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? 7

Kontraindikationen 9

Warnungen 9

Vorsichtsmaßnahmen 10

Anweisungen zum Produkt 12

5.1. Koppeln Sie Ihr Wearable-Gerät (optional) 12

5.2.Installieren Sie Ihre Carity-App 13

5.3.Carity Überblick 17

5.4 Fortschritt 21

HERZ 22

GEMÜT 23

LEISTUNG 24

5.5 Aufgaben 25

5.6 Häufig gestellte Fragen 27

Apple Watch 27

Carity App 29

Zusätzliche Informationen 31

6.1. Hilfe & Unterstützung 31

6.2 Unterstützte Plattformen 31

6.3.Nutzungsumgebung 31

6.4. Glossar der Symbole 32

6.5. Rechtliche Hinweise und Sicherheitshinweise 32

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, welche für die Verwendung durch eine Patientin oder einen Patienten während und nach einem verordneten ambulanten kardialen Rehabilitationsprogramm (auch bezeichnet als Rehabilitationsprogramm) und durch das zugehörige Rehabilitationsteam, um Folgendes zu ermöglichen:

- Erfassung der Ergebnisse der psychologischen und Lebensqualitätsbeurteilung der Patienten und Patientinnen;
- Erfassung von kardiologischen Biomarkern von Patienten und Patientinnen, die von unterstützten tragbaren Geräten geliefert werden (Puls, HFV, geschätzte 6-Minuten Gehdistanz, VO2max);
- Erfassung der Trainingszeit und -Daten von Patienten und Patientinnen, ebenfalls von denselben tragbaren Geräten aufgezeichnet;
- Fortschrittsbewertung des Patienten in Bezug auf seine psychologische Verfassung, Trainingsleistung und Herzfitness, welche mit oben erwähnten Daten zusammengestellt werden;
- Festlegung von personalisierten Zielen des Patienten für psychologische Verfassung, Trainingsleistung und Herzfitness,

welche eine Fortschrittsbewertung ermöglichen;

- Überwachung der Patientenadhärenz zu den Rehabilitationsmassnahmen;
- Zugang zu objektiven psychologischen, Leistungs- und Herzdaten des Patienten, um eine Folgeberatung durch das Rehabilitationsteam oder Gesundheitscoach zu unterstützen;

Das Carity-System ist für alle Patienten und Patientinnen geeignet, die die Anweisungen verstehen und ein kompatibles Smartphone sowie ein kompatibles tragbares Gerät bedienen können. Das Carity-System ist als Anwendung veröffentlicht, die auf einem mobilen Gerät mit iOS- oder Android-Betriebssystem installiert wird.

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 Patienten und Patientinnen. Es erfasst die psychologischen Daten, die Trainingsleistung und die Herzfitness von Patienten und Patientinnen 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 und 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 einen einzelnen Patienten 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 des behandelten Patienten 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 an den Arzt für Gesundheitsfürsorge oder zu Fortschrittsbewertung.

Carity verarbeitet keine Daten über eine dedizierte Carity Support API. Alle Datenverarbeitungen erfolgen lokal auf dem mobilen Gerät des Patienten.

1.3. Verwendungszweck

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

1.4. Für wen ist die Carity-App geeignet?

Carity ist für Patienten mit den folgenden Merkmalen geeignet:

- Mann oder Frau, im Alter von 40 bis 80 Jahren, älter möglich nach Ermessen des Gesundheitspersonal, sofern der kognitive Status es dem Patienten oder der Patientin ermöglicht, die App und das zugehörige tragbare Gerät gemäss der angebotenen Schulung zu bedienen;
- Der oder die Patientin hatte in der Vergangenheit ein kardiales Ereignis, entweder einen Myokardinfarkt oder eine Herzinsuffizienz, und ist für ein ambulantes kardiales Rehabilitationsprogramm geplant. Ausnahme sind Patienten oder Patientinnen, deren Indikation ein regelmässiges Training nicht zulässt (z.B. Herzinsuffizienz mit Ejektionsfraktion < 45%; Klappenersatz, Herztransplantation);
- Komorbiditäten sind akzeptabel, sofern Patienten oder Patientinnen, die App und das zugehörige tragbare Gerät, sowie die Aufnahme der vorgesehenen Übungen, gemäss der angebotenen Schulung bedienen können;
- Patienten oder Patientinnen, die das ambulante Rehabilitationsprogramm beginnen, erhalten von ihrem behandelnden Arzt die Empfehlung, die App zu nutzen, und die App wird zu Beginn der Reha in das Programm aufgenommen und geschult;

