



Welkom bij de Installatie van de

Scanwatch 2



THE BOX

THUISMETING VOOR HARTPATIENTEN





Open nu de Withings app op uw telefoon of tablet.

- Van het LUMC Hart Long Centrum heeft u de scanwatch 2 gekregen.
- Met de scanwatch 2 kunt u gemakkelijk een ECG maken en uw dagelijkse stappen tellen.
- In de volgende stappen ziet u hoe u de scanwatch 2 kunt installeren.

Eerder heeft u al ingelogd in de Withings app die u nodig heeft om de scanwatch 2 te installeren en te gebruiken.

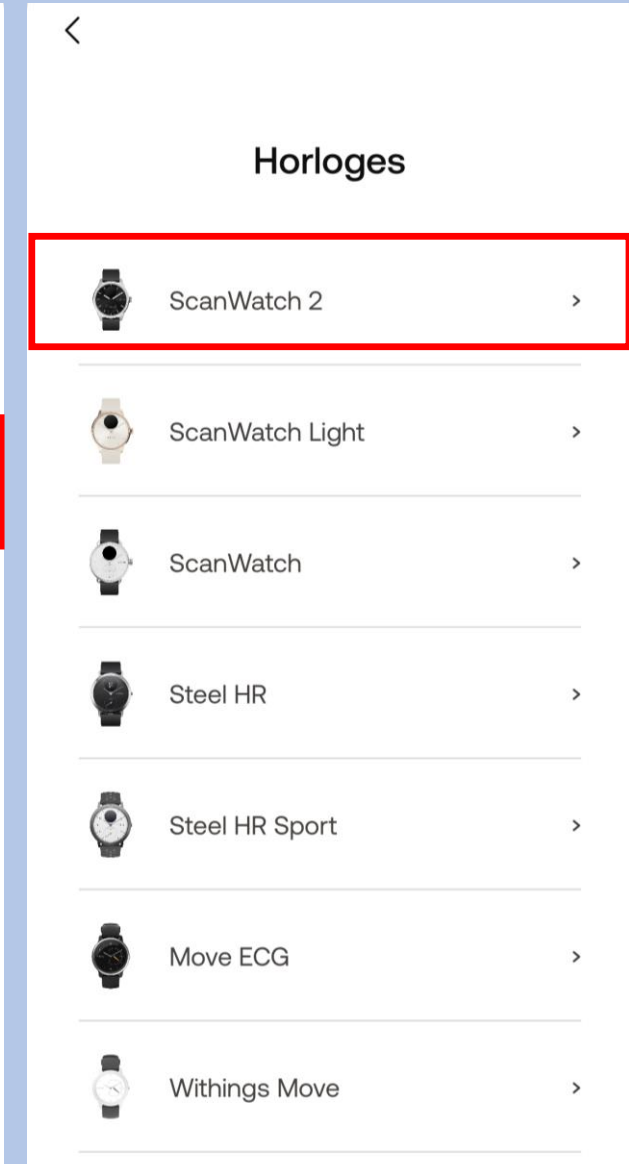
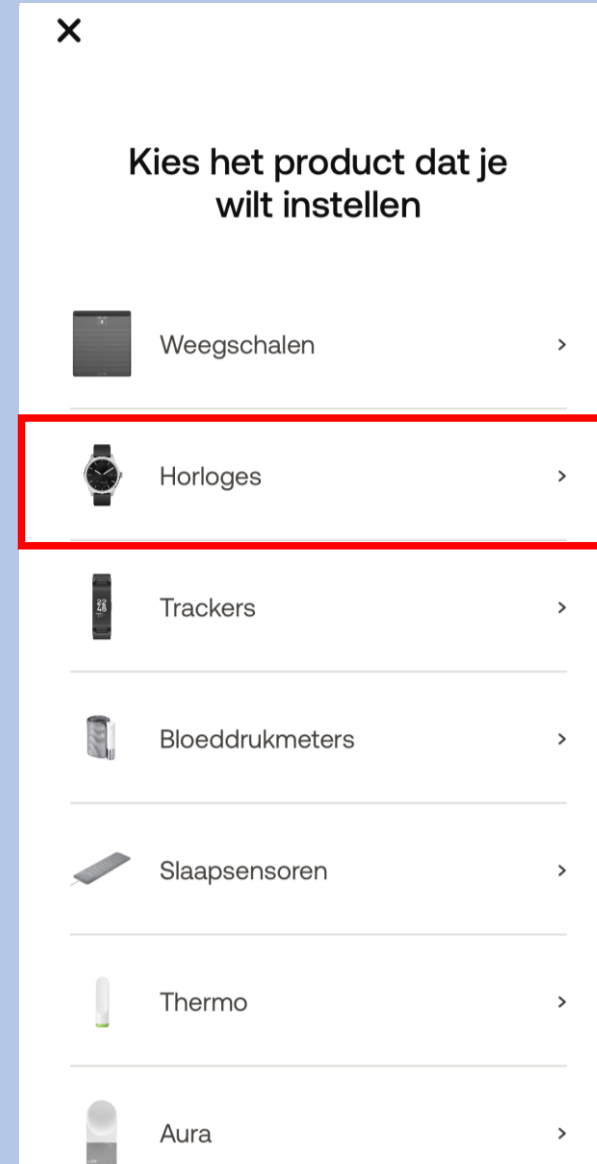
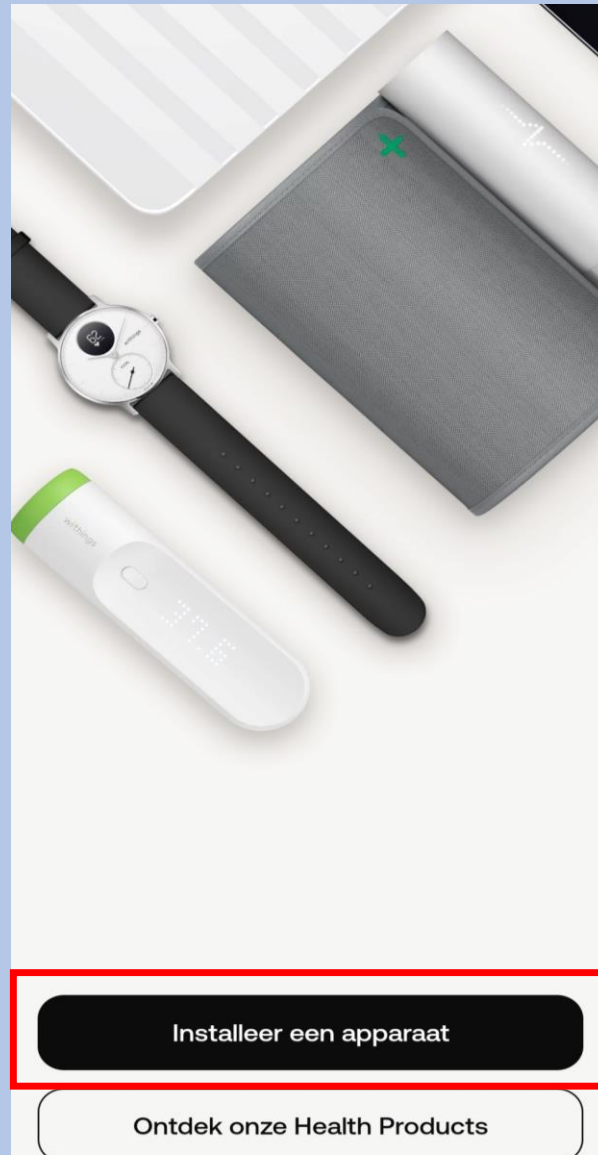
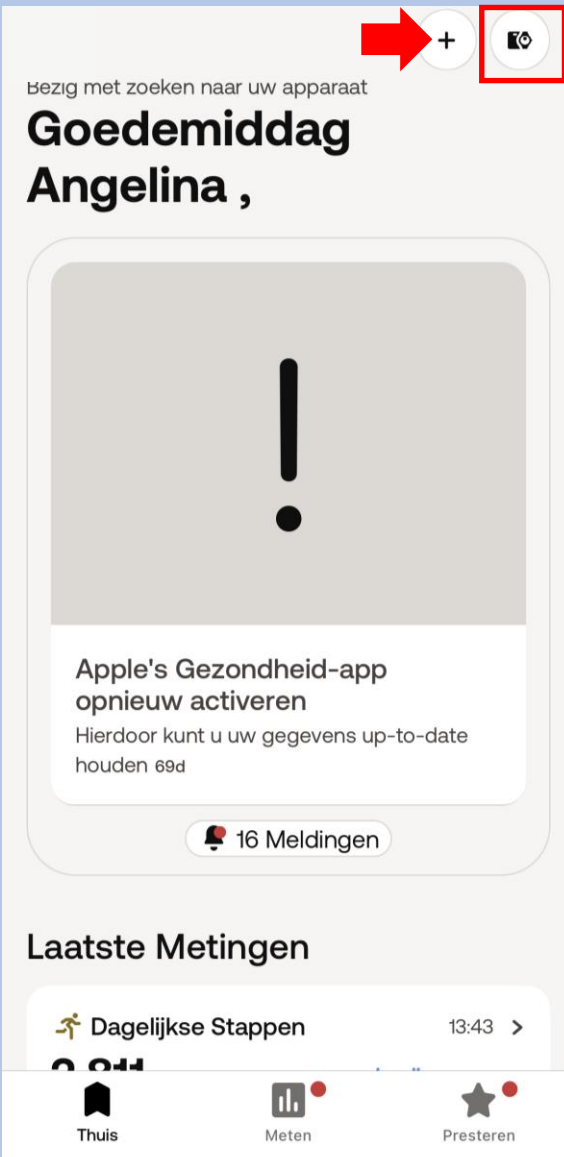
Lees goed de volgende stappen door. Komt u er daarna niet uit met de installatie, neem dan contact op met Team Box Support

