

SMARTWATCH WATCHMARK WM18 Plus

Instrukcja obsługi



watchmark.com

DROGI KLIENCIE, DZIĘKUJEMY ZA ZAKUP NASZEGO PRODUKTU!

Przed rozpoczęciem użytkowania należy uważnie przeczytać całą instrukcję obsługi. Zaleca się używać tylko oryginalnej baterii, ładowarki i akcesoriów, które znajdują się w otrzymanym zestawie z urządzeniem.

Producent ani dystrybutor nie bierze odpowiedzialności za użytkowanie akcesoriów innych firm.

(Funkcje jakie są przedstawione w niniejszej instrukcji mogą się trochę różnić między modelami, gdyż instrukcja jest ogólnym opisem smartwatchy, niektóre modele mogą odbiegać od standardu).

Przed pierwszym korzystaniem z urządzenia należy je ładować nie krócej niż 2 godziny.

Zanim zaczniesz używać urządzenie należy ściągnąć i zainstalować aplikację oraz zaakceptować wszystkie autoryzacje, w przeciwnym razie nie wszystkie funkcje będą dostępne.

Firma zastrzega sobie prawo do zmiany treści niniejszej instrukcji.

- Tętno, czyli puls: jest to liczba uderzeń serca w ciągu 1 minuty. Aby zmierzyć tętno w menu smartwatcha, wybierz odpowiednią ikonę (HR) i odczekaj kilka sekund. Wynik zostanie wyświetlony na ekranie śledzenia. Przyjmuje się, że norma wynosi od 60 do 100 uderzeń na minutę.

Pomiar EKG: Aby dokonać pomiaru, należy wejść w opcję EKG dostępną w smartwatchu i wykonać pomiar. W czasie pomiaru należy trzymać metalową blaszkę z boku zegarka. Elektrody zegarka muszą przylegać do skóry. Wynik dostępny w aplikacji. Pomiar trwa około 60 sekund.

- Ciśnienie krwi: Ciśnienie krwi to siła, z jaką krew wywiera nacisk na ściany tętnic podczas skurczu mięśnia sercowego i następującego po nim rozkurczu. Przyjęta norma dla ciśnienia skurczowego wynosi 120 mm Hg, a dla ciśnienia rozkurczowego 80 mm Hg. Należy jednak pamiętać, że ciśnienie ulega ciągłym zmianom w ciągu dnia, a także zmienia się wraz z wiekiem. Aby zmierzyć ciśnienie w menu smartwatcha, wybierz odpowiednią ikonę (BP) i odczekaj kilka sekund. Wynik zostanie wyświetlony na ekranie monitorowania.

- Saturacja: zwykle przyjmuje się, że poziom saturacji powinien wynosić od 95 do 100%. Aby zmierzyć saturację krwi w menu smartwatcha, wybierz odpowiednią ikonę (SpO2) i odczekaj kilka sekund. Wynik zostanie wyświetlony na ekranie zegarka

OBJAŚNIENIE PRZYCISKÓW

Przycisk fizyczny:

- Długie naciśnięcie powoduje włączenie/wyłączenie urządzenia.
- Krótkie naciśnięcie powoduje włączenie/wyłączenie ekranu głównego.
- Naciśnij krótko wybraną funkcję, aby powrócić do ekranu głównego.



Przycisk fizyczny

Panel dotykowy:

- Na ekranie głównym przesunij palcem w górę, aby przejść do głównego menu zegarka.
- Po wybraniu funkcji stuknij ją, aby rozpocząć pracę.
- Z poziomu menu głównego przesunij palcem w prawo lub w lewo, aby wyświetlić historię pomiarów.
- W menu głównym przesunij palcem w dół, aby otworzyć ustawienia.

INNE FUNKCJE

1. Język / Czas / Data : Synchronizuje datę, godzinę i język z telefonu, po pomyślnym połączeniu smartwatcha z aplikacją.