Carity eignet sich für Gesundheitspersonal und Gesundheitscoaches, die einen Bericht über die Adhärenz und die Trainingsfortschritte von Patienten und Patientinnen

erhalten möchten, um Einblicke in die programmbezogenen Massnahmen des Patienten zu erhalten und die Auswirkungen dieser Massnahmen zu ermitteln. Diese Erkenntnisse sollen 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 dem Patienten auszutauschen und ihm schließlich zu empfehlen, 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 Gesundheits-personal;
- Carity ist kein Notfallsystem, da die gesammelten Daten verzögert übertragen werden können und keine sofortige Überwachung des Patienten ermöglichen. Der Patient oder die Patientin kann die App nicht für Notrufe oder unmittelbare Signale an das medizinische Personal nutzen;
- Carity ersetzt nicht die Verantwortung des medizinischen Personals, Patienten oder Patientinnen vor einer medizinischen Entscheidung zu untersuchen und zu beurteilen, noch bietet die App dem medizinischen Personal eine Anleitung für eine medizinische Entscheidung;
- Carity darf nicht als primäres Präventionsinstrument verwendet werden, das vom Patienten selbst heruntergeladen und eingeführt wird. Es kann nicht zum ersten Mal ohne vorherige Empfehlung eines Arztes verwendet werden;

- Die Genauigkeit des Carity-Systems kann bei Patienten oder Patientinnen mit Herzrhythmusstörungen beeinträchtigt sein und dar bei diesen Patienten oder Patientinnen nur nach Ermessen des medizinischen Personals verwendet werden.
- Carity wurde im Allgemeinen noch nicht für Patienten und Patientinnen außerhalb der oben beschriebenen Indikationen und Anwendungsfälle getestet;
- Carity bietet weder eine medizinische Beratung an noch einen automatisierten Coaching-Service.

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 locker einstellen. Ein zu enges oder zu lockeres Tragen kann zu Unannehmlichkeiten führen. Bei anhaltenden Irritationen wenden Sie sich bitte an Ihr Pflegeteam.

Anweisungen zum Produkt

5.1. Koppeln Sie Ihr Wearable-Gerät (optional)

Dieser Schritt ist nur für Patienten und Patientinnen 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 technischen Schwierigkeiten stossen, können Sie über die Carity-App einen Anruf mit einem unserer Berater vereinbaren.

Nachdem Sie das Gerät gekoppelt haben, empfiehlt es sich, die Aufzeichnung eines Trainings zu üben. Wir empfehlen die Aufzeichnung eines 1-minütigen "Testtrainings" jeder Art, 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, aber alle Funktionen bleiben gesperrt, bis Sie einen QR-Code von Ihrem Pflegeteam (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 ein regelmäßiger Patient 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 Pflegeteam einen QR-Code, der Angaben zu Ihrem Pflegeteam, 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;

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

  *Leitlinien der Europäischen Gesellschaft für Kardiologie 2021

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

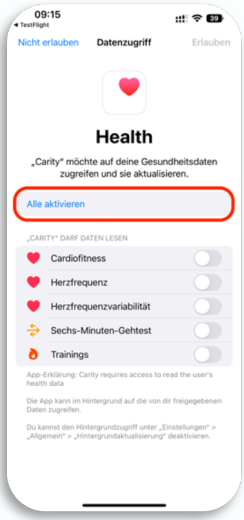
Schritt 3: Fügen Sie Ihr Wearable Device hinzu

