



www.watchmark.com
ul. Paprotna 7
Wrocław
POLAND

- EKG: Ein Elektrokardiogramm ist eine Untersuchung der elektrischen Aktivität des Herzens. Um eine Messung durchzuführen, geben Sie die auf der Smartwatch verfügbare EKG-Option ein und führen die Messung durch. Halten Sie während der Messung die Metallplatte an der Seite der Uhr. Die Messung dauert etwa 60 Sekunden.
 Um den Verlauf der Ergebnisse anzuzeigen, gehen Sie in der App auf "EKG-Test" und wählen Sie dann das Symbol mit den 3 Punkten oben rechts.
 - Blutdruck: Der Blutdruck ist die Kraft, mit der das Blut während der Kontraktion des Herzmuskels und der anschließenden Diastole gegen die Wände der Arterien drückt. Die anerkannte Norm für den systolischen Druck liegt bei 120 mm Hg, für den diastolischen Druck bei 80 mm Hg. Es ist jedoch zu bedenken, dass sich der Druck im Laufe des Tages ständig ändert und auch mit dem Alter variiert. Um den Druck im Menü der Smartwatch zu messen, wählen Sie das entsprechende Symbol (Blutdruck) und warten Sie ein paar Sekunden. Das Ergebnis wird auf dem Überwachungsbildschirm angezeigt.
 - Sauerstoffgehalt des Blutes, d. h. Sättigung: Als Norm wird angenommen, dass der Sättigungsgrad zwischen 95 und 100 % liegen sollte. Um den Sauerstoffgehalt des Blutes zu messen, wählen Sie im Menü der Smartwatch das entsprechende Symbol (SpO2) und warten Sie einige Sekunden. Das Ergebnis wird auf dem Bildschirm der Uhr angezeigt

ANDERE EIGENSCHAFTEN

- Sprache/Zeit/Datum: Synchronisiert das Datum, die Uhrzeit und die Sprache von Ihrem Telefon, nachdem Sie Ihre Smartwatch erfolgreich mit der App verbunden haben.
 - Statusleiste: vom Startbildschirm aus erweiterbar (nach unten wischen). Einstellungen wie Helligkeitseinstellungen, Zurücksetzen, Nicht stören, Nachrichtenverlauf und Geräteinformationen werden angezeigt.
 - Aktivitätsinformationen: Daten, die auf dem Startbildschirm angezeigt werden - Anzahl der Schritte, zurückgelegte Strecke, durchschnittliche Herzfrequenz und Kalorienverbrauch während des Tages - je nach gewähltem Zifferblatt. Die Daten werden in der App gespeichert. Der Zähler wird um 24:00 Uhr zurückgesetzt.
 - Sportfunktion: Wählen Sie die Schnittstelle für den Sportmodus. Es gibt 7 Sportmodi zur Auswahl, wie z.B.: Laufen, Radfahren, Fitness, Badminton, Tischtennis, Springen, Basketball. Um einen bestimmten Sportmodus auszuwählen, klicken Sie auf das entsprechende Symbol. Beim Sport misst die Uhr Parameter wie Zeit, Kalorienverbrauch und Herzfrequenz. Um den ausgewählten Modus zu verlassen, drücken Sie die Seitentaste oder bewegen Sie den Bildschirm nach rechts, um die Erlaubnis zum Verlassen zu bestätigen.
 - Konfiguration der Einheiten: Die Einheiten werden auf der Anwendungsebene festgelegt.



Schlafüberwachung: Wenn Sie einschlafen, schaltet die Uhr automatisch auf Schlaferkennung um. Während Sie schlafen, zeichnet die Smartwatch Daten auf, wie z. B. die Dauer und Qualität Ihres Schlafs sowie die Anzahl der nächtlichen Aufwachvorgänge. Die Daten werden an die App gesendet.
 -Stoppuhr: Um die Stoppuhr einzuschalten, müssen Sie die Stoppuhrfunktion auf der Uhr aufrufen und sie einschalten.
 -Kamera: Mit dieser Funktion können Sie aus der Ferne Fotos aufnehmen, wenn die Uhr mit Ihrem Handy verbunden ist.
 -Benachrichtigungen: Nachdem Sie die App gestartet und die Uhr verbunden haben, drücken Sie auf "Einstellungen" (unten rechts) und wählen Sie "Gerätestatus". Sie können alles auswählen.
 Die Funktion "Eingehende Benachrichtigungen" ist verfügbar, Sie müssen diese Option in der App auswählen, um sie zu starten. Wenn Sie diese Funktion auswählen, werden eingehende Anrufe auf Ihrem Telefon auf Ihrer Uhr angezeigt.
 Die Funktion "SMS-Benachrichtigungen" ist ebenfalls verfügbar. Sie müssen diese Option in der App auswählen, um sie zu starten. Wenn diese Option ausgewählt ist, sehen Sie die an Ihr Telefon gesendeten SMS-Nachrichten auf Ihrer Uhr.
 -Erinnerung/Alarm: Um diese Parameter einzustellen, öffnen Sie die App "Einstellungen" und wählen Sie dann "Gerätestatus".

