



# fitbit

by Google

## Bruksanvisning for Fitbit ECG-appen

Versjon AU

129-0517-01  
12. oktober 2023

# Innhold

---

|                                                             |           |
|-------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Innhold .....</b>                                        | <b>3</b>  |
| <b>Ordliste .....</b>                                       | <b>5</b>  |
| <b>Indikasjoner for bruk.....</b>                           | <b>6</b>  |
| <b>Produktbeskrivelse .....</b>                             | <b>7</b>  |
| <b>Advarsler .....</b>                                      | <b>7</b>  |
| <b>Forventninger .....</b>                                  | <b>7</b>  |
| Slik virker Fitbit ECG-appen.....                           | 7         |
| Resultater du kan få.....                                   | 8         |
| <b>Generelle advarsler og forsiktighetsregler .....</b>     | <b>8</b>  |
| <b>Driftsinstruksjoner .....</b>                            | <b>9</b>  |
| Installer Fitbit ECG-appen.....                             | 9         |
| Gjennomføre vurderingen .....                               | 10        |
| Avbryte vurderingen .....                                   | 11        |
| Se resultatene dine .....                                   | 11        |
| Slett resultatene .....                                     | 12        |
| Slett og gjenopprett Fitbit ECG-appen .....                 | 12        |
| <b>Feilsøking .....</b>                                     | <b>12</b> |
| Ikke entydig: Høy puls .....                                | 12        |
| Ikke entydig: Lav puls .....                                | 13        |
| Ikke entydig: Kunne ikke gjennomføre en god avlesning ..... | 13        |
| <b>Klinisk studie .....</b>                                 | <b>14</b> |
| <b>Informasjon om sykdommer og selvpleie .....</b>          | <b>15</b> |
| Hva er atrieflimmer? .....                                  | 15        |
| Tegn på at du kan ha atrieflimmer.....                      | 15        |
| Livsstil og andre faktorer.....                             | 15        |
| Potensielle behandlingsalternativer .....                   | 16        |
| <b>Informasjon for leger .....</b>                          | <b>16</b> |
| <b>Tjenestevilkår .....</b>                                 | <b>16</b> |
| <b>Informasjon om brukerassistanse .....</b>                | <b>17</b> |

# Ordliste

---

## A

---

### **Atrieflimmer (AFib)**

Atrieflimmer (AFib) er en type uregelmessig hjerterytme og skyldes at de øvre kamrene i hjertet slår ute av rytme.

## E

---

### **Elektrokardiogram (EKG)**

Et elektrokardiogram (EKG) er en test som måler elektrisk aktivitet i hjertet.

## F

---

### **Fitbit-armbånd**

For Fitbit EKG-appen inkluderer Fitbit-armbånd Fitbit-smartklokker, Fitbit-aktivitetsarmbånd og Fitbit-tilknyttede produkter på håndledet, for eksempel Google Pixel Watch og Google Pixel Watch 2.

## H

---

### **Hjerterefrekvens (puls)**

Pulsen din er antall ganger hjertet trekker seg sammen (slår) i løpet av et minutt. Det uttrykkes ofte som slag per minutt (bpm – beats per minute).

## N

---

### **Normal sinusrytme**

En normal sinusrytme er en normal hjerterytme.

# Indikasjoner for bruk

---

## **USA\*:**

Fitbit ECG-appen er en mobil helseapp som kun består av programvare. Den er ment for bruk sammen med Fitbit-armbånd for å opprette, registrere, lagre, overføre og vise et elektrokardiogram (EKG) kvalitativt med én kanal, tilsvarende 1-avlednings EKG. Fitbit ECG-appen fastslår om det foreligger AFib (atrieflimmer) eller sinusrytme på en klassifiserbar bølgeform. Funksjonen for deteksjon av AFib anbefales ikke for personer med andre kjente former for arytmi.

Fitbit ECG-appen er ment for reseptfri bruk. EKG-dataene som vises i appen, er bare ment for informasjonsformål. Brukere må ikke tolke eller iverksette kliniske tiltak basert på informasjon fra enheten uten å rådføre seg med kvalifisert helsepersonell. EKG-bølgeformen er ment som utfyllende informasjon for klassifisering av hjerterytme, for å skille mellom AFib og normal sinusrytme. Den er ikke ment å erstatte ordinære metoder for diagnose eller behandling. Fitbit ECG-appen er ikke ment for bruk av personer under 22 år.