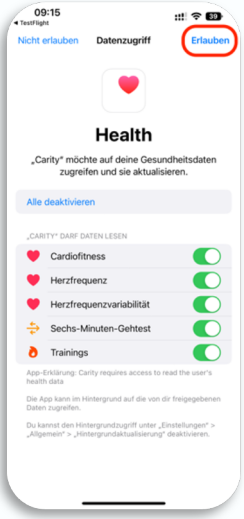
Wenn Sie Ihr Wearable-Gerät noch nicht gekoppelt haben (siehe 5.1), kann sich die Carity App nicht vollständig mit ihm verbinden. Wir empfehlen Ihnen, das Gerät zu koppeln, bevor Sie mit diesem Schritt beginnen.

Unter der Fortschrittsanzeige finden Sie nun 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.





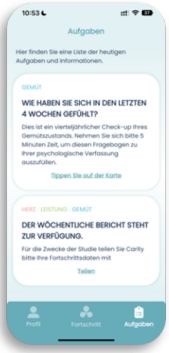
5.3. Carity Überblick

Carity enthält 3 einfache Menüs:

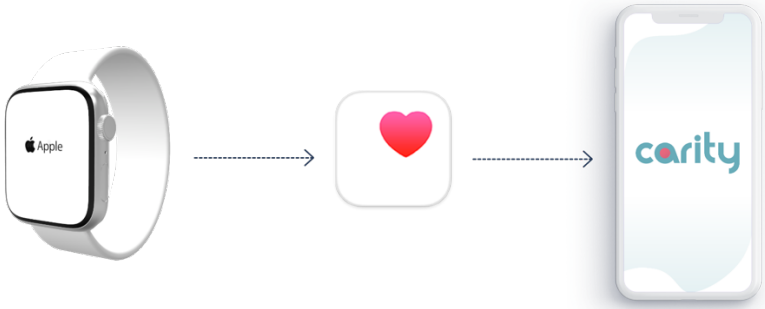
Das Profilmenü enthält die grundlegenden Informationen des Patienten, Informationen über die App, Therapieziele, Informationen über das Pflegeteam, Unterstützer und verbundene Geräte.

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 hinaus.



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 Awendungs 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 Pflegeteam.

Mein Pflegeteam

Hier können Sie grundlegende Informationen über Ihr Pflegeteam abrufen.

Meine Unterstützer

Hier können Sie die E-Mail Ihres Lebenspartners 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
- Geist
- 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 jeden neuen Anwender 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 Parametern 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 Übungs-dauer 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**.

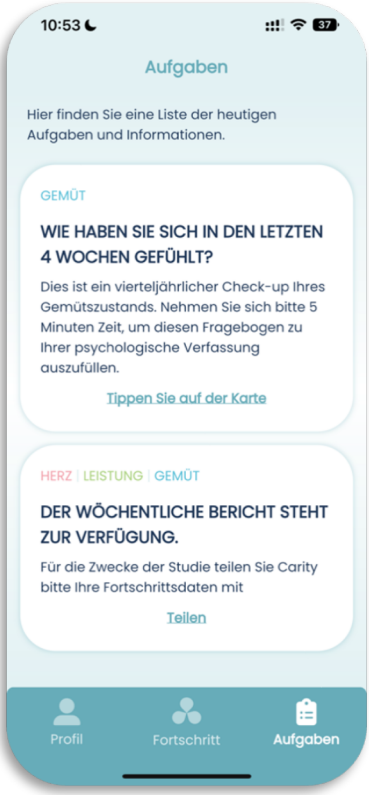
5.5 Aufgaben

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, aber 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.

