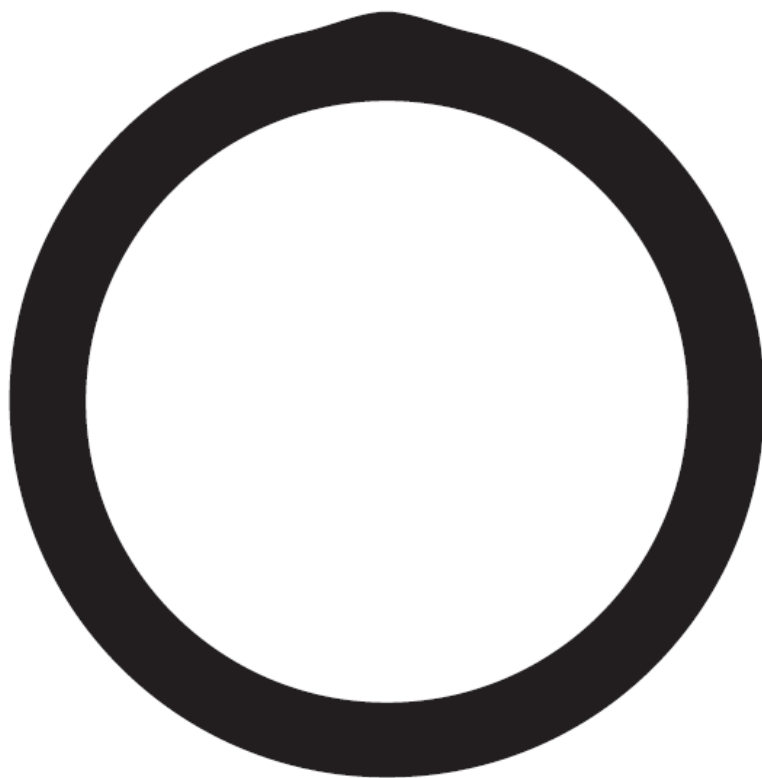


Smart Health Ring

INSTRUKCJA



WPROWADZENIE

Smart Ring to inteligentny pierścień życia, który może monitorować wiele parametrów zdrowotnych organizmu 24h/dobę.



Uwagi: Inteligentny pierścień nie jest wyrobem medycznym.

Zestaw zawiera

- (1) Smart Ring
- (2) Etui do ładowania bezprzewodowego
- (3) Kabel ładujący typu C
- (4) Instrukcja obsługi PL lub EN



1



2



3



4

Krok po kroku

1. Pobierz aplikację

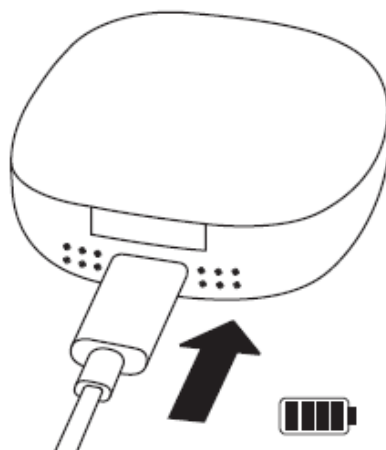
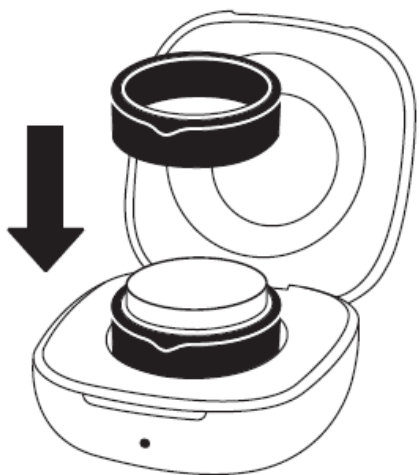
- Zeskanuj poniższy kod QR lub wyszukaj JCRing w Google Play lub iOS App Store, aby pobrać naszą aplikację JCRing.
- Upewnij się, że Bluetooth w Twoim urządzeniu mobilnym jest włączony.
- Wybierz urządzenie zidentyfikowane w aplikacji i połącz się ze swoim inteligentnym pierścieniem.

