



# 是方健康手錶 800Z 產品說明手冊

是方健康手錶 APP



[是方電訊股份有限公司]

2022 年 7 月 第一版

## 目錄

一、 產品介紹.....	4
二、 使用方法.....	6
1. 基本操作.....	6
2. 恢復出廠設置.....	6
3. 充電.....	7
4. F/W 更新.....	7
5. 設備資訊.....	7
三、 產品功能介紹及操作說明.....	8
1 計時功能.....	8
1.1 秒錶.....	8
1.2 計時器.....	8
1.2 尋找手機.....	9
2 健康相關功能.....	9
2.1 多運動模式.....	9
2.2 計步、路程、卡路里.....	10
2.3 睡眠.....	11
2.4 心率（PPG 脈率）.....	11
2.5 血氧.....	12
2.6 ECG.....	13
2.7 體溫.....	15
2.8 壓力.....	15
2.9 呼吸訓練.....	16
3 提醒功能.....	16
3.1 鬧鐘提醒.....	16
3.2 訊息（簡訊、來電、其他應用程式）提醒.....	17
3.3 藍牙斷連提醒.....	17
3.4 久坐提醒.....	18
3.5 運動目標達成提醒.....	18
4 常規功能.....	19
4.1 綁定設備.....	19
4.2 佩戴檢測.....	19
4.3 轉腕亮屏.....	19
4.4 亮屏時長、螢幕亮度.....	19
4.5 錶盤設定.....	20
4.6 健康與監測.....	20
4.7 語系設定.....	21

4.8 靜音模式.....	21
5 其他功能.....	21
5.1 拍照.....	21
5.2 女性功能.....	22
5.3 重置密碼.....	23
5.4 開關設置.....	23
四、安裝專屬應用程式.....	24
1. 下載手錶專用 APP.....	24
2. 以手機號碼登入並依步驟填寫個人資料即可完成會員註冊 .....	24
3. 初次配對.....	24
五、保固服務說明.....	26
1. 產品保固時間.....	26
2. 非保固範圍.....	26

## 一、產品介紹

本手錶是一款集運動資料收集、PPG 脈率、生理睡眠監測、ECG 心電測量、血氧監測為一體的健康智慧手錶，使用者可以監測身體狀態、調整作息，培養健康的生活方式。手錶搭配「是方健康手錶」App，進行個性化設置，同步資料。此外該手錶還具有資訊推送、鬧鐘提醒等功能。是一款體積小功能強的時尚智慧手錶。

### ● 功能一覽表

功能	說明
來電拒接、靜音	連接藍牙，可拒接、靜音
碼錶	手錶上操作開啟碼錶進行計時
計時器	手錶上操作開啟倒計時進行計時
查找手機	通過操作手錶使手機響鈴振動
多運動模式	10種運動模式選擇，使運動資料更加精確。即時監測各項資料
計步、里程、卡路里	即時計步、里程、卡路里，隨時查看，資料當天零點歸零
睡眠	顯示睡眠資料，改善使用者睡眠品質，提供詳細的更科學的睡眠報告
心率（PPG）	隨時測量心率，操作簡單
血氧	支援即時測量、夜間連續監測
體溫	支援即時測量、24小時連續自動監測
壓力	支援即時測量、24小時連續自動監測
ECG 心電	支援 ECG 測量，手機端測量可顯示即時波形並保存報告
HRV 心率變異分析	跟隨連續夜間血氧監測功能
呼吸訓練	幫助用戶進行深呼吸，為用戶減壓

鬧鐘提醒	設置帶標籤鬧鐘，到點計時提醒
簡訊/其他應用程式訊息提醒	支援手機資訊推播
藍牙斷連提醒	藍牙斷連，即時提醒
心率報警提醒	手機設置心率上限，手錶即時提醒
久坐提醒	手機設置久坐時間，到點提醒
運動目標達成提醒	手機設置運動目標，目標達成，手錶振動並顯示達成目標
綁定設備	手機與手錶綁定，同步上傳資料
佩戴檢測	檢測佩戴是否正確，檢測精確測量資料
轉腕亮屏	設置轉腕亮屏開關，可設置靈敏度，體驗效果更佳
亮度設置、鎖屏時長	調節合適亮度、設置鎖屏時長，視覺與體驗效果更佳
主畫面風格設置	多種主畫面風格供使用者選擇
免打擾模式	開啟免打擾模式，設備不會對使用者進行功能振動提醒
拍照	手環控制手機拍照，照片自動保存
女性功能	根據使用者設置，智慧推送健康建議，守護女性生理健康
開關設置	可設置「血氧夜間監測」「心率、壓力、體溫自動監測」「斷連提醒」「科學睡眠」等開關

