

Natural Cycles - Cycle Tracking

Erabiltzailearen esku-liburua/erabilera-argibideak

Irakurri esku-liburu hau Zikloaren Jarraipena erabiltzen hasi baino lehen.

Erabilera-argibideak

Samsung Health-en Zikloaren Jarraipena (OTC) software mugikorrentzako soilik den software-aplikazio bat da, aldia eta zikloen jarraipena egiteko erabil daitekeena.

Biztanle jomuga

Helburuko taldea emakumeak dira, ugaltzeko adinean. 18 urte baino gutxiago duen taldea baztertuta dago helburuko taldetik. Erabiltzaileak IFU agiria irakurtzeko eta Samsung Health aplikazioa erabiltzeko gaitasuna izan behar du.

Erabilera-ingurunea

Gailua ingurune ez-medikuetan erabiltzeko da.

Kontraindikazioak

Zikloaren Jarraipena ez da kontrazepziorako erabiliko.

Albo-ondorioak

Produktuak ez dakar albo-ondorio zuzenik giza gorputzean.

Abisuak

- ⚠ Ez erabili aplikazioan emandako ugalkortasun-informazioa jaiotza-kontrol gisa.
- ⚠ Ez erabili Zikloaren Jarraipenaren datuak osasun-egoera diagnostikatzeko, ezta azaleko tenperaturaren datuak sukarra diagnostikatzeko.
- ⚠ Erabiltzaileek ezin dituzte, aplikazioan oinarrituta, datuak interpretatu edo, osasun-profesional kualifikatu batekin kontsultatu gabe, ekintza medikorik gauzatu.

Neurriak

- Gaur egun antisorgailu hormonalak hartzen ari bazara edo obulazioa eragozten duen tratamendu hormonal bat egiten ari bazara, produktu hau ez da baliagarria izango obulazioaren jarraipena egiteko.

Kontrol-zerrenda

Zikloaren Jarraipenarekin hasteko, ondokoa behar izango duzu:

1. Android smartphone bat (Android O (8.0) edo berriagoa) Samsung Health aplikazio berriena duena

Zikloaren Jarraipenera sar zaitezke Samsung Health aplikazioaren bidez, Android smartphon bidez. Samsung Health aplikazioa deskargatu ahal da Google Play Store-ren edo Samsung Galaxy Store-ren bidez. Samsung Health erabiltzeko, nahitaezkoa da Samsung account bat izatea.

2. Samsung Galaxy Watch5 (aukerakoa)

Zikloaren Jarraipena erabilgarri dago Galaxy Watch5-ean edo berriagoetan, azaleko tenperatura neurtzeko.

Plataformaren deskribapena

Zikloaren Jarraipenaren bertsioa: 1.0.0.002 eta berriagoak

Zikloaren Jarraipenera sartzeko erabil daitezkeen gailuak, Samsung Health aplikazioaren bidez (6.23.5 bertsioa eta berriagoak):

- Android smartphone: Android sistema eragilearen 8.0 bertsioa eta berriagoak, 250 kbps edo azkarragoa den Internet konexioarekin
 - Samsung Galaxy Watch 5: Wear OS 3.5 eta berriagoak

Zikloaren Jarraipena erabiltzea

Abiaraztea

1. Aukeratu Samsung Health aplikazioa.
2. Aukeratu Zikloaren Jarraipena fitxa nagusian.
3. Sartu beharrezko datuak (azken hilekoaren data, hilekoaren batez besteko iraupena, zikloaren batez besteko iraupena).

Zikloaren egoera egiaztatzea

1. Zure zikloaren egoera eta iragarpenak egiaztatu ditzakezu telefonoan zein erlojuan.
2. Zikloari lotutako informazioa eskuz sar dezakezu, telefonoaren zein erlojuaren bidez.
3. Zikloari lotutako datuak ezabatu ditzakezu telefonoaren bidez soilik.

Azaleko tenperatura neurtzea

1. Ziurtatu erlojua zure telefonoarekin konektatuta dagoela.
2. Piztu azaleko tenperaturaren funtzioa Zikloaren Jarraipenean.
3. Jantzi erlojua gauez.
 - Jantzeko iradokitako gida:
 - 4 orduz lo egin bitartean
 - 5 aldiz asteko

Segurtasuna eta errendimendua

Samsung Watch-ekin obulazioa hautemateko eta hurrengo aldia iragartzeko gaitasuna 98 ziklo grabatu zituzten 56 subjektuen azterketa kliniko batean ebaluatu zen. Ikerketako subjektuei gauean Samsung Watch-a janztea, goizean termometro batekin tenperatura ahoz neurtzea eta gernuan oinarritutako obulazio-probak egitea (LH) agindu zitzairen, iragarritako obulazioaren eguna baino lehen. Watch-en datuek zehaztutako obulazioaren eguna LH-ren probaren egunarekin alderatu zen. Batez besteko diferentzia absolutua 3 eguneko epearen barruan zegoela erakutsi zuen. Hilekoaren hasierako iragarpenen eta benetako epearen hasieraren arteko batez besteko diferentzia absolutua 3 egun baino txikiagoa zela ageri zen.

