

Navodila za uporabo

SLOVENŠČINA (SL)

Cycle Tracking

Navodila za uporabo



Apple Inc.
One Apple Park Way
Cupertino, CA 95014

www.apple.com



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

Kontakt: medicalcompliance@group.apple.com



INFORMACIJE ZA POSAMEZNE DRŽAVE, ŠVICA:

CH-REP:

QUNIQUE GmbH
Bahnhofweg 17
5610 Wohlen
Switzerland

PREDVIDENA UPORABA (REGIJA EU)

Cycle Tracking je samo programska aplikacija, namenjena sledenju, napovedovanju in obveščanju o menstrualnem ciklu. Aplikacija Cycle Tracking analizira vnose, vključno z običajnim obdobjem trajanja cikla, običajnim obdobjem trajanja menstruacije, menstrualnim tokom in rezultati testa ovulacije, skupaj z zbranimi podatki o srčnem utripu v mirovanju iz aplikacije HealthKit. Za referenco se lahko ročno beležijo tudi naslednji podatki, vendar ti vnosi ne vplivajo na napovedi: zunaj-ciklične krvavitve (medmenstrualna krvavitve), simptomi, rezultat testa progesterona, rezultat testa nosečnosti, kakovost sluzi materničnega vratu, bazalna telesna temperatura in spolna aktivnost. Podatki se lahko vnesejo ročno ali uvozijo iz aplikacij drugih proizvajalcev. Prikazane napovedi so samo za informativno uporabo.

KONTRAINDIKACIJE

Aplikacija Cycle Tracking ni indicirana kot kontracepcijsko sredstvo niti ni namenjena ublažitvi, zdravljenju ali preprečevanju kakršne koli bolezni.

UPORABA APLIKACIJE CYCLE TRACKING

Namestitev/vpis

- Za razpoložljivost glede na regije in združljivost naprave z aplikacijo Cycle Tracking obiščite <https://support.apple.com/en-us/HT210407>
- Posodobite uro Apple Watch in iPhone na zadnjo različico operacijskega sistema.
- V iPhonu odprite aplikacijo Health in tapnite »Browse« (Brskaj).
- Odprite Cycle Tracking.
- Tapnite »Get Started« (Začni) in sledite navodilom na zaslonu.
- Vpis lahko kadarkoli prekličete tako, da tapnete »Cancel«.
- Ko je vpis zaključen, lahko začnete spremljati svoj cikel.

Kako spremljate svoj cikel?

- V iPhonu odprite aplikacijo Health in tapnite »Browse« (Brskaj).
- Tapnite Cycle Tracking.
- Povlecite do pravilnega datuma, nato tapnite oval, da zabeležite menstruacijo.
- Če želite dodati več podatkov, se pomaknite navzdol in tapnite kategorijo, spremenite, nato pa tapnite »Done« (Končano). Sledite lahko simptomom, zunaj-cikličnim krvavitvam, bazalni telesni temperaturi itd.

Če želite slediti ciklu iz ure Apple Watch, odprite aplikacijo Cycle Tracking, povlecite do pravega datuma in tapnite oval, da zabeležite svojo menstruacijo.

Kako preverite datum za naslednjo in zadnjo menstruacijo?

- V iPhonu odprite aplikacijo Health in tapnite »Browse« (Brskaj).
- Tapnite Cycle Tracking.

- Pomaknite se do »Predictions« (Napovedi), da vidite, kdaj se bo verjetno začela naslednja menstruacija. Če predvidevanja ne vidite, se dotaknite »Show All« (Pokaži vse) vse ob možnosti »Predictions« (Napovedi).
- Pomaknite se do možnosti »Summary« (Povzetek) in si oglejte datum začetka zadnje menstruacije in običajno dolžino cikla.

Če želite preveriti datume iz ure Apple Watch, odprite aplikacijo Cycle Tracking in se pomaknite navzdol do »Period Prediction« (Napoved menstruacije) ali »Last Menstrual Period« (Zadnja menstruacija).

Kako nastavite obvestila za spremljanje menstruacije in spremljanje plodnosti?

- V iPhonu odprite aplikacijo Health in tapnite »Browse« (Brskaj).
- Tapnite Cycle Tracking.
- Pomaknite se navzdol in tapnite »Options« (Možnosti).
- Izberite »Period Predictions« (Napovedi menstruacije) in »Period Notifications« (Obvestila o menstruaciji). Ta obvestila vas lahko obvestijo, kdaj se bo predvidoma začela menstruacija in vas pozovejo, vnesete podatke, ko se konča.
- Izberite »Fertility Prediction« (Napoved plodnosti) in »Fertility Notification« (Obvestilo o plodnosti). Ta obvestila vas lahko obvestijo, kdaj se bo verjetno začelo predvideno obdobje plodnosti ali je bilo posodobljeno na podlagi novih podatkov.