## **Utenfor USA\*\* (EU/EØS/Storbritannia):**

Fitbit ECG-appen er ment å la brukeren registrere en bølgeform tilsvarende et 1-avlednings EKG, som deretter klassifiseres som en sinusrytme eller AFib (atrieflimmer) på en klassifiserbar bølgeform. EKG og rytmeklassifisering anbefales ikke for brukere med andre kjente arytmier. Fitbit ECG-appen er ment for hjemmebruk av lekfolk som har fylt 22 år.

*\*Indikasjoner for bruk for USA gjelder USA, India og følgende amerikanske territorier: Amerikansk Samoa, Puerto Rico, Guam, Jomfruøyene*

*\*\*Indikasjoner for bruk utenfor USA gjelder følgende land:*

*EU-land der Fitbit ECG-appen er tilgjengelig: Belgia, Frankrike, Irland, Italia, Luxembourg, Nederland, Polen, Portugal, Romania, Spania, Sverige, Tsjekkia, Tyskland og Østerrike.*

*Land utenfor EU, inkludert: Australia, Canada, Chile, Hongkong, New Zealand, Norge, Singapore, Storbritannia, Sveits og Sør-Afrika.*

*Denne brukerhåndboken er tilgjengelig på [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com) i det lokale språket for landene oppført ovenfor.*

*Flere land legges til etter hvert som det innhentes godkjenning fra myndighetene.*

*Enkelte Fitbit-armbånd er kanskje ikke tilgjengelig i alle regioner oppført ovenfor.*

## Produktbeskrivelse

---

Fitbit ECG er en helseapp som kun består av programvare og brukes til å opprette og registrere en EKG tilsvarende et 1-avlednings EKG, når du åpner Fitbit ECG-appen og følger instruksjonene på Fitbit-armbåndet. Fitbit ECG-appen tilsvarer et 1-avlednings EKG i det at den kan brukes til å skille mellom AFib og normal sinusrytme. Den er ikke ment for å stille diagnoser. Appen er en stikkprøve som analyserer registreringen og presenterer resultatene. EKG-dataene kan brukes til ikke-kliniske formål, som å gi et estimat på pulsen din. EKG-registreringen lagres midlertidig i ECG-appen på Fitbit-armbåndet til dataene blir synkronisert til kontoen din. Deretter kan du se resultatene i Fitbit-appen på telefonen eller nettbrettet.

Du finner Fitbit EKG-appdataene i EKG-flisen under delen Helsevurderinger i Deg-fanen i Fitbit-appen. Denne flisen brukes også til oppsett, visning av tidligere resultater, eksport av en rapport og andre ikke-medisinske enhetsdata.

## Advarsler

---

Funksjonen er ikke testet for, og er ikke ment for bruk av personer under 22 år eller personer med pacemaker, intern defibrillator eller en annen hjerteenhet.

## Forventninger

---

### Slik virker Fitbit ECG-appen

Rytmen fra hjertet ditt kan registreres av de elektriske sensorene på Fitbit-armbåndet. Disse dataene analyseres for tegn på AFib, en uregelmessig hjerterytme.

De elektriske sensorene er plassert på baksiden av Fitbit-armbåndet og på metallrammen rundt forsiden (Fitbit Charge 5, Fitbit Charge 6, Fitbit Sense og Fitbit Sense 2) eller kronen (Google Pixel Watch). Når disse sensorene er i kontakt med huden og Fitbit ECG-appen er åpen, registrerer de elektriske signaler fra hjertet.

Normalt fungerer de øvre og nedre kamrene sammen. Når hjertet er i AFib, trekker de øvre kamrene seg sammen uregelmessig, noe som øker risikoen for hjerterinfarkt, blodpropper, slag og andre hjertelidelser.

Hvis du har AFib, er det ikke sikkert at hjertet alltid slår uregelmessig, noe som gjør det vanskelig å oppdage. Denne vurderingen kan ikke stille en AFib-diagnose, men du kan bruke den rett fra håndledet. Resultatene kan hjelpe deg under samtalen med legen.

## Resultater du kan få

### Normal sinusrytme

Hjerterytmen din ser ut til å være normal. Den viser ikke tegn på AFib (atrieflimmer), en uregelmessig hjerterytme.

