

## Samsung Health Monitor-app (Bloodtrykksapp)

---



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

129, Samsung-ro,

Yeongtong-gu,

Suwon-si, Gyeonggi-do,

16677,

Sør-Korea

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



### **Samsung Electronics GmbH**

Am Kronberger Hang 6, 65824

Schwalbach am Taunus,

Tyskland



Les denne bruksanvisningen grundig for å bruke produktet på riktig vis







**eIFU indicator**

2023-06 ( v 4.1 )

## 1. Om denne bruksanvisningen




### 1.1 Symboler

#### Symboler brukt i denne bruksanvisningen

Symbol	Navn	Beskrivelse
	Forsiktighetsregler	Angir innhold som du må følge for å unngå ethvert problem eller feilaktig måling som følge av feilbruk av Samsung Health Monitor-appen.
	Produsent	Angir produsenten av Samsung Health Monitor
	Se bruksanvisningen	Angir at brukeren skal lese bruksanvisningen grundig før bruk slik at produktet brukes på riktig måte
	Autorisert representant	Angir informasjon om autorisert representant for EU.

#### Symboler brukt i Samsung Health Monitor

Symbolene brukt i Samsung Health Monitor, kan endres.

Symbol	Navn	Beskrivelse
	Forsiktighetsregler	Angir innhold som du må følge for å unngå ethvert problem eller feilaktig måling som følge av feilbruk av Samsung Health Monitor-appen.
	Forsiktighetsregler	Angir innhold som du må følge for å unngå ethvert problem eller feilaktig måling som følge av feilbruk av Samsung Health Monitor-appen.
	Puls	Angir gjeldende puls (hjerterefrekvens) under måling av blodtrykk.

### 1.2 Bruksanvisning gitt elektronisk

Bruksanvisningen for Samsung Health Monitor leveres elektronisk og er tilgjengelig i Samsung Health Monitor-appen og på det tilhørende nettstedet på [samsung.com](https://samsung.com).

Hvis du trenger bruksanvisningen på papir, kan du be om dette ved å kontakte det offisielle Samsung-kundestøttesenteret i landet ditt.

## 2. Tiltent formål

---

Blodtrykksappen (Blodtrykk-app) er en utelukkende programvarebasert medisinsk mobilapp som er beregnet på bruk med en kompatibel Samsung Galaxy Watch og Samsung Galaxy-telefon for å opprette, registrere, lagre og vise blodtrykksinformasjon. Blodtrykk-appen fastslår systolisk og diastolisk blodtrykk samt puls og tilbyr verdier og loggtabeller etter kalibrering med en mansjettbasert overarmsblodtrykksmål. Disse dataene innhentes bare mens brukeren er i ro.

Blodtrykk-appen er beregnet på reseptfri bruk hos voksne som er minst 22 år gamle. Det er ikke sikkert den gir nøyaktige resultater hos gravide kvinner. Informasjonen kan brukes som en indikasjon på tendenser i blodtrykket mellom regelmessige kontroller hos helsepersonell. Det er ikke meningen at brukeren skal tolke eller fatte kliniske tiltak basert på enhetens utdata uten å rådføre seg med kvalifisert helsepersonell og bekreftelse med en standard målemetode. Blodtrykk-appen er ikke beregnet på å erstatte tradisjonelle metoder for diagnose eller behandling av høyt blodtrykk.

## 3. KONTRAINDIKASJONER

---

Blodtrykk-appen skal ikke brukes hvis du er under 22 år gammel.












Blodtrykk-appen skal ikke brukes hvis du er gravid.

Blodtrykk-appen skal ikke brukes hvis du har noe av følgende:

- Arytmi
- Tidligere hjertesvikt eller hjerteinfarkt
- Perifer karsykdom eller dårlig blodsirkulasjon
- Karsykdom (sykdommer i forbindelse med aortaklaffen)
- Kardiomyopati
- Annen kjent hjerte- og karsykdom
- Nyresykdom i siste stadium (ESRD)
- Diabetes
- Nevrologisk lidelse (for eksempel skjelvinger)
- Blodpropplidelse eller du tar foreskrevne blodfortynningsmidler
- Tatovering(er) på håndleddet der du skal bruke Galaxy Watch

## 4. FORSIKTIGHETSREGLER

Etterfølg de nedenfor oppførte forsiktighetsreglene. Hvis du ikke følger dem, er det ikke sikkert at Blodtrykk-appen kan registrere nøyaktige målinger.