WICHTIGE INFORMATIONEN

1.Schutz:
 -Reinigen Sie die Uhr mit einem weichen Tuch, um sie sauber zu halten (verwenden Sie sauberes Wasser oder Meerwasser)
 2. Wasserdichte Notizen (auch wenn es eine wasserdichte Uhr ist): Die folgenden Methoden sollten beachtet werden, da sie die Wasserdichtigkeit beeinträchtigen.
 -Tragen Sie die Uhr nicht unter der Dusche.
 -Tragen Sie die Uhr nicht in einem isolierten Schwimmbad, einer Sauna oder einer anderen Umgebung mit hoher Temperatur/Luftfeuchtigkeit.
 -Tragen Sie die Uhr nicht, wenn Sie sich die Hände oder das Gesicht waschen oder wenn Sie Arbeiten verrichten, bei denen Seife oder Reinigungsmittel verwendet werden.

BÜRGSCHAFT

1. Bei normalem Gebrauch, wenn das Produkt keine mechanischen Schäden aufweist und durch unsachgemäßen Gebrauch verursacht wird, 24 Monate ab dem Kaufdatum können die Verbraucher den kostenlosen Garantieservice in Anspruch nehmen.
 2. Verbraucher können die Garantie nicht in Anspruch nehmen, wenn:
 A. Sie haben den Schaden selbst verursacht,
 B. die Garantiezeit abgelaufen ist,
 C. die Verwendung entgegen den Gebrauchs- und Wartungsanweisungen des Produkts,
 D. die Produkte zerlegt, eigenständig repariert oder in Wasser getaucht wurden.

SMARTWATCH WATCHMARK WM18 Plus

Bedienungsanleitung



watchmark.com

SEHR GEEHRTER KUNDE, VIELEN DANK FÜR DEN KAUF UNSERES PRODUKTES!

Lesen Sie die gesamte Gebrauchsanweisung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen. Es wird empfohlen, nur den Originalakku, das Ladegerät und das Zubehör zu verwenden, das im Lieferumfang des Geräts enthalten ist.

Der Hersteller und der Vertreiber sind nicht verantwortlich für die Verwendung von Zubehörteilen von Dritten.

(Die in diesem Handbuch aufgeführten Funktionen können je nach Modell leicht variieren, da es sich bei dem Handbuch um eine allgemeine Beschreibung der Smartwatch handelt und einige Modelle vom Standard abweichen können).

Das Gerät sollte vor dem ersten Gebrauch mindestens 2 Stunden lang aufgeladen werden.
 Bevor Sie das Gerät benutzen, müssen Sie die App herunterladen, installieren und alle Berechtigungen akzeptieren, da sonst nicht alle Funktionen zur Verfügung stehen.

Das Unternehmen behält sich das Recht vor, den Inhalt dieses Handbuchs zu ändern.

ERKLÄRUNG DER SCHALTFLÄCHEN

Physische Taste:

- Lang drücken, um das Gerät ein-/auszuschalten.
- Kurzes Drücken schaltet den Hauptbildschirm ein/aus.
- Drücken Sie kurz auf die ausgewählte Funktion, um zum Hauptbildschirm zurückzukehren.

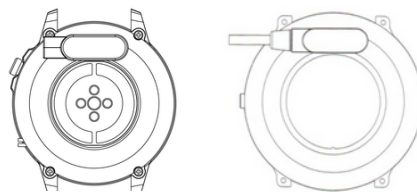


← Physische Taste

Touchpad:

- Wischen Sie auf dem Hauptbildschirm nach oben, um das Hauptmenü der Uhr aufzurufen.
- Wenn Sie eine Funktion ausgewählt haben, tippen Sie sie an, um mit der Arbeit zu beginnen.
- Wischen Sie im Hauptmenü nach rechts oder links, um den Messverlauf anzuzeigen.
- Wischen Sie im Hauptmenü nach unten, um auf die Einstellungen zuzugreifen

LADLEANLEITUNG



Dieses Produkt arbeitet mit magnetischer Aufladung. Schließen Sie das Ladegerät an den USB-Eingang und das andere Ende an die rückseitigen Ladekontakte des Geräts an. Sobald die Verbindung hergestellt ist, beginnt der Ladevorgang automatisch und das Ladesymbol erscheint auf dem Bildschirm. Eine vollständige Aufladung dauert in der Regel 2 Stunden. Verwenden Sie das Gerät nicht, während es aufgeladen wird. Hinweis: Schließen Sie das magnetische Ladekabel nicht gleichzeitig an 2 Kontakte mit leitendem Material an, da dies einen Kurzschluss verursachen kann.