### Atrieflimmer

Hjertet ditt viser tegn på AFib, en uregelmessig hjerterytme. AFib kan ha alvorlige konsekvenser for helsen. Du må kontakte legen din.

### Ikke entydig

Hvis pulsen din er over 120 spm eller under 50 spm, kan ikke Fitbit ECG-appen vurdere hjerterytmen din.

Det kan være mange grunner til at du ikke får et entydig resultat, men vanlige årsaker er at du beveger deg for mye under evalueringen, at du ikke hviler hendene på et bord eller annen arytmi.

For mer informasjon kan du se «[Feilsøking](#)» på side 12.

## Generelle advarsler og forsiktighetsregler

---

**DU MÅ IKKE** endre medisineringen din uten å snakke med legen først. Resultatene fra Fitbit ECG-appen er ikke nødvendigvis riktige for personer som bruker medisiner eller stoffer som påvirker pulsen eller blodomløpet.

**DU MÅ IKKE** bruke dette produktet i stedet for behandling foreskrevet av legen din. Hjertebank og pustebesvær kan være symptomer på AFib, men noen har ingen symptomer. AFib kan behandles, så jo tidligere du oppdager det, jo tidligere kan du og legen din gjøre noe med det.

Hvis du har noen symptomer på AFib eller har bekymringer, må du snakke med legen din. Feilaktige negative eller positive resultater kan forekomme på grunn av feil på enheten eller feil bruk. En person med en feilaktig positivt resultat kan gjennomføre unødvendige ekstra tester eller gjøre upassende adferdsmessige eller fysiske endringer. For mer informasjon om nøyaktigheten av Fitbit ECG-appen, se «[Klinisk studie](#)» på side 14.

**IKKE** bruk til klinisk diagnose av AFib.

**IKKE** bruk til kontinuerlig overvåkning, sanntidsovervåkning eller egenovervåkning av hjerterytme.

Dette produktet **KAN IKKE** oppdage hjerteinfarkt, blodpropp, slag og andre hjertelidelser.

Vurderingen som utføres av dette produktet, er **IKKE** en diagnose.

Dette produktet har **IKKE** blitt testet på gravide.

Dette produktet er **IKKE** ment for bruk i en klinisk sammenheng.

**DU MÅ IKKE** tolke eller iverksette kliniske tiltak basert på vurderingen uten å rådføre deg med kvalifisert helsepersonell.

**DU MÅ IKKE** ta en ECG-avlesning når Fitbit-armbåndet er utenfor brukstemperatur- eller fuktighetsområdet angitt i enhetens brukerveiledning.

**DU MÅ IKKE** foreta en avlesning nedsenket i vann.

Hvis du har AFib, er det ikke sikkert at hjertet ditt alltid slår uregelmessig, noe som gjør det utfordrende å oppdage, selv hos legen.

Bruk Fitbit-armbåndet i henhold til instruksjonene. **MERK:** Fitbit EKG-appen kan kun brukes på kompatible Fitbit-armbånd som er paret med kontoen din. Du finner mer informasjon om Fitbit-armbånd som er kompatible med Fitbit EKG-appen, på [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com). Tilbehør fra tredjeparter er ikke blitt validert med Fitbit EKG-appen og skal ikke brukes. Hvis du vil se mer informasjon om hvordan du bruker Google-armbåndprodukter og tilbehør, kan du gå til [support.google.com](https://support.google.com). For Fitbit-armbåndprodukter og tilbehør, se [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com).

Av sikkerhetshensyn anbefales det at du opprettholder kontroll og besittelse av det kompatible armbåndet og mobilenhetene for å forhindre uautorisert tilgang til helsedata. Se produsentens instruksjoner for mobilenheten for å aktivere funksjonalitet for passkode og forhindre uautorisert tilgang. Du må også sikre Fitbit-kontoen din med et sterkt passord. For mer informasjon kan du gå til [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com). Vi anbefaler at du aktiverer enhetslås hvis det er tilgjengelig på armbåndet. For mer informasjon kan du gå til [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com).

Hvis du mener dette produktet er i strid med lover eller er en trussel for noen, må du rapportere det til produsenten og lokale helsemyndigheter.

## Driftsinstruksjoner

---

### Installer Fitbit ECG-appen

Hvis Fitbit ECG-appen ikke allerede er installert på Fitbit-armbåndet ditt, kan du laste den ned.