Selecteer rechts bovenin   om een apparaat te koppelen

Selecteer **Installeer een apparaat**

Selecteer **Horloges**

Selecteer **Scanwatch 2**



Selecteer **Installeren**

Druk eenmaal op de knop van uw Scanwatch 2
en op het scherm van uw horloge
verschijnt **“Hello setup”** ga direct
naar de volgende screenshot
Selecteer **Volgende**

Selecteer **volgende**

Selecteer **Pair**



ScanWatch 2

Watch your heart health



Meer informatie

Installeren



Aan de slag!

Druk één keer op de knop aan de zijkant om je horloge aan te zetten. Je ziet dan "INSTELLEN" op het scherm.



Volgende

Annuleren

ScanWatch 2 gedetecteerd

Laten we het via Bluetooth aan uw telefoon koppelen. Misschien moet u de code op uw horlogescherf in de volgende pop-up invoeren.



Volgende

Annuleren

Koppel uw ScanWatch 2 met uw telefoon

Laten we het via Bluetooth aan uw telefoon koppelen. Misschien moet u de code op uw horlogescherf in de volgende pop-up invoeren.



Pair

Nu zal er een **code verschijnen op uw horloge** die u invoert op uw telefoon/tablet.
Selecteer **Volgende**

Annuleren

Koppel uw ScanWatch 2 met uw telefoon

Bluetooth-koppelingsverzoek

'ScanWatch 2 48' wil koppelen met je iPhone. Voer de code in die te zien is op 'ScanWatch 2 48'. Doe niets op 'ScanWatch 2 48' totdat de koppeling is voltooid.

Annuleer

Koppel



Selecteer **volgende**

Annuleren

Verbonden met uw ScanWatch 2



Volgende

Selecteer **uw Box naam**

Annuleren

GEBRUIKER

Selecteer de persoon die dit apparaat zal gebruiken

Box

Selecteer **Ja** als dit klopt

Wijzen de wijzers van het horloge omhoog?

De uren- en minutenwijzers moeten op de 12 staan en de bewegingswijzer moet op 100% staan



Nee

Ja

Selecteer **OK**

Uw horloge toont nu de juiste tijd.



Nog eens proberen

OK

Uw horloge wordt gconfigureerd. Soms kan dit enige tijd duren

Annuleren

Uw ScanWatch 2 wordt geconfigureerd...



Selecteer **Volgende**

Uw ScanWatch 2 is er klaar voor!

We leiden u nu door een aantal functies van uw horloge.



Volgende

Selecteer de pols waaraan u het horloge gaat dragen.
Let op dat u bij het maken van een ECG u het horloge aan de opgegeven pols draagt



Om welke pols gaat u uw apparaat dragen?

Geef aan om welke pols u uw horloge draagt, zodat we nauwkeurigere instructies kunnen geven.

Links

Rechts

Selecteer **Begrepen**

Selecteer **de aangegeven kolom**

Let op nu volgt de uitleg van het gebruik van het horloge.



Zo moet ScanWatch 2 worden gedragen.

Uw horloge moet een vingerbreedte boven uw polsbeen aan uw pols worden vastgemaakt. Het dragen van een zachte polsband verbetert de automatische metingen.



Begrepen

SCANWATCH 2

Laten we ScanWatch 2 instellen

Kenmerken

Lees wat het product te bieden heeft en activeer alles.



Navigeren in ScanWatch 2

NOG NIET GEZIEN



Meldingen activeren

NOG NIET GEZIEN



Activiteitendoelen instellen

NOG NIET GEZIEN



Ontdek de lichaamstemperatuur

NOG NIET GEZIEN

Later voltooien

Volg de stappen goed en lees alles goed door. Het horloge bevat vele opties.

De opties die wij selecteren zijn suggesties. Mocht u andere keuzes maken is dit geheel uw eigen keuze. Let op; hoe meer opties u selecteert of toestemming u geeft hoe sneller het horloge leeg zal zijn.

Instellingen kunt u altijd later in de Withings app aanpassen mocht dit nodig zijn.

Het is belangrijk dat u de Ecg functie accepteert en activeert anders kan het horloge geen Ecg maken.

Dit kunt u vinden als u het stappenplan hervat.

Mocht u voor extra opties kiezen, houd u er rekening mee dat uw arts of verpleegkundig specialist dit niet zal beoordelen.

Nu kunt u de installatie hervatten.

Let op de volgorde verschilt per installatie.

Selecteer **Volgende**

Druk op de kroon om het horloge uit de sluimerstand te halen.

Zo krijgt u toegang tot functies op het apparaat.



Volgende

Selecteer **OK**

Draai aan de kroon om te bladeren, druk erop om te selecteren.

Als u aan de kroon draait, verandert het menu. Met een korte druk op de kroon bevestigt u de actie.



OK

Selecteer **de aangegeven kolom**

SCANWATCH 2

Laten we ScanWatch 2 instellen

Kenmerken

Lees wat het product te bieden heeft en activeer alles.



Navigeren in ScanWatch 2

TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN



Meldingen activeren

NOG NIET GEZIEN



Activiteitendoelen instellen

NOG NIET GEZIEN



Ontdek de lichaamstemperatuur

NOG NIET GEZIEN

Later voltooien

Keus is aan uzelf of u de meldingen wilt activeren.



Blijf verbonden

U kunt uw telefoon laten trillen voor inkomende gesprekken, tekstberichten en gebeurtenissen. Tik gewoon op inschakelen!