	Blodtrykk-appen kan ikke diagnostisere høyt blodtrykk, andre lidelser eller se etter tegn til hjerteinfarkt. Blodtrykk-appen er ikke beregnet på å erstatte tradisjonelle metoder for diagnose eller behandling av høyt kvalifisert helsepersonell. Hvis du tror at du har et medisinsk nødstilfelle, skal du kontakte de lokale nødtjenestene umiddelbart.
	Du skal IKKE endre medisinerer eller dosering uten å først rådføre deg med legen din.
	Du skal IKKE tolke eller treffe kliniske tiltak basert på Blodtrykk-appens målinger uten å først rådføre deg med kvalifisert helsepersonell.
	Du skal IKKE bruke Blodtrykk-appen til å diagnostisere høyt blodtrykk, hjerterelaterte eller andre medisinske lidelser.
	Du skal IKKE bruke Galaxy Watch til blodtrykksmålinger hvis Galaxy Watch er kalibrert for bruk av en annen person.
	Du skal IKKE ta blodtrykksmålinger under noen som helst fysisk aktivitet.
	Du skal IKKE ta blodtrykksmålinger mens Galaxy Watch er nær sterke elektromagnetiske felt (for eksempel MR- eller røntgenutstyr, elektromagnetiske antityverisystemer og metalldetektorer).
	Av sikkerhetsårsaker skal du alltid sammenkoble Galaxy-telefon og -klokke via Bluetooth i et privat miljø (hjembasert). Det anbefales IKKE å foreta sammenkobling på offentlig sted.
	Du skal IKKE ta blodtrykksmålinger under et medisinsk inngrep (for eksempel operasjon eller eksterne defibrilleringsinngrep).
	Du skal IKKE ta blodtrykksmålinger når Galaxy Watch er utenfor følgende driftsforhold: <ul style="list-style-type: none"><li>• Temperatur: 12 °C til 40 °C</li><li>• Luftfuktighet: 30 til 90 % relativ luftfuktighet</li></ul>
	Blodtrykk-appens område for blodtrykksmålinger er som følger: <ul style="list-style-type: none"><li>• Kalibreringsområde – systolisk: 80–170 mmHg, diastolisk: 50–110 mmHg</li><li>• Målingsområde – systolisk: 70–180 mmHg, diastolisk: 40–120 mmHg</li></ul>

## 5. Komme i gang

---

Blodtrykk-appen (BP App) består av Galaxy-telefonappen (BP-Android) og Galaxy Watch-appen (BP-Tizen / Wear OS). Appen er tilgjengelig via Samsung Health Monitor. Blodtrykk-appen krever en Galaxy Watch Active2 eller Galaxy Watch 3 med Tizen versjon 4.0.0.8 eller nyere eller en Galaxy Watch 4 eller nyere modell med Wear OS 3.0 som er parett med en Samsung Galaxy-telefon som kjører Android 9 Pie eller nyere.

Du må bruke følgende før du kan bruke Blodtrykk-appen:

1. Sett opp Blodtrykk-appen i Samsung Health Monitor på Galaxy Watch
2. Installer Samsung Health Monitor-appen på Galaxy-telefonen din
3. Kalibrer Galaxy Watch med en mansjettbasert overarmsblodtrykksmåler

### 5.1 Sette opp Blodtrykk-appen

Før du kan begynne å måle blodtrykket med Blodtrykk-appen må du sette opp profilen din for Blodtrykk-appen og kalibrere Galaxy Watch.

1. Pass på at Galaxy Watch er sammenkoblet via Bluetooth med Galaxy-telefonen som du skal bruke til blodtrykksmålingene dine.
2. Hvis Samsung Health Monitor-appen er installert på Galaxy Watch, åpner du Samsung Health Monitor-appen, velger blodtrykket og følger oppsettanvisningene på skjermen.

Hvis Blodtrykk-appen ikke allerede er installert på Galaxy-telefonen, installerer du Samsung Health Monitor-appen fra Galaxy Store og installerer deretter den nyeste oppdateringen av Galaxy Wearable-programvaren. Etter at du har installert oppdateringen, åpner du Samsung Health Monitor-appen og følger oppsettanvisningene på skjermen.

► Slik setter du opp profilen for Blodtrykk-appen på Galaxy-telefonen din

1. Last ned Samsung Health Monitor fra Google Play Store eller Galaxy Store.
2. Fyll ut og bekreft oppsettet av profilen og samtykke i bruksvilkårene og personvernerklæringen.
3. Velg Blodtrykk-alternativet og kalibrer Galaxy Watch.

