

## Samsung Health Monitor -sovellus (Verenpaine-sovellus)

---



### **Samsung Electronics Co., Ltd.**

129, Samsung-ro,

Yeongtong-gu,  
Suwon-si, Gyeonggi-do,  
16677,

Korean tasavalta

[www.samsung.com](http://www.samsung.com)



### **Samsung electronics GmbH**

Am Kronberger Hang 6, 65824

Schwalbach am Taunus,

Saksa



Lue tämä käyttöohje huolellisesti, jotta osaat käyttää tuotetta oikein







### **eIFU indicator**

2023-06 ( v 4.1 )

## 1. Tietoja käyttöohjeista




### 1.1 Symbolit

#### Tässä käyttöohjeessa käytettävät symbolit

Symboli	Nimi	Kuvaus
	Varoitukset	Ilmoita sisältö, jota on noudatettava, jotta vältetään ongelmat tai virheelliset mittaustulokset, jotka johtuvat Samsung Health Monitor -sovelluksen väärinkäytöstä.
	Valmistaja	Ilmoita Samsung Health Monitorin valmistaja
	Lisätietoja saa käyttöohjeista	Ilmoita, että käyttäjän on luettava käyttöohje huolellisesti ennen käyttöä, jotta tuotetta käytetään oikein
	Valtuutettu edustaja	Ilmoita valtuutetun edustajan tiedot EU:ssa.

#### Samsung Health Monitorissa käytettävät symbolit

Samsung Health Monitorissa käytettävät symbolit voidaan vaihtaa.

Symboli	Nimi	Kuvaus
	Varoitukset	Ilmoita sisältö, jota on noudatettava, jotta vältetään ongelmat tai virheelliset mittaustulokset, jotka johtuvat Samsung Health Monitor -sovelluksen väärinkäytöstä.
	Varoitukset	Ilmoita sisältö, jota on noudatettava, jotta vältetään ongelmat tai virheelliset mittaustulokset, jotka johtuvat Samsung Health Monitor -sovelluksen väärinkäytöstä.
	Pulssi	Ilmoita nykyinen syke (Pulssi) verenpainemittauksen aikana.

### 1.2 Käyttöohjeet sähköisessä muodossa

Samsung Health Monitorin käyttöohjeet ovat sähköisessä muodossa, ja ne ovat saatavilla Samsung Health Monitor -sovelluksessa ja sen verkkosivulla osoitteessa [samsung.com](https://samsung.com).

Jos tarvitset käyttöohjeet paperimuodossa, pyydä niitä oman maasi virallisesta Samsung-tukikeskuksesta.

## 2. Aiottu käyttötarkoitus

Verenpaine-sovellus on itsehoito-ohjelmisto, lääketieteellinen mobiilisovellus, joka toimii yhteensopivissa Samsung Galaxy Watchissa ja Galaxy-puhelimessa verenpainetietojen luomiseksi, tallentamiseksi, säilyttämiseksi ja näyttämiseksi.

Verenpaine-sovellus määrittää systolisen ja diastolisen verenpaineen sekä sykkeen ja tarjoaa arvoja ja

historiakaavioita sen jälkeen, kun kello on kalibroitu olkavarren ympärille kierrettävällä, mansettipohjaisella verenpainemittarilla. Kyseiset tiedot tallennetaan ainoastaan silloin, kun käyttäjä on levossa.

Verenpaine-sovellus on tarkoitettu itsehoitoon yli 22-vuotiaille aikuisille. Se ei ehkä anna tarkkoja tuloksia raskaana oleville naisille. Kyseisiä tietoja voidaan käyttää verenpaineen kehityksen indikaationa terveydenhuollon ammattilaisen säännöllisten tarkastusten välissä. Käyttäjän ei ole tarkoitus tulkita tuloksia tai ryhtyä kliinisiin toimenpiteisiin laitteen tulosten perusteella konsultoimatta ensin pätevän terveydenhuollon ammattilaisen kanssa ja validoimatta vakioimittausmenetelmällä. Verenpaine-sovelluksen tarkoituksena ei ole korvata korkean verenpaineen perinteisiä diagnoosi- tai hoitomenetelmiä.