## Fitbit Charge 5, Fitbit Charge 6, Fitbit Sense og Fitbit Sense 2

1. Ha Fitbit-enheten i nærheten, gå til I dag-fanen i Fitbit-appen og trykk på enheter-ikonet  > bildet av enheten.
2. Trykk på **Galleri** > **Apper**-fanen.
3. I listen over apper trykker du på **ECG** > **Installer**.

## Google Pixel Watch og Google Pixel Watch 2

1. I Play Store-appen  på klokken eller telefonen din søker du etter Fitbit EKG-appen. Hvis du bruker Play Store på telefonen, må du sørge for at enheten er angitt til **Google Pixel Watch** eller **Google Pixel Watch 2**.
2. Trykk på **Fitbit ECG**-appen > **Installer**.
3. Åpne Fitbit ECG-appen  på klokken din. Hvis du ikke har konfigurert Fitbit-appen på telefonen, blir du bedt om å gjøre det. Følg instruksjonene for å installere og logge på Fitbit-appen på telefonen.

Hvis du vil ha mer informasjon om tilgjengeligheten til Fitbit EKG-appen i området ditt, kan du se [fitbit.com/ecg](https://fitbit.com/ecg).

Fitbit EKG-appen kan kun brukes på kompatible Fitbit-armbånd som er paret med kontoen din. Fitbit EKG-appen er tilgjengelig på Fitbit Sense (med Fitbit OS 5.0 og nyere), Fitbit Sense 2, Fitbit Charge 5 (med CU 1.2 og nyere) og Google Pixel Watch. Du finner mer informasjon på [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com).

## Gjennomføre vurderingen

Før første avlesning:

1. Åpne Fitbit-appen på telefonen eller nettbrettet og logg på Fitbit-kontoen din hvis du ikke allerede har gjort det.
2. Gå til Deg-fanen i Fitbit-appen og finn EKG-flisen under delen Helsevurderinger. Trykk på **Konfigurer** og følg instruksjonene. Når du har gått gjennom introduksjonen for vurdering av hjerterytme, kan du utføre en EKG-avlesning.

Slik foretar du en EKG-avlesning:

1. Ta på Fitbit-armbåndet stramt, men løst nok til at det er behagelig. Det skal sitte en fingerbredde over håndleddet. Du finner mer informasjon på [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com).
2. Sett deg ned og åpne ECG-appen på Fitbit-armbåndet.
3. Følg instruksjonene på Fitbit-armbåndet for å starte vurderingen.

4. Plasser fingeren/fingrene på Fitbit-armbåndet som vist på skjermen. Fortsett å holde på kontaktpunktet/-ene til nedtellingen er ferdig.
5. Når resultatene vises, sveiper du opp for å se den fullstendige rapporten. Merk at Google Pixel Watch og Google Pixel Watch 2 må være koblet til LTE eller Wi-Fi for å synkronisere EKG-dataene dine til Fitbit-appen.

## Avbryte vurderingen

Hvis du vil avbryte vurderingen, trykker du på knappen på Fitbit Sense og Fitbit Sense 2, på kronen på Google Pixel Watch og Google Pixel Watch 2 eller sveiper til høyre på Fitbit Charge 5 og Fitbit Charge 6. Et resultat gis bare etter fullføring av 30-sekunders EKG-avlesning og dataanalyse. Hvis du avbryter vurderingen før den er fullført, vises det ikke noe resultat.

## Se resultatene dine

Når du har fullført vurderingen av hjerterytmen og dataene er analysert, vises ett av følgende resultater:

- Normal sinusrytme: Hjerterytmen din ser ut til å være normal. Trykk på **Finn ut mer** for mer informasjon, eller trykk på **Ferdig** for å lukke vurderingen.
- Atrieflimmer: Hjerterytmen din viser tegn på AFib. Du bør kontakte legen din. Trykk på **Finn ut mer** for mer informasjon, eller trykk på **Ferdig** for å lukke vurderingen.
- Ikke entydig: Pulsen din var for lav eller for høy, eller Fitbit ECG-appen klarte ikke å gjennomføre en god avlesning. Trykk på **Gjenta** for å prøve igjen, eller trykk på **Ferdig** for å lukke vurderingen. Du finner mer informasjon om hvorfor du kan få dette resultatet i «[Feilsøking](#)» på side 12.