#### 5.1.1 Kalibrere Galaxy Watch



Påse mer nøyaktige målinger ved å kalibrere Galaxy Watch med en mansjettbasert overarmsblodtrykksmåler. Før du starter kalibreringen skal du lese gjennom anvisningene som følger med blodtrykksmåleren, og forsikre deg om at du vet hvordan du skal bruke den.

**Merknad 1:** Du skal bare bruke en mansjettbasert overarmsblodtrykksmåler til å kalibrere Galaxy Watch. Etter at du har kalibrert Galaxy Watch må du bruke den mansjettbaserte blodtrykksmåleren når du bruker Blodtrykk-appen på Galaxy Watch til å ta blodtrykket ditt.

**Merknad 2:** Kalibrering på Galaxy Watch tilpasser Blodtrykk-appen spesifikt – og utelukkende – for den personen som har på den sammenkoblede Galaxy Watch under kalibreringen.

Gjør følgende for å sikre mer nøyaktig kalibrering:

- 30 minutter før kalibreringen skal du ikke innta noe alkohol eller koffein og skal heller ikke røyke, trene eller bade.
- Påse at armen og håndleddet er tørre og ikke har for mye svette eller hudkrem.
- Foreta kalibreringen innendørs på et stille sted.
- Sett en komfortabel stol ved side av bordet.
- Sitt i stolen med ryggen godt støttet opp, uten kryssede ben og med begge bena flatt på gulvet.
- La hendene og underarmene hvile på bordet.
- Hvil i denne stillingen i minst 5 minutter før du starter kalibreringen.
- Når du starter kalibreringen, skal du holde deg i ro og ikke bevege armen eller snakke mens den mansjettbaserte blodtryksmåleren foretar målingen.
- Under målingen skal du puste normalt. Du skal ikke prøve å puste dypere eller saktere.

Slik kalibrerer du Galaxy Watch:

1. Plasser blodtryksmansjetten på en overarm.
2. Bruk Samsung Galaxy Watch på håndleddet til **den andre armen**. Pass på at Galaxy Watch-stroppen sitter godt om håndleddet, men ikke for stramt.
3. Plasser Galaxy-telefonen på bordet hvor den er godt innenfor rekkevidde.
4. På Galaxy-telefonen åpner du Samsung Health Monitor-appen og trykker på Blodtrykk og følger anvisningene på skjermen for å gjøre følgende:
  1. Start målingen av blodtrykk på den mansjettbaserte blodtryksmåleren.
  2. Målingen på Galaxy Watch begynner automatisk.
  3. Skriv inn målingen til den mansjettbaserte blodtryksmåleren i telefonenes Blodtrykk-app.
  4. Gjenta trinn a.–c. to ganger til (tre målinger til sammen) for å fullføre kalibreringen av Galaxy Watch.

**Merk:** Påse at du avslutter alle målingene som kreves for kalibreringen, innen 30 minutter fra fullføringen av den første kalibreringsmålingen. For å holde Galaxy Watch riktig kalibrert må du kalibrere den hver 28. dag som anvist av Blodtrykk-appen. Du kan også kalibrere Galaxy Watch når som helst før det ved å velge **Kalibrer på nytt** på menyen på Blodtrykkslogg-skjermen.

## 5.2 Måle blodtrykket med Galaxy Watch

Etter at du har kalibrert Galaxy Watch med den mansjettbaserte overarmsblodtryksmåleren er du klar til å bruke Blodtrykk-appen på Galaxy Watch til å ta blodtrykket ditt. Du trenger ikke den mansjettbaserte måleren igjen før den neste kalibreringen 28 dager senere.

**Merk:** Etter at du har kalibrert Galaxy Watch trenger du ikke bruke den mansjettbaserte måleren når du bruker Blodtrykk-appen på Galaxy Watch til å ta blodtrykket ditt.

Gjør følgende for å sikre mer nøyaktige blodtryksmålinger:

- Bruk Galaxy Watch på samme håndledd som under kalibreringen, og pass på at Galaxy Watch-stroppen sitter godt om, men ikke for stramt rundt håndleddet.
- De siste 30 minuttene før målingen skal du ikke innta noe alkohol eller koffein og skal heller ikke røyke, trene eller bade.
- Påse at armen og håndleddet er tørre og ikke har for mye svette eller hudkrem.
- Foreta kalibreringen innendørs på et stille sted.
- Sett en komfortabel stol ved side av bordet.
- Sitt i stolen med ryggen godt støttet opp, uten kryssede ben og med begge bena flatt på gulvet.
- La hendene og underarmene hvile på bordet.

