

הוראות שימוש: מעקב אחר המחזור

מעקב אחר המחזור: עברית (HE)

האיחוד האירופי/האזור הכלכלי האירופי, הוראות שימוש אלה רלוונטיות רק לאזורים הבאים: ארצות הברית, שווייץ, בריטניה וקוריאה הדרומית.

מעקב אחר המחזור

הוראות שימוש



Apple Inc.
One Apple Park Way
Cupertino, CA 95014

www.apple.com



Apple Distribution International
Hollyhill Industrial Estate,
Hollyhill, Cork,
Ireland

ליצירת קשר: medicalcompliance@group.apple.com
CE

מידע ספציפי למשתמשים בשווייץ:

:CH-REP

QUNIQUE GmbH
Bahnhofweg 17
Wohlen 5610
Switzerland

מידע ספציפי למשתמשים במולדובה:

מספר רישום: DM000322299, DM000322300
נציג מורשה:
JERELO S.R.L.
MD-2024, str. Pietrăriei, nr 19A, of. .3
mun. Chişinău, Republica Moldova
+37378538295

מידע ספציפי למשתמשים באוקראינה:

מספר רישום: DM000322299, DM000322300
ТОВ «ДЖЕРЕЛО-УКРАЇНА»
01033, Україна, м. Київ, вулиця Шота Руставелі 33-Б, офіс 27
דוא"ל: uarep@jerele.eu



מידע ספציפי למשתמשים בדרום קוריאה:

.본 앱은 "의료기기" 임

수입업자: 이머고코리아 (유)

서울특별시 강남구 테헤란로 152 강남파이낸스센터 26층 (06236

제조원: Apple Inc.

(본사) One Apple Park Way, Cupertino, CA 95014, USA

(공장) 20450 Stevens Creek Blvd., Cupertino, CA 95014, USA

허가번호: 보류중

(명칭 (제품명, 품목명, 모델명): '생리 주기 추적'

소프트웨어 버전: 4.X

출시연월: 2022년 12월

포장단위: 1ea

: 사용목적

본 '생리 주기 추적' 소프트웨어는 여성의 생리 및 가임기간, 후향적 배란일에 대한 추정정보를 제공하여, 여성 스스로 생리 등 일상적인 건강관리에 사용됩니다. 참고로, 동 소프트웨어는 의료 또는 피임 등의 목적으로 사용될 수 없습니다

:사용 시 주의사항

.생리 주기 추적'은 의료 또는 피임을 목적으로 사용할 수 없습니다'

התוויות לשימוש/שימוש מיועד (אזורי ארה"ב והאיחוד האירופי)

"מעקב אחר המחזור" הוא יישום של תוכנה בלבד שנועד לעקוב אחרי המחזור החודשי ולחזות אותו, ובכלל זה גם ביוץ, כדי לתת למשתמשות מידע בנוגע לבריאות הקשורה למחזור החודשי ולסייע בהתעברות (אין להשתמש ביישום כאמצעי למניעת הריון). "מעקב אחר המחזור" מנתח נתונים שסופקו על-ידי המשתמשת, כולל משך מחזור טיפוסי, משך וסת טיפוסי, זרימת הדם בווסת ותוצאות בדיקת ביוץ, יחד עם נתונים מצטברים לגבי קצב לב במנוחה והחום בפרק כף היד.

התוויית נגד

"מעקב אחר המחזור" אינו נועד לשימוש כאמצעי למניעת הריון.

השימוש ב"מעקב אחר המחזור"

הגדרה ותחילת השימוש

- מידע לגבי זמינות "מעקב אחר המחזור" לפי אזורים ומכשירים תואמים ניתן למצוא באתר <https://support.apple.com/he-il/HT210407>.
- יש לעדכן את מערכת ההפעלה של ה-Apple Watch וה-iPhone לגירסה העדכנית ביותר.
- ב-iPhone, פתחי את היישום "בריאות" והקשי על הכרטיסיה "עיון".
- כעת, יש לנווט אל "מעקב אחר המחזור".
- יש להקיש על "התחלה" ולבצע את ההנחיות שמופיעות במסך.
- ניתן לבטל את תהליך ההגדרה בכל עת על-ידי הקשה על "ביטול".
- לאחר השלמת ההגדרה, אפשר להתחיל במעקב אחר המחזור.

