

Инструкции за употреба

БЪЛГАРСКИ (BG)

Cycle Tracking (Следене на цикъла)

Инструкции за употреба



Apple Inc.
One Apple Park Way
Cupertino, CA 95014

www.apple.com



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

Контакт: medicalcompliance@group.apple.com



СПЕЦИФИЧНА ИНФОРМАЦИЯ ЗА ШВЕЙЦАРИЯ:

CH-REP:

QUNIQUE GmbH
Bahnhofweg 17
5610 Wohlen
Switzerland

ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ (РЕГИОН НА ЕС)

Cycle Tracking (Следене на цикъла) е изцяло софтуерно приложение, чиято цел е да следи, предвижда и да предоставя информация на потребителя относно менструалния цикъл. Cycle Tracking (Следене на цикъла) анализира въведените от потребителя данни, включително обичайната продължителност на цикъла, обичайната продължителност на менструацията, менструалния поток и резултатите от тестове за овулация заедно с данните от HealthKit за сърдечния ритъм в покой. Потребителите могат да въвеждат за справки и следната информация, като тя не се отчита в процеса на предвиждане: зацапване (кървене между менструациите), симптоми, резултати от тестове за прогестерон, резултати от тестове за бременност, изследване на цервикална слуз, базална телесна температура и сексуална активност. Потребителските данни могат да се въвеждат ръчно или да се импортират от приложения на трети страни. Показаните предвиждания са само с информативна цел.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Функционалността Cycle Tracking (Следене на цикъла) не е предназначена за използване като средство за контрацепция, нито за облекчаване, лечение или предотвратяване на каквото и да е заболяване.

ИЗПОЛЗВАНЕ НА CYCLE TRACKING (СЛЕДЕНЕ НА ЦИКЪЛА)

Настройване/начална настройка

- За информация относно достъпността по региони и съвместимостта на устройствата за Cycle Tracking (Следене на цикъла), посетете <https://support.apple.com/bg-bg/HT210407>
- Обновете Apple Watch и iPhone до най-новата версия на операционната система.
- На вашия iPhone отворете приложението Health (Здраве) и докоснете етикета Browse (Преглед).
- Придвижете се до Cycle Tracking (Следене на цикъла).
- Докоснете Get Started (Начални стъпки) и следвайте инструкциите от екрана.
- Можете да излезете от режима на начална настройка по всяко време, като докоснете Cancel (Откажи).
- След като приключите с началната настройка, можете да започнете да следите цикъла си.

Как да следите вашия цикъл

- На вашия iPhone отворете приложението Health (Здраве) и докоснете етикета Browse (Преглед).
- Докоснете Cycle Tracking (Следене на цикъла).
- Плъзнете до правилната дата и след това докоснете овалния бутон, за да запишете вашата менструация.
- За да добавите още информация, прелистете надолу и докоснете категория, направете промяна и след това докоснете Done (Готово). Можете да следите симптоми, появата на зацапване, базалната телесна температура и други.

За да следите вашия цикъл от Apple Watch, отворете Cycle Tracking (Следене на цикъла), плъзнете до правилната дата и след това докоснете овалния бутон, за да запишете вашата менструация.

Как да проверите датата на следващата и на последната менструация

- На вашия iPhone отворете приложението Health (Здраве) и докоснете етикета Browse (Преглед).
- Докоснете Cycle Tracking (Следене на цикъла).
- Прелистете до Predictions (Предвиждания), за да видите кога вероятно ще започне следващата ви менструация. Ако не виждате предвиждане, докоснете Show All (Покажи всички) до Predictions (Предвиждания).
- Прелистете до Summary (Обобщение), за да видите датата, на която е започнала последната ви менструация, и обичайната продължителност на вашия цикъл.

За да проверите датите от вашия Apple Watch, отворете Cycle Tracking (Следене на цикъла), след това прелистете надолу до Period Prediction (Предвиждане на менструация) или Last Menstrual Period (Последна менструация).

Как да настроите известия за следене на цикъла и на периодите, подходящи за зачеване.

- На вашия iPhone отворете приложението Health (Здраве) и докоснете етикета Browse (Преглед).
- Докоснете Cycle Tracking (Следене на цикъла).
- Прелистете надолу и докоснете Options (Опции).
- Изберете Period Predictions (Предвиждане на менструация) и Period Notifications (Известия за менструация). Тези известия могат да ви уведомят кога вероятно ще започне вашата менструация и да ви попитат дали тя е приключила.
- Изберете Fertility Prediction (Предвиждане на период за зачеване) и Fertility Notification (Известие за период за зачеване). Тези известия могат да ви подскажат кога вероятно ще започне вашият период, подходящ за зачеване, или кога той е бил променен на базата на нова информация.