Over slaan

Inschakelen

Selecteer het aangegeven kolom

Selecteer **Volgende**





Selecteer aantal stappen die u wenst te behalen dagelijks en bevestig

Selecteer het aangegeven kolom

SCANWATCH 2


Laten we ScanWatch 2 instellen

Kenmerken
Lees wat het product te bieden heeft en activeer alles.

-  Navigeren in ScanWatch 2
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN
-  Meldingen activeren
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN
-  **Activiteitendoelen instellen**
NOG NIET GEZIEN
-  Ontdek de lichaamstemperatuur
NOG NIET GEZIEN

Later voltooiën

X



Zie uw voortgang op uw pols

De analoge subwijzerplaat op uw horloge zal de voortgang van uw dagelijkse activiteit automatisch volgen

Volgende

<

Hoeveel traint u?

We gebruiken deze info om nauwkeurige gegevens van uw apparaat te krijgen.

Regelmaat van de training Beginner >

Ons vertellen hoe vaak je traint helpt ons gepersonaliseerde inzichten te sturen

Dagelijkse stappendoel 10.000 >





Hoeveel stappen per dag wilt u halen?

Bevestigen

SCANWATCH 2

Laten we ScanWatch 2 instellen

Kenmerken
Lees wat het product te bieden heeft en activeer alles.

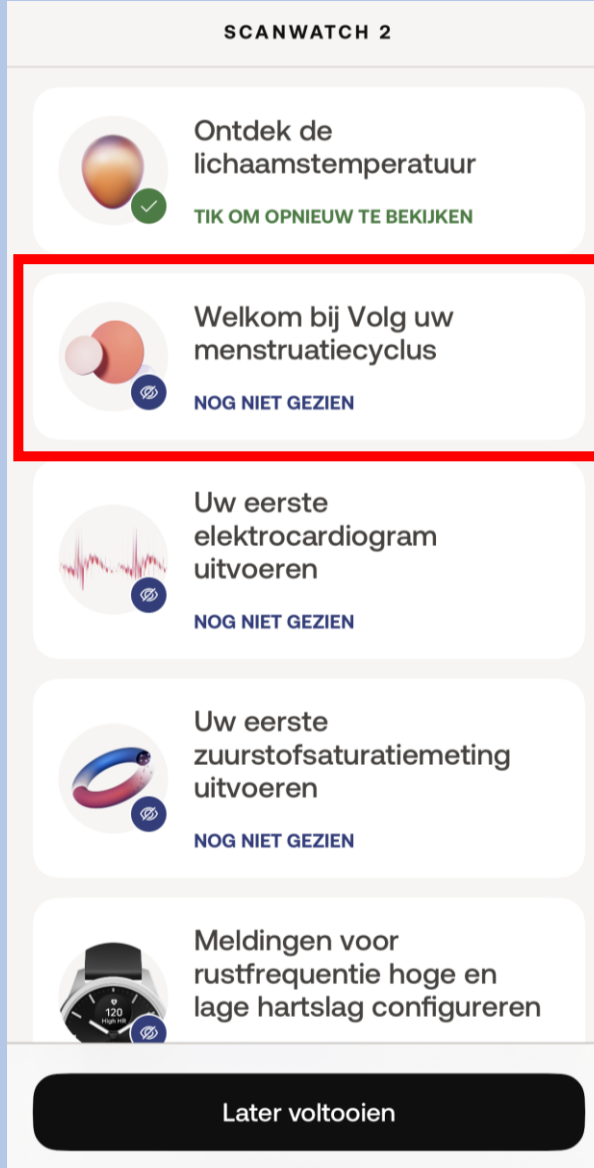
-  Navigeren in ScanWatch 2
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN
-  Meldingen activeren
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN
-  Activiteitendoelen instellen
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN
-  **Ontdek de lichaamstemperatuur**
NOG NIET GEZIEN

Later voltooiën

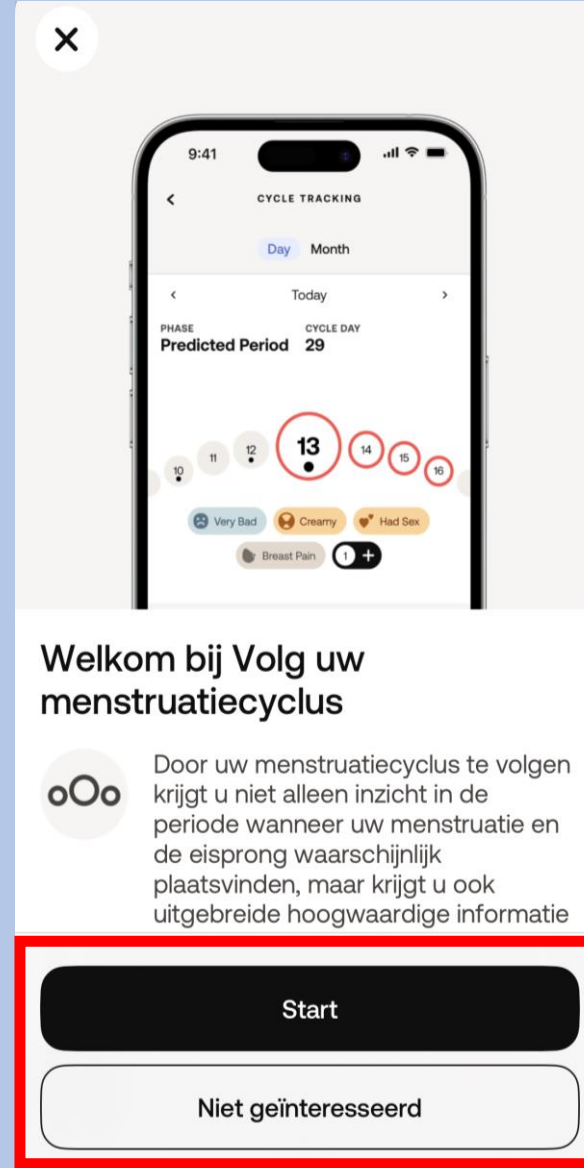
Selecteer **OK**



Selecteer **Het aangegeven kolom**



Selecteer optie naar keuze



Selecteer **Het aangegeven kolom**



Selecteer **Volgende**



Wat is een ecg?



Bij elke hartslag gaat er een elektrische impuls golf door uw hart, waardoor het samentrekt en een pompbeweging maakt.

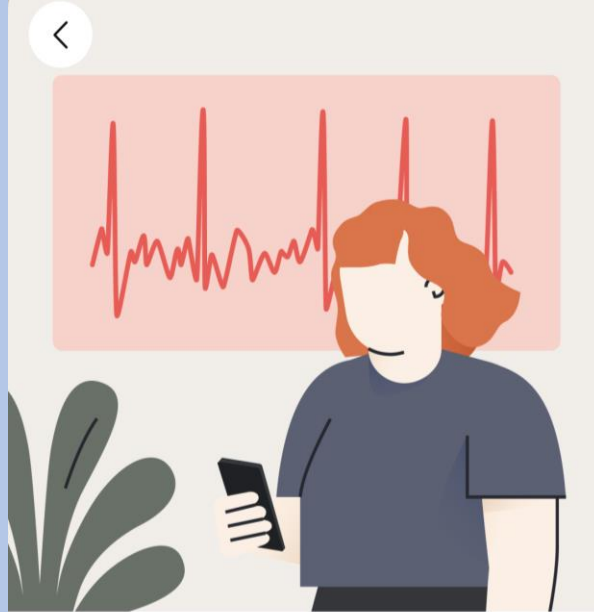


Een elektrocardiogram (ecg) is de registratie van de elektrische signalen die door het hart worden geproduceerd.