### ● 支援語言

	支援語言
手錶	繁體中文、英文
App	繁體中文
消息推送	中文、英文

## 二、使用方法

### 1. 基本操作

**開機：**關機狀態下，長按側鍵3秒，手錶振動，顯示手錶「主畫面」。如圖 2-1-1。

**螢幕觸控操作：**

- ①左右滑動切換手錶介面
- ②從邊緣向右滑動可返回上一畫面
- ③從上方向下滑動螢幕可查閱電量、設備資訊及設定功能快捷鍵等
- ④從下方向上滑動螢幕可查看通知訊息
- ⑤若有子介面，螢幕上可點擊圖示進入。

**功能選擇畫面：**使用者切換到功能畫面，選擇需要操作的功能。連續點擊側鍵，可切換到功能選擇畫面。如圖 2-1-2、圖 2-1-3。

**亮屏：**暗屏狀態下，可按下側鍵亮屏或轉腕亮屏。

**關機：**長按側鍵3秒，手錶進入「關機詢問」畫面，點擊「關機」手錶振動並關機。

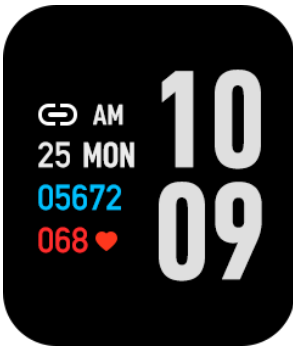


圖 2-1-1



圖 2-1-2



圖 2-1-3

### 2. 恢復出廠設置

使用者可以清除手錶資料，恢復手錶出廠設置。

- **App 端：**打開「是方健康手錶」→「我的」→「我的設備」→「清除資料」，操作後手錶將清除所有資料，並將所有功能開關設置為預設值。

- **設備端**：點擊側鍵回到「主畫面」→再次按側鍵進入「功能畫面」→點擊「設定」(如圖 2-1-4)→點擊「系統設定」(如圖 2-1-5)→點擊「清除資料」(如圖 2-1-6)。



圖 2-1-4



圖 2-1-5



圖 2-1-6

### 3. 充電

電量過低時，手錶振動提醒，顯示「電量低」畫面(如圖 2-1-7)。關機後充電自動開機，充電過程中顯示「充電動畫」(如圖 2-1-8)，不可切換畫面。



圖 2-1-7

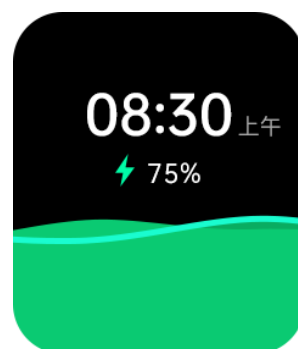


圖 2-1-8

### 4. F/W 更新

若手錶設備提示有 F/W 更新時，使用者只需要設備連接上 App 端即可升級 F/W。

### 5. 設備資訊

在設備上可查看此設備資訊。

點擊側鍵亮屏→向下滑動螢幕(再次按側鍵進入)→點擊「系統設定」→查看設備資訊。

## 三、產品功能介紹及操作說明

### 1 計時功能

#### 1.1 秒錶

「秒錶」畫面顯示時、分、秒，「開始/暫停」「重設」圖示（如圖 3-1-1）。



圖 3-1-1

#### ● 操作說明

點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→選擇「碼錶」→點擊「開始」進行計時，再次點擊可暫停。亦可點擊「繼續」圖示重新計時。

#### 1.2 計時器

「計時器清單」畫面顯示「預設」和「自訂」計時時間（如圖 3-1-2），點擊「默認」計時後自動開始計時，點擊「自訂」計時後進入「計時器設置」（如圖 3-1-3）畫面，設置時間後點擊「開始」開始計時，再次點擊可暫停，暫停後點擊「重設」可重設時間。「計時」畫面顯示時、分、秒，「開始/暫停」「重設」圖示（如圖 3-1-4）。