כיצד לעקוב אחר המחזור שלך

- ב-iPhone, פתחי את היישום "בראות" והקשי על הכרטיסיה "עיון".
- הקשי על "מעקב אחר המחזור".
- החליקי כדי לבחור בתאריך הנכון ואז הקשי על הצורה האובאלית כדי לתעד את המחזור שלך.
- כדי להוסיף מידע, אפשר לגלול למטה ולהקיש על קטגוריה, לבצע שינוי ואז להקיש על "סיום". באפשרותך לעקוב אחר סימפטומים, דימום בין וסתי, חום השחר ועוד.
- כדי לעקוב אחר המחזור מה-Appl Watch, תוכלי לפתוח את "מעקב אחר המחזור", להחליק לתאריך הנכון ואז להקיש על הצורה האובאלית כדי לתעד את המחזור שלך.

כיצד לבדוק את תאריך המחזור הבא והאחרון

- ב-iPhone, פתחי את היישום "בראות" והקשי על הכרטיסיה "עיון".
- הקשי על "מעקב אחר המחזור".
- כדי לראות מתי המחזור הבא שלך צפוי להתחיל, גוללי אל "דגשים". אם את לא רואה את התאריך המשוער, הקשי על "הצג הכל" שליד "דגשים".
- גללי אל "סיכום" כדי לראות את התאריך שבו הווסת האחרונה החלה כמו גם את משך המחזור הטיפוסי שלך.
- כדי לבדוק את התאריכים דרך ה-Appl Watch, תוכלי לפתוח את "מעקב אחר המחזור" ואז לגלול אל "חיזוי הווסת" או אל "המחזור החודשי האחרון".

כיצד להגדיר עדכונים עבור מעקב אחר המחזור ומעקב אחר פוריות

- ב-iPhone, פתחי את היישום "בראות" והקשי על הכרטיסיה "עיון".
- הקשי על "מעקב אחר המחזור".
- גללי מטה והקשי על "אפשרויות".
- בחרי "חיזוי הווסת" ו"עדכוני וסת". העדכונים האלו מידעים אותך מתי הווסת שלך אמורה להתחיל והם גם ישאלו אותך אם הווסת שלך הסתיימה.
- בחרי "איתור חריגה במחזור". עדכונים אלה יעדכנו אותך כשהיסטוריית המחזור החודשי מראה דפוס לא צפוי.
- בחרי "השערות לחלון הפוריות" ו"עדכוני פוריות". העדכונים האלו יעדכנו אותך כאשר חלון הפוריות שלך אמור להתחיל, או אם הוא השתנה בהתבסס על מידע חדש. כמו כן, עדכונים אלו יספקו השערה רטרופקטיבית לגבי מועד הביוץ.
- התחזיות יחלו לאחר שהזנת לפחות שני מחזורי וסת ב"מעקב אחר המחזור" והן מבוססות על נתונים שתועדו. אם תיעדת את הווסת לפני שהיא הייתה אמורה להתחיל לפי התחזית, לא תקבלי עדכון שהווסת אמור להתחיל עבור אותו מחזור. העדכונים מופיעים ב-Appl Watch וב-iPhone.

כיצד למחוק את "מעקב אחר המחזור" מה-Appl Watch

אפשר להסיר את "מעקב אחר המחזור" ישירות ממסך ה"בית" של ה-Appl Watch:

- יש לעבור למסך הבית ב-Apple Watch.
- בתצוגת רשת, יש לגעת קלות ביישום "מעקב אחר המחזור" ולהחזיק עד שהאייקון יתחיל לרעד.
- לאחר מכן להקיש על היישום ואז על האייקון "א".
- בתצוגת רשימה, יש להחליק ימינה על היישום "מעקב אחר המחזור" ולהקיש על אייקון פח האשפה.
- להקיש על "מחק".
- ואז ללחוץ על ה-Digital Crown לסיום.

בטיחות וביצועים

הביצועים של המאפיין "מעקב אחר המחזור" נבחנו בניסוחים שהוגדרו מראש בהתאם לסטטיסטיקות כדי לחזות את תאריך ההתחלה של המחזור ($n = 1,238$ מחזורים מ-260 משתמשות) ויום הביוץ המשוער ($n = 934$ מחזורים מ-226 משתמשות). תוצאות הניתוח מראות שהמאפיין "מעקב אחר המחזור" עומד בנקודות קצה קליניות שהוגדרו מראש. התחזיות לתאריך תחילת המחזור נמצאות בתוך גבולות שקילות של ± 3 ימים התאריך תחילת המחזור בפועל. נוסף לכך, ההשערות של יום הביוץ נמצאות בתוך גבולות שקילות של ± 1 יומיים מיום הביוץ שנקבע באמצעות בדיקת הביוץ (LH) לייחוס.