- Hvil i denne stillingen i minst 5 minutter før du starter målingen.
- Når du starter målingen, skal du holde deg i ro og ikke bevege armen eller snakke mens Galaxy Watch tar målingen.
- Under målingen skal du puste normalt. Du skal ikke prøve å puste dypere eller saktere.

► Slik måler du blodtrykket

1. Trykk på **Mål**-knappen på Galaxy Watch.
2. Hvis målingen fungerer, vises blodtrykksmålinger, herunder systoliske og diastoliske måleverdier på Galaxy Watch-urskiven. Se «Gå gjennom blodtrykksmålingene dine» nedenfor.  
Hvis målingen ikke fungerer (for eksempel hvis du bevegde deg eller signalet ikke var sterkt nok), viser Galaxy Watch en feilmeldingen.

## 6. Gå gjennom blodtrykksmålingene dine

---

Du kan gå gjennom blodtrykksmålingene dine på Galaxy Watch og på Galaxy-telefonen din.

### 6.1 På Galaxy Watch

Etter at Blodtrykk-appen på Galaxy Watch har klart å måle blodtrykket ditt, viser Galaxy Watch følgende resultater:

- Systolisk blodtrykk (BT)
- Diastolisk blodtrykk (BT)
- Puls (hjerterefrekvens)



### **FORSIKTIG**

Du skal ikke endre medisinerings eller dosering basert på tallene som gis av Blodtrykk-appen. Snakk alltid først med legen.

### 6.2 På Galaxy-telefonen

Når en Bluetooth-forbindelse opprettes mellom Galaxy Watch og Galaxy-telefonen du brukte til å kalibrere Galaxy Watch, synkroniseres målingsresultatene dine med Samsung Health Monitor-appen på Galaxy-telefonen. Du kan dele denne informasjonen med legen din for gjennomgang eller rådføring.

► Slik viser du blodtrykksmålingene dine på telefonen

Åpne Samsung Health Monitor-appen og velg Blodtrykkskortet for å se loggdiagrammet

**Merk:** Hvor mange resultater du kan lagre på Galaxy-telefonen, avhenger av hvor stort minne Galaxy-telefonen din har.

## 7. SIKKERHET OG YTELSE

---

Samsung Blodtrykk-appen ble bekreftet for måling av blodtrykk 30 minutter etter kalibreringen med en klinisk studie med 85 forsøkspersoner mot referanseblodtrykksmålinger med mansjett foretatt av to medisinske fagpersoner, med en ytelse på

- gjennomsnittlig systolisk blodtrykksfeil på -0,11 mmHg (standardavvik på 7,46 mmHg) og
- gjennomsnittlig diastolisk blodtrykksfeil på -0,28 mmHg (standardavvik på 5,85 mmHg) og

Disse studiene ble foretatt ifølge en modifisert ISO 81060-2-standardprotokoll for blodtrykk med formålstjenlig representasjon av kjønn, armomkrets, hudpigment og blodtrykksområder. Samsung Blodtrykk-appmålingene utviste tilstrekkelig ytelse for enhetens tiltenkte bruk til ikke-diagnostiske blodtrykksmålinger som brukeren ikke er ment å tolke eller fatte kliniske tiltak etter uten rådføring med kvalifisert helsepersonell og bekreftelse mot en standard målingsmetode.

Spesifikasjoner: Nøyaktighet: Gjennomsnittlig forskjell  $\pm$  Standard avvik  $< 5 \pm 8$  mmHg (basert på støttet kalibrering) og Gjennomsnittlig forskjell  $\pm$  Standard avvik  $< 6 \pm 10$  mmHg (basert på blodtrykksovervåkningskalibrering med mansjett) opptil 28 dager.

**Merk:** Basert på studien foretatt av én fasilitet mellom juli 2019 og oktober 2019. Det kliniske senteret var ansvarlig for å fastslå nøyaktigheten til blodtrykksmålingen. Pasientalder under 22 år ble utelukket fra studien.

## 8. FEILSØKING

---

Hvis du har problemer med å bruke Blodtrykk-appen, kontrollerer du nedenstående liste for mulige løsninger.

