

คำแนะนำการใช้งาน : การติดตามรอบเดือน

การติดตามรอบเดือน: ภาษาไทย (TH)

คำแนะนำการใช้งานนี้เป็นไปตามภูมิภาคต่อไปนี้เท่านั้น: สหรัฐอเมริกา, EU/EEA, สวิสเซอร์แลนด์, สหราชอาณาจักร

การติดตามรอบเดือนเวอร์ชัน 4.X

คำแนะนำการใช้งาน



Apple Inc.
One Apple Park Way
Cupertino, CA 95014

www.apple.com



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

Contact: medicalcompliance@group.apple.com



ข้อมูลเฉพาะสำหรับประเทศสวิตเซอร์แลนด์:

CH-REP:

QUNIQUE GmbH
Bahnhofweg 17
5610 Wohlen

Switzerland

ข้อบ่งชี้สำหรับการใช้งาน/การใช้งานที่มุ่งหมายไว้ (ภูมิภาคของสหรัฐฯ และสหภาพยุโรป)

การติดตามรอบเดือนเป็นแอปพลิเคชันซึ่งมีให้บริการในรูปแบบซอฟต์แวร์เท่านั้นและมีจุดมุ่งหมายให้ใช้ติดตามและคาดการณ์รอบการมีประจำเดือนรวมถึงการตกไข่เพื่อแจ้งผู้ใช้เกี่ยวกับสุขภาพในระหว่างมีประจำเดือนและเพื่อช่วยเหลือด้านการตั้งครรภ์ (ห้ามใช้สำหรับการคุมกำเนิด) การติดตามรอบเดือนวิเคราะห์ข้อมูลที่ผู้ใช้ป้อน ซึ่งรวมถึงรอบเดือนตามปกติ รอบประจำเดือนตามปกติ ปริมาณประจำเดือน และผลทดสอบการตกไข่ รวมทั้งข้อมูลโดยรวมจากอัตราการเต้นของหัวใจเมื่อไม่เคลื่อนไหวและอุณหภูมิข้อมือ

ข้อห้ามใช้

การติดตามรอบเดือนไม่ได้ระบุไว้สำหรับใช้เพื่อคุมกำเนิด

การใช้งานการติดตามรอบเดือน

การตั้งค่า/วิธีใช้

- หากต้องการตรวจสอบภูมิภาคและอุปกรณ์ที่สามารถใช้งานการติดตามรอบเดือน โปรดไปที่ <https://support.apple.com/th-th/HT210407>
- อัปเดต Apple Watch และ iPhone เป็น OS เวอร์ชันล่าสุด
- บน iPhone ของคุณ ให้เปิดแอปสุขภาพแล้วแตะแถบเลือกหา
- ไปที่ “การติดตามรอบเดือน”
- แตะ “เริ่มต้นกัน” และทำตามขั้นตอนบนหน้าจอ
- คุณสามารถออกจากการตั้งค่าได้ตลอดเวลาโดยแตะ “ยกเลิก”
- เมื่อตั้งค่าเสร็จสมบูรณ์แล้ว คุณสามารถเริ่มติดตามรอบเดือนของคุณได้

วิธีติดตามรอบเดือนของคุณ

- บน iPhone ของคุณ ให้เปิดแอปสุขภาพแล้วแตะแถบเลือกหา
- แตะการติดตามรอบเดือน
- ปิดไปวันที่วันที่ถูกต้อง แล้วแตะรูปไข่เพื่อบันทึกข้อมูลประจำเดือนของคุณ
- ในการเพิ่มข้อมูลเพิ่มเติม ให้เลื่อนลงมาแล้วแตะหมวดหมู่ เปลี่ยนแปลง จากนั้นแตะ เสร็จสิ้น คุณสามารถติดตามอาการ จุดเลือด อุณหภูมิร่างกายขณะพัก และอื่นๆ ได้

ในการติดตามรอบเดือนของคุณจาก Apple Watch ให้เปิด การติดตามรอบเดือน ปิดไปวันที่วันที่ถูกต้อง แล้วแตะรูปไข่เพื่อบันทึกข้อมูลประจำเดือนของคุณ

