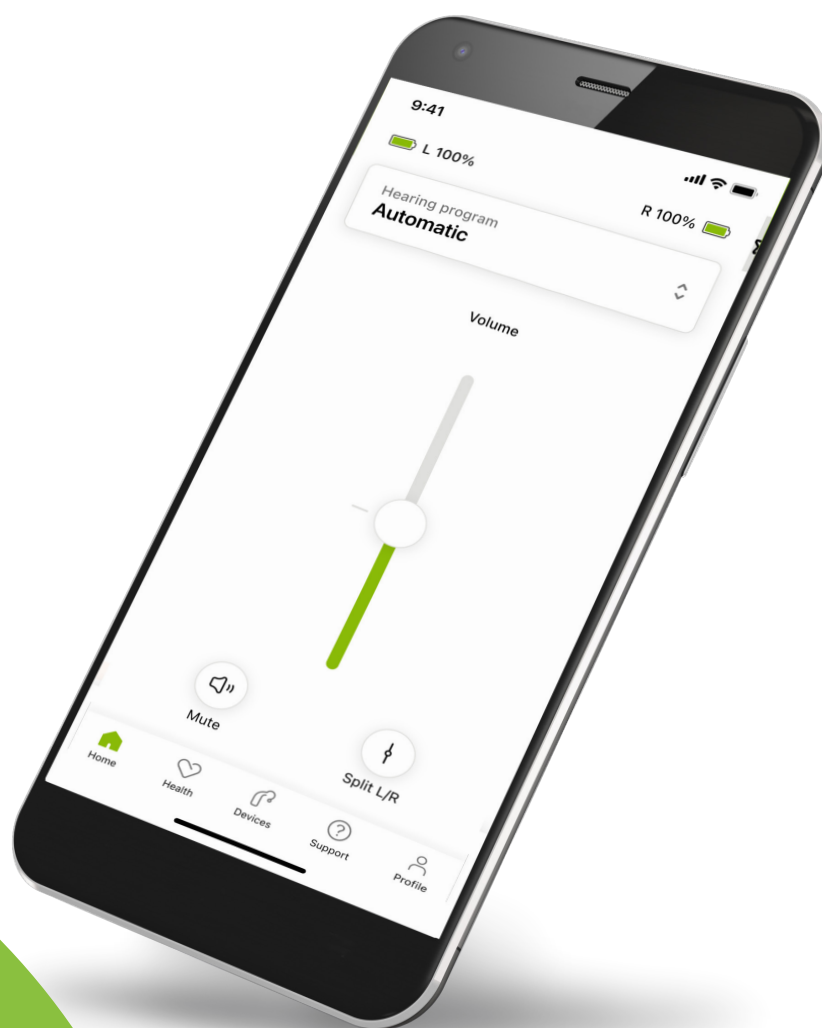


myPhonak●

Käyttöohje – myPhonak 7



Käytön aloittaminen

myPhonak-sovelluksen kehittäjä on Sonova, maailman johtava kuulemisen ratkaisujen tarjoaja, jonka pääkonttori sijaitsee Zürichissä, Sveitsissä. Tässä käyttöohjeessa kuvataan ne sovelluksen ominaisuudet, jotka ovat kojekäyttäjän itse säädettävissä.

-  Lue tämä käyttöohje huolellisesti ennen sovelluksen käytön aloittamista, jotta voit hyötyä kaikista sovelluksen tarjoamista mahdollisuuksista.
-  Sovelluksen käyttäminen ei edellytä erityistä koulutusta.



Yhteensopivuustiedot:

myPhonak-sovelluksen käyttö edellyttää Phonak-kuulokojeita, joissa on Bluetooth®-yhteys.

- myPhonak-sovellusta voidaan käyttää puhelimissa, joissa on Bluetooth® low energy (LE) -ominaisuus ja iOS®-versio 16 tai sitä uudempi versio.
- myPhonak-sovellusta voidaan käyttää Google Mobile Services (GMS) -sertifioiduissa Android™-laitteissa, jotka tukevat Bluetooth® 4.2 -versiota ja Android OS 10.0 -versiota tai uudempia versioita.

