

Benutzerhandbuch



| | |
|--|-----------|
| Beschreibung des Produktes | 4 |
| 1.1. Über Carity | 4 |
| 1.2. Zweckbestimmung | 5 |
| 1.3. Verwendungszweck | 6 |
| 1.4. Für wen ist die Carity-App geeignet? | 6 |
| Kontraindikationen | 8 |
| Warnungen | 8 |
| Vorsichtsmassnahmen | 9 |
| Anweisungen zum Produkt | 10 |
| 5.1. Koppeln Sie Ihr Wearable-Gerät (optional) | 10 |
| 5.2. Installieren Sie Ihre Carity-App | 11 |
| 5.3. Carity Überblick | 15 |
| 5.4 Fortschritt | 19 |
| HERZ | 20 |
| GEMÜT | 21 |
| LEISTUNG | 22 |
| 5.5 Aufgaben | 23 |
| 5.6 Häufig gestellte Fragen | 24 |
| Apple Watch | 24 |
| Carity App | 26 |
| Zusätzliche Informationen | 28 |
| 6.1. Hilfe & Unterstützung | 28 |
| 6.2 Unterstützte Plattformen | 28 |
| 6.3. Nutzungsumgebung | 28 |
| 6.4. Glossar der Symbole | 29 |
| 6.5. Rechtliche Hinweise und Sicherheitshinweise | 29 |



Bitte lesen Sie dieses Handbuch sorgfältig durch, bevor Sie das Carity-System in Betrieb nehmen.

Beschreibung des Produktes

1.1. Über Carity

Carity ist eine Medizinprodukt-Software, die für die Verwendung durch eine Patient*in während und nach einem verordneten ambulanten kardialen Rehabilitationsprogramm (auch bezeichnet als Rehabilitationsprogramm) und durch das zugehörige Rehabilitationsteam vorgesehen ist. Sie ermöglicht Folgendes:

- Erfassung der Ergebnisse der psychologischen und lebensqualitätsbezogenen Beurteilung der Patient*innen;
- Erfassung von kardiologischen Biomarkern von Patient*innen, die von unterstützten tragbaren Geräten geliefert werden (Herzfrequenz, HFV, geschätzte 6-Minuten Gehdistanz, VO₂max);
- Erfassung der Trainingszeiten und Trainingsdaten von Patient*innen, ebenfalls von denselben tragbaren Geräten aufgezeichnet;
- Fortschrittsbewertung der Patient*in in Bezug auf die psychologische Verfassung, Trainingsleistung und Herzfitness, welche mit oben erwähnten Daten zusammengestellt werden;
- Festlegung von personalisierten Zielen der Patient*in für psychologische Verfassung, Trainingsleistung und Herzfitness, welche eine Fortschrittsbewertung ermöglichen;
- Überwachung der Patientenadhärenz zu den Rehabilitationsmassnahmen;

- Zugang zu objektiven psychologischen Beurteilungen, Leistungs- und Herzdaten der Patient*in, um eine Folgeberatung durch das Rehabilitationsteam oder Gesundheitscoach zu unterstützen;

Das Carity-System ist für alle Patient*innen geeignet, die die Anweisungen verstehen und ein kompatibles Smartphone sowie ein kompatibles tragbares Gerät bedienen können. Das Carity-System ist als Anwendung für mobile Geräte mit iOS- oder Android-Betriebssystem verfügbar.

Bitte beachten Sie, dass in diesem Dokument der Begriff "Carity-System" gleichbedeutend mit dem Begriff "Carity App" verwendet wird.

1.2. Zweckbestimmung

Carity ist eine digitale Ergänzung zu einem kardialen Rehabilitationsprogramm für Patient*innen. Es erfasst die psychologischen Daten, die Trainingsleistung und die Herzfitness von Patient*innen anhand von Fragebögen oder durch unterstützte tragbare Geräte (z.B. Apple Watch).

Carity nutzt die gesammelten Daten zur Zusammenstellung und Verfolgung des Rehabilitationsfortschritts im Vergleich zu den gesetzten Zielen. Carity ermöglicht eine regelmässige Überwachung des psychologischen Zustands, der körperlichen Leistungsfähigkeit und der Herzfitness sowie des Fortschritts, um eine Folgekonsultation durch medizinisches Fachpersonal und oder Gesundheitscoaches zu unterstützen.

Carity ist für eine einzelne Patient*in bestimmt und wird während des Rehabilitationsprogramms vom Rehabilitationsteam des behandelnden Rehabilitationszentrums empfohlen und eingesetzt.