JCRing



Uwagi: Upewnij się, że plik Wersja Androida to 5.0 lub nowsza, Wersja iOS to 10.0 lub nowsza. The pierścień obsługuje Bluetooth 5.0 połączenie.

2. Naładuj przed użyciem



- Proszę całkowicie naładować urządzenie, przed pierwszym uruchomieniem.
- Jeśli po przywróceniu ustawień fabrycznych w aplikacji, należy ponownie naładować pierścione, aby go włączyć.

Umieść urządzenie w etui do ładowania bezprzewodowego, podłącz przewód typu C kabel dołączony do zestawu, a następnie podłącz go do urządzenia zewnętrznego USB (komputer, tv, power bank lub ładowarki sieciowej max do 1A)!

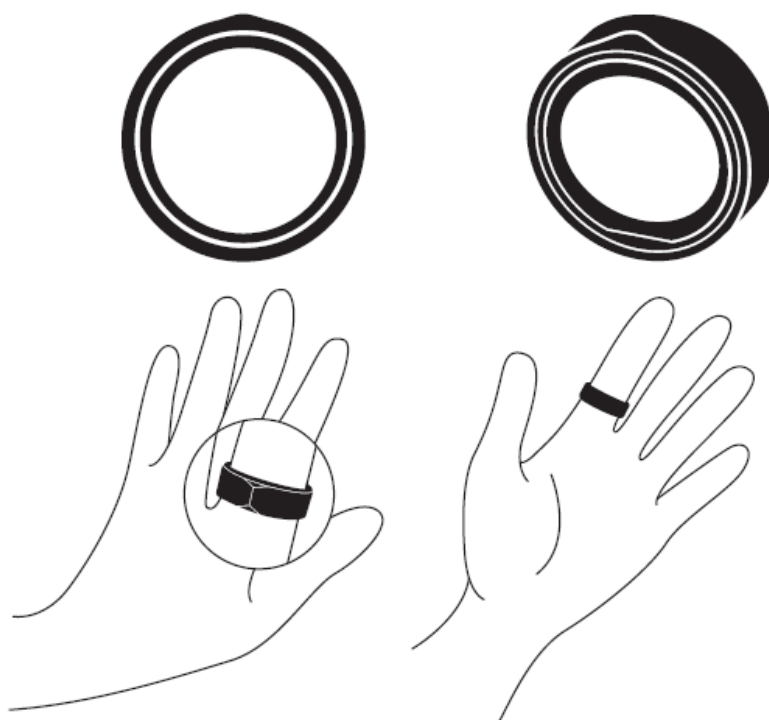
Podczas ładowania pierścień jest zielony kontrolka miga i zmienia się na zawsze włączony, gdy jest w pełni naładowany. Ładowanie zajmuje około 2 godzin do pełnego naładowania, czas używania około 5-7 dni normalnego użytkowania. Żywotność baterii zmienia się w zależności od aktywowanych funkcjach i częstotliwość używania pierścienia.

Uwagi:

Etui ładujące nie jest wodoodporne i jest przeznaczone wyłącznie do użytku w pomieszczeniach zamkniętych. Nie używaj ani nie przechowuj go w wilgotnym miejscu takim jak łazienka. Pierścionek nie może być w kontakcie z materiałami przewodzącymi, np. płyny, kurz, proszki metali i grafity do ołówków.

Jak prawidłowo nosić pierścionek?