Bluetooth®-sanamerkki ja -logot ovat Bluetooth SIG, Inc:n rekisteröityjä tavaramerkkejä, ja Sonova AG käyttää näitä merkkejä lisenssillä.

iPhone on Apple Inc:n Yhdysvalloissa ja muissa maissa rekisteröity tavaramerkki.

Android on Google LLC:n tavaramerkki.

IOS® on Cisco Systems, Inc:n ja/tai sen tytäryhtiöiden rekisteröity tavaramerkki tai tavaramerkki Yhdysvalloissa ja tietyissä muissa maissa.

Sisältö

Yleiskatsaus	4
myPhonak-sovelluksen asentaminen	5
Tilin määrittäminen ja hallinta myPhonak-sovelluksella	6
Laiteparin muodostus Phonak-kuulokojeiden kanssa	7
Vianmääritys: laiteparin muodostus	8
Aloitutus: kaukosäädinnäkymä	9
Aloitutus: kaukosäätimen lisäasetukset	10
Aloitutus: kaukosäädinnäkymä* – ei vakio-ominaisuus	12
Aloitutus: kaukosäätimen lisäasetukset – uuden ohjelman luominen tai nykyisen ohjelman päivittäminen*	14
Vianmääritys: kaukosäätimen lisäasetukset	15
Auracast™-lähetysten käyttäminen*	16
Laitteet	17
Päivitykset	20
Tuki ja etätukipuhelu	22
Etätukipuhelun aloittaminen	25
Vianmääritys: etätukipuhelu	26
Terveystietojen seuranta Terveys-osiossa: määrittäminen	28
Terveyspaneeli	29
Terveysominaisuuksien yksityiskohtaiset näkymät: käyttöaika, askeleet, aktiivisuustasot*, kävelty ja juostu matka*	30
Terveysominaisuuksien yksityiskohtaiset näkymät: Syke* ja Kalorit*, kävelty ja juostu matka*	32
Terveys: muut toiminnot*	34
Tärkeitä turvallisuustietoja	36
Vaativuustienmukaisuustiedot	38
Merkkien selitykset	39

Yleiskatsaus

Kaukosäädin



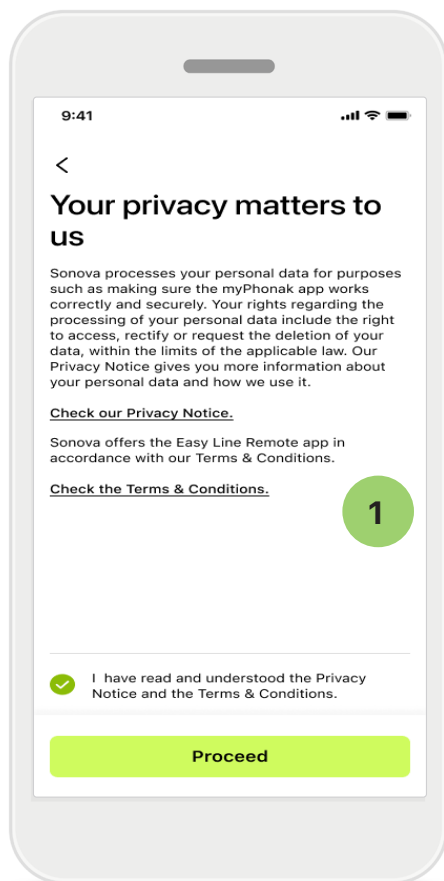
Etätuki



*Koskee vain ladattavia kuulokojeita.

myPhonak-sovelluksen asentaminen

1. Yhdistä älypuhelimesi Internetiin WiFi- tai mobiiliyhteyden kautta.
2. Ota älypuhelimien Bluetooth® käyttöön.
3. Lataa myPhonak-sovellus sovelluskaupasta ja asenna se puhelimeen.
4. Avaa sovellus.
5. Kun avaat sovelluksen ensimmäisen kerran, voit katsoa esittelyn.
Jos et halua nähdä sitä, valitse **Ohita esittely**.