Carity ist für die Nutzung durch medizinisches Fachpersonal in Form von speziellen Adhärenz-Berichten der behandelten Patient*in vorgesehen, um Folgekonsultationen zu

unterstützen.

Carity ist dazu bestimmt, Informationen von unterstützten tragbaren Geräten zu empfangen oder direkt über die Anwendung zusätzliche, ergänzende patienten- und gesundheitsbezogene Informationen zu sammeln. Diese Informationen werden zu Gesundheitsberichten verarbeitet, die der behandelnden Ärztin/dem behandelnden Arzt zur Gesundheitsfürsorge oder zur Fortschrittsbewertung übermittelt werden.

Carity verarbeitet keine Daten über eine dedizierte Carity Support API. Alle Datenverarbeitungen erfolgen lokal auf dem mobilen Gerät der Patient*in.

1.3. Verwendungszweck

Carity konzentriert sich in seiner aktuellen Version auf die Unterstützung von Patient*innen während und nach ihrer kardialen Rehabilitation und bietet dem Rehabilitationsteam sowie einem eventuell nach der Rehabilitation tätigen Gesundheitscoach oder entsprechender medizinischen Fachperson wertvolle und nützliche Erkenntnisse.

1.4. Für wen ist die Carity-App geeignet?

Carity ist für folgende Patient*innen geeignet:

- Mann oder Frau, im Alter von 40 bis 80 Jahren, älter nach Ermessen des medizinischen Fachpersonals möglich, sofern deren kognitiver Status eine Bedienung der App und des zugehörigen tragbaren Geräts gemäss der angebotenen Schulung erlaubt;
- Die Patient*in hatte in der Vergangenheit ein kardiales Ereignis, entweder einen Myokardinfarkt oder eine Herzinsuffizienz und ist für ein ambulantes kardiales Rehabilitationsprogramm geplant. Ausnahme sind

1. Beschreibung des Produktes



Patient*innen, deren Indikation ein regelmässiges Training nicht zulässt (z.B. Herzinsuffizienz mit Ejektionsfraktion $< 45\%$; Klappenersatz, Herztransplantation);

- Komorbiditäten sind akzeptabel, sofern die Patient*innen die App und das zugehörige tragbare Gerät, sowie die Aufnahme der vorgesehenen Übungen gemäss der angebotenen Schulung bedienen können;
- Patient*innen, die das ambulante Rehabilitationsprogramm beginnen, erhalten von ihrer behandelnden Ärztin/ihrem behandelnden Arzt die Empfehlung, die App zu nutzen. Die Carity-App wird zu Beginn der Rehabilitation in das Programm aufgenommen und geschult;

Carity eignet sich für medizinische Fachpersonen und Gesundheitscoaches, die einen Bericht über die Adhärenz und die Trainingsfortschritte von Patient*innen erhalten möchten, um Einblicke in die programmbezogenen Massnahmen zu erhalten und dessen Auswirkungen zu ermitteln. Diese Erkenntnisse sollen der Ärztin/dem Arzt dabei helfen, die Notwendigkeit weiterer Untersuchungen, die die Grundlage für jede medizinische Entscheidung bilden, besser zu definieren. Diese Erkenntnisse sollen dem Gesundheitscoach helfen, sich besser mit der Patient*in auszutauschen und wenn nötig die Empfehlung zu geben, eine Ärztin/einen Arzt aufzusuchen.

Kontraindikationen

Es gibt keine bekannten Kontraindikationen für die Verwendung des Carity-Systems.

Warnungen

- Carity ist kein permanentes Live-Stream Überwachungssystem und bietet auch kein Dashboard oder eine ähnliche Form der permanenten Datendarstellung ausserhalb des Carity-Systems für das medizinische Fachpersonal;
- Carity ist kein Notfallsystem, da die gesammelten Daten verzögert übertragen werden können und keine sofortige Überwachung der Patient*innen ermöglichen. Die Patient*in kann die App nicht für Notrufe oder unmittelbare Signale an das medizinische Fachpersonal nutzen;
- Carity ersetzt nicht die Verantwortung des medizinischen Fachpersonals, Patient*innen vor einer medizinischen Entscheidung zu untersuchen und zu beurteilen, noch bietet die App dem medizinischen Fachpersonal eine Anleitung für eine medizinische Entscheidung;
- Carity darf nicht als primäres Präventionsinstrument verwendet werden, das von der Patient*in selbst heruntergeladen und eingeführt wird. Es kann nicht zum ersten Mal ohne vorherige Empfehlung einer Ärztin/eines Arztes verwendet werden;
- Die Genauigkeit des Carity-Systems kann bei Patient*innen mit Herzrhythmusstörungen beeinträchtigt sein und darf bei diesen Patient*innen nur nach Ermessen des medizinischen Fachpersonals verwendet werden.
- Carity wurde im Allgemeinen noch nicht für Patient*innen

ausserhalb der oben beschriebenen Indikationen und Anwendungsbereiche getestet;

- Carity bietet weder eine medizinische Beratung, noch einen automatisierten Coaching-Service an.