Når du åpner Fitbit-appen, overføres resultatene dine fra Fitbit-armbåndet til Fitbit-appen, slik at du kan se dem på telefonen eller nettbrettet. Merk at Google Pixel Watch og Google Pixel Watch 2 må være koblet til LTE eller Wi-Fi for å synkronisere EKG-dataene dine til Fitbit-appen. Slik kan du se resultatene senere, for eksempel ved et legebesøk:

1. Gå til Deg-fanen i Fitbit-appen og finn EKG-flisen under delen Helsevurderinger. Trykk på **Vis historikk** for å se en liste over tidligere resultater.
2. Trykk på et av de tidligere resultatene for å se detaljene. Resultatene vises med datoen og klokkeslettet da de ble registrert, på det compatible Fitbit-armbåndet. I hvert resultat kan du trykke på **Eksporter en PDF for legen din** for å laste ned rapporten. Du får et varsel når rapporten din er klar. Vi anbefaler at du bruker nyeste versjon av Adobe Acrobat Reader til å åpne rapporten.

Se [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com) for mer informasjon om Vurdering av hjerterytme.

## Slett resultatene

1. Gå til Deg-fanen i Fitbit-appen og finn EKG-flisen under Helsevurderinger. Trykk på **Vis historikk** for å se en liste over tidligere resultater.
2. Trykk på resultatet du vil slette. Bla ned til bunnen av siden, og trykk på **Slett resultat**.

## Slett og gjenopprett Fitbit ECG-appen

Slik fjerner du Fitbit ECG-appen:

### Fitbit Charge 5, Fitbit Charge 6, Fitbit Sense og Fitbit Sense 2

1. Gå til I dag-fanen i Fitbit-appen og trykk på enhetsikonet  > Fitbit-armbåndet ditt.
2. Trykk på **Gallery**.
3. I listen over apper installert på klokken, finner du **ECG**-appen og trykker på den.
4. Trykk på **Avinstaller**.

Du kan når som helst installere appen på nytt fra Fitbit Gallery. For mer informasjon om hvordan å slette, installere og administrere apper, se [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com).

### Google Pixel Watch og Google Pixel Watch 2

1. Åpne Play Store-appen  på klokken din.
2. Trykk på **Mine apper**.
3. I listen over apper installert på klokken, finner du **Fitbit ECG**-appen og trykker på den.
4. Trykk på **Avinstaller**.

## Feilsøking

---

Det finnes tre typer ikke entydige resultater du kan få etter å ha gjennomført en vurdering:

### Ikke entydig: Høy puls

Hvis pulsen din er over 120 spm, kan ikke Fitbit ECG-appen vurdere hjerterytmen din. Pulsen kan være høy av mange ulike grunner, for eksempel:

- Nylig trening
- Stress
- Nervøsitet

- Alkohol
- Dehydrering
- Infeksjon
- AFib eller annen arytmi

Finn ut mer fra [American Heart Association](https://www.heart.org/) eller ved å besøke nettstedet til European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

## Ikke entydig: Lav puls

Hvis pulsen din er under 50 spm, kan ikke Fitbit ECG-appen vurdere hjerterytmen din. Pulsen kan være høy av mange ulike grunner, for eksempel:

- Inntak av medisiner, for eksempel betablokkere eller kalsiumkanalblokkere
- Utmerket aerobisk form
- Annen arytmi

Finn ut mer fra [American Heart Association](https://www.heart.org/) eller ved å besøke nettstedet til European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

## Ikke entydig: Kunne ikke gjennomføre en god avlesning

Det kan være mange grunner til at du ikke får et entydig resultat, men vanlige årsaker er:

- For mye bevegelse under avlesning
- at du ikke hviler hendene på et bord
- enheten sitter for løst på
- du har enheten på motsatt håndledd enn det som er angitt
- du er i nærheten av annen elektronikk som kan forstyrre avlesningen

Hvis Fitbit ECG-appen ikke kunne gjennomføre en god avlesning, kan du prøve følgende tips for feilsøking:

- Pass på at du sitter og slapper av.
- Hvil armene dine på et bord mens du gjennomfører vurderingen. La være å bevege deg.
- Kontroller at Fitbit-armbåndet ditt er på det håndleddet du valgte da du startet vurderingen.
- Hold fingeren/fingrene på Fitbit-armbåndet under hele vurderingen.
- Kontroller passformen til Fitbit-armbåndet. Det skal kjennes behagelig og sikkert, ikke for løst eller for stramt. Ha det en fingerbredde over håndleddet. Du finner mer informasjon på [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com).
- Påse at det ikke er noen forstyrrelse av kontakten mellom elektrode og hud (hår, smykker, klær osv.).

