

**HUAWEI** Scale 3 (Bluetooth Edition)

Podręcznik użytkownika



# Spis treści

## Wprowadzenie

|                                               |   |
|-----------------------------------------------|---|
| Użytkownicy docelowi                          | 1 |
| Włączanie i przechodzenie w tryb czuwania     | 1 |
| Parowanie z telefonem                         | 1 |
| Dodawanie, edytowanie i usuwanie użytkowników | 2 |
| Wskaźniki i opisy wyświetlacza                | 2 |

## Rozpoczynanie pomiaru

|                                                   |   |
|---------------------------------------------------|---|
| Ustalanie celu masy ciała                         | 4 |
| Ustawianie jednostki wagi                         | 4 |
| Jak mierzyć masę ciała                            | 4 |
| Rozpoczynanie pomiaru                             | 5 |
| Przeprowadzanie pomiaru danych wielu użytkowników | 6 |
| Ręczne dodawanie danych                           | 6 |
| Wyświetlanie danych pomiarowych                   | 7 |
| Udostępnianie danych                              | 7 |

## Informacje dodatkowe

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| Przywracanie ustawień fabrycznych | 8 |
| Wyświetlanie numeru seryjnego     | 8 |
| Aktualizowanie wagi               | 8 |
| Konserwacja                       | 8 |

# Wprowadzenie

## Użytkownicy docelowi

Ta waga jest przeznaczona do dokonywania pomiaru procentowej zawartości tkanki tłuszczowej i masy ciała zdrowych osób w codziennym życiu. Kobiety w ciąży i osoby z wszczepionym urządzeniem medycznym, takim jak rozrusznik serca lub implant ślimakowy, nie powinny używać tego produktu.


Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej osób cierpiących na osteoporozę lub obrzęk, używających sztucznej nerki, mających gorączkę lub profesjonalnie uprawiających sport różni się od zwykłych osób. Ich pomiary procentowej zawartości tkanki tłuszczowej mogą nie być tak dokładne i powinny być używane tylko w celach informacyjnych.

Niektóre pomiary składu ciała nie są obsługiwane dla osób poniżej 18 roku życia lub powyżej 65 roku życia ze względu na unikalną fizjologię tych grup wiekowych.

## Włączanie i przechodzenie w tryb czuwania

Otwórz pokrywę baterii z tyłu wagi, poprawnie włóż baterie, a następnie zamknij pokrywę. Waga uruchomi się automatycznie i rozpocznie przygotowanie do parowania przez Bluetooth. Po chwili, jeśli waga nie jest używana, ekran wyłączy się i przejdzie w tryb czuwania. Stań na wadze, aby ją wybudzić.

## Parowanie z telefonem

- 1 Wyszukaj najnowszą wersję aplikacji Zdrowie Huawei w sklepie HUAWEI AppGallery lub w innym sklepie z aplikacjami i pobierz ją. Jeśli aplikacja jest już zainstalowana na telefonie, upewnij się, że korzystasz z najnowszej wersji.
- 2 Jeśli używasz telefonu z systemem Android, otwórz aplikację Zdrowie Huawei, wybierz kolejno **Urządzenia** > **Dodaj** > **Dodaj** > **Wagi** i wybierz nazwę swojej wagi. Jeśli używasz telefonu iPhone, otwórz aplikację Zdrowie HUAWEI, wybierz kolejno **Urządzenia** > **Dodaj** > **Waga z pomiarem tkanki tłuszczowej** i wybierz nazwę swojej wagi.
- 3 Dotknij pozycji **Paruj** i wykonaj instrukcje ekranowe, aby wejść na wagę. Upewnij się, że wskaźniki LED na wadze się świecą, co sygnalizuje wybudzenie urządzenia.
  -  Ikona Bluetooth na ekranie wagi zamiga. Oznacza to, że nie nawiązano połączenia Bluetooth, a waga jest gotowa do sparowania.
- 4 Dotknij pozycji **Dalej**. Aplikacja Zdrowie Huawei automatycznie wykryje dostępne urządzenia Bluetooth. Wybierz nazwę wagi, aby rozpocząć parowanie. Na ekranie zostanie wyświetlony komunikat o pomyślnym zakończeniu parowania Bluetooth.
- 5 Dotknij pozycji **Dalej** i wykonaj instrukcje ekranowe, aby potwierdzić informacje o użytkowniku.