圖 3-1-2



圖 3-1-3



圖 3-1-4



- **操作說明**

點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→點擊「計時器」→設置時間進行倒數計時。

## 1.2 尋找手機

在手機 App 連接設備的狀態下，使用者可通過「尋找手機」功能查找手機。點擊「尋找手機」後，設備進入查找倒計時階段（如圖 3-1-5），此時點擊「取消」圖示或右滑退出可停止查找，倒計時完成後顯示「正在響鈴」畫面（如圖 3-1-6），手機振動並響鈴。



圖 3-1-5



圖 3-1-6

- **操作說明**

點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→選擇「找手機」→「即將讓手機響鈴」→手機振動並響鈴→向右滑動退出查找。

## 2 健康相關功能

### 2.1 多運動模式

運動模式包含戶外跑步、室內跑步、戶外步行、室內步行、戶外騎行、室內騎行、徒步、踏步機、橢圓機、划船機 10 種，如圖 3-2-1。以上運動模式可以記錄使用者的心率、卡路里以及運動時間，中途可「暫停/繼續」或「退出」。



圖 3-2-1

- **自動退出**

運動過程中，手環自動判斷使用者當前是否處於運動狀態，若手環判斷出當前已符合運動退出條件將會自動退出運動模式。

- **資料存儲**

手錶僅保存最近 3 次的運動資料。

- **操作說明**

- **進入**：點擊側鍵主畫面亮屏→再次按側鍵→進入「運動」(如圖 3-2-2)→滑動選擇「運動模式」(如圖 3-2-1)。
- **暫停/繼續**：進入「運動中」畫面(如圖 3-2-3)，向左滑動，點擊「暫停/繼續」圖示即可暫停/繼續運動(如圖 3-2-4)。
- **退出**：進入「運動中」畫面，向左滑動，點擊「結束」退出運動，並顯示此次運動資料(如圖 3-2-5)。



圖 3-2-2



圖 3-2-3



圖 3-2-4



圖 3-2-5

## 2.2 計步、路程、卡路里

「計步」畫面顯示使用者當天總步數、路程和卡路里(如圖 3-2-6)。每日 0 點清除，用戶可連接 App 上傳所有資料。

- **操作說明**

點擊側鍵主畫面亮屏→向右滑動進入「計步」(或再次按側鍵進入「計步」)。



圖 3-2-6

## 2.3 睡眠

「睡眠」畫面顯示使用者的總睡眠時長和深度睡眠時長（如圖 3-2-7）。App 端顯示詳細睡眠資料，包括睡眠品質、睡眠時長、甦醒次數、入睡時間、甦醒時間、深度睡眠時長、淺度睡眠時長、深睡淺睡時間分佈圖（如圖 3-2-8）

### ● 操作說明

- 設備端：點擊側鍵主畫面亮屏→向右滑動進入「睡眠」（或再次按側鍵進入「睡眠」）。
- App 端：打開 App，連接設備→點擊「測量資料」→點擊「睡眠」。



圖 3-2-7



圖 3-2-8

## 2.4 心率（PPG 脈率）

「心率」畫面顯示使用者的上次手動測量記錄、自動監測最高和最低值，以及 24 小時心率散點圖（如圖 3-2-9）。



圖 3-2-9

## ● 操作說明

點擊側鍵主畫面亮屏→向右滑動進入「心率」(或再次按側鍵,點擊「心率」)

- **心率 (PPG 脈率) 監測**: 在手錶或 App 設置中開啟「心率自動監測」,手錶每隔 10 分鐘檢測一次。設備端資料當日 0 點清除,用戶可連接 App 上傳所有資料。
- **開/關「心率自動監測」**:
  - 設備端**: 詳見下文「健康與監測」介紹;
  - App 端**: 打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「開關設置」→點擊「心率自動監測」開關
- **心率 (PPG 脈率) 異常**: 設備端自動監測到使用者心率異常時,顯示「心率異常」(如圖 3-2-10、11)。App 端可設置「心率報警」開關和報警閾值,設備端僅能設置「心率報警」開關。