Vorsichtsmassnahmen

- Achten Sie darauf, die Carity-App immer auf dem neuesten Stand zu halten, damit Sie immer die aktuellste Version haben. Carity empfiehlt, Ihr Smartphone so einzustellen, dass die App automatisch aktualisiert wird;
- Stellen Sie sicher, dass Bluetooth aktiviert ist, damit Ihre Daten vom tragbaren Gerät auf Ihr Mobilgerät übertragen werden;
- Achten Sie darauf, dass Sie in der Carity-App immer korrekte Daten eingeben, wenn Sie dazu aufgefordert werden;
- Achten Sie während des Trainings auf Ihre Umgebung und nutzen Sie die App bzw. das tragbare Gerät nur vor dem Start oder nach Abschluss des Trainings.
- Stellen Sie fest, dass das Armband des tragbaren Geräts Reizungen verursacht, versuchen Sie die Einstellung des Armbands anzupassen, indem Sie es enger oder lockerer einstellen. Ein zu enges oder zu lockeres Tragen kann zu Unannehmlichkeiten führen. Bei anhaltenden Irritationen wenden Sie sich bitte an Ihr Pfl egeteam.

Anweisungen zum Produkt

5.1. Koppeln Sie Ihr Wearable-Gerät (optional)

Dieser Schritt ist nur für Patient*innen vorgesehen, die noch kein persönliches tragbares Gerät besitzen.

- Das Pairing kann **VOR** oder **NACH** der Installation der Carity App durchgeführt werden;
- Die App ist derzeit mit iPhone und Apple Watch kompatibel. Wir empfehlen Ihnen, den offiziellen Anweisungen auf der Apple-Website zu folgen: www.support.apple.com oder fordern Sie zusätzliches Material unter www.carity.care an;
- Sollten Sie auf technische Schwierigkeiten stossen, können Sie über die Carity-App einen Anruf mit einem unserer Berater vereinbaren.

Nach der Kopplung des Gerätes empfehlen wir, die Aufzeichnung eines Trainings zu üben. Wir empfehlen, ein 1-minütigen "Testtraining" jeder Art aufzuzeichnen, um den Prozess zu erlernen:

- Drücken Sie die Seitentaste (**Digital Crown**), um das Menü zu öffnen.
- Öffnen Sie die **Workout-App**. 
- Drehen Sie die **Digital Crown** oder wischen Sie nach unten, um den gewünschten Trainingstyp zu finden.
- Tippen Sie auf die ausgewählte Übung und starten Sie Ihr Training.
- Wenn das Training beendet ist, **wischen Sie nach rechts** und tippen Sie unten auf "Ende".
- Sie können Ihr Training auch unterbrechen, indem Sie unten auf "**Pause**" tippen.



5.2. Installieren Sie Ihre Carity-App

Die Carity-App ist für die Allgemeinheit zugänglich, jedoch bleiben alle Funktionen gesperrt, bis Sie einen QR-Code von Ihrem Pflorgeteam (medizinisches Fachpersonal) erhalten und scannen.

Ihre QR-Code-Daten werden Ihnen entweder persönlich oder per Post mitgeteilt, sobald Sie an Carity überwiesen worden sind und Ihre Patienten-ID erstellt worden ist.

Schritt 1: Die Carity-App herunterladen



Wenn Sie an einer **klinischen Studie** teilnehmen, installieren Sie die **Carity-P App** aus dem [Apple App Store](#).



Wenn Sie eine reguläre Patient*in sind, installieren Sie die **Carity-App** aus dem [Apple App Store](#).

Bitte aktivieren Sie nach der Installation die Benachrichtigungen, damit die Carity App Sie an wichtige Ereignisse in der App erinnern kann.

Schritt 2: Scannen Sie den QR-Code

Sie erhalten von Carity oder direkt von Ihrem Pflorgeteam einen QR-Code, der Angaben zu Ihrem Pflorgeteam, dem gewählten Carity-Plan und der Patienten-ID enthält.