- Flytt deg unna annen elektronikk for å unngå forstyrrelser.
- Pass på at Fitbit-armbåndet og håndleddet er rent og tørt. Vann eller svette kan forstyrre avlesningen. Hvis du nylig har vasket hendene, badet, dusjet eller svettet, må du vaske og tørke Fitbit-armbåndet. Se [fitbit.com/product-care](https://www.fitbit.com/product-care) for instruksjoner om bruk og vedlikehold.

Gjenta vurderingen og prøv igjen. Hvis du gjentatte ganger får et ikke entydig resultat, og du ikke føler deg frisk, må du kontakte lege.

Se [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com) for feilsøking av synkronisering. Se [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com) for feilsøking av måling av puls.

## Klinisk studie

---

Det ble gjennomført en klinisk studie for å validere Fitbit ECG-programvarealgoritmens evne til å klassifisere hjerterytmer som AFib (atrieflimmer) og SR (sinusrytme) fra en bølgeform tilsvarende et 1-avlednings EKG og bekrefte programvarens evne til å produsere en bølgeform tilsvarende 1 avledning av et 12-avlednings EKG.

472 deltakere, med og uten en kjent AFib-diagnose ble rekruttert og registrert for å delta på 9 steder i USA. Kvalifiserte deltakere gjennomgikk en 10-sekunders screening med et 12-avlednings EKG. Deltakere med en kjent AFib-historikk ble screenet for AFib av én kvalifisert lege og tilordnet AFib-kohorten. Deltakere uten en kjent AFib-historikk ble screenet for NSR og tilordnet NSR-kohorten.

Deretter gjennomgikk 440 deltakere en samtidig 30-sekunders 12-avlednings EKG og Fitbit ECG-apptest. Fitbit ECG-appens programvarealgoritme klarte å identifisere personer med AFib riktig 98,7 % av tiden og å identifisere personer med SR riktig 100 % av tiden.

Da de ble sammenlignet kvalitativt, dvs. da bølgeformene fra 12-avlednings EKG og Fitbit ECG-appen ble visuelt sammenlignet for å klassifisere AFib og SR, ble Fitbit ECG-appens bølgeform med én avledning generelt funnet å være lik avledning 1 av en 12-avlednings bølgeform 95,0 % av tiden.

Da de ble sammenlignet kvantitativt, dvs. da amplitudene for R-bølgene ble sammenlignet mellom 12-avlednings EKG og Fitbit ECG-appen, var amplitudene for R-bølgene fra Fitbit EKG gjennomsnittlig 2,4 mm større enn 12-avlednings R-bølgetoppene som utgjorde referansen. Dette skyldes plasseringen av 12-avlednings EKG på overkroppen til deltakerne og ikke på håndleddet under studien.

Det ble ikke observert bivirkninger under den kliniske studien.

# Informasjon om sykdommer og selvpleie

---

## Hva er atrieflimmer?

Atrieflimmer (AFib) er en type uregelmessig hjerterytme i de øvre hjertekamrene (atriene). Normalt trekker de øvre kamrene seg regelmessig sammen for å flytte blod inn i de nedre kamrene. Ved AFib trekker de øvre kamrene seg sammen uregelmessig, noe som fører til at blodet beveger seg sakte i de øvre kamrene. Dette saktegående blodet kan føre til propper, som øker risikoen for slag og hjerterelaterte problemer.

## Tegn på at du kan ha atrieflimmer

Noen personer med AFib har ingen symptomer, mens andre har det:

- Uregelmessig puls
- Hjertebank
- Svimmelhet
- Ekstrem utmattelse
- Pustebesvær
- Brystsmerter

Finn ut mer fra [CDC](https://www.cdc.gov/) eller ved å besøke nettstedet til European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

## Livsstil og andre faktorer

Risikofaktorer for AFib inkluderer:

- Høy alder
- Høyt blodtrykk
- Fedme
- Europeisk opprinnelse
- Diabetes
- Hjertesvikt
- Iskemisk hjertesykdom
- Hyperthyreose
- Kronisk leversykdom
- Høy inntak av alkohol
- Forstørrede kamre på venstre side av hjertet

Finn ut mer fra [CDC](https://www.cdc.gov/) eller ved å besøke nettstedet til European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

## Potensielle behandlingsalternativer

Rådfør deg med legen din før du gjør store endringer i livsstilen din eller endrer medisineringsalternativer. Potensielle behandlingsalternativer inkluderer:

- Medisinering
- Operasjon
- Endret livsstil

Finn ut mer fra [CDC](https://www.cdc.gov/) eller ved å besøke nettstedet til European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

## Informasjon for leger

---

En legeveiledning er tilgjengelig. Gå til [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com) eller ring (887) 623-4997.