วิธีตรวจสอบวันที่สำหรับประจำเดือนครั้งสุดท้ายและครั้งสุดท้ายของคุณ

- บน iPhone ของคุณ ให้เปิดแอปสุขภาพแล้วแตะแถบเลือกหา
- แตะการติดตามรอบเดือน
- เลื่อนไปยังไฮไลท์เพื่อดูเวลาที่ประจำเดือนรอบถัดไปของคุณน่าจะเริ่มต้น ถ้าคุณไม่เห็นการประเมินเวลา ให้แตะ แสดงทั้งหมด ที่อยู่ถัดจากไฮไลท์
- เลื่อนไปยังสรุปเพื่อดูวันที่ที่รอบประจำเดือนล่าสุดของคุณเริ่มต้นและรอบเดือนตามปกติของคุณ

ในการตรวจสอบวันที่จาก Apple Watch ของคุณ ให้เปิดการติดตามรอบเดือน จากนั้นเลื่อนลงมายังการคาดคะเนการมีประจำเดือนหรือรอบประจำเดือนล่าสุด

วิธีตั้งค่าการแจ้งเตือนสำหรับการติดตามประจำเดือนและการติดตามการปฏิสนธิ

- บน iPhone ของคุณ ให้เปิดแอปสุขภาพแล้วแตะแถบเลือกหา
- แตะการติดตามรอบเดือน
- เลื่อนลงมาแล้วแตะตัวเลือก
- เลือกการคาดคะเนการมีประจำเดือนและการแจ้งเตือนประจำเดือน การแจ้งเตือนเหล่านี้สามารถแจ้งให้คุณทราบเกี่ยวกับเวลาที่ประจำเดือนของคุณกำลังจะเริ่มและถามว่าประจำเดือนของคุณสิ้นสุดหรือยังได้

- เลือก ตรวจสอบความคลาดเคลื่อนของรอบเดือน การแจ้งเตือนเหล่านี้สามารถช่วยแจ้งให้คุณทราบได้เมื่อประวัติรอบเดือนของคุณแสดงรูปแบบที่ไม่เป็นไปตามที่คาดการณ์ทางคลินิก
- เลือก การประเมินช่วงไข่สุก และการแจ้งเตือนการปฏิสนธิ การแจ้งเตือนเหล่านี้สามารถแจ้งให้คุณทราบเกี่ยวกับเวลาที่ช่วงไข่สุกของคุณน่าจะเริ่มหรือมีการอัปเดตตามข้อมูลใหม่แล้ว รวมถึงให้ข้อมูลการประเมินย้อนหลังเมื่อคุณตกไข่ด้วย

การคาดคะเนการมีประจำเดือนสามารถเริ่มต้นหลังจากที่คุณได้ป้อนข้อมูลประจำเดือนอย่างน้อยสองรอบเดือนในการติดตามรอบเดือน และจะอ้างอิงตามข้อมูลที่บันทึกไว้ หากคุณบันทึกข้อมูลประจำเดือนก่อนที่จะคาดคะเนว่าจะเริ่มต้น คุณจะไม่ได้รับการแจ้งเตือนว่าประจำเดือนของคุณกำลังจะเริ่มต้นสำหรับรอบเดือนนั้น การแจ้งเตือนจะแสดงขึ้นมาบน Apple Watch และ iPhone ของคุณ

วิธีการติดตามรอบเดือนบน Apple Watch

คุณสามารถเอาการติดตามรอบเดือนออกจากหน้าจอโฮมของ Apple Watch ของคุณได้โดยตรง

- บน Apple Watch ของคุณ ให้ไปที่หน้าจอโฮม
- ถ้าคุณอยู่ในมุมมองตาราง ให้แตะเบาๆ ที่การติดตามรอบเดือนค้างไว้จนกระทั่งแอปสั่น
- แตะบนแอปแล้วแตะไอคอน “x”
- ถ้าคุณอยู่ในมุมมองรายการ ให้ปัดไปทางซ้ายบนการติดตามรอบเดือนแล้วแตะไอคอนถึงชยะ
- แตะลบ
- กด Digital Crown เพื่อลบให้เสร็จ