Unten in der Fortschrittsanzeige finden Sie die Schaltfläche "QR-Code scannen...". Tippen Sie darauf und erteilen Sie die Erlaubnis, auf Ihre Kamera zuzugreifen – Sie benötigen sie zum Scannen des QR-Codes;

- Scannen Sie den QR-Code;



5. Anweisungen zum Produkt

- Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, bis Ihr Profil vollständig ist. Vergewissern Sie sich, dass alle Ihre Angaben korrekt sind;
- Nach Abschluss der Profilangaben werden Ihnen Standardtherapieziele auf der Grundlage der ESC-Leitlinien* zugewiesen, die von Ihrem behandelnden Kardiologen genehmigt werden müssen.

*Leitlinien der Europäischen Gesellschaft für Kardiologie 2021



The screenshot shows a mobile app interface for creating a profile. The title is 'Profil anlegen 1/3'. The form includes the following fields and options:

- Geburtsdatum:** 25/01/1963
- Biologisches geschlecht:** Two buttons, 'Männlich' (selected) and 'Weiblich'.
- Gewicht:** 70 kg
- Grösse:** 170 cm
- Fortsetzen:** A blue button at the bottom.

Es ist **WICHTIG**, dass Sie Ihre Therapieziele mindestens zweimal während des Rehabilitationsprogramms gemeinsam mit einer Ärztin/einem Arzt aktualisieren – einmal nach den ersten Wochen und ein weiteres Mal kurz vor Abschluss des Programms.

Schritt 3: Fügen Sie Ihr Wearable Device hinzu

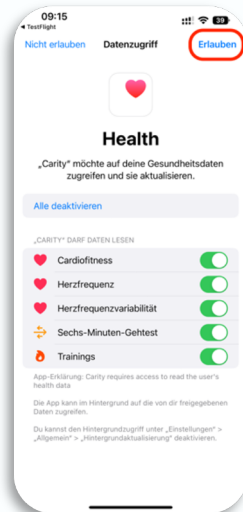
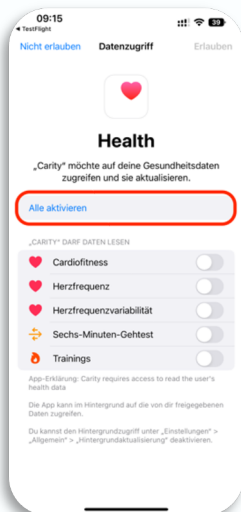
Wenn Sie Ihr Wearable-Gerät noch nicht gekoppelt haben (siehe 5.1), kann sich die Carity App nicht vollständig mit ihm verbinden. Wir empfehlen Ihnen, das Gerät zu koppeln, bevor Sie mit diesem Schritt beginnen.

Unter der Fortschrittsanzeige finden Sie die Schaltfläche **"Ihr Gerät hinzufügen"** – tippen Sie darauf und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.



WICHTIG!

Erteilen Sie dem Apple Health Kit die Erlaubnis, wenn Sie dazu aufgefordert werden. Andernfalls kann Carity nicht auf Ihre Gesundheitsdaten zugreifen und Ihre Scores berechnen.



5.3. Carity Überblick

Carity enthält 3 einfache Menüs:



Das **Profilmenü** enthält die grundlegenden Informationen der Patient*in, Informationen über die App, Therapieziele, Informationen über das Pflegeteam, Unterstützer und verbundene Geräte.



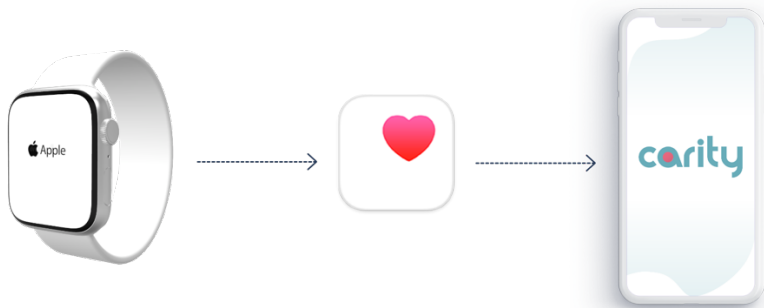
Das **Fortschrittsmenü** stellt Ihre Herzgesundheit durch die Überwachung sorgfältig ausgewählter Messwerte zur Herzgesundheit, zu körperlichen Aktivitäten und zum mentalen Zustand dar.