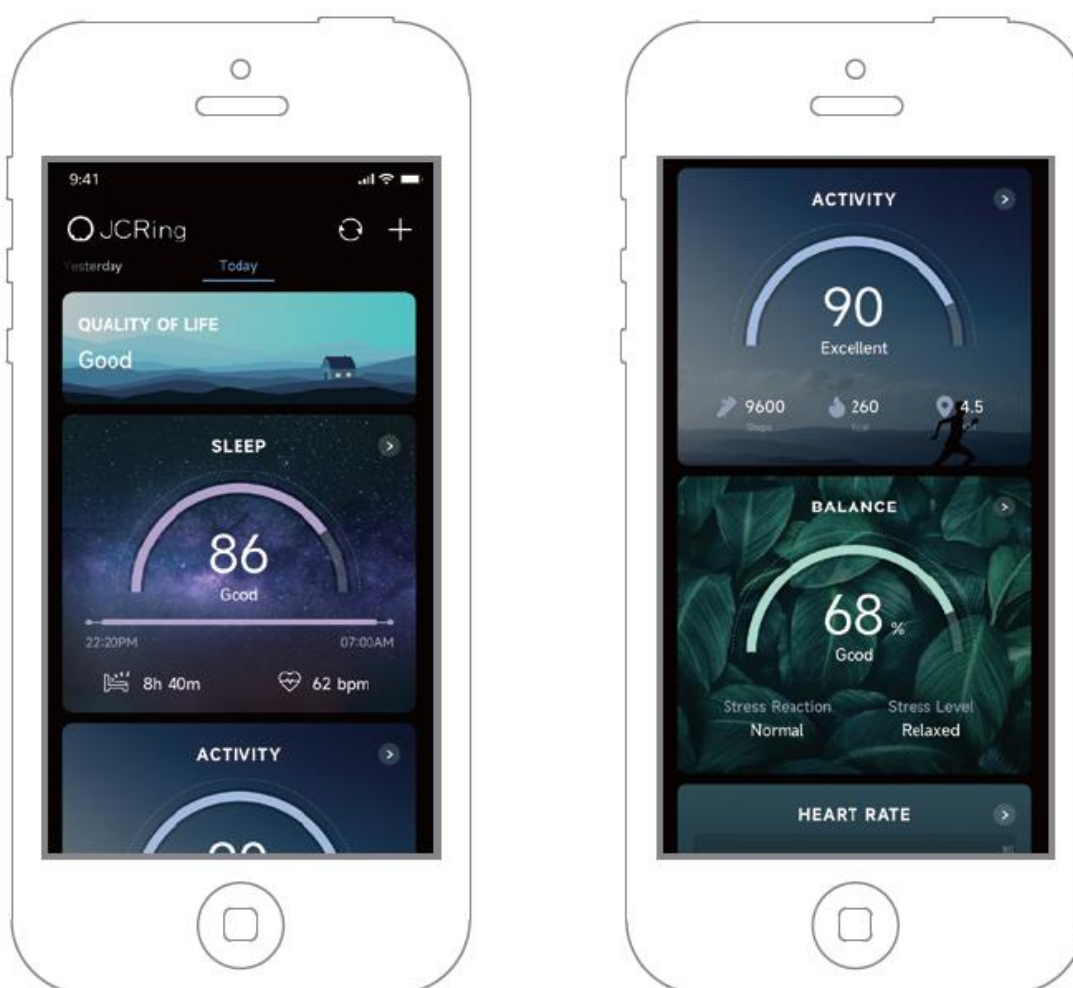
Zaleca się, aby uzyskać najlepszą wydajność i dokładność nosić Pierścień na niedominującym palcu wskazującym ręki. Jeśli wolisz inny, środkowy i serdeczny palec też możesz na nim pracować. Unikaj palców, których podstawa jest węższa niż kostka. Czujnik wewnątrz pierścionka powinien być po wewnętrznej stronie palca. Pierścionek powinien pasować bezpiecznie i wygodnie wokół nasady palca.



3. Obsługa aplikacji

Po aktywacji urządzenia należy je sparować z aplikacją JCRing do użytku urządzenia pomiarowego.

Pierścień daje wgląd w Twoją codzienną sytuację zdrowotną: Jakość Życie, sen, aktywność, równowaga (stres), tętno, SpO2. Wybierz wyświetlanie danych w ciągu 30 dni.



Przeglądaj szczegółowe codzienne dane dotyczące zdrowia i raporty: kroki, dystans, kalorie, sen, tętno, SpO2, HRV, stres, temperatury ciała, zdrowia kobiet. Nieinwazyjne ryzyko pomiaru poziomu glukozy we krwi, ocena i VO2 Max.

• Sen

Pierścień będzie monitorował Twój sen automatycznie i wyświetla szczegóły jakości snu, np. czas trwania snu, fazy snu (przebudzenie, REM, lekki i głęboki sen, drzemki), efektywność snu, opóźnienie snu, średnie tętno, średnie SpO2 i średnie HRV.

