

Timthriallta Nádúrtha - Rianú Timthrialla

Lámhleabhar Úsáideora / Treoracha le húsáid

Léigh an lámhleabhar seo le do thoil sula dtosaíonn tú ag úsáid an Rianú Timthrialla.

Tásca le haghaidh Úsáide

Is feidhmchlár bogearraí soghluaiste thar an gcuntar (margadh thar an gcuntar) amháin é an Rianú Timthrialla Samsung Health a bheartaítear a úsáid le haghaidh rianú tréimhse agus timthriallta.

Spriocdhaonra Beartaithe

Is mná d'aois atáirgthe an spriocghrúpa atá beartaithe. Tá an daonra péidiatraiceach <18 mbliana d'aois eisiata ón spriocghrúpa. Beidh an t-úsáideoir in ann an doiciméad IFU a léamh agus feidhmchlár Samsung Health a oibriú.

Timpeallacht Úsáide Beartaithe

Tá an gléas beartaithe le húsáid i suíomhanna neamhleighis.

Friththásca

Níl an Rianú Timthrialla beartaithe le húsáid le haghaidh frithghiniúna.

Fo-éifeachtaí

Níl aon fo-iarmhairtí díreacha ar eolas ag an táirge ar chorp an duine.

Rabhaidh

- ⚠ Ná húsáid an fhaisnéis torthúlachta a thugtar san bhfeidhmchlár mar chineál rialaithe breithe.
- ⚠ Ná húsáid sonraí ón Rianú Timthrialla chun riochtaí sláinte a dhiagnóiseadh, lena n-áirítear úsáid a bhaint as sonraí teocht an chraiceann chun fiabhras a dhiagnóiseadh.
- ⚠ Níor cheart d'úsáideoirí léirmhíniú a dhéanamh ná gníomhaíocht chliniciúil a dhéanamh bunaithe ar na réamh-mheastacháin a dhéantar gan dul i gcomhairle le gairmí cúraim sláinte cáilithe.

Réamhchúraimí

- Má tá tú ag glacadh rialú breithe hormónach faoi láthair nó ag fáil cóireála hormónach a chuireann bac ar ubhsceitheadh, ní bheidh an tseirbhís seo úsáideach chun ubhsceitheadh a rianú.

Seicliosta

Chun tús a chur leis an Rianú Timthrialla, beidh na rudaí seo a leanas uait:

1. Fón cliste Android (Android 10 nó níos deanaí) leis an bhfeidhmchlár Samsung Health is déanaí

Is féidir leat rochtain a fháil ar Rianú Timthrialla trí fheidhmchlár Samsung Health ar fón cliste Android. Is féidir an fheidhmchlár Samsung Health a íoslódáil tríd an Google Play Store nó Samsung Galaxy Store. Chun Samsung Health a úsáid, tá Samsung account ag teastáil.

2. Samsung Galaxy Watch5 agus níos déanaí nó Galaxy Ring (roghnach)

Ag baint úsáide as tomhas teocht an chraiceann, tacaíthe ag an Samsung Galaxy Watch5 agus níos déanaí nó Galaxy Ring, is féidir leat an fheidhmiúlacht “Fuil mhíosta a thuar le teocht an chraiceann”.

Cur síos ar an ardán

Gléasanna is féidir a úsáid chun rochtain a fháil ar Rianú Timthrialla trí Fheidhmchlár Samsung Health:

- Fóin Chliste Android: Android Leagan OS 10 agus os a chionn, luas idirlín 250 kbps nó níos tapúla
 - Samsung Galaxy Watch 5 agus os a chionn: Wear OS 4.0 agus os a chionn
 - Samsung Galaxy Ring: Zephyr RTOS 2.4.2 agus os a chionn

Ag baint úsáide as Rianú Timthrialla

Ar bordáil

1. Roghnaigh Samsung Health feidhmchlár.
2. Roghnaigh Rianú Timthrialla ón gcluaisín baile.
3. Iontráil na sonraí riachtanacha (dáta na tréimhse deiridh, fad na tréimhse deiridh, meánfhad an timthrialla).

Seiceáil do stádas timthrialla

1. Is féidir leat do stádas rothaíochta agus do thuar a sheiceáil ar fhón cliste agus ar Watch araon.
2. Is féidir leat faisnéis a bhaineann le timthriall a Iontráil de láimh trí fhóin chliste agus ar Watch araon.
3. Is féidir leat do shonraí a bhaineann le timthriall a scríosadh trí fhón cliste amháin.