Opmerking: Gebruik de Scan Monitor van Withings niet samen met een pacemaker, een Implantierbarer

Volgende

Selecteer **Volgende**



Withings Scan Monitor kan AFib detecteren.



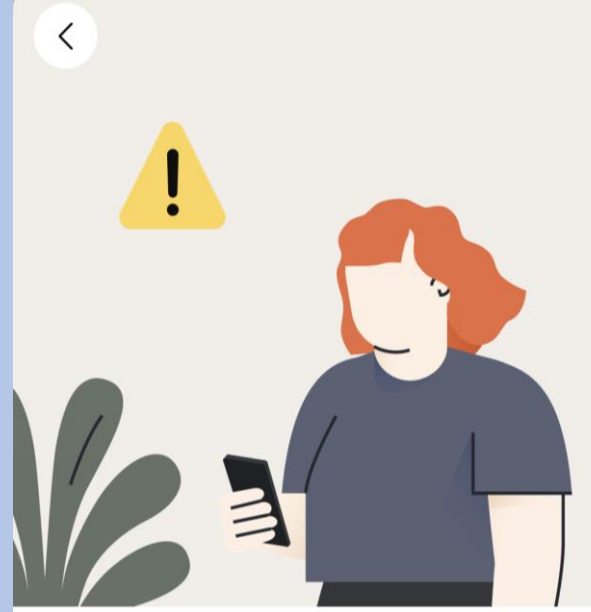
Boezemfibrilleren, ook bekend als AFib, is een abnormale hartslag.



Withings Scan Monitor kan onregelmatigheden in het ritme van uw hart detecteren en u op de hoogte stellen.

Volgende

Selecteer **Volgende**



Withings Scan Monitor kan hartaanvallen en andere medische aandoeningen niet detecteren.

Voelt u zich niet lekker of u denkt een hartaanval te hebben? Neem dan contact op met uw arts of de hulpdiensten.

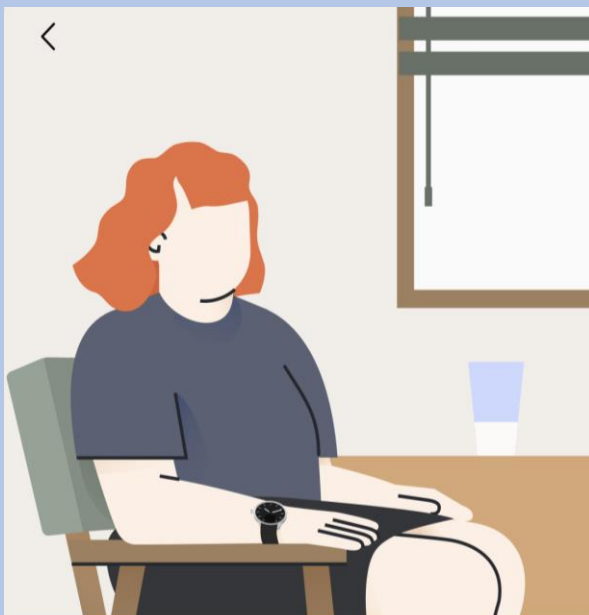
Volgende

Selecteer **Accepteren en activeren**



Accepteren en activeren

Selecteer **Begrepen**



We gaan uw eerste ECG-meting uitvoeren!

- 1 Zit stil en praat niet.
- 2 Plaats uw arm op een tafel of armleuning en ontspan.
ⓘ Het kan moeilijker zijn om een overtuigend ECG-resultaat te krijgen als u een andere band draagt dan silicone, FKM of gelijkwaardig.

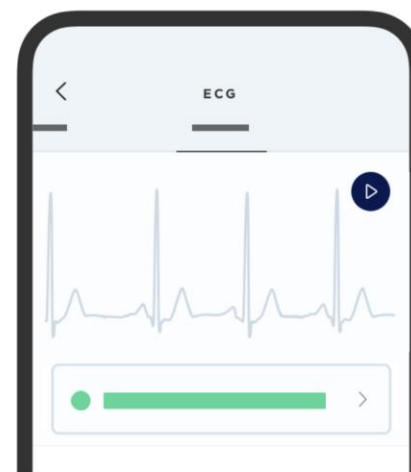
Begrepen

Maak een eerste ECG met het horloge



Uw eerste ECG-meting nu uitvoeren

Selecteer **Begrepen**



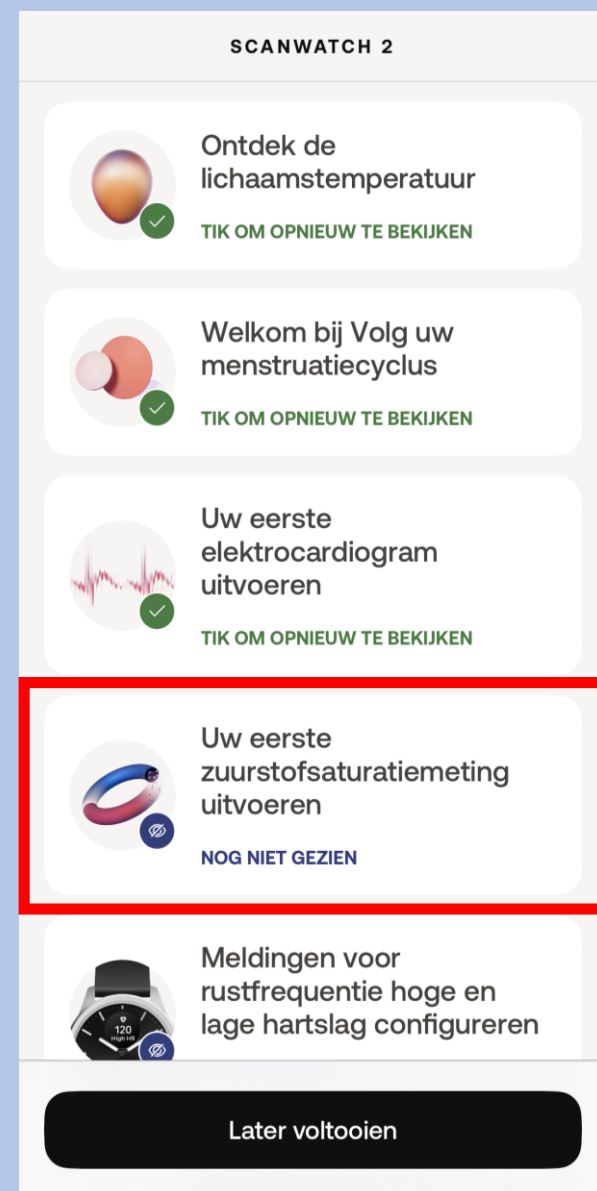
Dat was het! U vindt uw resultaten later in de app.

Als ScanWatch 2 atriumfibrilleren in uw ECG detecteert, krijgt u een duidelijke visualisatie en kunt u de opname opnieuw afspelen of naar uw arts sturen.

Meer informatie

Begrepen

Selecteer **Het aangegeven kolom**



SCANWATCH 2

Ontdek de lichaamstemperatuur
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Welkom bij Volg uw menstruatiecyclus
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Uw eerste electrocardiogram uitvoeren
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Uw eerste zuurstofsaturatiemeting uitvoeren
NOG NIET GEZIEN

Meldingen voor rustfrequentie hoge en lage hartslag configureren

Later voltooien

Selecteer het aangegeven kolom

SCANWATCH 2

Ontdek de lichaamstemperatuur
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Welkom bij Volg uw menstruatiecyclus
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Uw eerste elektrocardiogram uitvoeren
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Uw eerste zuurstofsaturatiemeting uitvoeren
NOG NIET GEZIEN

Meldingen voor rustfrequentie hoge en lage hartslag configureren

Later voltooien

Selecteer **Starten**

X



De ScanWatch 2 kan het zuurstofgehalte in uw bloed meten

Zuurstofsaturatie van arteriële hemoglobine (of SpO2) beoordeelt de hoeveelheid zuurstof in uw rode bloedcellen. Elke meting wordt op het horloge uitgevoerd en duurt 30 seconden.