• **Tętno**

Rozpocznij pomiar ręcznie z aplikacji, w przeciwnym razie pomiar zostanie wykonany automatycznie zgodnie z ustawieniami. Aplikacja wyświetli dane i grafikę tętna.

• **SpO2**

Rozpocznij pomiar ręcznie z aplikacji, w przeciwnym razie pomiar zostanie wykonany automatycznie zgodnie z ustawieniami. Aplikacja wyświetli dane SpO2 i stan normalny lub nieprawidłowy.

• **HRV**

Pomiar będzie wykonywany automatycznie zgodnie z ustawionym przedziałem czasowym. Aplikacja pokaże wartość i stan niski, normalny, wysoki i doskonały.

• **Stres**

Pomiar będzie wykonywany automatycznie zgodnie z ustawionym przedziałem czasowym. Aplikacja pokaże wartość i stan spokojny, umiarkowany, zestresowany i poważny.

• **Nieinwazyjna ocena ryzyka stężenia glukozy we krwi**

1. Rozpocznij pomiar ręcznie w aplikacji.
2. Postępuj zgodnie z instrukcjami aplikacji, aby dokończyć wprowadzanie informacji aby rozpocząć pomiar.
3. Wynik pomiaru zostanie wyświetlony normalnie lub nienormalne.
4. Wykonaj co najmniej 3 dni pomiarów w okresie 7 dni, aby poznać ryzyko cukrzycy i sprawdzić ryzyko. **Karta Oceny, która pomoże Ci prowadzić zdrowszy tryb życia.**

• **Maks. VO2**

Rozpocznij pomiar ręcznie z aplikacji.

Możesz sprawdzić wartość VO2 Max i wiek sprawnościowy na stronie aplikacji.

• **Monitor tendencji temperatury skóry**

Może wykryć i wyświetlić trend temperatury skóry.

Sprawdź podstawowe informacje o bieżącym urządzeniu (poziom baterii, wersja oprogramowania sprzętowego), zmień nazwę dzwonka i ustaw dane osobowe.

• **Ustaw interwał automatycznego monitorowania stanu**

Domyślny automatyczny monitor stanu interwały są co 10 minut dla serca szybkość, co 30 minut dla SpO2 i co 60 minut w celu pomiaru temperatury skóry trend, HRV i stres. Możesz się zmienić interwał, jaki potrzebujesz, z wyjątkiem trend temperatury skóry, tym krótszy odstęp jest ustawiony, tym szybciej bateria się rozładowuje.

• **Zestaw jednostek**

Ustaw jednostkę zmiany temperatury skóry, odległości, wysokości, i wagi. Szczegółowe raporty dzienne/tygodniowe/miesięczne, które pomogą Ci lepiej śledzić zmiany temperatury skóry.

• **Zdrowie Kobiet**

Śledź okres i cykl ciąży, a funkcja jest tylko widoczna, gdy płeć jest **ustawiona jako żeńska**.