BEDIENUNGSANLEITUNG

Sie sollten die "SmartHealth"-App herunterladen. Dazu müssen Sie einen speziellen Store oder einen QR-Code verwenden.



Nach der Installation der App aktivieren Sie Bluetooth und die installierte App auf Ihrem Telefon. Bestätigen Sie alle erforderlichen Zustimmungen und sonstigen Genehmigungen. Geben Sie Ihre persönlichen Daten ein - gehen Sie auf "Einstellungen" in der rechten unteren Ecke und wählen Sie dann das Symbol mit Ihrer E-Mail-Adresse. Um Ihre Uhr zu verbinden, klicken Sie in der unteren Ecke: "Einstellungen" und dann "Gerätestatus". Ihr Telefon sucht nach dem Bluetooth-Gerät und wählt das entsprechende Modell (M18 Plus).

HARDWAREANFORDERUNGEN

iOS 9.0 und höher
 Android 4.4 und höher
 Unterstützt bluetooth 4.0



MAIN INTERFACE

Um das Aussehen des Hauptbildschirms zu ändern, halten Sie die Taste 2 Sekunden lang gedrückt und wählen Sie dann das Zifferblatt. Nachdem Sie Ihre Auswahl getroffen haben, sollten Sie sie mit einem kurzen Klick auswählen. Es stehen 5 Zifferblätter zur Auswahl:



MESSUNGEN

Die Messungen erfolgen über Sensoren, die sich im Inneren des Gehäuses befinden. Die Messung erfolgt durch Abtasten der Haut mit einem grünen optischen Licht. Die Sensoren erkennen Veränderungen in unseren Blutgefäßen und messen anhand dieser Veränderungen Gesundheitsparameter. Darüber hinaus basieren diese Sensoren auf einem Gyroskop, das Bewegungen des Handgelenks und Veränderungen der Position der Uhr erkennt. Damit die Messungen genau sind, muss die Smartwatch entsprechend auf der Haut sitzen. Dieses Modell verwendet einen Sensor von Texas Instruments AFE Ti4404, sowie 2+ OSRAM 2703 + OSRAM LEDs. Möglichkeit, das in der Smartwatch integrierte Blutdruckmessgerät über die App zu kalibrieren - um genauere Blutdruckmessungen zu gewährleisten, kann die Smartwatch mit einem medizinischen Blutdruckmessgerät kalibriert werden. Gehen Sie nach der Installation der speziellen App auf die Startseite und suchen Sie dann nach der Funktion "DRUCK". Nach Eingabe der Funktion drücken Sie die Taste "KALIBRIERUNG" und geben das Messergebnis eines klassischen Blutdruckmessgerätes ein.

GESUNDHEITSFUNKTIONEN

- Die Messungen des Blutdrucks und der Sauerstoffversorgung, der Temperatur und der Herzfrequenz werden in Diagrammen auf der Uhr angezeigt. Der Verlauf dieser Messungen wird ebenfalls in der App gespeichert. Der Verlauf der EKG- und Atemfrequenzmessungen wird nur in der App gespeichert. Sie können in der App auch einen Temperaturalarm und eine automatische Herzfrequenzerkennung einstellen.
 -Körpertemperatur: Der Temperaturtest sollte nach 10 Minuten des Tragens der Smartwatch durchgeführt werden. Um die Temperatur im Menü der Smartwatch zu messen, wählen Sie das entsprechende Symbol: TEMP. Das Ergebnis wird nach einigen Sekunden auf der Uhr angezeigt. Für die richtige Körpertemperatur eines Erwachsenen angenommen wird Die Norm liegt bei 36,6 Grad Celsius. Wenn die Temperatur auf 38 Grad ansteigt, spricht man von Fieber.
 - Atemfrequenz: Anzahl der Atemzüge pro Minute. Die richtige ruhige Atmung bei einem Erwachsenen liegt bei 12-20 Atemzügen pro 1 Minute. Um die Atemfrequenz im Menü der Smartwatch zu messen, wählen Sie das entsprechende Symbol (Rr) und warten Sie ein paar Sekunden. Das Ergebnis wird auf dem Bildschirm der Uhr angezeigt
 -Die Herzfrequenz ist der Puls: Sie ist die Anzahl der Herzschläge pro 1 Minute. Um die Herzfrequenz im Menü der Smartwatch zu messen, wählen Sie das entsprechende Symbol (HR) und warten Sie ein paar Sekunden. Das Ergebnis wird auf dem Tracking-Bildschirm angezeigt. Die akzeptierte Norm ist ein Grenzwert von 60 bis 100 Schlägen pro Minute.