Das **Aufgabenmenü** soll Sie bei der Verbesserung Ihrer Gesundheit unterstützen. Es besteht aus Fragebögen, Benachrichtigungen, Anleitungen und sammelt Informationen über das tragbare Gerät.



Wie funktioniert das System?



Apple Watch erfasst Daten z.B. über Ihre Herzfitness, Bewegungen, usw.

Apple Health empfängt und speichert die Daten.

Carity ruft nur die für die Anwendung relevanten Daten ab und stellt Ihren Leistungs- und Herzfortschritt in vereinfachter Form dar.

5.4 Profil

Ihr Profil ansehen

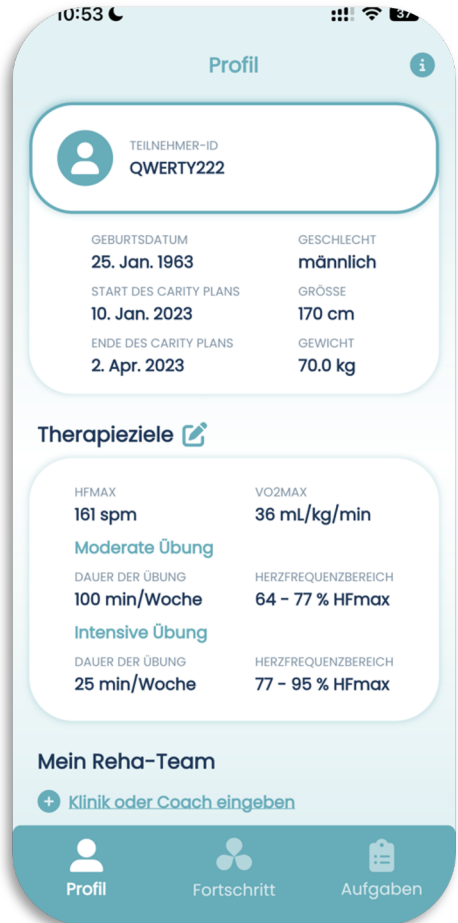
Hier können Sie Ihre persönlichen Daten überprüfen.

Bearbeiten Sie Ihre Therapieziele

Hier können Sie Ihre Therapieziele überprüfen und ändern.

Informationen und Rückmeldungen

Hier können Sie weitere Informationen über Carity abrufen, auf alle Ihre Einwilligungen zugreifen, alle Ihre Daten exportieren und Ihr Konto löschen. Ausserdem können Sie uns Ihr Feedback oder Ihre Support-Anfrage schicken.



WICHTIG!

Ändern Sie die Ziele nicht ohne vorherige Absprache mit Ihrem Pflorgeteam.

Mein Pflegeteam

Hier können Sie grundlegende Informationen über Ihr Pflegeteam abrufen.

Meine Unterstützer

Hier können Sie die E-Mail Ihrer Lebenspartner*in oder Freundes hinzufügen. Dadurch erhalten auch sie Ihre PDF-Berichte.

Mein Gerät

Dieser Abschnitt zeigt Ihnen die Datenquellen für die Carity-App. Die Schaltfläche "Daten manuell aktualisieren" kann hilfreich sein, falls Sie feststellen, dass einige Daten nicht übertragen worden sind.



5.4 Fortschritt

Die Hauptansicht der App fasst Ihre Erfolge auf dem Weg zu einem gesunden Herzen auf wöchentlicher Basis zusammen und enthält 3 Elemente:

- Herz
- Gemüt
- Leistung

Sie können zu den vorherigen

- Wochen navigieren, indem Sie auf **"Zurück"** tippen oder streichen.



Sie können Ihre detaillierten Ziele durch Tippen auf **"Ziele"** oder durch Streichen anzeigen lassen.



WICHTIG! In den ersten drei Wochen der Nutzung von Carity können einige Daten im Herzbereich fehlen, vor allem, wenn Sie gerade erst begonnen haben, eine Apple Watch zu tragen – das Gerät braucht Zeit, um sich für jede neue Anwender*in zu kalibrieren. Lassen Sie sich dadurch nicht beunruhigen. Tragen Sie die Uhr **tagsüber und bei körperlichen Aktivitäten mindestens 2 Stunden lang** und Ihr Ergebnis wird sich nach und nach mit Daten füllen.

HERZ

Der Herzscore wird aus 3 Parameter berechnet, die über Ihre Apple Watch und einen Fragebogen nach dem Training erfasst werden. Die Bedeutung und Werte dieser Parameter finden Sie, indem Sie auf die rote Blüte tippen oder nach unten scrollen. Tippen Sie auf den Pfeil nach unten für weitere Details.