### 3. KONTRAINDIKAATIOT

---

ÄLÄ käytä Verenpaine-sovellusta, jos olet alle 22-vuotias.












ÄLÄ käytä Verenpaine-sovellusta, jos olet raskaana.

ÄLÄ käytä Verenpaine-sovellusta, jos sinulla on jokin seuraavista:

- Arytmia
- Aikaisempi sydämen vajaatoiminta tai sydänkohtaus
- Perifeerinen verisuonitauti tai heikentynyt verenkierto
- Sydänlappäsairaus (aorttaläpän sairaudet)
- Kardiomyopatia
- Muu tunnettu verisuonitauti
- Loppuvaiheen munuaistauti (ESRD)
- Diabetes
- Neurologinen häiriö (esimerkiksi vapina)
- Hyytymishäiriö tai käytät lääkärin määräämiä verenohennuslääkkeitä
- Tatuoinnit ranteessa, jossa pidät Galaxy Watchia

## 4. VAROITUKSET

Noudata alla lueteltuja varoituksia. Jos et noudata niitä, Verenpaine-sovellus ei ehkä pysty ottamaan tarkkoja mittauksia.

	Verenpaine-sovellus ei pysty diagnosoimaan korkeaa verenpainetta, muita tiloja tai etsimään sydänkohtauksen merkkejä. Verenpaine-sovelluksen tarkoituksena ei ole korvata perinteisiä pätevän terveydenhuollon ammattilaisen diagnoosi- tai hoitomenetelmiä. Jos uskot, että olet hoitoa vaativassa hätätilanteessa, ota välittömästi yhteyttä paikallisiin hätäpalveluihin.
	ÄLÄ muuta lääkitystä tai annostusta konsultoimatta lääkärisi kanssa ensin.
	ÄLÄ tulkitse tuloksia tai ryhdy kliinisiin toimenpiteisiin Verenpaine-sovelluksen mittaustulosten perusteella konsultoimatta ensin pätevän terveydenhuollon ammattilaisen kanssa.
	ÄLÄ käytä Verenpaine-sovellusta korkean verenpaineen, sydän- tai muiden sairauksien diagnosointiin.
	ÄLÄ käytä Galaxy Watchia verenpaineen mittaamiseen, jos Galaxy Watchin on kalibroinut käytettäväksi toinen henkilö.
	ÄLÄ ota verenpainemittauksia fyysisen aktiviteetin aikana.
	ÄLÄ ota verenpainemittauksia, jos Galaxy Watch on lähellä vahvoja sähkömagneettisia kenttiä (esimerkiksi magneettiresonanssikuvaus- tai röntgenlaitteet, sähkömagneettiset varkaudenestojärjestelmät ja metallinpaljastimet).
	Turvallisuussyistä muodosta pariliitos Galaxy-puhelimen ja Galaxy-kellon välille aina Bluetoothilla yksityisessä (koti-) ympäristössä. Ei ole suositeltavaa muodostaa pariliitosta julkisessa tilassa.
	ÄLÄ ota verenpainemittauksia lääkinnällisen toimenpiteen aikana (esimerkiksi leikkaus tai ulkoiset defibrillointitoimenpiteet).
	ÄLÄ ota verenpainemittauksia, jos Galaxy Watch on seuraavien käyttöolosuhteiden ulkopuolella: <ul style="list-style-type: none"><li>• Lämpötila: 54 °F – 104 °F / 12 °C – 40 °C</li><li>• Kosteus: suhteellinen kosteus 30 % – 90 %</li></ul>
	Verenpaine-sovelluksen verenpainelukemia koskeva mittausalue on seuraava: <ul style="list-style-type: none"><li>• Kalibrointialue - systolinen: 80–170 mmHg, diastolinen: 50–110 mmHg</li><li>• Mittausalue - systolinen: 70–180 mmHg, diastolinen: 40–120 mm Hg</li></ul>