Starten

Selecteer **Begrepen**

<



We gaan uw eerste zuurstofmeting doen.

- 1 Blijf stilzitten, praat niet en ontspan.
- 2 Plaats uw arm en elleboog op een tafel of armleuning.
- 3 Zorg dat uw polsband strak zit en houd de palm van uw hand open en plat.

Begrepen

Selecteer **Overslaan**

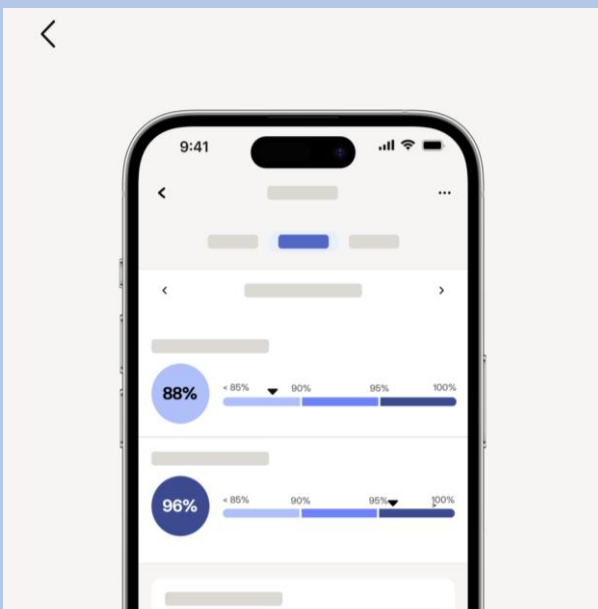
<

Overslaan

Laten we een zuurstofsaturatiemeting starten!



Selecteer **Begrepen**



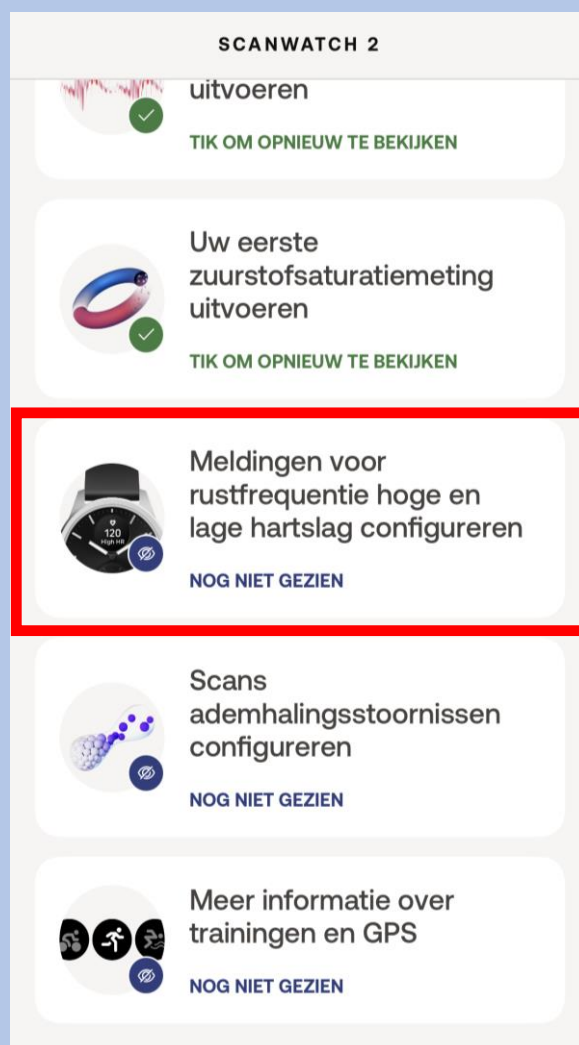
Dat was het! U vindt uw resultaten later in de app.

Een aanvaardbaar bereik ligt tussen 95% en 100%. Verschillende factoren kunnen de resultaten beïnvloeden, zoals tabak of alcohol, maar als het bereik regelmatig onder de 95% zakt, moet u een arts raadplegen.

Meer informatie

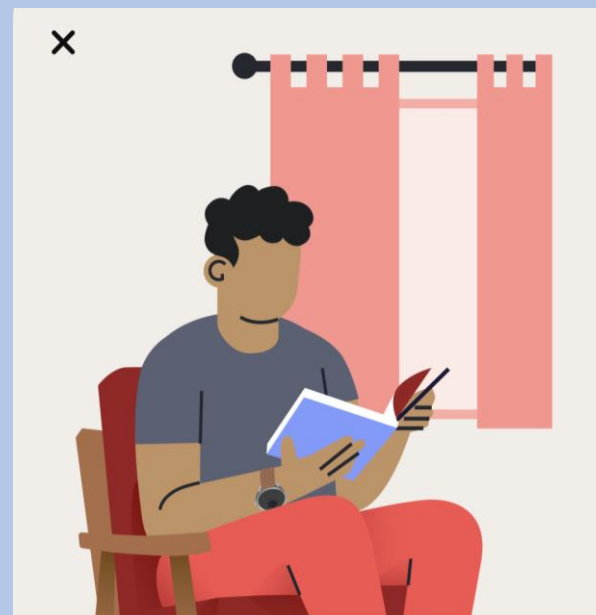
Begrepen

Selecteer **aangegeven kolom**



Later voltooiën

Selecteer **Volgende**

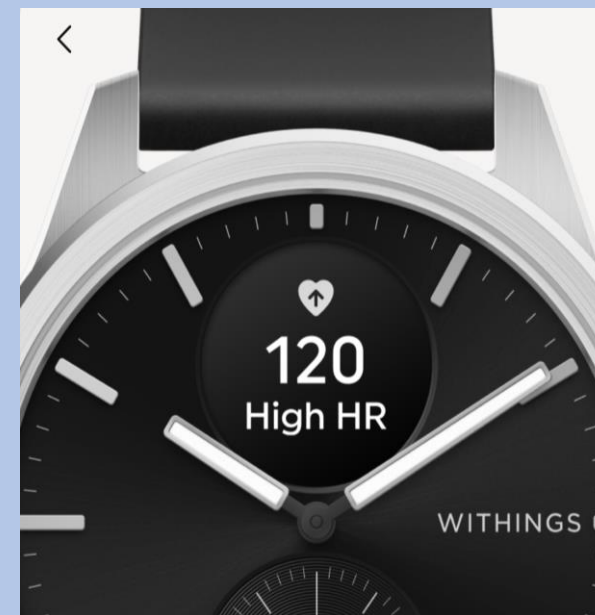


Wat is de hartslag in rust?

De hartslag in rust is uw hartslag terwijl u 10 minuten inactief bent. Een normale hartslag in rust ligt tussen 60 en 100 slagen per minuut, maar dit kan per persoon verschillen.

