

Natural Cycles - Cycle Tracking

Uživatelský manuál / Pokyny k použití

Před zahájením používání aplikace Sledování Cyklu si prosím přečtěte tyto pokyny.

Indikace pro použití

Sledování Cyklu v aplikaci Samsung Health je volně dostupná, softwarová mobilní aplikace určená ke sledování cyklu a zaznamenávání menstruace.

Předpokládané cílové publikum

Předpokládaná cílová skupina jsou ženy v reprodukčním věku. Z cílové skupiny je vyloučeno dětské publikum mladší 18 let. Uživatelé by měli být schopni přečíst Pokyny k použití a ovládat aplikaci Samsung Health.

Předpokládané prostředí používání

Zařízení je určeno k použití v prostředí mimo lékařská zařízení.

Kontraindikace

Aplikace Sledování Cyklu není určena k použití jako antikoncepce.

Nežádoucí účinky

Produkt nemá žádné známé přímé nežádoucí účinky na lidské tělo.

Varování

- ⚠ Nepoužívejte informace o plodnosti získané z aplikace jako formu antikoncepce.
- ⚠ Nepoužívejte data získaná z aplikace Sledování Cyklu k diagnóze problémů se zdravím, a to včetně dat týkajících se teploty pokožky k diagnóze horečky.
- ⚠ Uživatelé by neměli výsledky změřené touto aplikací interpretovat ani na jejich základě provádět klinická opatření bez konzultace s kvalifikovaným lékařem.

Bezpečnostní opatření

- Používáte-li právě hormonální antikoncepci nebo podstupujete hormonální léčbu, která inhibuje ovulaci, nebude tento produkt užitečný pro sledování ovulace.

Kontrolní seznam

Abyste mohli začít používat aplikaci Sledování Cyklu, budete potřebovat následující:

1. Chytrý telefon se systémem Android (Android O (8.0) nebo novější) a nejnovější aplikací Samsung Health

Přístup ke Sledování Cyklu získáte prostřednictvím aplikace Samsung Health na chytrém telefonu Android. Aplikaci Samsung Health lze stáhnout prostřednictvím Google Play Store nebo Samsung Galaxy Store. K používání aplikace Samsung Health je potřeba mít účet Samsung account.

2. Samsung Galaxy Watch5 (nepovinné)

Aplikace Sledování Cyklu je dostupná také na hodinkách Galaxy Watch5 a novějších, kde funguje také měření teploty pokožky.

Popis platformy

Sledování Cyklu Verze: 1.0.0.002 a vyšší

Zařízení, která lze využít pro přístup k aplikaci Sledování Cyklu prostřednictvím aplikace Samsung Health (verze 6.23.5 a vyšší):

- Chytré telefony se systémem Android: Android verze OS 8.0 a vyšší, 250 kbps nebo rychlejší internet
 - Hodinky Samsung Galaxy Watch5: Wear OS 3.5 a vyšší

Používání aplikace Sledování Cyklu

Zahájení

1. Vyberte aplikaci Samsung Health.
2. Na úvodní kartě vyberte Sledování Cyklu.
3. Zadejte potřebná data (poslední datum menstruace, průměrná délka menstruace, průměrná délka cyklu).

Podívejte se na stav cyklu

1. Na svůj stav cyklu a predikce se můžete podívat jak na chytrém telefonu, tak na hodinkách.
2. Informace související s cyklem můžete ručně zadávat prostřednictvím chytrého telefonu i hodinek.
3. Data související s cyklem můžete odstranit pouze na chytrém telefonu.

Měření teploty pokožky

1. Zkontrolujte, zda jsou hodinky připojeny k chytrému telefonu.
2. Zapněte v aplikaci Sledování Cyklu funkci měření teploty.
3. Nechte si hodinky nasazené přes noc.
 - Doporučený návod k nošení:
 - 4 hodiny během spánku
 - 5x týdně

Bezpečnost a funkčnost

Schopnost detekovat ovulaci a predikovat nadcházející menstruaci pomocí hodinek Samsung byla hodnocena v klinické studii zahrnující 56 subjektů zaznamenávajících 98 cyklů. Subjektům studie byl udělen pokyn nosit hodinky Samsung v noci, měřit si ráno teploměrem teplotu v ústech a před predikovaným dnem ovulace si udělat test ovulace z moči. Data týkající se ovulace získaná z dat hodinek byla srovnána s daty naměřenými testem ovulace z moči. Ukázalo se, že průměrný absolutní rozdíl byl menší než 3 dny. Bylo zjištěno, že průměrný absolutní rozdíl mezi predikcí začátku menstruace a skutečným začátkem menstruace byl menší než 3 dny.