## 5. Aloittaminen

---

Verenpaine-sovellus ("BP App") muodostuu Galaxy-puhelimen sovelluksesta (BP-Android) ja Galaxy Watch -sovelluksesta (BP-Tizen / Wear OS). Sovelluksen voi avata Samsung Health Monitor -sovelluksen kautta. Verenpaine-sovellus vaatii Galaxy Watch Active2:n tai Galaxy Watch 3:n, jossa on käytössä Tizen-versio 4.0.0.8 tai uudempi, tai Galaxy Watch 4:n tai sitä uudemman mallin, jossa on käytössä Wear OS 3.0 ja joka on liitetty Android 9 Pieta tai sitä uudempaa versiota käyttävän Samsung Galaxy -puhelimen pariin.

Ennen kuin voit käyttää Verenpaine-sovellusta, sinun on toimittava seuraavasti:

1. Määritä Verenpaine-sovellus Galaxy Watchin Samsung Health Monitorissa
2. Asenna Samsung Health Monitor -sovellus Galaxy-puhelimeen
3. Kalibroi Galaxy Watch olkavarren ympärille kierrettävällä, mansettipohjaisella verenpainemittarilla

### 5.1 Verenpaine-sovelluksen määrittäminen

Sinun on määritettävä Verenpaine-sovelluksen profiili ja kalibroitava Galaxy Watch, ennen kuin voit ryhtyä mittaamaan verenpainettasi Verenpaine-sovelluksella.

1. Varmista, että Galaxy Watchista on muodostettu pariiliitos verenpaineen mittaukseen käytettävään Galaxy-puhelimeen Bluetoothilla.
2. Jos Samsung Health Monitor -sovellus on asennettu Galaxy Watchiin, avaa Samsung Health Monitor -sovellus ja valitse Verenpaine ja toimi näyttöön tulevien määrittämissuositusten mukaan.

Jos Verenpaine-sovellusta ei ole vielä asennettu Galaxy-puhelimeen, avaa Samsung Health Monitor -sovellus Galaxy Storesta ja asenna sen jälkeen Galaxy Wearable -ohjelmiston uusin päivitys. Päivityksen asentamisen jälkeen avaa Samsung Health Monitor -sovellus ja noudata näyttöön tulevia määrittämissuosteita.

#### ► Verenpaine-sovelluksen profiilin määrittäminen Galaxy-puhelimessa

1. Lataa Samsung Health Monitor -sovellus Googlen Play-kaupasta tai Galaxy Storesta.
2. Viimeistele ja vahvista profiilin määrittäminen ja hyväksy käyttöehdot sekä tietosuojakäytäntö.
3. Valitse Verenpaine-vaihtoehto ja kalibroi Galaxy Watch.

#### 5.1.1 Galaxy Watchin kalibrointi



Kalibroi Galaxy Watch mittaustulosten tarkkuuden parantamiseksi olkavarren ympärille kierrettävällä, mansettipohjaisella verenpainemittarilla. Lue verenpainemittarin mukana toimitetut ohjeet ennen kalibroinnin aloittamista ja varmista, että olet perehtynyt laitteen käyttöön.

**Huomautus 1:** Käytä olkavarren ympärille kierrettävää, mansettipohjaista verenpainemittaria ainoastaan Galaxy Watchin kalibrointiin. Galaxy Watchin kalibroinnin jälkeen sinun ei tarvitse käyttää olkavarren ympärille kierrettävää, mansettipohjaista verenpainemittaria käyttäessäsi Verenpaine-sovellusta Galaxy Watchissa verenpaineen mittaamiseen.