ความปลอดภัยและประสิทธิภาพ

ประสิทธิภาพของการติดตามรอบเดือนได้รับการทดสอบในการวิเคราะห์ที่กำหนดไว้ล่วงหน้าที่ขับเคลื่อนด้วยสถิติเพื่อคาดคะเนการเริ่มต้นการมีประจำเดือนที่กำลังจะมาถึง (n = รอบเดือน 1,238 ครั้งจากผู้ใช้ 260 คน) และประเมินวันตกไข่ (n = รอบเดือน 934 ครั้งจากผู้ใช้ 226 คน) ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่าคุณสมบัติการติดตามรอบเดือนตรงตามปลายทางด้านคลินิกที่กำหนดไว้ล่วงหน้า การคาดคะเนการเริ่มต้นการมีประจำเดือนอยู่ภายในการจำกัดของขอบเขตเทียบเท่า ± 3 วันนับจากการเริ่มต้นการมีประจำเดือนจริง นอกจากนี้ การประเมินวันตกไข่อยู่ภายในการจำกัดของขอบเขตเทียบเท่า ± 2 วันนับจากวันตกไข่ที่กำหนดผ่านข้อมูลอ้างอิงจากการทดสอบฮอร์โมนกระตุ้นการตกไข่ (LH)

การแก้ไขปัญหา

ถ้าคุณประสบปัญหาในการใช้การติดตามรอบเดือน ให้ดูคู่มือการแก้ไขปัญหาที่ด้านล่าง การเข้าถึงฟังก์ชันการทำงานภายในแอปพลิเคชันนี้จะขึ้นอยู่กับความพร้อมใช้งานในภูมิภาคและการใช้งานร่วมกันได้กับฮาร์ดแวร์

ปัญหา: ผู้ใช้ไม่ได้รับการคาดคะเนสำหรับวันเริ่มประจำเดือน

วิธีแก้ไขปัญหา: คุณสมบัติการติดตามรอบเดือนต้องใช้บันทึกข้อมูลประจำเดือนอย่างน้อยสองรอบเดือนเพื่อให้มีข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการคาดคะเนวันเริ่มประจำเดือน
ตรวจสอบให้แน่ใจว่าปัจจัยต่อระยะตั้งครภ์มีการบันทึกข้อมูลวันที่สิ้นสุดแล้ว

ปัญหา: ผู้ใช้ไม่ได้รับการคาดคะเนช่วงไข่สุก

วิธีแก้ไขปัญหานี้:

คุณสมบัติการติดตามรอบเดือนต้องใช้บันทึกข้อมูลประจำเดือนอย่างน้อยสองรอบเดือนเพื่อให้มีข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการคาดการณ์ช่วงไข่สุก ทบทวนการตั้งค่าผู้ใช้ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าปัจจัยต่อระยะการตั้งครรภ์หรือระยะการคุมกำเนิดมีการบันทึกข้อมูลวันที่สิ้นสุดแล้ว

ปัญหา: ผู้ใช้ไม่ได้รับการประเมินวันที่ที่ตกไข่

วิธีแก้ไขปัญหานี้: คุณสมบัติการติดตามรอบเดือนต้องใช้ข้อมูลอุณหภูมิข้อมือตลอดคืนอย่างเพียงพอจาก Apple Watch ที่สามารถใช้งานร่วมกันได้เพื่อประเมินวันที่ที่ตกไข่ ตั้งค่าการนอนหลับบน Apple Watch และสวมใส่ Apple Watch ของคุณเข้านอนทุกคืนเพื่อรับการประเมินวันที่ที่ตกไข่หลังจากที่เกิดการตกไข่

ข้อควรระวัง

ห้ามใช้ช่วงไข่สุกที่คาดการณ์หรือการประเมินการตกไข่ในรูปแบบของการคุมกำเนิด

ห้ามใช้ข้อมูลจากแอปสุขภาพและการติดตามรอบเดือนในการวินิจฉัยสภาวะทางสุขภาพ

แอปของบริษัทอื่นที่ใช้งานได้กับแอปสุขภาพสามารถใช้กับการติดตามรอบเดือนได้เช่นกัน

ถ้าคุณคิดว่าคุณกำลังเผชิญกับกรณีฉุกเฉินทางการแพทย์ โปรดโทรหาบริการฉุกเฉิน

ห้ามใช้การดำเนินการทางการแพทย์รวมถึงความเปลี่ยนแปลงในการทานยาของคุณโดยปราศจากคำปรึกษาของผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลสุขภาพที่ได้รับการรับรอง