2.Pasek stanu: Rozwijany z ekranu głównego (przesun w dół). Wyświetlony zostanie status połączenia Bluetooth, informacje o zużyciu energii oraz regulacja jasności, a także ustawienia.

3. Informacje o aktywności: Dane ukazane na ekranie głównym - ilość zrobionych kroków, przebyty dystans, średnie tętno oraz ilość spalonych kalorii w ciągu dnia - w zależności od wybranej tarczy. Dane będą zostaną zapisane w aplikacji. Licznik zostanie zresetowany o godz. 24:00.

4.Funkcje sportowe: Wybierz interfejs trybu sportowego. Do wyboru jest wiele trybów sportowych takich jak: bieganie, jazda na rowerze, fitness, badminton, pingpong, skakanie, koszykówka. Aby wybrać konkretny tryb sportowy należy kliknąć w ikonę wybranego trybu. Podczas uprawiania sportu zegarek mierzy takie parametry jak: czas, ilość spalonych kalorii oraz tętno. Aby wyjść z wybranego trybu należy nacisnąć przycisk boczny lub przesunąć ekran w prawo i zaakceptować zgodę na wyjście.



5. Monitoring snu: Kiedy zasypiasz zegarek automatycznie przełącza się na wykrywanie snu. Smartwatch podczas snu notuje takie dane jak: długość snu oraz jakość snu, a także ilość przebudzeń w ciągu nocy. Dane są przesyłane do aplikacji. Mierzenie snu jest możliwe w godzinach od 22 do 8.

6. Stoper: Aby włączyć stoper należy wejść w funkcję stopera na zegarku, aby wyłączyć należy przesunąć ekran w prawo.

7. Kamera: Funkcja ta umożliwia robienie zdalnej fotografii, gdy zegarek jest połączony z telefonem.

8. Wiadomości: Kliknij wiadomość, która pojawi się na zegarku, aby wyświetlić jej treść, przewijaj w górę lub w dół. Przesun w prawo aby wyjść.

9. Powiadomienia: Po uruchomieniu aplikacji i połączeniu zegarka naciśnij "Ustawienia" (w prawym dolnym rogu), a następnie wybrać: "Status Urządzenia" Następnie wejdź w "Powiadomienia" i wybierz jakie powiadomienia chcesz odbierać. Można zaznaczyć wszystko.

10.Przypomnienie/alarm: aby ustawić te parametry, wejdź do aplikacji "Ustawienia", a następnie wybierz "Stan urządzenia".

11.Konfiguracja jednostek: jednostki są ustawiane z poziomu aplikacji.

APLIKACJA

Należy pobrać aplikację "SmartHealth", w tym celu należy użyć dedykowanego sklepu lub kodu QR.



Po zainstalowaniu aplikacji włącz w telefonie Bluetooth oraz aplikację.Potwierdź powiadomienia i inne uprawnienia, o które pytają. Uzupełnij dane osobowe - należy wejść w "Ustawienia" w prawym dolnym rogu, a następnie wybrać ikonkę z adresem e-mail. Aby podłączyć zegarek należy w dolnym rogu kliknąć: "Ustawienia", a następnie "Status urządzenia". Telefon wyszuka urządzenia bluetooth i należy wybrać odpowiedni model (M18 Plus).

WYMAGANIA SPRZĘTOWE

iOS 9.0 i nowsze

Android 4.4 i nowszy

Obsługiwany bluetooth 4.0



1.Ochrona:

- czyść zegarek miękką szmatką, aby utrzymać zegarek i opaskę w czystości.(używaj czystej wody lub wody morskiej)
- upewnij się, że soczewka tętna na zegarku jest blisko skóry
- temperatura skóry na nadgarstku jest zbyt niska z powodu pogody, co wpłynie na kontrolę bicia serca.
- 2.Uwagi dotyczące wodoodporności (nawet jeżeli jest to zegarek wodoodporny):
należy zwrócić uwagę na następujące metody, ponieważ osłabiają one wodoszczelność.
-Proszę nie nosić zegarka w kabinie prysznicowej
-Proszę nie nosić zegarka w ocieplonym basenie, saunie lub w innym środowisku o wysokiej temperaturze/wilgotności.
-Nie należy nosić zegarka w przypadku mycia rąk lub twarzy, wykonywania prac przy których używamy mydła lub detergentu.
-Po zanurzeniu w morzu należy umyć całą sól lub brud z zegarka.