圖 3-2-10



圖 3-2-11

**設備端**: 詳見下文「健康與監測」介紹;

**App 端**: 打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「心率警報」→設置數值→點擊「儲存」(如圖 3-2-12)。



圖 3-2-12

## 2.5 血氧

進入「血氧」畫面後自動開始檢測,過程中顯示血氧水準(如圖 3-2-13)。若檢測失敗則顯示「檢測失敗」畫面(如圖 3-2-14)。



圖 3-2-13

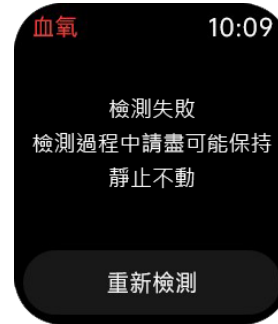


圖 3-2-14

## ● 資料顯示

- **設備端**：畫面顯示即時檢測結果。  
(說明：血氧即時檢測結果僅顯示於手錶，不會上傳至 APP)
- **App 端**：顯示夜間血氧和呼吸暫停資料及資料分佈圖。

## ● 操作說明

### ➤ 手動檢測：

**App 端**：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「測量資料」→點擊「更多操作」→點擊「血氧」圖示；

**設備端**：點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→點擊「血氧」。

- **自動監測**：在手錶或 App 中開啟「血氧夜間監測」。  
(設備端資料當日 0 點清除，用戶可連接 App 上傳所有資料。)

### ➤ 開/關「血氧夜間監測」：

**設備端**：詳見下文「健康與監測」介紹。

**App 端**：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「開關設置」→點擊「血氧夜間監測」開關

## 2.6 ECG

進入「ECG」畫面後，點擊「開始」圖示後進入檢測前倒數計時，3s 內檢測到手腕和手指接觸電極後進行檢測過程中顯示進度（如圖 3-2-15），完成後顯示結果（如圖 3-2-16）。若檢測失敗或未能正確佩戴設備則顯示「檢測失敗」畫面（如圖 3-2-17）。



圖 3-2-15



圖 3-2-16



圖 3-2-17

● 資料顯示

- 設備端：畫面顯示上次檢測結果和檢測時間（如圖 3-2-18）。



圖 3-2-18

● 操作說明

- 手動檢測：

**App 端：**打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「測量資料」→點擊「更多操作」→點擊「ECG」圖示；

**設備端：**點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→點擊「ECG」→點擊「開始」→佩戴檢測→開始測量。量測完後可按下儲存，檢測資料可於 APP 端進行查閱

(說明：量測期間畫面左下角圓圈顯示進度，時間需一分鐘)

**緊急 ECG**



**設備端：**長按側鍵 3 秒→手錶螢幕出現緊急 ECG 模式→點擊「緊急 ECG」→點擊「開始」→佩戴檢測→開始測量。保存資料到 APP。

## 2.7 體溫

進入「體溫」畫面後，點擊「開始」圖示後進入量測。


(說明：戴上手錶後，請先貼合手腕配戴 10 分鐘後方可進行量測，測量中畫面下方圓圈顯示進度)

### ● 資料顯示

- **設備端：**畫面顯示即時檢測結果。
- **App 端：**顯示體溫連續監控數據、最大值/最小值/平均值。

### ● 操作說明

#### ➤ 手動檢測：

**App 端：**打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「測量資料」→點擊「更多操作」→點擊「體溫」圖示；

**設備端：**點擊側鍵主畫面亮屏→點擊側鍵→點擊「體溫」。

#### ➤ 體溫自動監測：

**App 端：**打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的」→點擊「我的設備」→點擊「開關設置」→點擊「體溫自動監測」開關

## 2.8 壓力

進入「壓力」畫面後，點擊「開始」圖示後進入量測。


(說明：量測期間畫面左下角圓圈顯示進度，時間約需一分鐘)

### ● 資料顯示

- **設備端：**畫面顯示即時檢測結果、最後一次測量結果。
- **App 端：**顯示壓力連續監控數據、最大值/最小值。

### ● 操作說明

#### ➤ 手動檢測：

**App 端：**打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「測量資料」→點擊「更多操作」→點擊「壓力」圖示；

**設備端：**點擊側鍵主畫面亮屏→點擊側鍵→點擊「壓力」。

#### ➤ 開/關「壓力自動監測」：

**設備端：**詳見下文「健康與監測」介紹。

- **App 端**：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的」→點擊「我的設備」→點擊「開關設置」→點擊「壓力自動檢測」

