

Health Band №12

Pulse | Blood Pressure |
Arrhythmia Control



Экспресс-гид по управлению

Спасибо за доверие к продукции Healthband! Данный экспресс-гид расскажет Вам о ключевых шагах по работе с данным устройством. Мы старались сделать описание максимально кратким и содержательным, чтобы Вы как можно скорее смогли приступить к эксплуатации. Приятного пользования!

Управление браслетом

Структура меню в браслете круговая.

Перелистывание пунктов меню осуществляется нажатием на сенсорную кнопку.

Кнопка достаточно чувствительная, для клика достаточно легкого касания пальцем. Давить на кнопку НЕ нужно.



Измерения в интерфейсе браслета

В интерфейсе браслета есть 2 типа пунктов меню.

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

№ 2 – измерительные. К ним относятся: измерение пульса и измерение давления.



Чтобы произвести измерение пульса или давления, пролистайте до нужного пункта и остановитесь на 30 секунд. По окончании замеров данные появятся на экране.

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 РАЗНИЦУ в данных, полученную при сравнении замеров АД с помощью *тонометра и браслета при одинаковой ЧСС*. Также, Вы можете установить свой «Персональный уровень АД» в разделе «Настройки устройства». Однако точность оценки будет выше без использования калибратора - лучше выявите погрешность и добавляйте ее.

Зарядка браслета

В комплекте у браслета 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

Работа с приложением

Скачайте приложение «H Band» в магазине приложений или с помощью данных QR-кодов.

Для Android

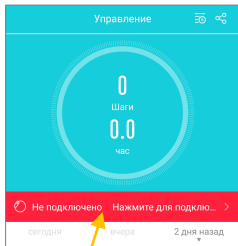


Для iOS

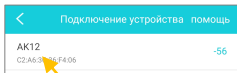


Перед входом в приложение включите на смартфоне GPS и bluetooth. Возможно подключение смартфонов с bluetooth 4.0 и выше (с 2014 года).

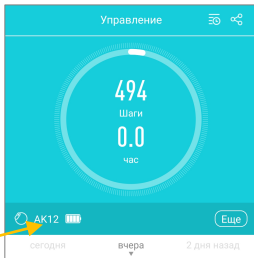
Подключение к смартфону



Шаг 1. Нажмите на поле подключения

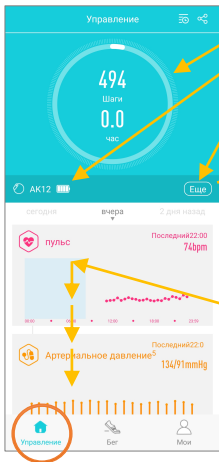


Шаг 2. В выпадающем списке выберите имя «Automatic Key12» или в сокращённом варианте «AK12»



Шаг 3. Должна появиться иконка с привязкой и именем «AK12»

Раздел «Управление»



№1. Показатели активности

№2. Индикатор заряда батареи

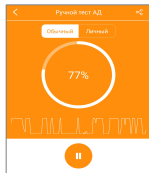
№3. Открытие экспресс-панели

№3.2. Быстрый переход к
«Настройкам устройства»



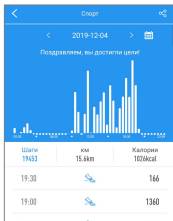
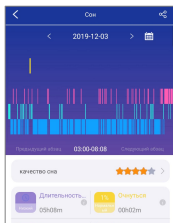
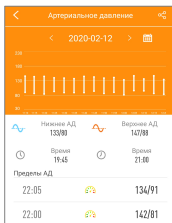
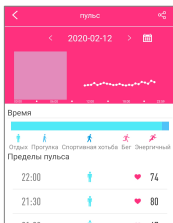
№3.1. Дистанционный
замер ЧСС и АД

№4. В данной ленте находится журнал с историей данных пульса (ЧСС), давления (АД), активности, времени и качества сна (продолжение на след. странице)



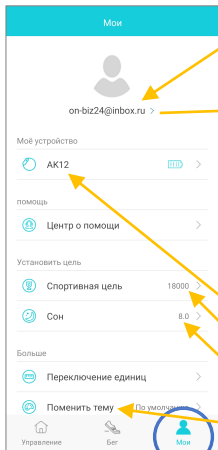
Аналогичный блок у измерения пульса

Раздел «Управление». Журнал с истории замеров



В данном разделе вы сможете подробно анализировать динамику изменения всех ключевых параметров за сутки: пульс (данные о среднем пульсе за каждые 30 минут в течение суток), давление (данные о динамике АД с интервалом в 5 минут), качество и продолжительность сна, а также Вашу физическую активность, зная количество пройденных шагов, сожженных калорий и пройденное расстояние.

Работа в приложении. Раздел «Мой»



№1. Заполнение личных данных

Имя	on-biz24@inbox.ru	>
Пол	мужчина	>
День рождения	1993-10-23	>
Вес	81.5kg	>
Рост	173cm	>
ИМТ	27.2	>
Цвет кожи		>
СОХРАНИТЬ		

№1.1. Проверка индекса массы своего тела

№2. Переход в Настройки устройства

№3. Установка цели шагов

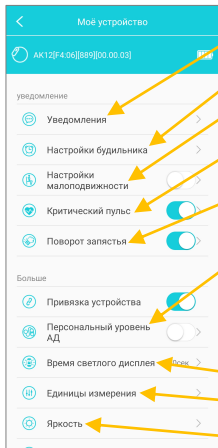
№4. Цель продолжительности сна

№5. Смена заставки гл. экрана

Раздел «Мой». Настройки устройства



AK12



№ 1. Типы уведомлений на телефоне, который браслет будет отображать.

№ 2. Тематический будильник

№ 3. Напоминание о движении, если долго сидеть на месте.

№ 4. Включение сигнализации при тахикардии и установка верхнего порога пульса.

№ 5. Экран при движении рукой будет включаться, однако это больше расходует заряд браслета.

№ 6. Калибровка оценки давления под свой «рабочий» уровень. Выставьте свой эталонный уровень давления и переведите курсор в положение включено. Данные будут отображаться в Вашем диапазоне, но будут зажаты в рамках ± 10 мм от заданного уровня. Динамику отклонения давления от нормы рекомендуется контролировать с выключенным калибратором.

№ 7. Продолжительность свечения экрана

№ 8. Включение Автоматически замеров пульса и давления в режиме 24/7.

№ 9. Регулировка яркости экрана.

Тематический будильник



Настройки будильника



Добавить будильник

15	40
16	41
17	42
18	43
19	44

Дата напоминания 2019-09-12

Пн Вт Ср Чт Пт Сб **Вс**

Название будильника

Устанавливайте неограниченное количество тематических напоминаний. В нужный момент браслет будет вибрировать и высвечивать на экране тематическое изображения для понимания задачи.

№ 1. Выберите нужное время

№ 2. Выберите конкретную дату или нужные дни для циклических повторений

№ 3. При необходимости введите название

№ 4. Установите тематическую иконку для данного напоминания

Далее уведомления напоминания будут работать исходя из заданных Вами параметров.



Healthband©