นี่เป็นการแจ้งเพื่อให้ผู้ใช้และ/หรือผู้ป่วยทราบล่วงหน้าว่าควรแจ้งเหตุการณ์ร้ายแรงใดๆ ที่เกิดขึ้นซึ่งเกี่ยวข้องกับอุปกรณ์ไปยังผู้ผลิตและหน่วยงานที่มีอำนาจของรัฐสมาชิกที่รับรองผู้ใช้และ/หรือผู้ป่วยดังกล่าว

ข้อควรระวัง: คุณควรแจ้งให้แพทย์ของคุณทราบหากคุณตรวจพบการเปลี่ยนแปลงใดๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับสุขภาพของคุณ

ความปลอดภัย: Apple ขอแนะนำให้คุณเพิ่มรหัส (เลขประจำตัว [PIN]), Face ID หรือ Touch ID (ลายนิ้วมือ) ไปยัง iPhone ของคุณและรหัส (เลขประจำตัว [PIN]) ไปยัง Apple Watch ของคุณเพื่อเพิ่มการรักษาความปลอดภัยขั้นอีกชั้นหนึ่ง การเก็บรักษา iPhone

อย่างปลอดภัยจึงเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากคุณจะต้องจัดเก็บข้อมูลสุขภาพส่วนบุคคลในอุปกรณ์เครื่องนี้ ผู้ใช้จะได้รับการแจ้งเตือนรายการอัปเดต iOS และ watchOS เพิ่มเติมบนอุปกรณ์ และรายการอัปเดตจะถูกส่งแบบไร้สาย ซึ่งช่วยให้มีการนำการแก้ไขด้านความปลอดภัยล่าสุดมาใช้อย่างรวดเร็ว ดู “คู่มือความปลอดภัยของ iOS และ watchOS” ซึ่งอธิบายแนวทางการปฏิบัติด้านความปลอดภัยของ Apple และมีให้สำหรับผู้ใช้งานของเราทุกคน สำหรับคู่มือความปลอดภัยของ iOS และ watchOS โปรดไปที่ <https://support.apple.com/th-th/guide/security/welcome/web>

การติดตามรอบเดือนเวอร์ชัน 3.X

คำแนะนำการใช้งาน



Apple Inc.
One Apple Park Way
Cupertino, CA 95014

www.apple.com

EC REP

Apple Distribution International

Hollyhill Industrial Estate,
Hollyhill, Cork,
Ireland

Contact: medicalcompliance@group.apple.com



ข้อมูลเฉพาะสำหรับประเทศสวิตเซอร์แลนด์:

CH-REP:

QUNIQUE GmbH
Bahnhofweg 17
5610 Wohlen

Switzerland

การใช้งานที่มุ่งหมายไว้ (เขตสหภาพยุโรป)

การติดตามรอบเดือนเป็นแอปพลิเคชันซึ่งมีให้บริการในรูปแบบซอฟต์แวร์เท่านั้นและมีจุดมุ่งหมายให้ใช้ติดตาม คาดคะเน และแจ้งผู้ใช้เกี่ยวกับสุขภาพในระหว่างมีประจำเดือน การติดตามรอบเดือนวิเคราะห์ข้อมูลที่ใช้บ่งชี้ ซึ่งรวมถึงรอบเดือนตามปกติ รอบประจำเดือนตามปกติ ปริมาณประจำเดือน และผลทดสอบการตกไข่ รวมทั้งข้อมูลรวมจาก HealthKit เกี่ยวกับอัตราการเต้นของหัวใจเมื่อไม่เคลื่อนไหว ผู้ใช้ยังสามารถบันทึกข้อมูลต่อไปเพื่อใช้อ้างอิงได้ด้วยตนเอง แต่ข้อมูลเหล่านี้จะไม่มีผลกระทบต่อการคาดคะเน ซึ่งได้แก่ จุดเลือด (อาการเลือดออกผิดปกติจากโพรงมดลูกระหว่างรอบประจำเดือน) อาการต่างๆ ผลการทดสอบโปรเจสเทอโรน ผลการทดสอบการตั้งครรภ์ ลักษณะมูกไข่ตก อุณหภูมิร่างกายขณะพัก และการมีเพศสัมพันธ์ คุณสามารถป้อนข้อมูลผู้ใช้ด้วยตนเองหรือนำเข้าข้อมูลมาจากแอปของบริษัทอื่นได้