## 2.9 呼吸訓練

使用者可在設備端開啟「呼吸訓練」(如圖 3-2-19)。

### ● 操作說明

點擊側鍵→再次點擊側鍵→點擊「呼吸訓練」→選擇訓練時長→點擊「開始」(如圖 3-2-20)。



圖 3-2-19



圖 3-2-20



本產品不屬於醫療器材，測量數據和結果僅供參考用於自我健康管理，不適用於診斷、治療或減輕疾病、其他症狀等臨床或醫療用途，如有相關疾病建議至醫院尋求醫生正確的治療及診斷。

## 3 提醒功能

### 3.1 鬧鐘提醒

在 App 端連接設備狀態下，使用者可在 App 端設置鬧鐘（最多支援 20 組鬧鐘）。在設備端可開關未過期鬧鐘（如圖 3-3-1）。



圖 3-3-1



- 操作說明

- 設置鬧鐘：

打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「鬧鐘設置」→點擊「+」圖示進行設置。

- 關閉/刪除鬧鐘：

打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「鬧鐘設置」→左滑鬧鐘（或點擊鬧鐘後點擊「刪除鬧鐘」）。

### 3.2 訊息（簡訊、來電、其他應用程式）提醒

在設備連接手機 App 狀態下，設備會接收到手機端的簡訊、來電及應用消息（包括 LINE、電話、微信、Twitter、Facebook、Instagram 等常用應用），使用者可在「訊息設定」（設備端）/「訊息提醒」（App 端）中對需要提醒的訊息項目進行設置（如圖 3-3-2）



圖 3-3-2

- 操作說明

點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→點擊「設定」→點擊「訊息設定」

### 3.3 藍牙斷連提醒

使用者可在設備端或 App 端設置藍牙「斷連提醒」。在設備主畫面上，向下滑動，可查看藍牙連接狀態。藍牙斷連時，手錶振動並顯示「藍牙斷開」（如圖 3-3-3）。



圖 3-3-3

- 操作說明

- 設備端：詳見下文「開關設置」介紹。
- App 端：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「開關設定」→點擊「藍牙中斷提醒」開關。

### 3.4 久坐提醒

使用者可在設備端或 App 端設置「久坐提醒」。設備端僅支援設置「久坐提醒」開關，App 端可設置包括提醒時間段和提醒間隔（如圖 3-3-4），當設備檢測到使用者在提醒間隔內運動量較小時將振動並顯示「久坐提醒」（如圖 3-3-5）。



圖 3-3-4



圖 3-3-5

- 操作說明

- 設備端：詳見下文「開關設置」介紹。
- App 端：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「久坐提醒」→設置「起始時間」「結束時間」「多久提醒」→點擊「保存」。

### 3.5 運動目標達成提醒

App 中可設置「運動目標」。達成後，手錶振動並顯示「目標達成」（如圖 3-3-6）。



圖 3-3-6

- 操作說明

打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的」→點擊「運動目標」→設置數值→點擊「保存」。

## 4 常規功能

### 4.1 綁定設備

使用者可在 App 端開啟「綁定設備」。開啟後，使用者可將資料上傳並同步到 App 端。

- 操作說明

打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「綁定設備」。

### 4.2 佩戴檢測

當用戶進行心率、ECG 等檢測時，設備會檢測是否正確佩戴設備。佩戴正確則能正常進行檢測並顯示結果；若未正確佩戴則顯示「檢測失敗」（如圖 3-4-1）。



圖 3-4-1

### 4.3 轉腕亮屏

使用者可在設備端和 App 端設置「抬腕顯示」。設備端僅可設置「抬腕顯示」開關，App 端可設置包括識別時間段和識別靈敏度。

- 操作說明

- 設備端：詳見下文「開關設置」介紹。
- App 端：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「抬腕顯示」→設置「起始時間」「結束時間」「抬腕靈敏度」→點擊「儲存」。