- Sparuj wagę z telefonem z systemem Android 6.0/iOS 9.0 lub nowszym.
- Aby się upewnić, że wszystkie funkcje wagi są dostępne, przyznaj jej odpowiednie uprawnienia podczas pierwszego parowania z telefonem w aplikacji Zdrowie Huawei.
- Sprawdź, czy wprowadzone informacje dotyczące płci, wieku i wzrostu są prawidłowe. W przeciwnym razie pomiary niektórych parametrów, takich jak procentowa zawartość tkanki tłuszczowej, mogą być niedokładne lub mogą się nie powieść.
- Pomiary przeprowadzone w trybie offline można zsynchronizować z aplikacją Zdrowie Huawei po ponownym nawiązaniu połączenia Bluetooth, co umożliwia wyświetlanie danych.

## Dodawanie, edytowanie i usuwanie użytkowników

- Ta funkcja jest obsługiwana na obszarach, gdzie dostępna jest Chmura Huawei.

### Dodawanie użytkowników:

- 1 Otwórz aplikację Zdrowie Huawei i dotknij karty **Zarządzanie masą ciała**.
- 2 Dotknij opcji **Zarządzanie masą ciała** w lewym górnym rogu, wybierając kolejno **Zarządzaj użytkownikami** > **Dodaj** i postępuj zgodnie z instrukcjami na ekranie, aby dodać użytkowników. Kiedy skończysz, dotknij ✓ w prawym górnym rogu.

- Można dodać maksymalnie 10 użytkowników.
- Upewnij się, czy płeć, wiek i wzrost są wprowadzone poprawnie. W przeciwnym wypadku dane pomiarowe mogą nie być dokładne.



### Edytowanie danych użytkownika:









Na ekranie **Zarządzaj użytkownikami** wybierz nazwę użytkownika, aby edytować dane, takie jak płeć, data urodzenia, wzrost i waga.

### Usuwanie użytkowników:

Na ekranie **Zarządzaj użytkownikami** wybierz nazwę użytkownika, którego chcesz usunąć, wybierz opcję **USUŃ UŻYTKOWNIKA** i dotknij **OK**.

## Wskaźniki i opisy wyświetlacza

| Wskaźniki LED i Wyświetlacz                                                         | Opis                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Urządzenie jest w stanie inicjowania. Po włożeniu baterii najpierw zobaczysz tę ikonę, a waga automatycznie się włączy. |
|  | Ikona pomiaru wagi. Jest wyświetlana podczas dokonywania pomiaru masy ciała.                                            |

| Wskaźniki LED i Wyświetlacz                                                         | Opis                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | Ikona pomiaru procentowej zawartości tkanki tłuszczowej. Jest wyświetlana podczas dokonywania pomiaru procentowej zawartości tkanki tłuszczowej.                          |
|    | Ikona Bluetooth, która miga, aby pokazać, że urządzenie jest gotowe do parowania Bluetooth. Jeśli światło tej ikony jest stałe, parowanie Bluetooth przebiegło pomyślnie. |
|    | Aktualizacja wagi w toku.                                                                                                                                                 |
|    | Zakończono aktualizację wagi.                                                                                                                                             |
|    | Niski poziom naładowania baterii.                                                                                                                                         |
|    | Nadwaga.                                                                                                                                                                  |
|   | Niepowodzenie pomiaru procentowej zawartości tkanki tłuszczowej.                                                                                                          |
|  | Niepowodzenie aktualizacji oprogramowania układowego.                                                                                                                     |

# Rozpoczynanie pomiaru

## Ustalanie celu masy ciała

Możesz ustawić cel masy ciała w aplikacji Zdrowie Huawei. Aplikacja będzie przypominać, ile należy przybrać lub stracić na wadze, aby osiągnąć cel.