1 Tietosuojakäytäntö

Sovelluksen käytön aloittamiseksi lue tietosuojailmoitus ja käyttöehdot ja valitse valintaruutu, jossa vahvistat lukeneesi ne. Napauta sitten **Jatka**.

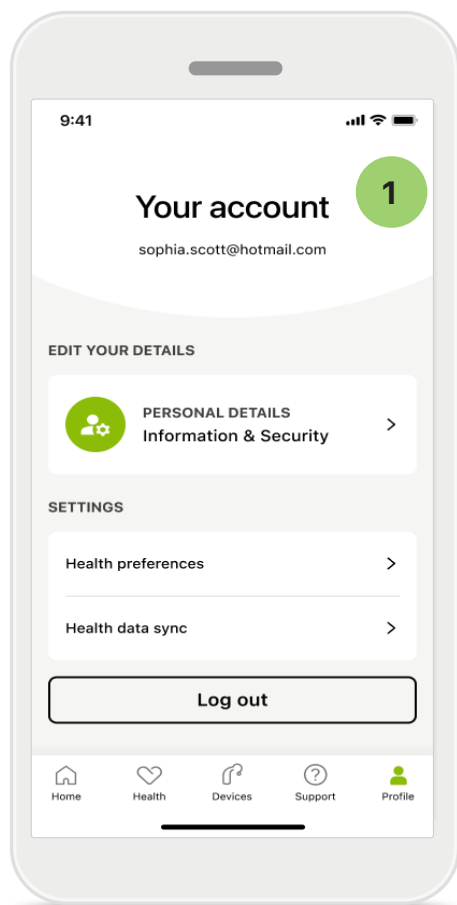
Tuotekehitys

Voit auttaa meitä kehittämään tuotteitamme jakamalla sovelluksen käyttöä koskevat tiedot ja terveystiedot kanssamme. Tietojasi käsitellään tietosuojailmoituksen mukaisesti, eikä niitä voida myöhemmin yhdistää sinuun.

Tilin määrittäminen ja hallinta myPhonak-sovelluksella

- Luomalla tilin saat käyttöösi enemmän terveysominaisuuksia. Tiliä ei tarvita kuulokojeen kaukosäätimen käyttöä varten.
- Voit käyttää tilin luomiseen sähköpostiosoitettasi tai matkapuhelinnumeroasi.
- Jos sinulla on jo tili, napauta **Kirjaudu sisään**.
- Jos haluat ohittaa tämän osan, napauta  .

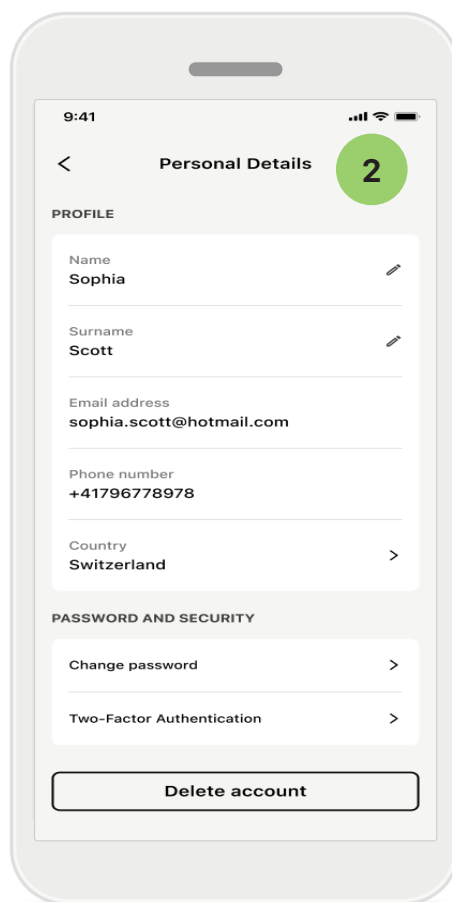
Home



1 Profiili-osio

Profiilinäytössä voit muokata profiilin tietoja ja muokata terveyteen liittyviä asetuksiasi.