### 4.4 亮屏時長、螢幕亮度

在設備和 App 端設置「螢幕逾時」或在設備端調節「螢幕亮度」（如圖 3-4-2）。

- 操作說明

- 1) 亮度調節：

- 點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→點擊「設定」→點擊「螢幕與顯示」→調節「螢幕亮度」。

- 2) 亮屏時長：

- 設備端：點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→點擊「設定」→點擊「螢幕與顯示」→調節「螢幕逾時」。
  - App 端：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「螢幕持續時間」。



圖 3-4-2

## 4.5 錶盤設定

用戶可在 App 端進行「錶盤設置」。

- 操作說明

- 打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「錶盤設定」。

## 4.6 健康與監測

使用者可在設備端對健康類功能進行基本設置（如圖 3-4-3）。

- 操作說明

- 點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→點擊「設定」→點擊「健康與監測」。
- 可選擇之監測項目設定包含：心率監測、心率警報、壓力監測、血氧夜間監測、低氧警報、睡眠全天監測等



圖 3-4-3

## 4.7 語系設定

使用者可在設備端設置設備語言（如圖 3-4-4）。

- 操作說明

點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→點擊「設定」→點擊「語系設定」。



圖 3-4-4

## 4.8 靜音模式

若開啟該靜音模式，設備不會對振動提醒使用者（如圖 3-4-5）。

- 操作說明

點擊側鍵主畫面亮屏→「主畫面」向下滑動→點擊「靜音模式」→選擇是否開啟「靜音模式」。



圖 3-4-5

## 5 其他功能

### 5.1 拍照

在設備連接 App 的情況下，可在 App 中開啟「拍照」功能，通過點擊設備螢幕進行控制（如圖 3-5-1）。

## ● 操作說明

**Android**：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→App 端點擊「拍照」/設備端點擊「拍照」→設備端顯示「拍照」→點擊設備螢幕進行控制；

**iOS**：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→App 端點擊「拍照」→設備端顯示「拍照」→點擊設備螢幕進行控制。



圖 3-5-1

## 5.2 女性功能

此功能主要面向女性用戶。若使用者性別設置為男性，則 App「測量資料」中不顯示此模組。在設備連接 App 的狀態下，女性使用者在 App 中可設置個人生理狀態。App 通過使用者資料，對使用者狀態進行預測和提醒。「女性」功能中個人資訊狀態包括「只記經期」「備孕期」「懷孕期」「寶媽期」四種。

### ● 操作說明

- **只記經期**：用戶選擇「只記經期」，填寫個人的經期長度、間隔長度、最後一次月經時間。設備根據使用者提供的資料，預測使用者目前情況及畫面顯示「安全期」、「距離下次月經 XX 天」等字樣。

**方式**：打開「是方健康手錶」→連接設備→「測量資料」→點擊「女性」→點擊「只記經期」→填寫資料（最後一次月經時間可智慧預測）→點擊「儲存」。

- **備孕期**：女性用戶選擇「備孕期」，需填寫自己的經期長度、經期間隔長度最後一次經期時間。設備預測使用者目前情況及畫面顯示「懷孕概率 X%排卵期」、「懷孕概率 X%安全期」等字樣。

**方式**：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「測量資料」→點擊「女性」→點擊「備孕期」→填寫數據→點擊「儲存」。

- **懷孕期**：女性用戶選擇「懷孕期」，需填寫自己預產期時間，最後一次月經時間。設備根據使用者提供的資料，預測使用者目前情況及畫面顯示「離孩子出生還有 XX 天」字樣。

方式：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「測量資料」→點擊「女性」→點擊「懷孕期」→填寫資料→點擊「儲存」

- **寶媽期**：女性用戶選擇「寶媽期」階段，用戶填寫自己的寶寶的性別、出生日期以及個人的經期長度、經期間隔長度、最後一次月經時間。設備預測使用者目前情況及畫面顯示「排卵期 X 天」、「安全期」等字樣。

方式：打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「測量資料」→點擊「女性」→點擊「寶媽期」→填寫數據→點擊「儲存」。