Arazoak/konponbideak

Zikloaren Jarraipenaren funtzionamenduarekin zailtasunak aurkitzen badituzu, ikusi behean arazoak konpontzeko gida.

Arazoa: Ezin duzu aurkitu 'azaleko tenperatura lo egin bitartean' funtzioa Galaxy Watch-eko Zikloaren Jarraipena aplikazioan.

Konponbidea: Egiaztatu zure Galaxy Watch 'azaleko tenperatura lo egin bitartean' funtzioa onartzen duen Galaxy Watch5 modelo dela. Zure Galaxy Watch Watch5 modelo bada, ziurtatu azken mantentze-bertsiora berrituta dagoela, Galaxy Wearable aplikazioa erabiliz. Egiaztatu Samsung Health aplikazioaren bertsiorik berriena dela.

Arazoa: Erlojua gauez janzten duzu, baina aplikazioan ez duzu azaleko tenperaturaren neurketa ikusten.

Konponbidea: Neurtutako tenperaturaren datuen kalitatea baxuegia bada, edo 3 ordu baino gutxiagoko datuak soilik erabilgarri badira, datuak baztertu egingo dira, eta ez dira ikusgai egongo aplikazioan. Ziurtatu erlojua eskumuturrera ondo egokitzen dela, lo egiten duzun bitartean. Era berean, ziurtatu lo egin aurretik batera kargatuta dagoela, eta eduki erlojua gutxienez 4 orduz piztuta.

Arazoa: Jarraibidearen arabera neurtzen ari zara, baina zure obulazioa ez da baieztatu

Konponbidea: Obulazioa zure tenperaturaren datuetan oinarrituta hautematen da. Zure tenperaturak nabarmen aldatzen badira zikloan zehar, zailagoa izango da obulazioa hautematea. Ziurtatu erlojua behar bezala janzten duzula, eta neurtu gure jarraibideen arabera. Tenperaturari gaixotasunak, bidaiak, botikak eta eguneroko bizitzako etenak bezalako faktoreek ere eragin diezaioke.

Arazoa: Iragarritako eta baieztatutako obulazio datak ez datoz bat.

Konponbidea: Datorren obulazio-eguneko aurreikuspena zure datu historikoetan oinarritzen da, esate baterako, noiz gertatzen den normalean obulazioa eta zenbat aldatzen den ziklo batetik bestera. Ziklo bakoitza bakarra denez, aurreikusitakoarekin bat ez datorren egun batean obulatu

dezakezu. Obulazioa benetan gertatutakoan, zure obulazio-egunik seguruen zure tenperaturaren datuen arabera zehaztuko da.

Beste arazo eta galdera batzuetarako, jar zaitez harremanetan Samsung-eko bezeroarentzako laguntza-taldearekin, eta gure laguntza-agente trebatuek lagunduko dizute.

Erabilera-argibideetara sartzea

Erabilera-argibideak Zikloaren Jarraipenaren barruan aurki daitezke 'Zikloaren jarraipenari buruz' orrialdean edo sarean Ziklo naturalen webgunean.

Erabilera-argibideen paperezko kopia bat nahi baduzu, kosturik gabe bidaliko dizugu. Jar zaitez harremanetan bezeroarentzako laguntza-zerbitzuarekin zure eskaerarekin.

Segurtasuna

Gomendagarria da zure telefonorako pasahitz sendo bat aukeratzea, zure kontua baimenik gabeko erabileratik babesteko. Gomendagarria ez den arren, zure erabiltzaile izena norbaitekin partekatzea erabakitzen baduzu, zeure erantzukizuna izango da. Gogoan izan beti baliogabetu dezakezula sarbidea zure kontuko pasahitza aldatuta.

Zure kontua ezabatu nahi baduzu, jar zaitez harremanetan Samsung-eko bezeroarentzako laguntza-zerbitzuarekin hemen: <https://help.content.samsung.com/>

Ikusi Samsung-eko Pribatutasun politika, segurtasunari eta datuen pribatutasunari buruzko informazio gehiago lortzeko.

Informazio orokorra

Sinboloen azalpena



Fabrikatzailea



CE marka



Kontuz



Erabiltzailearen esku-liburua/erabilera-argibideak



Gailu medikoa

CE adostasun adierazpena

Fabrikatzailearen izena:

NaturalCycles Nordic AB

Fabrikatzailearen helbidea:

St Eriksgatan 63b
112 34 Stockholm
Suedia

Bezeroarentzako laguntza-zerbitzua:

<https://help.content.samsung.com/>

Gailuaren izena:

Zikloaren Jarraipena

Produktu honek gailu medikoetarako (MDR) 2017/745 Araudiaren (EB) baldintza aplikagarri guztiak betetzen dituela eta CE marka duela adierazten dugu.

Argitaratze data:

2023-02-20

Agiriaren bertsioa:

v1.1