Jos haluat kirjautua ulos sovelluksesta, valitse **Kirjaudu ulos**.



2 Henkilökohtaiset tiedot

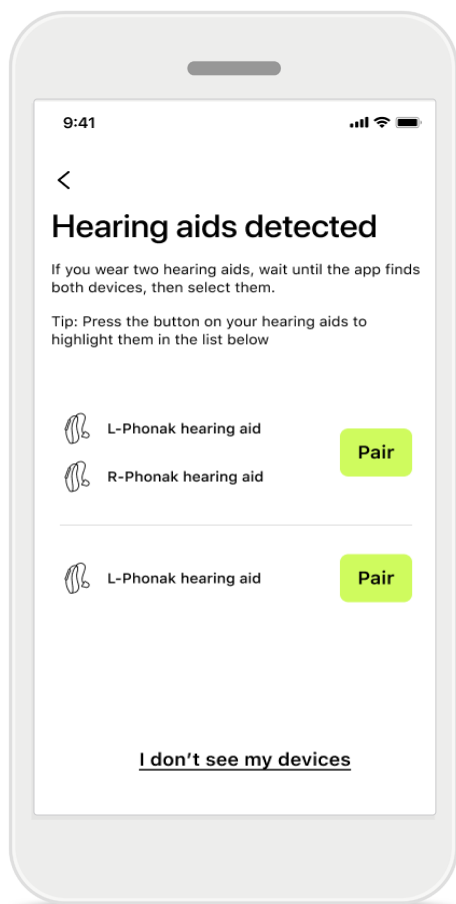
Henkilökohtaiset tiedot -kohdassa voit muokata henkilökohtaisia tietojasi ja tietoturvatietoja.

Jos haluat poistaa tilisi, napauta **Poista tili**. Sinun täytyy antaa salasanasasi toiminnon vahvistamiseksi.

Laiteparin muodostus Phonak-kuulokojeiden kanssa

Yhdistä Bluetooth®-toiminnolla varustetut kuulokojeet myPhonak-sovellukseen noudattamalla alla annettuja ohjeita.

- Napauta **Aloitetaan**

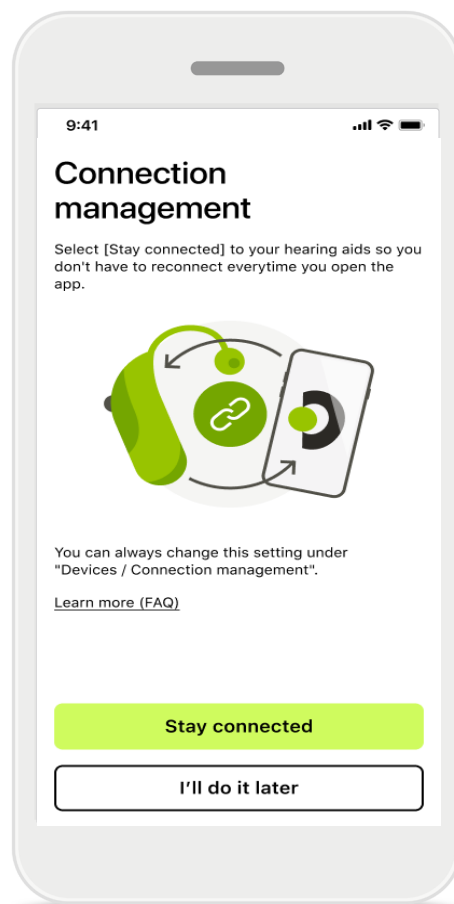


Haetaan

Sovellus hakee yhteensopivia kuulokojeita. Tämä voi kestää muutaman sekunnin. Tämän jälkeen tulokset tulevat näkyviin. Napauta laitetta, johon haluat muodostaa yhteyden.

Sovellus muodostaa yhteyden erikseen kumpaankin kuulokojeeseen.

Vahvista iOS-laitteissa laiteparin muodostus napauttamalla ponnahdusikkunassa **Parita** erikseen kummankin kuulokojeen kohdalla.