### 5.3 重置密碼

用戶可在 App 端設置此功能。使用者輸入舊密碼、新密碼，點擊保存即可，初始密碼為 0000。

再次連接設備時，使用者輸入新密碼即可連接設備。

- **操作說明**

打開「是方健康手錶」→連接設備→點擊「我的設備」→點擊「重設密碼」→輸入「舊密碼」「新密碼」→點擊「重設密碼」

### 5.4 開關設置

設備端可以設置「斷線提醒」「抬腕顯示」「久坐提醒」開關（如圖 3-5-2）。

- **操作說明**

點擊側鍵主畫面亮屏→再次點擊側鍵→點擊「設置」→點擊「開關設置」。



圖 3-5-2

## 四、安裝專屬應用程式

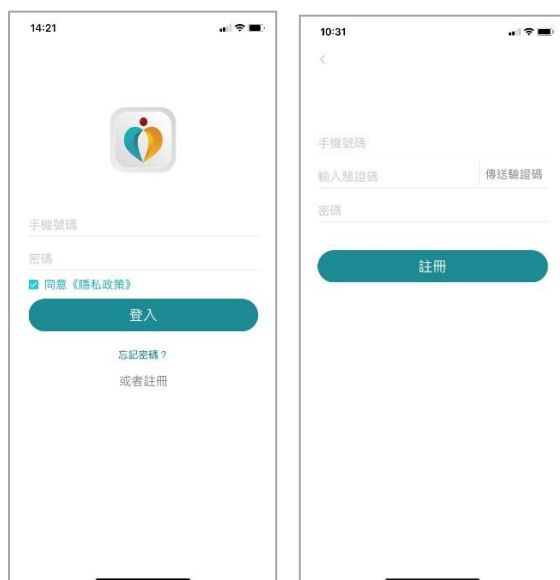
將是方健康手錶800Z與專屬應用程式配對以使用其所有功能，像是活動資料、步行紀錄、ECG心電、睡眠、夜間血氧與呼吸中止評估、女性生理、訊息與來電通知、錶盤個性化設定等資訊。

### 1. 下載手錶專用 APP

iOS：請於 App Store 搜尋並下載「是方健康手錶」使用

Android：請於 Google Play 搜尋並下載「是方健康手錶」使用

### 2. 以手機號碼登入並依步驟填寫個人資料即可完成會員註冊



### 3. 初次配對

- 請開啟手機藍芽功能，並將手錶開機後靠近手機。
- 開啟「是方健康手錶」App，依照畫面指示按下掃描設備，比對掃描出來的設備Mac資料清單，點選符合之設備進行藍芽綁定，完成配對程序



設備 MAC 可從手錶上的設定-系統設定內查詢，或參考外  
包裝盒上的 SN 資訊





- 完成設備連結配對後，請務必依照提示【同意】綁定資料上傳雲端作業。日常使用時，因手錶僅能儲存三天資料，請定期透過APP同步設備上之數據。



## 五、保固服務說明

### 1. 產品保固時間

是方健康手錶產品自購買日起享有之保固服務請參考下表。消費者如有保固服務需求時，需提供購買發票或證明供查核。如消費者無法提出購買發票或證明，手錶主體保固期間計算則依出廠日期起算15個月。

保固內容	保固期限	保固方式
手錶主體	一年	符合品質標準的新品或整新品以換代修
錶帶	無保固	800Z錶帶可相容市面22mm快拆錶帶
充電座	6個月	以換代修

經更換之產品所享有的保固期，為原始保固期的剩餘時間，或是消費者收到更換之產品後的 90 天，以時間較長者為準。

### 2. 非保固範圍

商品雖在保固期限，若屬於下列任一情況者，產品則屬於不在保固範圍內：

1. 因消費者未按使用手冊或說明書規定，使用不當而毀損者，包括重壓、摔壞、受潮、浸水、淋雨、異物侵入、遺失零組件等所造成之損壞。
2. 因正常使用時，所造成產品外殼或不需拆解而可接觸部分上之刮傷、磨損。
3. 使用非原廠配件或不適配的裝置導致產品的損壞。
4. 因天災或不可抗拒之外力而造成產品損壞者。
5. 未經由本公司授權之人員拆卸或維修，或自行拆裝、改裝產品、任意變更規格。
6. 錶帶斷裂、變髒、接觸化學試劑、接觸尖銳物體等人為因素導致損壞、在非正常使用環境下使用（如：三溫暖、游泳等）均不在保固範圍內。