**Problem:** Jeg finner ikke Blodtrykk-appen på Galaxy Watch.

**Løsning:**

- Sjekk at din Galaxy Watch er kompatibel med Blodtrykk-appen. Blodtrykk-appen krever også en Galaxy-telefon som kjører Android 9 Pie eller nyere. Gå til <https://www.samsung.com/sec/apps/samsung-health-monitor> for å se kompatible klokke modeller og land/områder der tjenesten er tilgjengelig.
- Hvis Galaxy Watch er kompatibel, oppgraderer du den til den nyeste vedlikeholdsutgaven (MR) med Galaxy Wearable-appen. Hvis MR-oppgraderingen fungerer, skulle den laste inn Blodtrykk-appen på Galaxy Watch.

**Problem:** Jeg får ikke til å aktivere Samsung Health Monitor på telefonen min.

**Løsning:**

- Kontroller at telefonen din ble kjøpt i et land hvor Blodtrykk-appen er forskriftsmessig godkjent.
- Kontroller at du installerer og aktiverer Samsung Health Monitor (ved å opprette en profil og godta bruksvilkårene og personvernerklæringen) i et land hvor Blodtrykk-appen er forskriftsmessig godkjent.
- Kontroller at du har en aktiv mobilforbindelse mens du installerer og aktiverer Blodtrykk-appen til Samsung Health Monitor.

**Problem:** Jeg ser ikke noe alternativ for å måle blodtrykket mitt.



### Løsning:

- Kontroller at du har satt opp profilen din på Samsung Health Monitor-appen på den sammenkoblede telefonen. Se «Slik setter du opp profilen for Blodtrykk-appen på Galaxy-telefonen din» i «5.1 Sette opp Blodtrykk-appen».
- Påse at du har klart å kalibrere Galaxy Watch med en mansjettbasert overarmsblodtrykksmålert. Se «5.1.1 Kalibrere Galaxy Watch»
- Hvis du har kalibrert Galaxy Watch, påse at kalibreringen er oppdatert. Galaxy Watch må kalibreres på nytt hver 28. dag. Kontroll skjermen Blodtrykk-app på enten Galaxy Watch eller Galaxy-telefonen for å se kalibreringsstatusen.

**Problem:** Jeg får ikke til en fungerende blodtrykksmåling.

### Løsning:

- Kontroller at Galaxy Watch sitter godt om håndleddet (ikke for løst og heller ikke for stramt). Undersiden av Galaxy Watch skal berøre huden, men det skal ikke være ubehagelig.
- Kontroller at du sitter i ro og er avslappet med begge beina flatt på gulvet under målingen av blodtrykket.
- Kontroller at du ikke beveger armen eller snakker under målingen av blodtrykk.
- Hvil armen med Galaxy Watch på et bord mens du foretar målingen.
- Påse at armen og håndleddet er tørre og ikke har for mye svette eller hudkrem.
- Hvis hendene og armene er kalde, tar du av Galaxy Watch og gnir varsomt på håndleddet til det varmer opp huden. Sett Galaxy Watch på igjen og prøv igjen å foreta målingen.
- Blodtrykk-appen bruker optiske signaler innhentet fra en sensor på Galaxy Watch og trenger et signal med god kvalitet for å beregne blodtrykket. Kvaliteten på signalet kan påvirkes av diverse faktorer som renheten til klokkesensoren eller det målte områdets optiske egenskaper.

**Problem:** Jeg får unormalt høye eller lave blodtrykksmålingsverdier.

### Løsning:

- Hvis du har uvanlige symptomer eller tror at du har et medisinsk nødstilfelle, skal du kontakte legen eller de lokale nødtjenestene umiddelbart.
- Hvis du ikke tror at du har et medisinsk nødstilfelle, tar du i hvert fall to til blodtrykksmålinger og følger nedenstående veiledning før du tar målingene.
  - Du må ikke innta koffein eller alkohol de siste 30 minuttene før du begynner målingen.
  - Du må ikke røyke, trene eller bade de siste 30 minuttene før du begynner målingen.
  - Hvil i stillhet i minst 5 minutter før du starter målingen.
  - Kontroller at du ikke opplever for mye stress eller angst under målingen.
- Hvis du fremdeles får unormale målingsverdier, skal du kontakte lege eller lokale nødtjenester umiddelbart for veiledning.

**Problem:** Jeg kan ikke synkronisere blodtrykkdataene fra Galaxy Watch med blodtrykkkortet på Galaxy-telefonen.

### Løsning:

- Kontroller at Galaxy Watcher sammenkoblet med Galaxy-telefonen ved hjelp av Bluetooth via Galaxy Wearable-appen.
- Påse at du bruker den samme Galaxy-telefonen som du brukte til å sette opp profilen og kalibrere Galaxy Watch.
- Kontroller at du har minst 100 MB lagringskapasitet tilgjengelig for Galaxy-telefonen.