**Huomautus 2:** Galaxy Watchin kalibrointi mukauttaa Verenpaine-sovelluksen erityisesti - ja ainoastaan - henkilölle, joka pitää pariin liitettyä Galaxy Watchia kalibroinnin aikana.

Voit lisätä kalibroinnin tarkkuutta seuraavasti:

- Älä nauti alkoholia tai kofeiinia äläkä polta, harjoittele tai kylve 30 minuuttiin ennen kalibroinnin suorittamista.
- Varmista, että käsivartesi ja ranteesi ovat kuivat ja että niissä ei ole runsaasti hikeä tai ihovoiteita.
- Suorita kalibrointi sisätiloissa hiljaisessa paikassa.
- Aseta mukava tuoli pöydän viereen.
- Istu tuolilla niin, että selkäsi on hyvin tuettu, jalkasi eivät ole ristissä ja jalkapohjasi ovat lattiaa vasten.
- Anna kätesi ja kyynärvartesi levätä pöydällä.
- Lepää tässä asennossa vähintään 5 minuuttia, ennen kuin aloitat kalibroinnin.
- Kun aloitat kalibroinnin, pysy paikallasi äläkä liikuta käsivarttasi tai puhu niin kauan kuin mansettipohjainen verenpainemittari suorittaa mittausta.
- Hengitä mittauksen aikana normaalisti. Älä yritä syventää tai hidastaa hengitystäsi.

Voit kalibroida Galaxy Watchin seuraavasti:

1. Laita verenpainemansetti olkavarteen.
2. Pidä Samsung Galaxy Watchia **toisen** käsivarren ranteessa. Varmista, että Galaxy Watchin hihna on kunnolla ranteesi ympärillä, mutta ei kuitenkaan liian tiukalla.
3. Aseta Galaxy-puhelin pöydälle, helposti käsillä olevaan paikkaan.
4. Avaa Galaxy-puhelimessa Samsung Health Monitor ja toimi näyttöön tulevien ohjeiden mukaan seuraavasti:
  1. Aloita verenpaineen mittaus mansettipohjaisella verenpainemittarilla.
  2. Mittaus alkaa Galaxy Watchissa automaattisesti.
  3. Anna mansettipohjaisen verenpainemittarin lukema puhelimen Verenpaine-sovelluksessa.
  4. Viimeistele Galaxy Watchin kalibrointi toistamalla vaiheet a.–c. vielä kaksi kertaa (yhteensä kolme mittausta).

**Huomautus:** Varmista, että suoritat kaikki kalibrointiin tarvittavat mittaukset 30 minuutin kuluessa ensimmäisen kalibrointimittauksen suorittamisesta. Sinun on kalibroitava Galaxy Watch 28 päivän välein, jotta se pysyy asianmukaisesti kalibroituna, kuten Verenpaine-sovelluksessa on esitetty. Voit kalibroida Galaxy Watchin myös milloin tahansa ennen tätä valitsemalla Verenpainehistoria-näytön valikosta **Kalibroi uudelleen**.

## 5.2 Verenpaineen mittaaminen Galaxy Watchilla

Kun olet kalibroinut Galaxy Watchisi olkavarren ympärille kierrettävällä, mansettipohjaisella verenpainemittarilla, olet valmis käyttämään Galaxy Watchissa Verenpaine-sovellusta verenpaineen mittaamiseen. Sinun ei tarvitse käyttää mansettipohjaista mittaria ennen 28 päivän kuluttua suoritettavaa seuraavaa mittausta.

**Huomautus:** Kun olet kalibroinut Galaxy Watchisi, sinun ei tarvitse käyttää mansettipohjaista mittaria käyttäessäsi Verenpaine-sovellusta Galaxy Watchissa verenpaineen mittaamiseen.