การคาดคะเนที่แสดงมีไว้เพื่อให้ข้อมูลเท่านั้น

ข้อห้ามใช้

การติดตามรอบเดือนไม่ได้ระบุไว้สำหรับใช้เพื่อคุมกำเนิด และไม่มีเจตนาให้ใช้รักษา บรรเทา บำบัด หรือป้องกันโรคใดๆ

การใช้งานการติดตามรอบเดือน

การตั้งค่า/วิธีใช้

- หากต้องการตรวจสอบภูมิภาคและอุปกรณ์ที่สามารถใช้งานการติดตามรอบเดือน โปรดไปที่ <https://support.apple.com/th-th/HT210407>
- อัปเดต Apple Watch และ iPhone เป็น OS เวอร์ชันล่าสุด
- บน iPhone ของคุณ ให้เปิดแอปสุขภาพแล้วแตะแถบเลือกหา
- ไปที่ "การติดตามรอบเดือน"
- แตะ "เริ่มต้นกัน" และทำตามขั้นตอนบนหน้าจอ
- คุณสามารถออกจาก การตั้งค่า ได้ตลอดเวลาโดยแตะ "ยกเลิก"
- เมื่อตั้งค่าเสร็จสมบูรณ์แล้ว คุณสามารถเริ่มติดตามรอบเดือนของคุณได้

วิธีติดตามรอบเดือนของคุณ

- บน iPhone ของคุณ ให้เปิดแอปสุขภาพแล้วแตะแถบเลือกหา
- แตะการติดตามรอบเดือน

- ปิดไปที่วันที่ถูกต้อง แล้วแตะรูปไข่เพื่อบันทึกข้อมูลประจำเดือนของคุณ
- ในการเพิ่มข้อมูลเพิ่มเติม ให้เลื่อนลงมาแล้วแตะหมวดหมู่ เปลี่ยนแปลง จากนั้นแตะ เสร็จสิ้น คุณสามารถติดตามอาการ จุดเลือด อุณหภูมิร่างกายขณะพัก และอื่นๆ ได้

ในการติดตามรอบเดือนของคุณจาก Apple Watch ให้เปิด การติดตามรอบเดือน ปิดไปที่วันที่ถูกต้อง แล้วแตะรูปไข่เพื่อบันทึกข้อมูลประจำเดือนของคุณ

วิธีตรวจสอบวันที่สำหรับประจำเดือนครั้งสุดท้ายและครั้งสุดท้ายล่าสุดของคุณ

- บน iPhone ของคุณ ให้เปิดแอปสุขภาพแล้วแตะแถบเลือกหา
- แตะการติดตามรอบเดือน
- เลื่อนไปยังการคาดคะเนเพื่อดูเวลาที่ประจำเดือนรอบถัดไปของคุณน่าจะเริ่มต้น ถ้าคุณไม่เห็นการประเมินเวลา ให้แตะแสดงทั้งหมด ที่อยู่ถัดจากการคาดคะเน
- เลื่อนไปยังสรุปเพื่อดูวันที่ที่รอบประจำเดือนล่าสุดของคุณเริ่มต้นและรอบเดือนตามปกติของคุณ

ในการตรวจสอบวันที่จาก Apple Watch ของคุณ ให้เปิดการติดตามรอบเดือน จากนั้นเลื่อนลงมายังการคาดคะเนการมีประจำเดือนหรือรอบประจำเดือนล่าสุด