Tomhas teocht an chraiceann

1. Bí cinnte go bhfuil do Watch nó Ring ceangailte le d'fhón cliste.
2. Cas ar fheidhm teocht an chraiceann ón Rianú Timthrialla.
 - Má tá d'fhón cliste nasctha le do Watch agus do Ring araon, roghnaigh an gléas ar mian leat a úsáid chun teocht an chraiceann a thomhas.”
3. Caith an Watch nó an Ring thar oíche.

- Treoir caitheamh molta:
 - 4 uair an chloig le linn codlata
 - 5 huaire in aghaidh na seachtaine

Gan teocht an chraicinn a áireamh

1. Tá sé roghnach gan teochtaí a áireamh
2. Is féidir leat a roghnú teocht a eisiamh más rud é:
 - Má tá tinneas póite ort
 - Mothaíonn tú tinn
3. Is féidir leat teocht a eisiamh ar fhón cliste agus ar Watch araon
4. Is féidir leat teocht eisiata a chur ar ais ar fhón cliste agus ar Watch

Logchomhad laethúil a thaifeadadh

Is féidir leat do chuid comharthaí agus do ghiúmar a thaifeadadh le linn do thimthriall míosta.

- Leibhéal sreafa, Comharthaí, Moods, Tástáil Ubhsceitheadh, srl.

Sábháilteacht agus Feidhmíocht

Rinneadh measúnú ar an gcumas ubhsceitheadh a bhrath agus an fhuil mhíosta atá le teacht a thuar leis an Samsung Galaxy Watch i staidéar cliniciúil ina raibh 56 daoine ag taifeadadh 98 timthriall. Tugadh treoir do na daoine an Samsung Watch a chaitheamh i rith na hoíche, a dteocht a thomhas ó bhéal le teirmiméadar ar maidin agus tástálacha ubhsceitheadh fual-bhunaithe (HL) a dhéanamh roimh an lá ubhsceitheadh tuartha. Cuireadh an lá ubhsceitheadh arna chinneadh ag na sonraí Watch i gcomparáid leis an lá ag an tástáil HL. Léirigh sé go raibh an meándifríocht laistigh de 3 lá. Fuarthas amach go raibh an meándifríocht idir na réamh-mheastacháin maidir le tús na tréimhse agus tús na tréimhse iarbhir níos lú ná 3 lá.

Rinneadh measúnú ar an gcumas ubhsceitheadh a bhrath agus an fhuil mhíosta atá le teacht a thuar leis an Samsung Galaxy Ring i staidéar cliniciúil ina raibh 53 daoine ag taifeadadh 209 timthriall. Tugadh treoir do na daoine an Samsung Ring a chaitheamh i rith na hoíche, a dteocht a thomhas ó bhéal le teirmiméadar ar maidin agus tástálacha ubhsceitheadh fual-bhunaithe (HL) a dhéanamh roimh an lá ubhsceitheadh tuartha. Cuireadh an lá ubhsceitheadh arna chinneadh ag na sonraí Ring i gcomparáid leis an lá ag an tástáil HL. Léirigh sé go raibh an meándifríocht laistigh de 2 lá. Fuarthas amach go raibh an meándifríocht idir na réamh-mheastacháin maidir le tús na tréimhse agus tús na tréimhse iarbhir níos lú ná 2 lá.

Fadhbanna/Fabhtcheartú

Má bhíonn deacrachtaí agat an Rianú Timthrialla a oibriú, féach ar an treoir fabhtcheartaithe thíos.

Fadhb: Ní féidir leat an fheidhm "Fuil mhíosta a thuar le teocht an chraiceann" a fháil taobh istigh de Rianú Timthrialla

Réiteach: Seiceáil gur samhail Galaxy Watch5 é do Galaxy Watch a thacaíonn le teocht an chraicinn le linn codlata. Más gléas inchaite é do Galaxy Watch a thacaíonn le teocht an chraicinn le linn codlata, déan cinnte go bhfuil sé uasghrádaithe chuig an Scaoileadh Cothabhála is déanaí ag baint úsáide as an bhfeidhmchlár Galaxy Wearable. Cinntigh freisin gurb é an fheidhmchlár Samsung Health an leagan is déanaí.