Voit lisätä verenpainemittauksen tarkkuutta seuraavasti:

- Pidä Galaxy Watchia samassa ranteessa kuin kalibroinnin aikana ja varmista, että Galaxy Watchin hihna on kunnolla ranteesi ympärillä, mutta ei kuitenkaan liian tiukalla.
- Älä nauti alkoholia tai kofeiinia äläkä polta, harjoittele tai kylve 30 minuuttiin ennen mittauksen suorittamista.

- Varmista, että käsivartesi ja ranteesi ovat kuivat ja että niissä ei ole runsaasti hikeä tai ihoivoiteita.
- Suorita mittaus sisätiloissa hiljaisessa paikassa.
- Aseta mukava tuoli pöydän viereen.
- Istu tuolilla niin, että selkäsi on hyvin tuettu, jalkasi eivät ole ristissä ja jalkapohjasi ovat lattiaa vasten.
- Anna kätesi ja kyynärvartesi levätä pöydällä.
- Lepää tässä asennossa vähintään 5 minuuttia, ennen kuin aloitat mittauksen.
- Kun aloitat mittauksen, pysy paikallasi äläkä liikuta käsivarttasi tai puhu niin kauan kuin Galaxy Watch suorittaa mittausta.
- Hengitä mittauksen aikana normaalisti. Älä yritä syventää tai hidastaa hengitystäsi.

► Verenpaineen mittaaminen

1. Paina Galaxy Watchin **Mittaa**-painiketta.
2. Jos mittaus onnistuu, verenpaineen mittaustulokset, myös systoliset ja diastoliset lukemat, ilmestyvät Galaxy Watchin kellotauluun. Katso jäljempänä kohta ”Verenpaineen mittaustulosten tarkistaminen”. Jos mittaus epäonnistuu (esimerkiksi sen vuoksi, että liikutit tai että signaali ei ollut riittävän voimakas), Galaxy Watch näyttää virheilmoituksen.

## 6. Verenpaineen mittaustulosten tarkistaminen

---

Voit tarkistaa verenpaineen mittaustulokset Galaxy Watchissa ja Galaxy-puhelimessa.

### 6.1 Galaxy Watchissa

Kun Galaxy Watchin Verenpaine-sovellus on onnistuneesti mitannut verenpaineesi, Galaxy Watch näyttää seuraavat tulokset:

- Systolinen verenpaine (Verenpaine)
- Diastolinen verenpaine (Verenpaine)
- Pulssi (syke)



### VAROITUS

Älä muuta lääkitystä tai annostusta Verenpaine-sovelluksen numeroiden perusteella. Kysy aina lääkäriltä ensin.

### 6.2 Galaxy-puhelimessa

Kun Galaxy Watchin ja Galaxy Watchin kalibrointiin käytetyn Galaxy-puhelimen välille on muodostettu Bluetooth-yhteys, mittaustulokset synkronoidaan Galaxy-puhelimen Samsung Health Monitor -sovellukseen. Voit jakaa nämä tiedot lääkärisi kanssa tarkistamista tai konsultointia varten.

► Verenpainemittausten tarkastelu puhelimessa

Avaa Samsung Health Monitor -sovellus ja valitse Verenpaine-kortti historiakaavion tarkastelua varten.

**Huomautus:** Galaxy-puhelimeen tallennettavissa olevien tulosten määrä vaihtelee Galaxy-puhelimessa käytettävissä olevan tallennustilan määrän mukaan.

## 7. TURVALLISUUS JA SUORITUSKYKY

---

Samsungin Verenpaine-sovellus validoitiin verenpaineen mittaukseen 30 minuuttia sen jälkeen, kun kalibrointi kliinisessä kokeessa, johon osallistui 85 tutkimushenkilöä, suoritettiin vertaamalla mansettipohjaisella mittarilla kahden lääketieteen alan ammattilaisen ottamiin viiteverenpainemittauksiin, seuraavin tuloksin:

- systolisen verenpaineen keskimääräinen virhe -0,11 mmHg (vakiopoikkeama 7,46 mmHg) ja
- diastolisen verenpaineen keskimääräinen virhe -0,28 mmHg (vakiopoikkeama 5,85 mmHg).