Otwórz aplikację Zdrowie Huawei, wybierz kolejno **Ja** > **Ustawienia** > **Cel**, ustaw pożądaną masę ciała i dotknij opcji **ZAPISZ**.

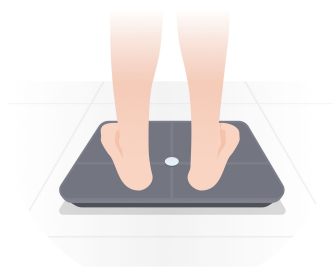
Po ustawieniu celu, ekran główny aplikacji Zdrowie Huawei będzie wyświetlał różnicę między obecną masą ciała i docelową.

## Ustawianie jednostki wagi

Możesz ustawić jednostkę masy w aplikacji Zdrowie Huawei. Obecnie obsługiwanymi opcjami są funty (lb) i kilogramy (kg).

Otwórz aplikację Zdrowie Huawei, dotknij pozycji **Urządzenia**, a następnie połączonej wagi, aby przejść do ekranu szczegółów. Dotknij pozycji **Jednostka miary wagi** i wybierz jednostkę: kilogramy lub funty.

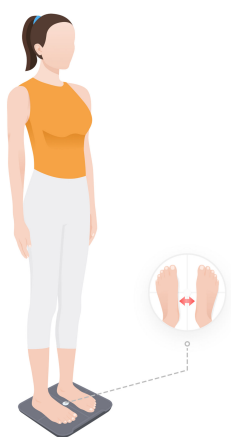
## Jak mierzyć masę ciała



Umieść wagę na płaskiej, twardej powierzchni, na przykład na podłodze.



Upewnij się, czy wokół wagi jest wystarczająco dużo miejsca, nic jej nie zakrywa, a nóżki nie znajdują się w przestrzeni między płytkami.



Stań boszo na wadze.


## Rozpoczynanie pomiaru


**Rozpoczynanie pomiaru online przy użyciu aplikacji Zdrowie Huawei**(Urządzenie jest połączone z aplikacją Zdrowie Huawei przez Bluetooth).

- 1** Otwórz aplikację Zdrowie Huawei i postępuj zgodnie z instrukcjami na ekranie, aby rozpocząć pomiar.
  - Na ekranie **Zdrowie** dotknij karty **Zarządzanie masą ciała**, wybierz użytkownika, dotknij opcji **POMIAR** na dole ekranu i postępuj zgodnie z instrukcjami na ekranie, aby wejść na wagę i dokonać pomiaru masy ciała.
  - Na ekranie **Urządzenia** wybierz nazwę wagi, aby przejść do ekranu szczegółów. Dotknij opcji **ROZPOCZNIJ** i postępuj zgodnie z instrukcjami na ekranie, aby wejść na wagę i dokonać pomiaru masy ciała.
- 2** Po zakończeniu pomiaru możesz wyświetlić wyniki w aplikacji Zdrowie Huawei.

**Rozpoczynanie pomiaru offline** (Nie połączono przez Bluetooth.)

- 1** stań na wadze boszo, z prostymi nogami i plecami.


**2** Urządzenie zmierzy najpierw Twoją masę ciała. Po dokonaniu pomiaru masy ciała waga zmierzy inne dane dotyczące kondycji fizycznej takie jak procentowa zawartość tkanki tłuszczowej (gdy zaświeci się ). Jeśli nie musisz mierzyć procentowej zawartości tkanki tłuszczowej, możesz zejść z wagi po dokonaniu pomiaru masy ciała.


-  • Dane pomiarowe offline zostaną automatycznie zsynchronizowane z aplikacją po pomiarze online.
- Umieść wagę na twardej, płaskiej podłodze. Nie umieszczaj wagi przy ścianie. Upewnij się, czy do nóg wagi nie przylegają żadne przedmioty i nie znajdują się one w szczelinach między płytkami podłogowymi, a waga nie jest przechylona. Podczas przenoszenia wagi nie ciągnij jej po podłodze ani nie uderzaj.
- Załóż lekkie ubranie i stań bosy na płytach elektrod wagi, aby rozpocząć pomiar. Stań prosto i unikaj poruszania się podczas pomiaru. Nie potrząsaj ciałem ani stopami.