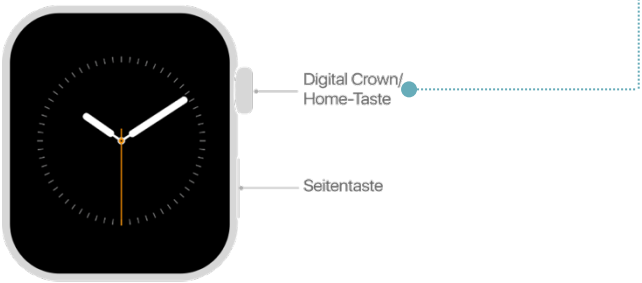
2. **Wenn Sie nach einem Passwort gefragt werden**
   Ihre Apple Watch ist noch mit einem anderen iPhone gekoppelt. Wenden Sie sich an das Care Team, um die Uhr auszutauschen.

3. **Wenn bei der Ersteinrichtung ein Aktivierungssperrbildschirm 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 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, aber wir verstehen, 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 mässig 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 Pflegeteam 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 ausgefüllt haben). Gleichzeitig sollten Sie auf Ihren Körper hören und die von Ihrem Pflegeteam festgelegte **maximale Herzfrequenz** nicht überschreiten.

Zusätzliche Informationen

6.1. Hilfe & Unterstützung

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

Bitte melden Sie jeden schwerwiegenden Vorfall, der im Zusammenhang mit Carity aufgetreten ist, unverzüglich Ihrem Pflegeteam.

6.2 Unterstützte Plattformen

Das Carity-System kann verwendet werden mit:

- iOS-Smartphones, die mit iOS 16.0 oder höher laufen.
- Apple Watch, die mit WatchOS 9.0 oder höher läuft.

6.3. Nutzungsumgebung

Es gibt keine spezifische Umgebung für die Nutzung. Die Carity-App kann jedoch überall dort verwendet werden, wo ein Smartphone und ein tragbares Gerät verwendet werden können. Verwenden Sie die App nur in einer sicheren Umgebung. Verbinden Sie sich im öffentlichen WIFI, wann immer möglich, mit gesicherten Netzwerken.

6.4. Glossar der Symbole

Symbol	Bedeutung
	Hersteller
	Vorsicht
	Carity-App-Logo
	Gebrauchsanweisung beachten
	Medizinisches Gerät
	Unique Device Identifier

6.5. Rechtliche Hinweise und Sicherheitshinweise

Dieses Produkt wird derzeit getestet und befindet sich in einem laufenden Zertifizierungsprozess für die CE-Kennzeichnung. Zum Zeitpunkt dieser Version des Benutzerhandbuchs (Mai 2023) hat dieses Produkt noch NICHT die CE-Kennzeichnung erhalten, die seine Konformität mit den Gesundheits-, Sicherheits- und Umweltschutzstandards der Europäischen Union kennzeichnet. Bis zum Erhalt der CE-Kennzeichnung sollte dieses Produkt als in Prüfung befindlich betrachtet werden und darf nicht als zertifiziertes Produkt verwendet oder behandelt werden, ausser für genehmigte Prüfungsverfahren (z.B. klinische Prüfungen).

Wir arbeiten aktiv daran, die erforderlichen Prüf- und Zertifizierungsverfahren abzuschliessen, um die CE-

Kennzeichnung zu erhalten. Sobald das Produkt diese Prozesse erfolgreich durchlaufen hat und die CE-Kennzeichnung erteilt wurde, werden wir die mitgeltenden Unterlagen und die Produktkennzeichnung entsprechend aktualisieren.

Bitte beachten Sie, dass alle Richtlinien, Anweisungen und Sicherheitsvorkehrungen, die mit dem Produkt geliefert werden, unbedingt befolgt werden müssen, auch während der Testphase. Die Verwendung dieses Produkts ohne CE-Kennzeichnung erfolgt auf eigene Gefahr und nach eigenem Ermessen.

Carity AG
Herbergstrasse 16, 9524 Zuzwil, Schweiz

UDI Nicht verfügbar. Bei Carity handelt es sich noch um ein Prüfprodukt.

Datum der Veröffentlichung: August 2023

Name des Gerätes: Carity-System

Modell: Carity & Carity-P

MD

www.carity.care

carity®