Napovedi se bodo začele, ko boste v aplikacijo Cycle Tracking vnesli vsaj dve menstruaciji, in temeljijo na zabeleženih podatkih. Če zabeležite menstruacijo pred napovedanim začetkom, ne boste prejeli obvestila o napovedi menstruacije za ta cikel. Obvestila so prikazana v uri Apple Watch in iPhonu.

Kako izbrišete aplikacijo Cycle Tracking v uri Apple Watch?

Aplikacijo Cycle Tracking lahko odstranite neposredno z začetnega zaslona ure Apple Watch:

- V uri Apple Watch odprite zaslon Home.
 - Če imate nastavljen pogled mreže, se rahlo dotaknite aplikacije Cycle Tracking in jo pridržite, dokler se ne zatrese.
 - Tapnite aplikacijo in nato ikono »x«.
 - Če imate nastavljen pogled seznama, povlecite aplikacijo Cycle Tracking levo in tapnite ikono koša.
 - Tapnite »Delete« (Izbriši).
 - Pritisnite gumb Digital Crown, da končate.
-

VARNOST IN UČINKOVITOST

Funkcija napovedovanja prihajajoče menstruacije in obdobja plodnosti v aplikaciji Cycle Tracking je bila preizkušena v študiji z 210 osebami. Zanaša se na algoritem globokega programiranja, ki temelji na srčnem utripu (kadar so na voljo podatki o srčnem utripu), za navedbo začetka menstruacije in napovedi obdobja plodnosti. Aplikacija Cycle Tracking vključuje začetek menstruacije v 80 % prikazanih napovedi. Na ravni prebivalstva: 83,4 % napovedanih obdobjih plodnosti bo imelo vsaj en ploden dan (opredeljeno kot 5 dni pred ovulacijo ali na dan ovulacije).

ODPRAVLJANJE TEŽAV

Če se pri uporabi aplikacije Cycle Tracking pojavijo težave, si oglejte spodnja navodila za odpravljanje težav.

Težava: Uporabnik ne prejema napovedi za začetek menstruacije.

Rešitev: Funkcija spremljanja cikla potrebuje vsaj dva vpisa menstruacije, ki zagotavljata dovolj podatkov za napovedi začetka menstruacije. Prepričajte se, da imajo vsi dejavniki cikla nosečnosti zabeležen končni datum.

Težava: Uporabnik ne prejema napovedi obdobja plodnosti.

Rešitev: Funkcija spremljanja cikla potrebuje vsaj dva vpisa menstruacije, ki zagotavljata dovolj podatkov za napovedi obdobja plodnosti. Preglejte uporabniške nastavitve. Prepričajte se, da imajo vsi dejavniki cikla nosečnosti ali kontracepcije zabeležen končni datum.

OPOZORILA

NE uporabljajte aplikacije Cycle Tracking za spodbujanje zanositve.

NE uporabljajte napovedanih obdobj plodnosti kot kontracepcijo.

NE uporabljajte podatkov iz aplikacij Health in Cycle Tracking za diagnosticiranje zdravstvenih stanj.

Aplikacije tretje osebe, ki delujejo z aplikacijo Health, lahko uporabljate tudi z aplikacijo Cycle Tracking.

Če menite, da imate nujni zdravstveni primer, pokličite reševalno službo za nujno pomoč.

Uporabnik si ne sme razlagati ali izvajati kliničnih ukrepov na podlagi rezultatov aplikacije brez posvetovanja z usposobljenim zdravstvenim delavcem.

Uporabnik in/ali bolnik mora vsak resni dogodek, ki se je zgodil v zvezi s pripomočkom, prijaviti proizvajalcu in pristojnemu organu države članice, v kateri ima uporabnik in/ali bolnik sedež.

POZOR: O morebitnih zdravstvenih spremembah vedno obvestite svojega zdravnika.

VARNOST: Družba Apple priporoča, da v iPhone dodate geslo (osebna identifikacijska številka [PIN]), Face ID ali Touch ID (prstni odtis) in geslo (osebna identifikacijska številka [PIN]) v uro Apple Watch, da dodate nivo zaščite. Pomembno je, da zaščitite iPhone, saj boste vanj shranjevali osebne zdravstvene podatke. Uporabniki bodo v napravi prejeli tudi dodatna obvestila o posodobitvah operacijskega sistema iOS in sistema watchOS, posodobitve pa bodo dostavljene brezžično, kar bo spodbudilo hitro sprejetje najnovejših varnostnih popravkov. Glejte »iOS and watchOS Security Guide«, ki opisuje varnostne prakse družbe Apple in je na voljo vsem našim uporabnikom. Za varnostna navodila za iOS in watchOS obiščite spletno mesto <https://support.apple.com/guide/security/welcome/web>.

SIMBOLI NA OPREMI



Proizvajalec



Glejte navodila za uporabo



Pooblaščen zastopnik za Evropo



Medicinski pripomoček

099-31002 Revizija D, april 2022