Volgende

Selecteer **Volgende**

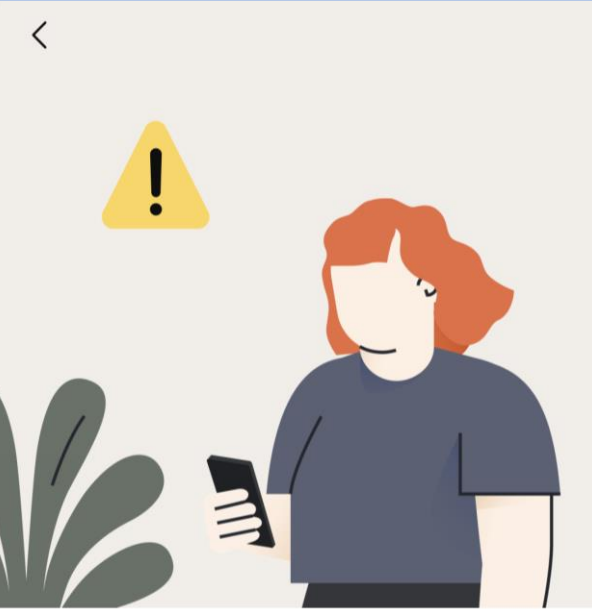


Hoe werken HR-meldingen in rust?

Als uw hartslag in rust te hoog of te laag is, ontvangt u een melding. U kunt de drempelwaarden voor hoge en lage hartslag wijzigen in de instellingen.

Volgende

Selecteer **Activeer nu**



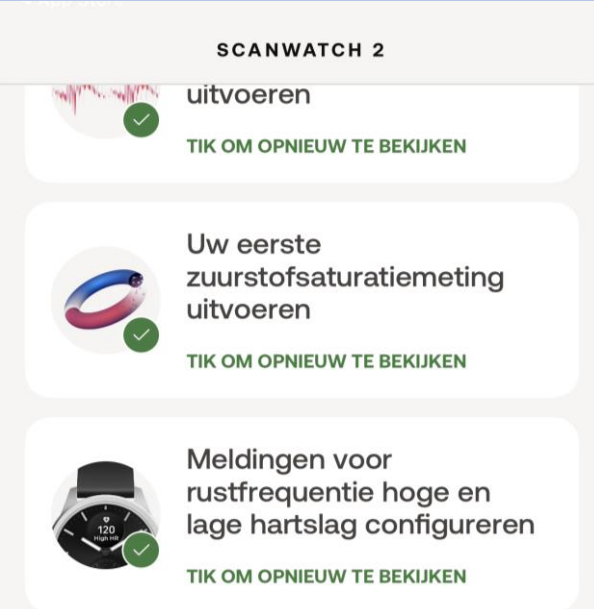
ScanWatch 2 kan hartaanvallen en andere medische aandoeningen niet detecteren.

Voelt u zich niet lekker of u denkt een hartaanval te hebben? Neem dan contact op met uw arts of de hulpdiensten.

Activeer nu

Niet nu

Selecteer **aangegeven kolom**



Scans ademhalingsstoornissen configureren

NOG NIET GEZIEN

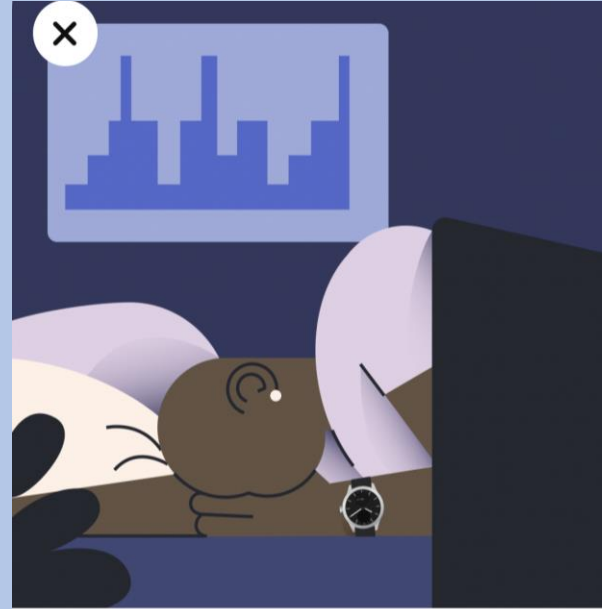


Meer informatie over trainingen en GPS

NOG NIET GEZIEN

Later voltooien

Selecteer **Starten**

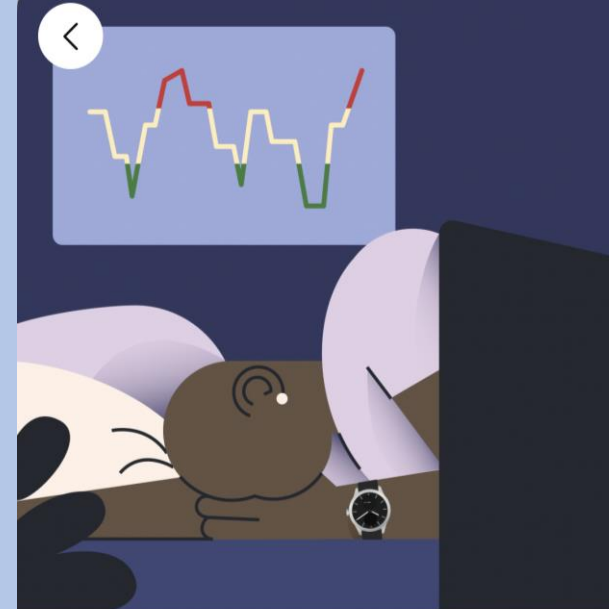


ScanWatch 2 houdt uw slaap automatisch bij wanneer u het horloge in bed draagt

ScanWatch 2 houdt uw slaapcycli en slaaphartslag bij. U hoeft het horloge alleen te dragen, verder niets. U krijgt een overzicht van uw slaap wanneer u wakker wordt.

Starten

Selecteer **Volgende**

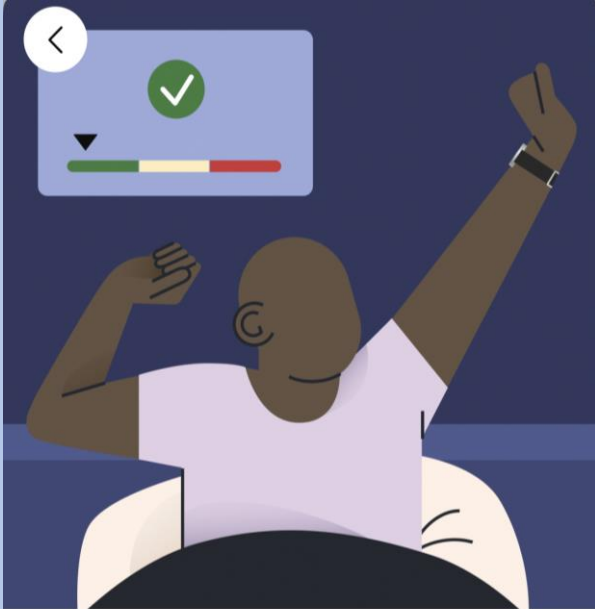


Verbeter slaaptracking met ademhalingscans

Als de functie Ademhalingsscan is ingeschakeld, kan ScanWatch 2 ademhalingsstoornissen detecteren, naast de standaardslaaptracking.