Предвижданията ще започнат, след като в Cycle Tracking (Следене на цикъла) сте въвели данни за най-малко две менструации, и се основават на въведените данни. Ако въведете данни за менструация, преди да е настъпила предвидената дата за това, за този цикъл няма да получите известие за предвиждане на менструация. Известията се появяват на вашите Apple Watch и iPhone.

Как да изтриете Cycle Tracking (Следене на цикъла) на Apple Watch

Можете да изтриете Cycle Tracking (Следене на цикъла) директно от началния екран на вашия Apple Watch:

- На вашия Apple Watch отидете в Начален екран
- Ако сте в Grid View (Преглед решетка), докоснете и задръжте леко Cycle Tracking (Следене на цикъла), докато започне да се клати.
- Докоснете приложението и след това докоснете иконката „x“.

- Ако сте в List View (Преглед списък), плъзнете наляво върху Cycle Tracking (Следене на цикъла) и докоснете иконката Trash (Кошче).
 - Докоснете Delete (Изтрий).
 - Натиснете коронката Digital Crown, за да приключите.
-

БЕЗОПАСНОСТ И ФУНКЦИОНАЛНОСТ

Способността на Cycle Tracking (Следене на цикъла) да предвижда началото на следващата менструация и периодите, подходящи за зачеване, е тествана в изследване с 210 участници. За предоставяне на предвиждания за началото на следващата менструация и на периода, подходящ за зачеване, приложението разчита на обучаващ се алгоритъм на базата на данните за сърдечен ритъм (когато има данни за сърдечния ритъм). Cycle Tracking (Следене на цикъла) включва началото на менструацията в показаните предвиждания в 80% от случаите. На ниво население: в 83.4% от предвидените подходящи за зачеване периоди ще има поне един подходящ за зачеване ден (дефиниран като 5 дни преди овулация или в деня на овулация).

ОТСТРАНЯВАНЕ НА ПРОБЛЕМИ

Ако изпитвате затруднения при използването на Cycle Tracking (Следене на цикъла), потърсете информация в насоките за отстраняване на проблеми по-долу.

Проблем: Потребителят не получава предвиждания за начало на менструация.

Решение: Функцията за следене на цикъла се нуждае от най-малко две въведени менструации, за да има достатъчно данни за предвиждане на началото на следващата менструация. Уверете се, че за Pregnancy Cycle Factors (Фактори за цикъл на бременност) е въведена крайна дата.

Проблем: Потребителят не получава предвиждания за период, подходящ за зачеване.

Решение: Функцията за следене на цикъла се нуждае от най-малко две въведени менструации, за да има достатъчно данни за предвиждане на период, подходящ за зачеване. Прегледайте потребителските настройки. Уверете се, че за Pregnancy Cycle Factors (Фактори за цикъл на бременност) или Contraception Cycle Factors (Фактори за цикъл на контрацепция) е въведена крайна дата.

ВНИМАНИЕ

НЕ използвайте Cycle Tracking (Следене на цикъла) за улесняване на зачеването.

НЕ използвайте предвидените подходящи за зачеване периоди като начин за предпазване от бременност.

НЕ използвайте данните от Health (Здраве) и Cycle Tracking (Следене на цикъла), за да диагностицирате здравословни проблеми.

Приложения на трети страни, които работят с приложението Health (Здраве), могат да се използват и със Cycle Tracking (Следене на цикъла).

Ако смятате, че се касае за случай на медицинска спешност, свържете се със службите за спешни случаи.

Не е предвидено потребителят да тълкува или да предприема клинични действия въз основа на изходните данни от приложението, без да се консултира с квалифициран медицински специалист.

Това е предупреждение за потребителя и / или пациента, че всеки сериозен инцидент, възникнал във връзка с устройството, трябва да бъде докладван на производителя и на компетентния орган в държавата-членка, в която пребивава потребителят и / или пациентът.

ВНИМАНИЕ: Трябва да уведомите вашия лекар, ако забележите промени в здравословното си състояние.

СИГУРНОСТ: За да добавите една степен на сигурност, Apple препоръчва да добавите код за достъп (персонален идентификационен номер [PIN]), Face ID или Touch ID (пръстов отпечатък) на вашия iPhone и код за достъп (персонален идентификационен номер [PIN]) на вашия Apple Watch. Важно е да защитите iPhone, тъй като ще записвате лична здравна информация. Потребителите ще получават на устройството и известия за обновени версии на iOS и watchOS, а обновените версии ще се доставят безжично, което е предпоставка за бързото възприемане на най-новите корекции в областта на сигурността. Вижте „iOS and watchOS Security Guide“ („Ръководство за сигурност на iOS и watchOS“), където са описани практиките на Apple по отношение на сигурността и което е достъпно за всички наши потребители. За Ръководството за сигурност на iOS и watchOS, моля, посетете <https://support.apple.com/guide/security/welcome/web>.

СИМВОЛИ НА УСТРОЙСТВОТО



Производител



Консултирайте се с инструкциите за употреба



Упълномощен представител за Европа



Медицинско устройство