Was bedeutet das Ausrufezeichen?

Wenn Sie neben einem Wert dieses Symbol sehen, bedeutet das, dass es noch keine Datenpunkte für diesen Parameter gibt oder die Daten älter als 7 Tage sind. Dies kann in den **ersten 3 Wochen** der Nutzung einer Apple Watch passieren oder wenn Sie die Uhr nicht regelmässig tragen oder nicht trainieren.

Denken Sie daran, Ihre Apple Watch mindestens 2 Stunden am Tag zu tragen und sie regelmässig in der Nacht aufzuladen.

GEMÜT

Der Gemütsscore wird mit den Ergebnissen der Fragebögen berechnet. Er umfasst 3 Aspekte: **Ängstlichkeit**, **Depression** und **Lebensqualität**. Sie können Ihre Ergebnisse und die allgemeine Bedeutung finden, indem Sie auf das Blütenblatt tippen oder nach unten scrollen und auf jedes der Elemente tippen.



Was bedeutet "keine Daten"?

Es bedeutet, dass die Daten aus den Fragebögen nicht ausreichen, um Ihren Status zu bestimmen. Innerhalb der ersten Woche werden Sie genügend Fragebögen erhalten, um Ihren Status in der App festzulegen.

Denken Sie daran, immer alle Fragebögen im Menü "Aufgaben" zu beantworten.

LEISTUNG

Der Leistungsscore basiert auf die Dauer Ihrer moderaten und intensiven Übungen. Die Übungsdauer in Minuten wird über Ihr **Apple Health Kit** und den **In-App-Fragebogen nach dem Training** erfasst. Es ist wichtig, dass Sie Ihre Zieldauer für jede Kategorie erreichen.



Warum ist mein Leistungsscore plötzlich auf 0 % gefallen?

Ihr Leistungsscore wird wöchentlich berechnet. Jeden Montag wird er auf 0 % zurückgesetzt. Ihre Aufgabe ist es, bis zum Ende der Woche 100 % der geplanten Aktivitätsminuten zu erreichen.

Denken Sie daran, Ihre Übungen auf der Apple Watch zu registrieren und den Fragebogen nach der Übung noch am selben Tag zu beantworten.



Wenn Sie nicht mehr wissen, wie das geht, lesen Sie noch einmal den Abschnitt **5.1. Koppeln Sie Ihr Wearable-Gerät.**



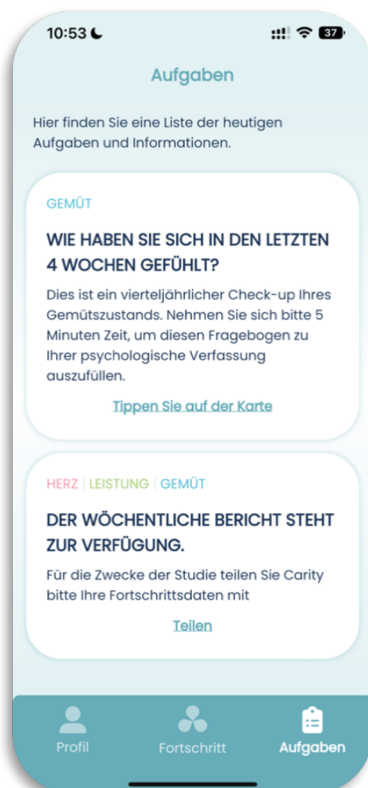
5.5 Aufgaben

Tägliche Aufgaben

Hier finden Sie Aufgaben, die Ihnen helfen werden, Ihre Leistung und Scores zu verbessern. Sie können mit mindestens 3 Aufgaben pro Woche rechnen. Diese Zahl wird sich erhöhen, abhängig von der Anzahl von aufgezeichneten Übungen.

Arten von Aufgaben

- ❑ **Fragebögen** zur Bewertung Ihres Gemütszustandes;
- ❑ **Bewertung von jeder registrierten Übung**, die sich auf Ihre Herz- und Leistungswerte auswirkt;
- ❑ **Gewichts- und Blutdruckkontrolle** zur Überwachung von Veränderungen;
- ❑ **Gemeinsame Nutzung Ihrer Daten** mit Ihrem Betreuungsteam – zur Überwachung und Nachverfolgung Ihrer Fortschritte;
- ❑ **Aufgaben zur Zielüberprüfung und Übungsplanung** helfen Ihnen, Ihre persönlichen Ziele festzulegen;
- ❑ **Informative Aufgaben**, die Ihnen Elemente Ihres Fortschritts oder Ihrer App-Verwaltung zeigen;



WICHTIG!