## Tjenestevilkår

---

Fitbit designer produkter og verktøy som hjelper deg å oppnå helse- og treningsmålene dine, støtter deg og inspirerer deg til å leve et sunnere, mer aktivt liv. Disse tjenestevilkårene («vilkårene») gjelder for din tilgang til og bruk av Fitbit-tjenesten. «Fitbit-tjenesten» omfatter våre enheter, derunder tilknyttet fastvare, apper, programvare og nettsteder på <https://www.fitbit.com>, API-er, produkter og tjenester.

Hvis du bruker Fitbit-enhetene og -tjenestene med en Google-konto, er du underlagt [Googles tjenestevilkår](#) og disse [ytterligere tjenestevilkårene for Fitbit](#). Hvis du er bosatt i EØS-området, Storbritannia eller Sveits, utgjør disse vilkårene en avtale mellom deg og Google Ireland Limited Gordon House, Barrow Street Dublin 4, Irland. Hvis du er bosatt et annet sted, utgjør disse vilkårene en avtale mellom deg og Google LLC, 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, California 94043 USA.

Hvis du bruker Fitbit-enhetene og -tjenestene med en Fitbit-konto, er du underlagt [Fitbits tjenestevilkår](#). Hvis du bor i EØS-området, Storbritannia eller Sveits, utgjør disse vilkårene en avtale mellom deg og Fitbit International Limited, et irsk selskap med hovedkontor på 76 Lower Baggot Street, Dublin 2, Irland. Hvis du bor et annet sted, utgjør disse vilkårene en avtale mellom deg og Fitbit LLC, 199 Fremont Street, 14th Floor, San Francisco, CA 94105 USA. Når vilkårene omtaler «Fitbit», «vi», «oss» eller «vår», viser dette til parten i avtalen som leverer Fitbit-tjenesten til deg.

Du må godta disse vilkårene for å opprette en Fitbit-konto og få tilgang til eller bruke Fitbit-tjenesten. Hvis du ikke har en konto, godtar du disse vilkårene ved å bruke enhver del av Fitbit-tjenesten. Hvis du ikke godtar disse vilkårene, må du la være å opprette en konto og ikke bruke Fitbit-tjenesten.

Du finner mer informasjon om disse vilkårene under [Googles tjenestevilkår](#) eller [Fitbits tjenestevilkår](#).

## Informasjon om brukerassistanse

---

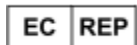
Dette dokumentet gjelder for SKU: FB 603, versjon 2.0 eller høyere.



Fitbit LLC  
199 Fremont St.  
14th Floor  
San Francisco, CA 94105  
USA  
[www.fitbit.com](http://www.fitbit.com)

### Autorisert representant i EU

Emergo Europe  
Westervoortsedijk 60  
6827 AT Arnhem  
Nederland



### Autorisert representant i Sveits

MedEnvoy Switzerland  
Gotthardstrasse 28  
6302 Zug  
Sveits



### Australsk sponsor

Emergo Australia  
Level 20 Tower II  
Darling Park  
201 Sussex Street  
Sydney, NSW 2000  
Australia

**Importør i India**

Morulaa HealthTech Pvt Ltd

Plot No.38, First Floor, Rajeswari Street, Santhosh Nagar,  
Kandanchavdi, Chennai – 600096, India

Enhetens registreringsnr.: Fitbit-USA/I/MD/005159

**Utstyrssymboler**

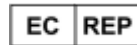
CE-  
merke



Les  
instruksjonene  
for bruk



Produsent



Europeisk autorisert  
representant



Autorisert representant i  
Sveits

For kundestøtte kan du besøke [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com).

Som påkrevd av gjeldende regelverk er et trykt eksemplar av dette dokumentet tilgjengelig på forespørsel i visse regioner uten ekstrakostnad. [Kontakt oss](#) for mer informasjon.