## Przeprowadzanie pomiaru danych wielu użytkowników

-  • Można sparować wagę jednocześnie tylko z jednym telefonem.

### Dodawanie użytkowników w aplikacji Zdrowie Huawei


-  • Ta funkcja jest obsługiwana na obszarach, gdzie dostępna jest Chmura Huawei.

- 1** Otwórz aplikację Zdrowie Huawei i dotknij karty **Zarządzanie masą ciała**.
- 2** Dotknij opcji **Zarządzanie masą ciała** w lewym górnym rogu, wybierz kolejno **Zarządzaj użytkownikami** > **Dodaj**, postępuj zgodnie z instrukcjami na ekranie, aby dodać użytkowników, i wybierz  w prawym górnym rogu.
- 3** Aby rozpocząć pomiar online przy pomocy aplikacji Zdrowie Huawei, otwórz aplikację, dotknij karty **Zarządzanie masą ciała**, dotknij opcji **Zarządzanie masą ciała** w lewym górnym rogu, a następnie dotknij nazwy użytkownika, aby rozpocząć pomiar.

## Ręczne dodawanie danych

Aby ręcznie dodać masę ciała i procentową zawartość tkanki tłuszczowej:

Otwórz aplikację Zdrowie Huawei, wybierz kolejno **Ja** > **Moje dane** > **Zarządzanie masą ciała** > **Dodaj wpis** lub dotknij karty Zarządzanie masą ciała na ekranie **Zdrowie** i wybierz opcję **Dodaj wpis**, aby dodać masę ciała i procentową zawartość tkanki tłuszczowej obecnego użytkownika.

-  • Wartość początkowa na karcie Zarządzanie masą ciała to pierwsza wartość zmierzona po ustawieniu celu. Jeśli zmienisz cel masy ciała, wartość początkowa zostanie zmieniona na wartość uzyskaną podczas ostatniego pomiaru lub ręcznie wprowadzoną wartość.




## Wyświetlanie danych pomiarowych

Wyświetlanie najnowszych danych pomiarów:


- 1 Otwórz aplikację Zdrowie Huawei i dotknij karty **Zarządzanie masą ciała**.
- 2 Dotknij opcji **Zarządzanie masą ciała** w lewym górnym rogu i wybierz użytkownika. Następnie możesz wyświetlić najnowsze pomiary tego użytkownika, w tym masę ciała, procentową zawartość tkanki tłuszczowej i masę mięśni szkieletowych. Możesz także przeglądać wszystkie wskaźniki danych dziennych, tygodniowych, miesięcznych i rocznych tego użytkownika.
  - Wartość początkowa na karcie Zarządzanie masą ciała to pierwsza wartość zmierzona po ustawieniu celu. Jeśli zmienisz cel masy ciała, wartość początkowa zostanie zmieniona na wartość uzyskaną podczas ostatniego pomiaru lub ręcznie wprowadzoną wartość.
  - karta Zarządzanie masą ciała przechowuje do 500 zestawów danych.

Wyświetlanie poprzednich danych:


- 1 Otwórz aplikację Zdrowie Huawei i dotknij karty **Zarządzanie masą ciała**.
- 2 Dotknij opcji **Zarządzanie masą ciała** w lewym górnym rogu i wybierz użytkownika. Jeśli korzystasz z telefonu z systemem Android dotknij  w prawym górnym rogu, a następnie opcji **Historia**. Jeśli korzystasz z telefonu iPhone, wybierz kolejno **Więcej > Historia** w prawym dolnym rogu. Wybierz konkretny zestaw danych, aby wyświetlić szczegóły wszystkich wskaźników, a także raport dotyczący kondycji fizycznej.