Volgende

Selecteer **Volgende**

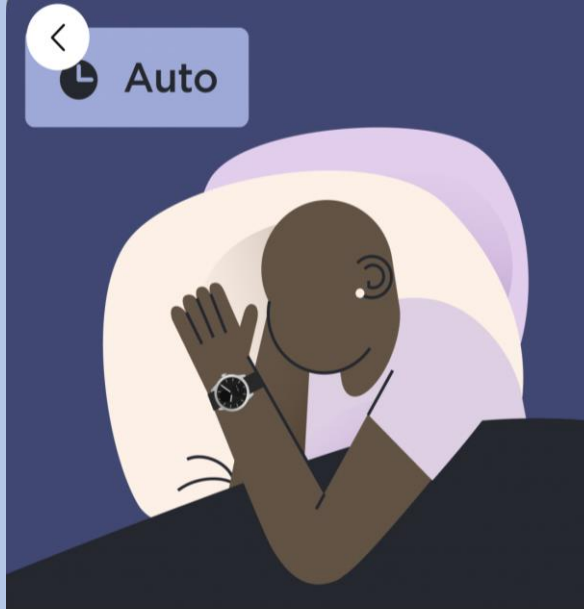


Het opsporen van ademhalingsstoornissen kan uw algehele welzijn verbeteren

Ademhalingsstoornissen kunnen een negatieve invloed hebben op de kwaliteit van uw slaap en dus op uw algehele welzijn.

Volgende

Selecteer **Frequentie instellen**



Ademhalingsscans plannen

Om de levensduur van de batterij te sparen en omdat ademhalingsstoornissen zich niet snel ontwikkelen, raden we aan de frequentie in te stellen op "Automatisch".

Frequentie instellen

Selecteer uw voorkeur en kies **bevestigen**



Ademhalingsscan

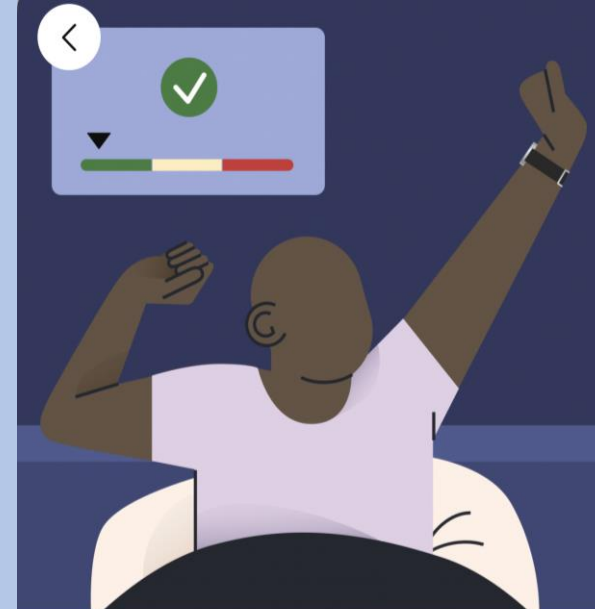
[Annuleren](#)

Hierdoor wordt de led van het horloge continu ingeschakeld om nauwkeuriger gegevens vast te leggen en het algoritme in staat te stellen om betere inzichten van uw nacht te genereren. Dit zal de levensduur van de batterij drastisch beïnvloeden.

- Uit**
Ademhalingsstoornissen worden niet gedetecteerd.
- Automatisch (aanbevolen)**
ScanWatch 2 start automatisch een Ademhalingsscan op het beste moment, een paar keer per kwartier.
- Altijd aan**
U krijgt elke ochtend de resultaten. Maar let op, dit verkort de levensduur van de batterij.

Bevestigen

Selecteer **Volgende**

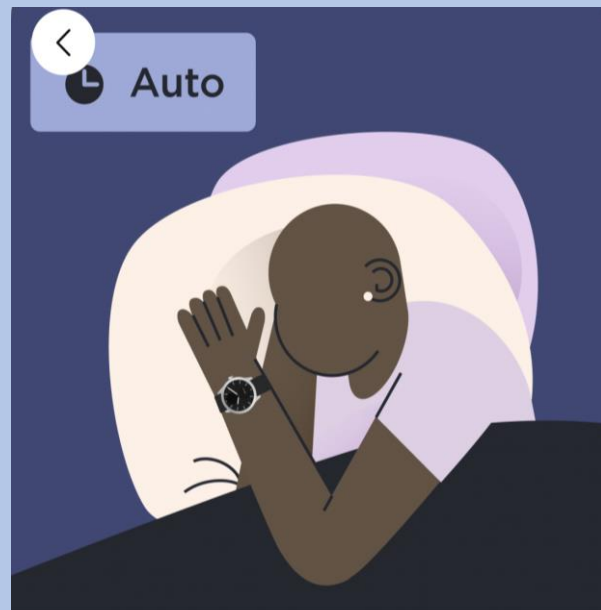


Het opsporen van ademhalingsstoornissen kan uw algehele welzijn verbeteren

Ademhalingsstoornissen kunnen een negatieve invloed hebben op de kwaliteit van uw slaap en dus op uw algehele welzijn.

Volgende

Selecteer **Frequentie instellen**

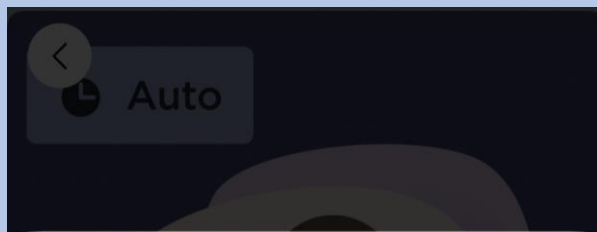


Ademhalingscans plannen

Om de levensduur van de batterij te sparen en omdat ademhalingsstoornissen zich niet snel ontwikkelen, raden we aan de frequentie in te stellen op "Automatisch".

Frequentie instellen

Selecteer uw voorkeur en dan **bevestigen**



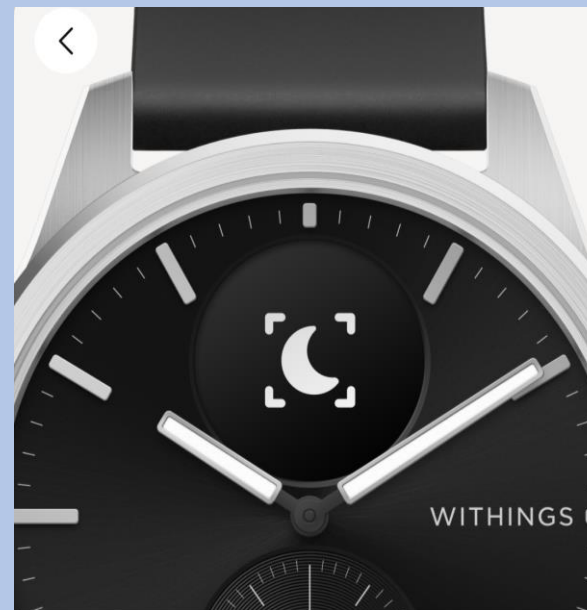
Ademhalingsscan Annuleren

Hierdoor wordt de led van het horloge continu ingeschakeld om nauwkeuriger gegevens vast te leggen en het algoritme in staat te stellen om betere inzichten van uw nacht te genereren. Dit zal de levensduur van de batterij drastisch beïnvloeden.

- Uit**
Ademhalingsstoornissen worden niet gedetecteerd.
- Automatisch (aanbevolen)**
ScanWatch start automatisch een Ademhalingsscan op het beste moment, een paar keer per kwartier.
- Altijd aan**
U krijgt elke ochtend de resultaten. Maar let op, dit verkort de levensduur van de batterij.