Tutkimukset tehtiin verenpainestandardin ISO 81060-2 mukautetun protokollan mukaisesti niin, että sukupuoli, käsivarren ympäryys, ihon pigmentoituminen ja verenpainealueet olivat asianmukaisesti edustettuina. Samsungin Verenpaine-sovelluksen mittaukset osoittivat riittävän suorituskyvyn huomioiden laitteessa aiottu käyttö muina kuin diagnostisina verenpainemittauksina, joita käyttäjän ei ole tarkoitus tulkita tai joiden perusteella käyttäjän ei ole tarkoitus ryhtyä kliinisiin toimenpiteisiin konsultoimatta ensin pätevän terveydenhuollon ammattilaisen kanssa ja validoimatta vakiomittausmenetelmällä.

Tekniset tiedot: Paikkansapitävyys: Keskimääräinen ero  $\pm$  keskihajonta  $< 5 \pm 8$  mmHg (perustuu auskultatoriseen kalibrointiin) ja keskimääräinen ero  $\pm$  keskihajonta  $< 6 \pm 10$  mmHg (perustuu mansettityyppisellä verenpainemittarilla tehtävään kalibrointiin) enintään 28 päivän aikajaksolla.

**Huomautus:** Perustuu heinäkuun 2019 ja lokakuun 2019 välisenä aikana yhdessä laitoksessa suoritettuun tutkimukseen. Klinikka oli vastuussa verenpainemittausten tarkkuuden määrittämisestä. Alle 22-vuotiaat potilaat suljettiin pois tästä tutkimuksesta.

## 8. VIANMÄÄRITYS

---

Jos sinulla on Verenpaine-sovelluksen käyttöön liittyviä ongelmia, tarkista mahdolliset ratkaisut alla olevasta luettelosta.

**Ongelma:** En löydä Verenpaine-sovellusta Galaxy Watchista.

**Ratkaisu:**

- Varmista, että Galaxy Watchisi on yhteensopiva Verenpaine-sovelluksen kanssa. Verenpaine-sovellus vaatii myös Galaxy-puhelimen, jossa on käytössä Android 9 Pie tai uudempi. Tarkista yhteensopivat kellomallit ja maa/alue, jolla palvelu on käytettävissä, osoitteesta <https://www.samsung.com/sec/apps/samsung-health-monitor>.
- Jos Galaxy Watch on yhteensopiva, päivitä se uusimpaan ylläpitopäivitykseen Galaxy Wearable -sovelluksen avulla. Onnistuneen ylläpitopäivityksen pitäisi ladata Verenpaine-sovellus Galaxy Watchiin.

**Ongelma:** En pysty ottamaan Samsung Health Monitoria käyttöön puhelimesani.

**Ratkaisu:**

- Varmista, että puhelimesi on ostettu maasta, jossa Verenpaine-sovellus on lakisääteisesti hyväksytty.
- Varmista, että asennat ja aktivoit Samsung Health Monitorin (luomalla profiilin ja hyväksymällä käyttöehdot sekä tietosuojakäytännön) maassa, jossa Verenpaine-sovellus on lakisääteisesti hyväksytty.
- Varmista, että sinulla on aktiivinen matkapuhelinyhteys, kun asennat ja aktivoit Samsung Health



Monitorin Verenpaine-sovelluksen.