Fadhb: Tá tú ag caitheamh an Watch nó an Ring san oíche ach ní féidir leat sonraí tomhais teocht an chraicinn a fheiceáil san fheidhmchlár.

Réiteach:

Má tá cáilíocht na sonraí tomhais teochta craiceann ró-íseal, nó má tá níos lú ná 4 uair an chloig de shonraí ar fáil, scriosfar na sonraí agus ní bheidh siad le feiceáil san aip. Cinntigh go bhfuil do Watch nó do Ring á chaitheamh i gceart agat agus tú i do chodladh. Chomh maith leis sin, cinntigh go luchtáíonn tú ceallra an ghléis inchaite sula gcodlaíonn tú, agus coinnigh do Watch nó Ring ar siúl ar feadh 4 huaire an chloig ar a laghad.

Fadhb: Tá tú ag caitheamh do Watch nó Ring de réir na dtreoracha ach níor deimhníodh d'ubhsceitheadh

Réiteach: Braitear ubhsceitheadh ar teocht do chraiceann le linn codlata. Má athraíonn do theocht an chraiceann go suntasach feadh an timthrialla, bíonn sé níos deacra ubhsceitheadh a bhrath. Bí cinnte go gcaitheann tú do Watch nó Ring i gceart agus tomhais de réir ár dtreoirí. Is féidir le fachtóirí cosúil le tinneas, taisteal, cógais agus cur isteach ar do ghnáthamh laethúil cur isteach ar theocht.

Fadhb: Ní aontaíonn do dhátaí ubhsceitheadh tuartha agus deimhnithe..

Réiteach: Tá an réamh-mheastachán do lá ubhsceitheadh atá le teacht bunaithe ar do shonraí stairiúla, mar shampla cathain a tharlaíonn d'ubhsceitheadh de ghnáth agus cé mhéid a athraíonn sé seo ó thimthriall go timthriall. Ós rud é go bhfuil gach timthriall uathúil, féadfaidh ubhsceitheadh a tharlú ar lá atá difriúil leis an ceann tuartha. Nuair a bheidh an ubhsceitheadh tar éis tarlú i ndáiríre, cinnfear do lá ovulation is dóichí bunaithe ar do shonraí teochta. Le haghaidh fadhbanna agus ceistanna eile, déan teagmháil le foireann Tacaíochta do Chustaiméirí Samsung agus cabhróidh ár ngníomhairí tacaíochta oilte leat.

Rochtain a fháil ar na Treoracha le húsáid

Is féidir na Treoracha Úsáide a fháil laistigh den Rianú Timthrialla faoin leathanach 'Eolas faoi Rianú Timthrialla nó ar an líne ar bun Gréasáin na Rianú timthrialla.

Más mian leat cóip pháipéir de na Treoracha le húsáid seolfaimid ceann chugat gan aon chostas. Déan teagmháil le tacaíocht do chustaiméirí leis an iarratas.

Slándáil

Moltar go láidir duit pasfhocal láidir a roghnú do d'fhón chun do chuntas a chosaint ó úsáid neamhúdaráithe. Cé nach moltar é, má roghnaíonn tú do logáil isteach a chomhroinnt le duine, déanann tú é sin ar do phriacal féin. Coinnigh i gcuimhne gur féidir leat rochtain a chúlghairm i gcónaí trí phasfhocal do chuntas a athrú.

Más mian leat do chuntas a scriosadh, déan teagmháil le tacaíocht do chustaiméirí Samsung ag <https://help.content.samsung.com/>.

Féach le do thoil do Beartas Príobháide Samsung le haghaidh faisnéis bhreise ar shlándáil agus príobháideacht sonraí.

Faisnéis Ghinearálta

Míniú ar siombailí



Monaróir



Marc CE



Aire



Lámhleabhar Úsáideora/Treoracha le húsáid



Gléas Leighis

Dearbhú Comhréireachta CE

Ainm an Déantóra:

NaturalCycles Nordach AB

Seoladh an Monaróra:

St Eriksgatan 63b
112 34 Stockholm
An tSualainn

Tacaíocht do chustaiméirí:

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

Ainm an ghléis:

Rianú Timthrialla

Dearbhaímid go gcomhlíonann an táirge seo ceanglais infheidhme uile Rialachán (AE) 2017/745 maidir le feistí leighis (MDR) agus go bhfuil an marc CE air.

**Dáta foilsithe:**

2025-01

Leagan doiciméid:

V1.4