Versuchen Sie alle Aufgaben auf Ihrer Liste zu erledigen, insbesondere Ihre Daten und Bericht mit dem Pflegeteam während des Rehabilitationsprogramms zu teilen. Besprechen Sie den Bericht regelmässig mit Ihrem Pflegeteam.

5.6 Häufig gestellte Fragen

Apple Watch

Suchen Sie unten nach dem betreffenden Problem, um zu erfahren, wie Sie vorgehen können.

Wenn Sie weitere Hilfe benötigen, wenden Sie sich an den Apple Support: <https://getsupport.apple.com>

1. Wenn sich Ihre Apple Watch nicht einschalten lässt

Möglicherweise müssen Sie Ihre Apple Watch aufladen.

2. Wenn Sie nach einem Passwort gefragt werden

Ihre Apple Watch ist noch mit einem anderen iPhone gekoppelt. Wenden Sie sich an das Care Team, um die Uhr auszutauschen.

3. Wenn bei der Ersteinrichtung ein Aktivierungsperrbildschirm erscheint

Ihre Apple Watch ist mit einer anderen Apple ID verknüpft. Wenden Sie sich an das Care Team, um die Uhr auszutauschen.

4. Wenn Sie Ihre Apple Watch nicht einrichten können oder Sie eine Fehlermeldung erhalten

- Vergewissern Sie sich, dass auf Ihrem iPhone die neueste Version von iOS installiert ist.
- Schalten Sie Ihr iPhone aus und wieder ein.
- Schalten Sie Ihre Apple Watch aus und wieder ein.

5. Ist die Apple Watch wasserdicht? Kann ich mit der Apple Watch schwimmen?

Wenn Sie ein Schwimmtraining beginnen, sperrt die Apple


Watch automatisch den Bildschirm mit der Funktion "Wassersperre", um versehentliches Antippen zu verhindern. Wenn Sie fertig sind, halten Sie das seitliche Rad (*Digital Crown*) gedrückt oder, falls nichts passiert, drehen Sie die Digital Crown nach unten, um den Bildschirm zu entsperren und das Wasser von Ihrer Apple Watch zu entfernen. Es ertönt eine Reihe von Signaltönen, um das im Lautsprecher verbliebene Wasser zu entfernen.

Um Wasser manuell von Ihrer Apple Watch zu entfernen, wischen Sie auf dem Zifferblatt der Uhr nach oben, um das Kontrollzentrum zu öffnen, tippen Sie dann auf "Wassersperre" und halten Sie die digitale Krone gedrückt, um den Bildschirm zu entsperren und das Wasser aus dem Lautsprecher zu entfernen.



Carity App

1. Irgendetwas fühlt sich nicht richtig an, was soll ich tun?

Wenn Sie ein seltsames Verhalten der App feststellen, senden Sie uns bitte innerhalb von 24 Stunden ein Feedback. Sie können dies über das Menü Profil > Information (oben recht) tun. 

Wenn Sie die App aus irgendeinem Grund nicht öffnen können, wenden Sie sich bitte an Ihr Pflegeteam.

2. Wie oft muss ich die Apple Watch tragen?

Im Idealfall wird empfohlen, die Apple Watch den ganzen Tag über zu tragen, jedoch verstehen wir, wenn Sie das nicht möchten. In diesem Fall wäre es von Vorteil, wenn Sie die Apple Watch mindestens 2 Stunden pro Tag und während Ihrer Übungen tragen.

3. Ich habe vergessen, meine Übungen aufzuzeichnen - was kann ich tun?

Wenn Sie vergessen haben, Ihr Training auf der Apple Watch aufzuzeichnen, wird dieses Training leider nicht für die Score-Berechnung berücksichtigt. Achten Sie jedoch darauf, dass Sie vergessene Übungen nicht durch zusätzliche Übungen überkompensieren.

4. Der Bildschirm bewegt sich nicht, ich kann nichts tun.

Versuchen Sie die App vollständig zu schliessen, wie Sie es normalerweise auf dem iPhone tun und öffnen Sie sie erneut. Wenn das nicht hilft, wenden Sie sich an den technischen Support.

5. Warum werden weder moderate oder intensive Übungsminuten zu meinem Ergebnis und Score hinzugefügt?

Erinnern Sie sich daran, Ihre Übungen auf Ihrem tragbaren Gerät aufzuzeichnen? **Wenn nicht**, zeichnen Sie bitte jede Übung direkt auf Ihrem tragbaren Gerät über die Workout-App auf. **Wenn ja**, dann lesen Sie weiter.