**Ongelma:** En näe vaihtoehtoa verenpaineen mittaamiseksi.

**Ratkaisu:**

- Varmista, että määrittät profiiliin pariiksi liitetyn puhelimen Samsung Health Monitor -sovelluksessa. Katso kohta "5.1 Verenpaine-sovelluksen määrittäminen" ja siinä oleva kohta "Verenpaine-sovelluksen profiiliin määrittäminen Galaxy-puhelimessa".
- Varmista, että olet onnistuneesti kalibroinut Galaxy Watchin olkavarren ympärille kierrettävällä, mansettipohjaisella verenpainemittarilla. Katso kohta "5.1.1 Galaxy Watchin kalibrointi".
- Jos olet kalibroinut Galaxy Watchin, varmista, että kalibrointi on ajan tasalla. Galaxy Watch on uudelleenkalibroitava 28 päivän välein. Tarkista Verenpaine-sovelluksen näyttö joko Galaxy Watchissa tai Galaxy-puhelimessa, jos haluat nähdä kalibroinnin tilan.

**Ongelma:** En saa onnistunutta verenpainelukemaa.

**Ratkaisu:**

- Varmista, että pidät Galaxy Watchia kunnolla ranteessasi (ei kuitenkaan löysällä tai liian tiukalla). Galaxy Watchin alapinnan on kosketettava ihoa, mutta sen ei pitäisi tuntua epämukavalta.
- Varmista, että istut paikallasi rentoutuneena ja että jalkapohjasi ovat lattiaa vasten verenpainemittauksen aikana.
- Varmista, ettet liikuta käsivarttasi tai puhu verenpainemittauksen aikana.
- Lepuuta käsivarttasi, jossa pidät Galaxy Watchia, pöydällä mittauksen ottamisen ajan.
- Varmista, että käsivartesi ja ranteesi ovat kuivat ja että niissä ei ole runsaasti hikeä tai ihovoiteita.
- Jos kätesi ja käsivartesi ovat kylmät, poista Galaxy Watch ja lämmitä iho hieromalla rannetta kevyesti. Laita Galaxy Watch takaisin ranteeseen ja yritä ottaa mittaus uudelleen.
- Verenpaine-sovellus käyttää optisia signaaleja, jotka kerätään Galaxy Watchin tunnistimesta, ja se tarvitsee hyvälaatuisen signaalin laskeakseen verenpaineen. Signaalin laatuun voivat vaikuttaa monet tekijät, kuten kellon tunnistimen puhtaus tai mitatun alueen optiset ominaisuudet.

**Ongelma:** Saan epätavallisen korkean tai matalan verenpainelukeman.

**Ratkaisu:**

- Jos sinulla ilmenee epätavallisia oireita tai uskot olevasi hoitoa vaativassa hätätilanteessa, soita lääkärillesi tai paikalliseen hätäpalveluun välittömästi.
- Jos uskot, että et ole hoitoa vaativassa hätätilanteessa, ota ainakin kaksi muuta verenpainemittausta ja noudata alla olevia ohjeita ennen kuin otat mittaukset.
  - Älä nauti alkoholia tai kofeiinia 30 minuuttiin ennen mittauksen aloittamista.
  - Älä polta, harjoittele tai kylve 30 minuuttiin ennen mittauksen aloittamista.
  - Lepää hiljaa ainakin viisi minuuttia ennen mittauksen aloittamista.
  - Varmista, ettet tunne itseäsi liian stressaantuneeksi tai ahdistuneeksi mittauksen aikana.
- Jos saat edelleen epätavanomaisia lukemia, ota välittömästi yhteyttä lääkäriin tai paikalliseen hätäpalveluun ohjeiden saamiseksi.

**Ongelma:** En voi synkronoida verenpainetietojani Galaxy Watchista Galaxy-puhelimen Verenpaine-korttiin.

**Ratkaisu:**

- Varmista, että Galaxy Watchista on muodostettu pariliitos Bluetoothilla Galaxy-puhelimeen Galaxy Wearable -sovelluksen kautta.
- Varmista, että käytät samaa Galaxy-puhelinta, jota käytit profiilisi määrittämiseen ja Galaxy Watchin kalibrointiin.

- Varmista, että Galaxy-puhelimessa on käytettävissä vähintään 100 megatavua tallennustilaa.