Bevestigen

Selecteer **Volgende**

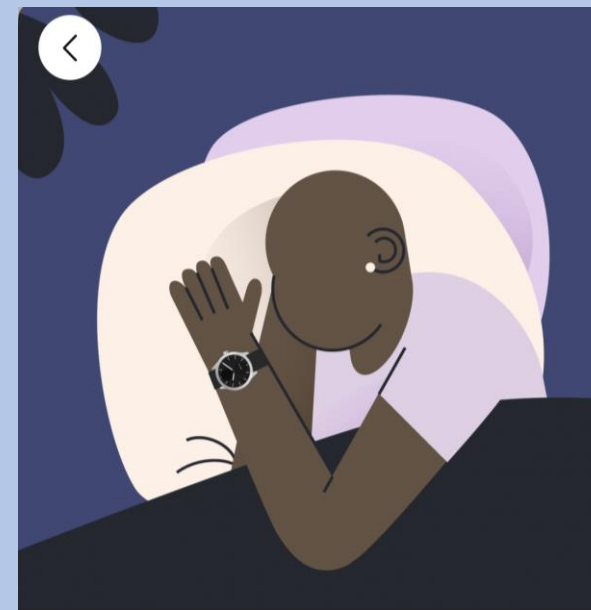


Krijg een herinnering voor een Ademhalingsscan

Houd dit symbool in de gaten op uw ScanWatch 2: het geeft aan dat er een Ademhalingsscan is gepland. U kunt ook naar de instellingen van de functie gaan om precies te weten wanneer de volgende gepland is.

Volgende

Selecteer **Begrepen**



Klaar! Draag de ScanWatch 2 als u gaat slapen om gegevens te krijgen over ademhalingsstoornissen wanneer u wakker wordt.

Alles wordt automatisch getraceerd en gesynchroniseerd met Withings zodra u opstaat.

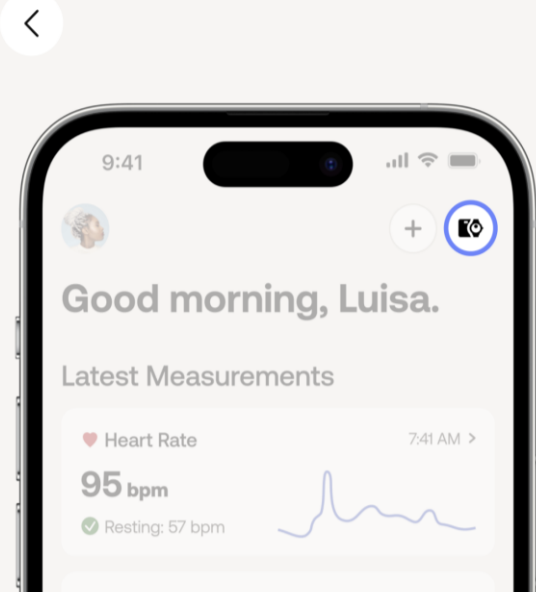
Begrepen

Selecteer **Ok,begrepen**

Selecteer **het aangegeven kolom**

Selecteer **Volgende**

Selecteer **Volgende**



U kunt de ademhalingscan later activeren op het tabblad Apparaten.

Ga naar het tabblad Apparaten van uw app, zoek uw apparaat op, ga naar "Alle instellingen" en activeer wat u nodig hebt.

Ok, begrepen

SCANWATCH 2

uitvoeren
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Uw eerste zuurstofsaturatiemeting uitvoeren
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Meldingen voor rustfrequentie hoge en lage hartslag configureren
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Scans ademhalingsstoornissen configureren
TIK OM OPNIEUW TE BEKIJKEN

Meer informatie over trainingen en GPS
NOG NIET GEZIEN

Later voltooiën



Ga naar het trainingsmenu en druk op de kroon voor toegang

Het analoge subdialoogvenster op uw horloge houdt automatisch uw dagelijkse activiteitenvoortgang bij.

Volgende



Druk kort om uw training te selecteren en de sessie te starten

Blader door het trainingsmenu. Selecteer uw training met een korte druk op de knop om onmiddellijk te beginnen met het bijhouden van uw training.

Volgende

Selecteer **Volgende**



Druk lang op de kroon om de training te pauzeren of te beëindigen.

Als u lang op de kroon drukt, pauzeert u de training. Draai vanaf hier om de training te stoppen en druk lang om te bevestigen.

Volgende

Selecteer **Volgende**



Houd uw sessies bij en volg uw voortgang

Tijdens een training controleert ScanWatch voortdurend de hartslag, duur, verbrande calorieën, aantal stappen en het kan zelfs uw route in kaart brengen.

Volgende

Selecteer **Volgende**

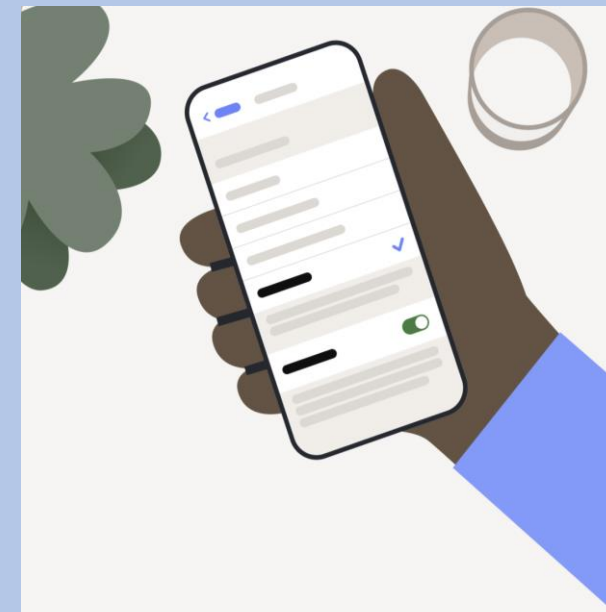


Ren met uw telefoon

Geef Withings toegang tot uw positie om real-time GPS-gegevens op te halen en meer statistieken vast te leggen, waaronder route, afstand en tempo.

Volgende

Selecteer naar keuze



Selecteer 'Altijd' en houd 'Precies: aan' ingeschakeld

Ga naar locatie-instellingen, selecteer 'Altijd' en controleer of 'Precieze locatie' is ingeschakeld.

Ga naar instellingen

Niet nu

Selecteer **Ok**

Scanwatch 2 informatie



- De Scanwatch 2 is spatwater dicht en er kan mee gedoucht worden. Zwemmen wordt niet geadviseerd.
- Maak altijd een ECG met het horloge om de pols welke u aangegeven heeft bij installatie.
- Het horloge kan uw slaapregistratie bijhouden als u deze 's nachts omhoudt. Dit hoeft overigens niet, deze gegevens worden niet nagekeken.
- De Scanwatch 2 werkt op een accu en moet regelmatig opgeladen worden. De oplader vindt u in de verpakking.

Het maken van een ECG.

- Doe uw horloge op de juiste pols.
- Open de Withings app als u een ECG gaat maken.
- Druk eenmaal de knop aan de zijkant in.
- Draai aan het kroontje tot u Ecg ziet verschijnen in het kleine schermje van het horloge.
- Druk eenmaal goed de knop in als u Ecg ziet op het horloge.
- Leg uw vingers om het horloge zoals op de afbeelding aangegeven word.
- Op uw telefoon verschijnt een aftel scherm houdt u hand op het horloge tot die tweemaal trilt en u op de app 0 ziet.
- In de app verschijnt de uitslag en mag u op OK tikken.



Einde installatie Scanwatch 2

Mocht het na deze stappen toch niet gelukt zijn om het horloge te installeren, neem dan contact op met Team Box Support.

- Email: boxsupport@lumc.nl

- Telefoon: 071-5297604 (9:00 – 12:00)

Let op! U kunt bij Team Boxsupport alleen terecht voor technische ondersteuning. Medisch kunnen wij niet helpen.

The Box is een ondersteuning van uw zorgtraject om een aanvullend beeld van uw gezondheid te krijgen, het is geen vervanging van de zorg. Voelt u zich niet goed, dan handelt u zoals u altijd doet. U belt de huisarts, poli of 112, afhankelijk van hoe ernstig het is.

THE BOX
THUISMETING VOOR HARTPATIENTEN