Problémy / Řešení problémů

Pokud se při používání aplikace Sledování Cyklu objeví nějaký problém, podívejte se do následujícího průvodce odstraňováním problémů.

Problém: V aplikaci Sledování Cyklu na hodinkách Galaxy Watch nelze najít funkci „teplota pokožky během spánku“.

Řešení: Zkontrolujte, zda jsou vaše hodinky Galaxy Watch model Galaxy Watch5, který podporuje funkci měření teploty pokožky během spánku. Jsou-li vaše hodinky Galaxy Watch model Watch5, zkontrolujte, zda jsou aktualizovány na nejnovější verzi Maintenance Release pomocí aplikace Galaxy Wearable. Rovněž se ujistěte, že aplikace Samsung Health je nejnovější verze.

Problém: Hodinky v noci nosíte, ale v aplikaci nevidíte žádná měření teploty pokožky.

Řešení: Pokud je kvalita změřených dat příliš nízká, nebo jsou k dispozici pouze data změřená za méně než 3 hodiny, budou data smazána a v aplikaci nebudou viditelná. Zkontrolujte, že jsou vaše hodinky pevně přichycené na vašem zápěstí během spánku. Než jdete spát, zkontrolujte také, že je vaše baterie nabitá, a nechte si hodinky nasazené alespoň 4 hodiny.

Problém: Měříte podle pokynů, ale vaše ovulace nebyla potvrzená

Řešení: Ovulace se zjišťuje na základě dat o vaší teplotě. Pokud vaše teplota během cyklu významně kolísá, stává se obtížnější ovulaci rozpoznat. Zkontrolujte, že nosíte hodinky správně a měříte podle našich návodů. Hodnoty teploty také mohou ovlivnit faktory, jako je nemoc, cestování, léky a narušení vaší každodenní rutiny.

Problém: Data vaší predikované a reálné ovulace se neshodují.

Řešení: Predikce vašeho následujícího dne ovulace je založena na vašich historických datech, jako kdy obvykle nastává vaše ovulace a jak moc se toto datum liší v rámci jednotlivých cyklů. Vzhledem k tomu, že každý cyklus je jedinečný, můžete ovulovat v den, který je jiný než den predikovaný. Jakmile k ovulaci došlo, váš nejpravděpodobnější den ovulace bude určen na základě dat o vaší teplotě.

Pro jiné problémy a otázky se obraťte na tým zákaznické podpory Samsung, kde vám pomohou naši školení zástupci podpory.

Přístup k pokynům k použití

Pokyny k použití v sekci Sledování Cyklu najdete na stránce „O sledování cyklu” nebo online na webu Natural Cycles.

Pokud byste chtěli mít po ruce papírovou verzi pokynů k použití, zdarma vám ji pošleme. S vaší žádostí se obraťte na zákaznickou podporu.

Zabezpečení

Důrazně doporučujeme zvolit si silné heslo telefonu pro ochranu vašeho účtu před neautorizovaným použitím. Nedoporučujeme s nikým sdílet vaše údaje pro přihlášení. Pokud se tak stane, činíte tak na vlastní riziko. Nezapomeňte, že můžete vždy přístup zrušit tak, že si změňte heslo ke svému účtu.

Pokud byste chtěli účet odstranit, obraťte se prosím na zákaznickou podporu Samsung na webu <https://help.content.samsung.com/>.

Další informace o zabezpečení a soukromí osobních dat naleznete v zásadách ochrany osobních údajů společnosti Samsung.

Obecné informace

Vysvětlení symbolů



Výrobce



Označení CE



Upozornění



Uživatelský manuál / Pokyny k použití



Lékařské zařízení

Prohlášení ES o shodě

Název výrobce:

NaturalCycles Nordic AB

Adresa výrobce:

St Eriksgatan 63b
112 34 Stockholm
Švédsko

Zákaznická podpora:

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

Název zařízení:

Sledování Cyklu

Prohlašujeme, že tento výrobek splňuje všechny příslušné požadavky Nařízení (EU) 2017/745 o zdravotnických prostředcích a nese označení CE.

Datum vydání:

2023-02-20

Č. verze dokumentu:

v1.1