• **Ustalanie celów**

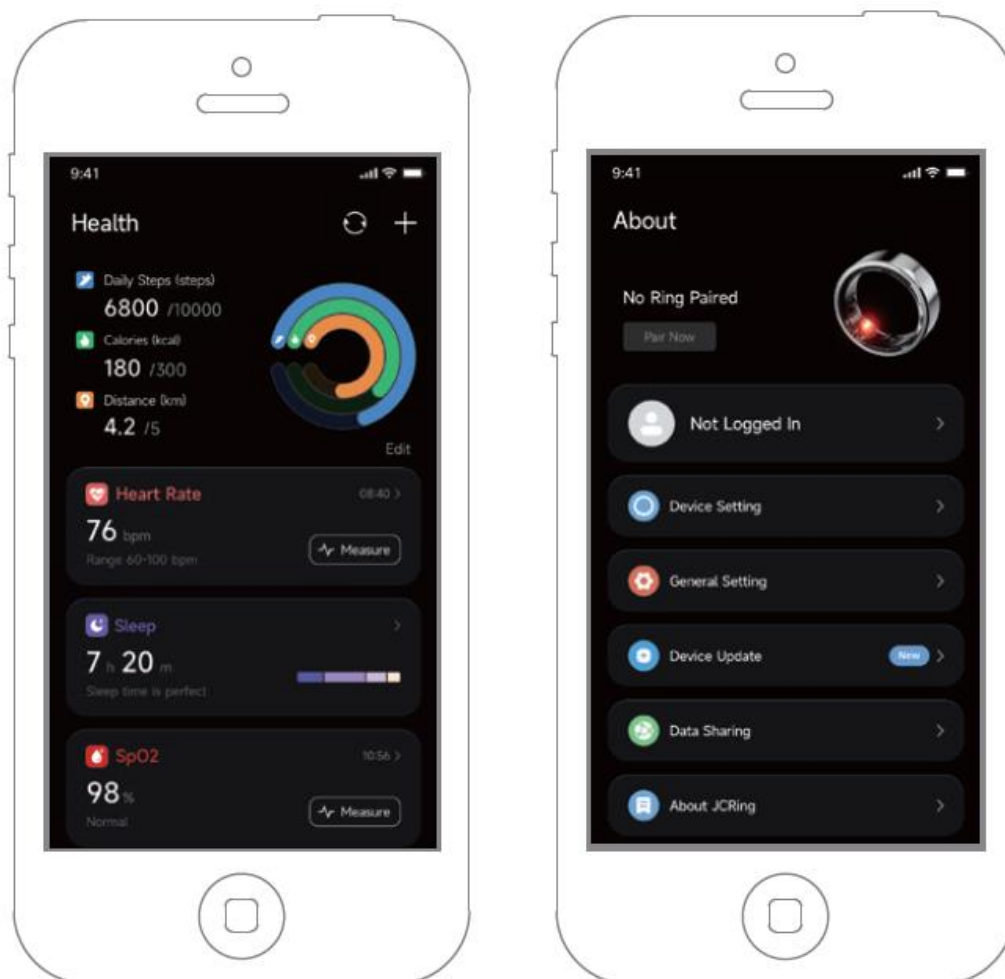
Spersonalizuj swoje cele dotyczące kroków, dystansu, kalorii i snu godzinę dziennie.

• **Aktualizacja oprogramowania sprzętowego (OTA) (Poprawianie wydajności pracy sensorów.)**

Przypomnij, jeśli została wydana nowa wersja oprogramowania sprzętowego;

Jeśli tak, postępuj zgodnie z instrukcjami, aby dokonać aktualizacji do najnowszej wersji.

• Przywrócenie ustawień fabrycznych Po przywróceniu ustawień fabrycznych wszystkie dane urządzenia zostaną usunięte. Proszę naładować, aby ponownie uruchomić komputer.



Specyfikacja

Gwarancja: 24 miesiące (bateria i przewód ładujący 6 miesięcy)

- Wersja BT: BLE 5.0
- Zasięg BT: 2 metry
- Bateria: Akumulator 14,5 mAh - 21,5 mAh w zależności od wielkości pierścienia, bateria Lipo niewymienna,
- Pamięć danych: 15 dni
- Wodoodporność: 5ATM
- Czas aktywności: maks. 99 godz. 59 min
- Spalone kalorie: maks. 9999,9 kcal
- Dystans biegania i chodzenia: maks. 999,99 km
- Zakres temperatury roboczej: -10–52°C / 14–125°F

Rozwiązywanie problemów

Jeśli pierścień nie sparuje się ze smartfonem

1. Upewnij się, że pierścień jest włączony.
2. Sprawdź aplikację, aby upewnić się, że masz uprawnienia Bluetooth włączone. Powinno to być w ustawieniach Bluetooth.
3. Sprawdź swój smartfon, aby upewnić się, że Bluetooth jest włączony.
4. Uruchom ponownie aplikację i spróbuj naprawić pierścień. Jeśli pierścień nie mierzy żadnych danych skontaktuj się z naszym zespołem wsparcia.

Jeśli bateria pierścienia rozładowuje się zbyt szybko

1. Skalibruj baterię, ładując ją przez co najmniej trzy godziny.
2. Zaczynij ponownie używać pierścionka w normalny sposób.
3. Skontaktuj się z naszym zespołem wsparcia, jeśli problem będzie się powtarzał.

