойтесь сломать ремешок, отсоединяйте его смелее.



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

Рекомендуемые параметры сетевого блока – 5V, 1A

Управление браслетом

Структура меню браслета круговая.

Перелистывание пунктов меню осуществляется нажатием на кардио-панель, которая полностью является сенсорной панелью.

Перелистывание будет работать только в случае, если браслет надет на руку или иным способом есть соприкосновение с кардио-датчиком на оборотной части браслета!



Влагозащита



Браслет имеет степень влагозащиты IP67, которая позволяет не снимая браслет мыть руки. Однако категорически запрещено в браслете **принимать душ и плавать..**

Измерения в интерфейсе браслета

В интерфейсе браслета есть 2 типа пунктов меню.

№1 – информативные. К ним относятся: шагомер, счетчик калорий, пройденное расстояние, главный экран с датой.

№2 – измерительные. К ним относятся: измерение пульса, измерение давления и кислорода, запись ЭКГ.

Чтобы произвести измерение пульса, давления или кислорода пролистайте до нужного пункта и **Длительно удерживайте кнопку до вибрации.**

Далее в течение 30-ти секунд на экране появятся значения с итогами измерений



Точность измерений

Измерение показателей пульса (ЧСС) и кровяного давления (КД) производится с помощью фотоплеизмографии. 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 «рабочий» уровень давления не равен +/- 120/80, сделайте сравнение данных давления с данными тонометра при одинаковом уровне пульса. При наличии расхождения в данных, например на 20мм/рс, в дальнейшем можете ориентироваться именно на этот параметр расхождения.

Работа с приложением

Скачайте приложение WearFit 2.0 в магазине приложений или с помощью данных QR-кодов.

Для Android



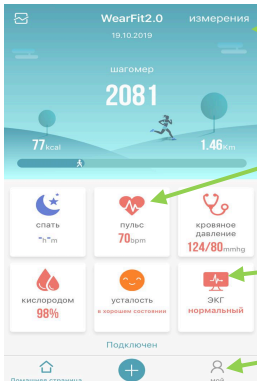
Для iOS



Главный экран

Перед началом работы включите на смартфоне GPS и Bluetooth.

В главном меню нажмите: **Мой > Управление соединением** > и в выпадающем списке выберите имя **Q1S**. *(В зависимости от опер. системы телефона, перевод названий блоков может отличаться).*



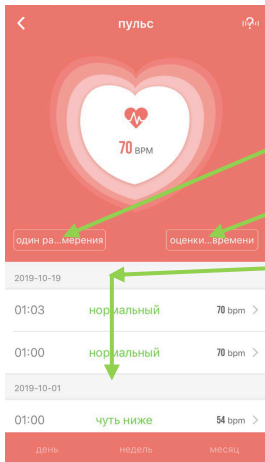
Переход в раздел комплексных замеров (№3)

Для просмотра интересующей статистики выберите нужный блок, например, **пульс**, и Вы попадете в раздел с анализом пульса и возможностью активировать измерение (№1)

Для запуска записи ЭКГ перейдите в данный блок и нажмите «Начать измерение». Далее следуйте указаниям браслета.

Блок с основными настройками (№2)

Главный экран > пульс (№1)

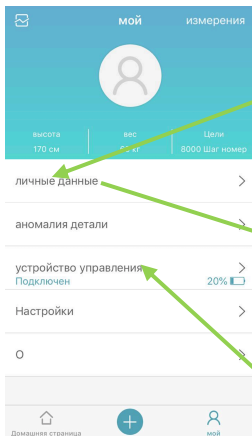


В данном разделе можно запустить однократное измерение пульса или в режиме реального времени.

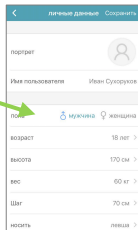
Ниже будет указана вся история измерений, в том числе тех, которые проводились в автоматическом режиме.

Аналогичный интерфейс представлен в блоках измерения Давления и Уровня кислорода.

Главный экран > Основные настройки (№2)

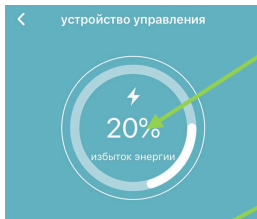


В данном разделе заполните личную информацию. Правильность заполнения данных напрямую влияет на точность измерений.



Блок с ГЛАВНЫМИ настройками браслета

Главный экран > Основные настройки (№2) – ГЛАВНЫЕ настройки браслета



Индикатор заряда батареи.

В этом разделе установите, о каких событиях, происходящих на телефоне, должен напоминать браслет. А также в данном блоке можете установить будильники.

Управление связи

умный напоминание

поднять руку яркий экран

браслет снять браслет просмотра информации

единой точки измерения

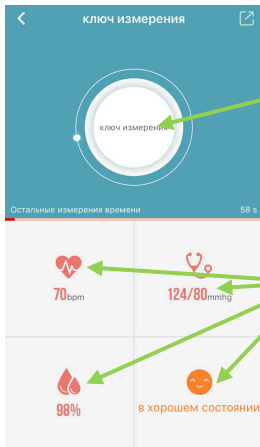
каждый час вы показателей измерения

обновление прошивки

Активируйте для включения экрана при взмахе рукой.

Активируйте режим постоянного мониторинга пульса, давления, кислорода и индекса усталости.

Главный экран > Комплексное измерение (№3)



Нажмите на данную кнопку, чтобы браслет снял текущие показатели пульса, давления, кислорода и индекса усталости в комплексе.

Полученные данные отобразятся в данной таблице и попадут в раздел с общей аналитикой.

Health Band



Heart rate
monitoring



Blood pressure
monitoring



Calories



Sleep
monitoring



Running
mode