GWARANCJA

Serwis gwarancyjny:

1. Przy normalnym użytkowaniu produktów, jeżeli produkt nie posiada uszkodzeń mechanicznych i spowodowanych niewłaściwym użytkowaniem, 24 miesięcy od daty zakupu konsumenci mogą skorzystać z bezpłatnej usługi gwarancyjnej.
2. Konsumenci nie mogą skorzystać z gwarancji jeśli:
A. dokonali szkód samodzielnie,
B. minął okres gwarancji,
C. korzystali niezgodnie z instrukcjami użytkowania i konserwacji produktu,
D. nastąpił demontaż, naprawa produktów na własną rękę lub zanurzenie w wodzie.

TARCZE ZEGARA



Aby wybrać tarczę należy przytrzymać ekran główny przez około 10 sekund, wówczas wyświetli się pięć tarcz do wyboru.

POMIARY

Pomiary są wykonywane za pomocą czujników umieszczonych wewnątrz obudowy. Pomiary są wykonywane poprzez skanowanie skóry zielonym światłem optycznym. Czujniki wykrywają zmiany zachodzące w naczyniach krwionośnych i na podstawie tych zmian mierzą parametry zdrowotne. Ponadto czujniki te są oparte na żyroskopie, który wykrywa ruchy nadgarstka i zmiany położenia zegarka. Aby pomiary były dokładne, smartwatch musi dopasować się do skóry. W tym modelu zastosowano czujnik AFE T14404 firmy Texas Instruments oraz 2* diody LED OSRAM 2703 + OSRAM. Możliwość kalibracji ciśnieniomierza wbudowanego w smartwatchu poprzez aplikację - w celu zapewnienia dokładniejszych pomiarów ciśnieniomierza w smartwatchu istnieje możliwość skalibrowania go z ciśnieniomierzem medycznym.



www.watchmark.com
ul. Paprotna 7
Wrocław
POLAND

Po zainstalowaniu dedykowanej aplikacji, należy przejść na stronę główną, a następnie wyszukać funkcję "CIŚNIENIE". Po wejściu w funkcję należy nacisnąć przycisk "KALIBRACJA" i wpisać wynik pomiaru z klasycznego ciśnieniomierza.

FUNKCJE ZDROWOTNE

- Pomiary ciśnienia krwi i natlenienia, temperatury i tętna są wyświetlane na wykresach w zegarku. W aplikacji zapisywana jest również historia tych pomiarów. Historia pomiarów EKG i częstości oddechów jest przechowywana tylko w aplikacji. W aplikacji można również ustawić alarm temperatury i automatyczne wykrywanie tętna.

- Temperatura ciała: test temperatury należy przeprowadzić po 10 minutach noszenia smartwatcha. Aby zmierzyć temperaturę w menu smartwatcha, wybierz odpowiednią ikonę: TEMP. Wynik zostanie wyświetlony na zegarku po kilku sekundach. Norma dla prawidłowej temperatury ciała dorosłego człowieka wynosi 36,6°C. Gdy temperatura wzrośnie do 38 stopni, mówimy o gorączce.

- Częstość oddechów: liczba oddechów na minutę. Prawidłowe spokojne oddychanie u osoby dorosłej odbywa się z częstością 12-20 oddechów na 1 minutę. Aby zmierzyć częstość oddechów w menu smartwatcha, wybierz odpowiednią ikonę (Rr) i odczekaj kilka sekund. Wynik zostanie wyświetlony na ekranie zegarka