วิธีตั้งค่าการแจ้งเตือนสำหรับการติดตามประจำเดือนและการติดตามการปฏิสนธิ

- บน iPhone ของคุณ ให้เปิดแอปสุขภาพแล้วแตะแถบเลือกหา
- แตะการติดตามรอบเดือน
- เลื่อนลงมาแล้วแตะตัวเลือก
- เลือกการคาดคะเนการมีประจำเดือนและการแจ้งเตือนประจำเดือน การแจ้งเตือนเหล่านี้สามารถแจ้งให้คุณทราบเกี่ยวกับเวลาที่ประจำเดือนของคุณกำลังจะเริ่มและถามว่าประจำเดือนของคุณสิ้นสุดหรือยังได้
- เลือกการคาดคะเนการปฏิสนธิและการแจ้งเตือนการปฏิสนธิ การแจ้งเตือนเหล่านี้สามารถแจ้งให้คุณทราบเกี่ยวกับเวลาที่ช่วงไข่สุกของคุณน่าจะเริ่มหรือมีการอัปเดตตามข้อมูลใหม่แล้ว

การคาดคะเนจะเริ่มต้นหลังจากที่คุณได้ป้อนข้อมูลประจำเดือนอย่างน้อยสองรอบเดือนในการติดตามรอบเดือน และจะอ้างอิงตามข้อมูลที่บันทึกไว้ ถ้าคุณบันทึกข้อมูลประจำเดือนก่อนที่จะคาดคะเนว่าจะเริ่มต้น คุณจะไม่ได้รับการแจ้งเตือนการคาดคะเนการมีประจำเดือนสำหรับรอบเดือนนั้น การแจ้งเตือนจะแสดงขึ้นบน Apple Watch และ iPhone ของคุณ

วิธีลบการติดตามรอบเดือนบน Apple Watch

คุณสามารถเอาการติดตามรอบเดือนออกจากหน้าจอโฮมของ Apple Watch ของคุณได้โดยตรง

- บน Apple Watch ของคุณ ให้ไปที่หน้าจอโฮม
- ถ้าคุณอยู่ในมุมมองตาราง ให้แตะเบาๆ ที่การติดตามรอบเดือนค้างไว้จนกระทั่งแอปสั่น
- แตะบนแอปแล้วแตะไอคอน "x"
- ถ้าคุณอยู่ในมุมมองรายการ ให้ปิดไปทางซ้ายบนการติดตามรอบเดือนแล้วแตะไอคอนถึงชยะ

- แตะลบ
- กด Digital Crown เพื่อลบให้เสร็จ

ความปลอดภัยและประสิทธิภาพ

ความสามารถของแอปการติดตามรอบเดือนในการคาดคะเนวันเริ่มประจำเดือนและช่วงไข่สุกที่ใกล้จะมีขึ้นได้รับการทดสอบในการศึกษากับผู้ร่วมการวิจัย 210 คน โดยอาศัยอัลกอริทึมการเรียนรู้เชิงลึกที่อิงตามอัตราการเต้นของหัวใจ (เมื่อมีข้อมูลอัตราการเต้นของหัวใจ) เพื่อดำเนินการคาดคะเนวันเริ่มประจำเดือนและช่วงไข่สุก การติดตามรอบเดือนรวมถึงวันเริ่มประจำเดือนในการคาดคะเนที่แสดง 80% ในช่วงเวลานั้น ในระดับประชากร: ช่วงไข่สุกที่คาดคะเน 83.4% จะมีวันไข่สุกอย่างน้อยหนึ่งวัน (กำหนดเป็นภายใน 5 วันก่อนการตกไข่หรือในวันตกไข่)

การแก้ไขปัญหา

ถ้าคุณประสบปัญหาในการใช้การติดตามรอบเดือน ให้ดูคู่มือการแก้ไขปัญหาที่ด้านล่าง

ปัญหา: ผู้ใช้ไม่ได้รับการคาดคะเนสำหรับวันเริ่มประจำเดือน

วิธีแก้ไขปัญหา: คุณสมบัตการติดตามรอบเดือนต้องใช้บันทึกข้อมูลประจำเดือนอย่างน้อยสองรอบเดือนเพื่อให้มีข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการคาดคะเนวันเริ่มประจำเดือน
ตรวจสอบให้แน่ใจว่าปัจจัยต่อระยะตั้งครรภ์มีการบันทึกข้อมูลวันที่สิ้นสุดแล้ว