פתרון בעיות

במקרה של קשיים בהפעלת היישום "מעקב אחר המחזור", יש לעיין במדריך פתרון הבעיות להלן. גישה לאפשרויות פונקציונליות מסוימות ביישום זה מבוססת על זמינות אזורית והתאמת החומרה.

בעיה: היישום לא הציג תחזית לתחילת הווסת.

פתרון: מאפיין המעקב אחר המחזור דורש כי תזני לפחות שני מחזורים כדי שיהיו לו מספיק נתונים לחיזוי המחזורים הבאים. עליך לוודא כי תועד תאריך סיום ב"גורמי מחזור הריון".

בעיה: היישום לא מציג תחזיות של חלון הפוריות.

פתרון: מאפיין המעקב אחר המחזור דורש כי תזני לפחות שני מחזורים כדי שיהיו לו מספיק נתונים לחיזוי חלונות הפוריות הבאים. יש לבדוק את הגדרות המשתמש. עליך לוודא כי תועד תאריך סיום ב"גורמי מחזור הריון" או "גורמי מחזור אמצעי מניעה".

בעיה: המשתמשת לא מקבלת השערות של תאריך הביוץ.

פתרון: כדי לשער את תאריך הביוץ, Apple Watch נתמך צריך לספק למאפיין "מעקב אחר המחזור" כמות מספקת של נתונים לגבי חום פרק כף היד בשעות הלילה. הגדירי את "שינה" בשעון וענדי אותו כשאת הולכת לישון כל לילה כדי לקבל השערות לתאריך הביוץ לאחר התרחשותו.

אזהרות

אין להשתמש בחיזוי חלונות הפוריות או בהשערות של תאריך הביוץ כאמצעי למניעת הריון.

אין להשתמש בנתונים מהיישום "בריאות" ומהמאפיין "מעקב אחר המחזור" כדי לאבחן מצבים רפואיים.

יישומי צד שלישי שפועלים עם היישום "בריאות" יכולים גם לשמש עם היישום "מעקב אחר המחזור".

אם לדעתך הינך חווה מצב חירום רפואי, חייגי/י אל שירותי החירום.

אין לנקוט בפעולה רפואית כולל שינוי אופן נטילת התרופות בלי להתייעץ עם גורם רפואי מוסמך.

לתשומת לב המשתמשים ו/או המטופלים: בכל מקרה של אירוע חמור שקשור במכשיר, יש לדווח על כך ליצרן ולרשויות האחראיות במדינה החברה בארגון שבה מתגוררים אותם המשתמשים ו/או המטופלים.

אזהרות: יש לפנות לרופא אם זיהית שינוי כלשהו במצבך הבריאותי.

אבטחה: Apple ממליצה להגדיר קוד גישה (מספר זיהוי אישי [PIN]), זיהוי באמצעות Face ID או Touch ID (טביעת אצבע) ל-iPhone, וקוד גישה (מספר זיהוי אישי [PIN]) ל-iOS ו-watchOS כדי להוסיף שכבת אבטחה למכשיר. חשוב לאבטח את ה-iPhone מכיוון שיאוחסן בו מידע בריאותי אישי. בנוסף לכך, המשתמשים גם יקבלו במכשיר הודעות לגבי עדכוני iOS ו-watchOS נוספים שניתן להוריד באופן אלחוטי, בצורה שמעודדת התקנה מהירה של עדכוני האבטחה העדכניים ביותר. עיין/י במדריך "iOS and watchOS Security Guide" שמפרט את מדיניות האבטחה של Apple. המדריך זמין עבור כל המשתמשים שלנו. מדריך האבטחה של iOS ו-watchOS זמין לעיון בכתובת <https://support.apple.com/he-il/guide/security/welcome/web>.

סמלים שמופיעים על הציוד

	יצרן
	יש לעיין בהוראות השימוש
	נציג מורשה אירופאי
	מכשיר לשימוש רפואי

099-35727 מהדורה B, פברואר 2023