## Udostępnianie danych

Aby udostępnić najnowsze dane pomiarów:

- 1 Otwórz aplikację Zdrowie Huawei i dotknij karty **Zarządzanie masą ciała**.
- 2 Dotknij  w prawym górnym rogu ekranu Zarządzanie masą ciała, aby udostępnić dane.

Aby udostępnić poprzednie dane pomiarów:

- 1 Otwórz aplikację Zdrowie Huawei i dotknij karty **Zarządzanie masą ciała**.
- 2 Na ekranie Zarządzanie masą ciała dotknij  w prawym górnym rogu, zaznacz opcję **Wszystkie dane** i wybierz dane, które chcesz udostępnić.
- 3 Dotknij ikony udostępniania w prawym górnym rogu ekranu **Pomiar**, aby udostępnić dane.

# Informacje dodatkowe

## Przywracanie ustawień fabrycznych

- i** Po przywróceniu wagi do ustawień fabrycznych wszystkie informacje o użytkowniku i dane w pamięci wagi zostaną usunięte. Upewnij się, czy chcesz to zrobić.

Metoda 1.:otwórz aplikację Zdrowie Huawei, dotknij pozycji **Urządzenia**, wybierz i połącz wagę, aby uzyskać dostęp do ekranu szczegółów i dotknij opcji **Przywróć ustawienia fabryczne**.

Metoda 2.:otwórz pokrywę baterii wagi, a następnie naciśnij i przytrzymaj przez 3 sekundy przycisk **Resetuj**. Gdy wszystkie wskaźniki LED są włączone, waga została przywrócona do ustawień fabrycznych.

- i** W przypadku metody 1 waga powinna być połączona z aplikacją Zdrowie Huawei, aby przywrócić ustawienia fabryczne. (Możesz stanąć na wadze, aby ją aktywować, a następnie połączyć ją z aplikacją Zdrowie Huawei).

## Wyświetlanie numeru seryjnego


Numer seryjny (SN) znajduje się na opakowaniu lub na tylnej ściance wagi.

## Aktualizowanie wagi

- Otwórz aplikację Zdrowie Huawei, dotknij pozycji **Urządzenia**, a następnie nazwy wagi, aby przejść do ekranu szczegółów. Upewnij się, czy waga jest połączona.
  - Dotknij pozycji **Aktualizacja oprogramowania układowego** i przejdź do ekranu **Aktualizacja oprogramowania układowego**, aby wyświetlić bieżącą wersję systemu urządzenia.
  - Dotknij pozycji **Sprawdź aktualizacje**, aby rozpocząć sprawdzanie aktualizacji. Jeśli aktualizacje są dostępne, postępuj zgodnie z instrukcjami na ekranie, aby zaktualizować wagę. Jeśli nie ma dostępnych aktualizacji, oprogramowanie wagi jest aktualne.
- i** • Podczas aktualizacji wagi nie wchodź na nią, nie naciskaj jej ani nie wyjmuj z niej baterii.

## Konserwacja

- Chronić wagę przed kurzem i zabrudzeniami. Korzystaj z niej w wentylowanym, suchym miejscu w celu ochrony przed rdzą.
- Urządzenie jest używane do pomiarów. Zaleca się regularne czyszczenie urządzenia i wyjmowanie baterii, jeśli nie jest używane przez dłuższy czas.
- Zaleca się również trzymanie urządzenia w suchym miejscu, z dala od silnego światła słonecznego i pyłu.

- Nie odinstalowuj ani nie usuwaj komponentów wagi podczas codziennego użytkowania.
-  Powierzchnia wagi wykonana jest ze szkła. W przypadku pęknięcia natychmiast przestań z niej korzystać i nie dotykaj jej gołymi rękami lub stopami, aby uniknąć obrażeń. W przypadku uszkodzenia innej części urządzenia nie należy jej dotykać ani podejmować prób jej naprawy. Skontaktuj się jak najszybciej z autoryzowanym Centrum obsługi klienta firmy Huawei, aby uzyskać pomoc.