Jeśli pierścień powoduje reakcję alergiczną

Proszę natychmiast zaprzestać korzystania z urządzenia. W rzadkich przypadkach reakcję anafilaktyczną, należy natychmiast zwrócić się o pomoc lekarską. Jeśli problem nie jest wspomniany w tych wskazówkach, skontaktuj się z naszym zespołem wsparcia i zgłoś problem szczegółowo.

Uwagi i bezpieczeństwo

Niezastosowanie się do tych instrukcji bezpieczeństwa może spowodować pożar, porażenie prądem, obrażenia ciała, uszkodzenie urządzenia lub inne osoby nieruchomości. Przed użyciem przeczytaj wszystkie poniższe informacje dotyczące bezpieczeństwa urządzenia.

Nie jest to wyrób medyczny, pierścień ten nie jest wyrobem medycznym i nie należy go w tym celu używać, zastąpić profesjonalną ocenę lekarską. Nie jest zaprojektowane lub przeznaczone do stosowania w diagnostyce chorób lub innych stanach lub w leczeniu, łagodzeniu, leczeniu lub zapobieganiu jakimkolwiek schorzeniom lub chorobom. Proszę skonsultować się ze swoim pracownikiem służby zdrowia przed podjęciem jakichkolwiek decyzji związane z Twoim zdrowiem.

Użytkowanie, pielęgnacja i konserwacja

Rozmiar palca może się różnić w zależności od pory dnia i czasami zdjęcie pierścionka z palca może być trudne.

W przypadku zablokowania pierścienia: Do zwilżenia palca użyj zimnej wody i delikatnego mydła powoli przekręć pierścień, aby go zdjąć.

W nagłych przypadkach i/lub w przypadku dyskomfortu, gdy Ty nie zastosujesz się do tych instrukcji bezpieczeństwa może spowodować pożar, porażenie prądem, obrażenia ciała, uszkodzenia urządzenia lub inne osoby nieruchomość. Przed użyciem przeczytaj wszystkie poniższe informacje dotyczące bezpieczeństwa urządzenia.

Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

Nie możesz samodzielnie zdjąć pierścienia, należy natychmiast zwrócić się o pomoc lekarską. Uwaga: Użyj miękkiej szmatki lub umyj ręcznie łagodnym mydłem i wodą oczyścić pierścień. Pierścień można nosić podczas prysznica, kąpieli, pływania, i nurkowanie.

Staraj się unikać noszenia pierścienia podczas treningu siłowego, pracy łopatą lub innymi ciężkimi narzędziami lub noszeniem ciężkich przedmiotów wykonane z metalu, ceramiki lub kamienia.

Ponadto staraj się unikać noszenie pierścionka obok innych pierścionków lub przedmiotów, które je zawierają wykonane z metalu, ceramiki, kamieni lub diamentów.

Pierścionek może zostać porysowanym i może zarysować bardziej miękką metalową biżuterię lub inne przedmioty znajdujące się w bliskim kontakcie z pierścieniem, takie jak obudowy telefonów wykonane ze złota, srebra lub aluminium.

Trzymaj pierścień z dala od dzieci. Ten produkt nie jest przeznaczony dla osób poniżej 18 roku życia. Szukaj natychmiast pomocy lekarskiej, jeśli wiesz lub podejrzewasz, że dziecko połknęło pierścionek.

Nie pozostawiaj pierścienia narażonego na działanie ciepła, np. w pojeździe lub na słońcu. Nie przekłuwaj pierścienia lub jego akumulatora.

Należy unikać dotykania z bateriami lub maszynami zawierającymi baterie podczas noszenia Twoich pierścieni. W niektórych przypadkach, gdy zarówno katoda, jak i anoda innego akumulatora dotknie pierścienia, istnieje ryzyko zwarcia, które jest podobne do standardowych pierścieni metalowych. Ten może spowodować potencjalnie niebezpieczne porażenie prądem.

Proszę przeczytaj instrukcję dokładnie , aby użyć odpowiednich środków ostrożności, aby uniknąć takich sytuacji.