ปัญหา: ผู้ใช้ไม่ได้รับการคาดคะเนช่วงไข่สุก

วิธีแก้ไขปัญหา:

คุณสมบัตการติดตามรอบเดือนต้องใช้บันทึกข้อมูลประจำเดือนอย่างน้อยสองรอบเดือนเพื่อให้มีข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการคาดคะเนช่วงไข่สุก ทบทวนการตั้งค่าผู้ใช้ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าปัจจัยต่อระยะการตั้งครรภ์หรือระยะการคุมกำเนิดมีการบันทึกข้อมูลวันที่สิ้นสุดแล้ว

ข้อควรระวัง

ห้ามใช้แอปการติดตามรอบเดือนเพื่อช่วยเหลือด้านการตั้งครรภ์

ห้ามใช้ช่วงไข่สุกที่คาดคะเนในรูปแบบของการคุมกำเนิด

ห้ามใช้ข้อมูลจากแอปสุขภาพและการติดตามรอบเดือนในการวินิจฉัยสภาวะทางสุขภาพ

แอปของบริษัทอื่นที่ใช้งานได้กับแอปสุขภาพสามารถใช้กับการติดตามรอบเดือนได้เช่นกัน

ถ้าคุณคิดว่าคุณกำลังเผชิญกับกรณีฉุกเฉินทางการแพทย์ โปรดโทรหาบริการฉุกเฉิน

ผู้ใช้ไม่ควรตีความหรือดำเนินการทางการแพทย์ด้วยการอิงตามข้อมูลส่งออกของแอปโดยปราศจากคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลสุขภาพที่ได้รับการรับรอง

นี่เป็นการแจ้งเพื่อให้ผู้ใช้และ/หรือผู้ป่วยทราบล่วงหน้าว่าควรแจ้งเหตุการณ์ร้ายแรงใดๆ ที่เกิดขึ้นซึ่งเกี่ยวข้องกับอุปกรณ์ไปยังผู้ผลิตและหน่วยงานที่มีอำนาจของรัฐสมาชิกที่รับรองผู้ใช้และ/หรือผู้ป่วยดังกล่าว

ข้อควรระวัง: คุณควรแจ้งให้แพทย์ของคุณทราบหากคุณตรวจพบการเปลี่ยนแปลงใดๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับสุขภาพของคุณ

ความปลอดภัย: Apple ขอแนะนำให้คุณเพิ่มรหัส (เลขประจำตัว [PIN]), Face ID หรือ Touch ID (ลายนิ้วมือ) ไปยัง iPhone ของคุณและรหัส (เลขประจำตัว [PIN]) ไปยัง Apple Watch ของคุณเพื่อเพิ่มการรักษาความปลอดภัยขึ้นอีกชั้นหนึ่ง การเก็บรักษา iPhone

อย่างปลอดภัยจึงเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากคุณจะต้องจัดเก็บข้อมูลสุขภาพส่วนบุคคลในอุปกรณ์เครื่องนี้ ผู้ใช้จะได้รับการแจ้งเตือนรายการอัปเดต iOS และ watchOS เพิ่มเติมบนอุปกรณ์ และรายการอัปเดตจะถูกส่งแบบไร้สาย ซึ่งช่วยให้มีการนำการแก้ไขด้านความปลอดภัยล่าสุดมาใช้อย่างรวดเร็ว ดู “คู่มือความปลอดภัยของ iOS และ watchOS” ซึ่งอธิบายแนวทางปฏิบัติด้านความปลอดภัยของ Apple และมีให้สำหรับผู้ใช้งานของเราทุกคน สำหรับคู่มือความปลอดภัยของ iOS และ watch OS โปรดไปที่ <https://support.apple.com/th-th/guide/security/welcome/web>

สัญลักษณ์อุปกรณ์

099-35727 ฉบับปรับปรุง A เดือนกรกฎาคม 2565



ผู้ผลิต



อ่านคำแนะนำสำหรับการใช้งาน



ตัวแทนสหภาพยุโรปที่ได้รับอนุญาต



อุปกรณ์ทางการแพทย์