Um Ihren Leistungswert zu steigern, müssen Sie eine bestimmte Herzfrequenz erreichen, die einer moderaten und/oder intensiven Trainingsintensität entspricht.

Wir empfehlen Ihnen, Ihr Pfllegeteam zu konsultieren, wenn Sie Ihre Ziele anpassen müssen.

Sie können versuchen, die Intensität bei der nächsten Übung leicht zu erhöhen oder zu verringern und beobachten, wie sich Ihre Werte verhalten. Lesen Sie nach jeder Übung sorgfältig die **Trainingszusammenfassung** (nachdem Sie den Fragebogen nach der Übung im Menü Aufgaben ausgefüllt haben). Gleichzeitig sollten Sie auf Ihren Körper hören und die von Ihrem Pfllegeteam festgelegte **maximale Herzfrequenz** nicht überschreiten.

Zusätzliche Informationen

6.1. Hilfe & Unterstützung

Wenn Sie Probleme bei der Nutzung der App haben, wenden Sie sich bitte an Ihr Pfllegeteam, das Ihnen helfen kann.

Bitte melden Sie jeden schwerwiegenden Vorfall, der sich im Zusammenhang mit Carity ereignet hat, unverzüglich Ihrem Pfllegeteam.

6.2 Unterstützte Plattformen

Das Carity-System kann verwendet werden mit:

- iOS Smartphones und kompatiblen Apple Watches:

| | |
|--------|----------------|
| iOS 16 | mit WatchOS 9 |
| iOS 17 | mit WatchOS 10 |
| iOS 18 | mit WatchOS 11 |

6.3. Nutzungsumgebung

Es gibt keine spezifische Umgebung für die Nutzung. Die Carity-App kann überall dort verwendet werden, wo ein Smartphone und ein tragbares Gerät (z. B. Apple Watch) verwendet werden können. Bitte beachten Sie, dass die App nur in einer sicheren Umgebung verwendet werden sollte. Wir empfehlen Ihnen, sich im öffentlichen WLAN, wann immer möglich, mit gesicherten Netzwerken zu verbinden.

6.4. Glossar der Symbole

| Symbol | Bedeutung |
|---|---|
|  | Hersteller |
|  | Vorsicht |
|  | Carity-App-Logo |
|  | Gebrauchsanweisung beachten |
|  | Medizinisches Gerät |
|  | Schweizerische Konformitätskennzeichnung gemäss Anhang 5 der MepV 812.213 |

6.5. Rechtliche Hinweise und Sicherheitshinweise

Schweiz (CH)

Bei dem Produkt handelt es sich um ein Medizinprodukt der Klasse I welches gemäss der Schweizer Medizinprodukteverordnung (MepV) selbstzertifiziert wurde. Das Schweizer Konformitätszeichen (CH) bestätigt die Einhaltung der Schweizer Vorschriften sowie die Konformität mit den geltenden Bestimmungen der Schweizer Medizinprodukteverordnung (MepV).

Europa (EU/EFTA)

Bitte beachten Sie, dass dieses Produkt derzeit keine CE-Kennzeichnung gemäss der Europäischen Medizinprodukteverordnung (EU MDR 2017/745) besitzt. Daher ist seine Konformität mit den Gesundheits-, Sicherheits- und

Umweltschutzstandards der Europäischen Union nicht zertifiziert. Dieses Produkt ist speziell für den Schweizer Markt zertifiziert und sollte nicht als konform mit den EU-Vorschriften angesehen werden.

Obwohl die Schweizer MepV 812.213 und die EU MDR 2017/745 gleichwertige Vorschriften sind, hat die Carity AG zum Zeitpunkt der Freigabe dieser Dokumentation keinen autorisierten Vertreter in den EU-Ländern.

Es ist unbedingt erforderlich, alle Richtlinien, Anweisungen und Sicherheitsvorkehrungen zu befolgen, die mit dem Produkt einhergehen. Die Verwendung dieses Produktes ausserhalb der Schweiz und ohne CE-Kennzeichnung erfolgt auf eigene Gefahr und nach eigenem Ermessen.



Carity AG

Herbergstrasse 16, 9524 Zuzwil, Schweiz



Datum der Veröffentlichung: August 2024

Name des Gerätes: Carity-System

Modell: Carity & Carity-P



www.carity.care



carity®