Yhteyden hallinta

Voit pitää kuulokojeesi yhdistettynä myPhonak-sovellukseen, jotta sinun ei tarvitse muodostaa niihin yhteyttä uudelleen joka kerta. Voit aktivoida tämän asetuksen napauttamalla **Pysy yhteydessä**.

Lisätoiminnot, kun käytössä on Infinio Ultra tai uudempi:

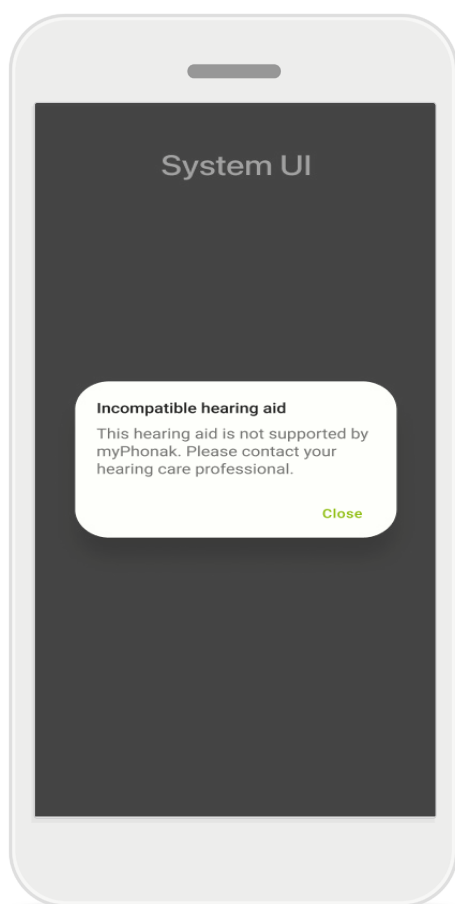
- Onnistuneen laiteparin muodostuksen jälkeen kuulokojeet muodostavat Bluetooth-suoratoistoyhteyden. Voit nyt kuunnella äänisisältöjä ja vastata puheluihin kuulokojeidesi kautta.

i Jos kuulokojeet eivät reagoi, tarkista, ovatko ne kantomatkan ulkopuolella, ovatko ne päällä ja onko paristossa tai akussa virtaa. Häiriökenttien tapauksessa siirrä kuulokojeet pois häiriön vaikutusalueelta.

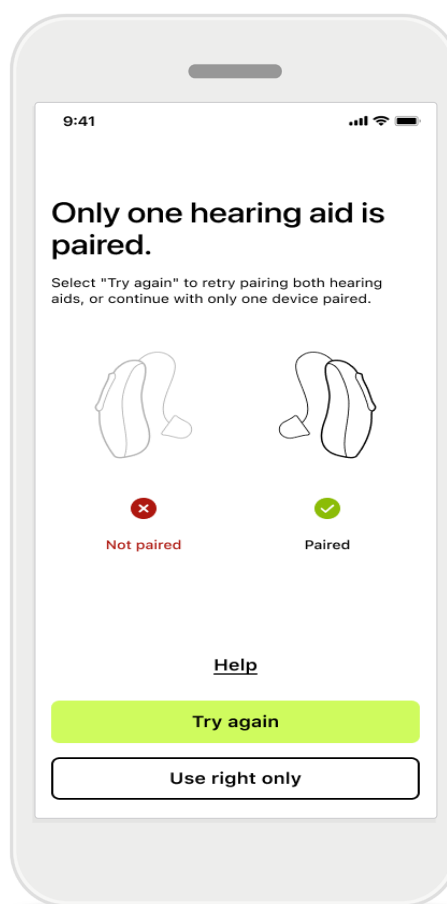
Vianmääritys: laiteparin muodostus

Mahdollisia virheitä parituksen aikana.

Saat lisätietoja vianmäärityksestä Phonakin tukisivulta osoitteesta
<https://www.phonak.com/support-connectivity-guide>



Laitteet eivät ole yhteensopivat
Sovellus ei voi muodostaa yhteyttä kuulokojeisiin, koska ne eivät yhteensopivat sovelluksen kanssa. Pyydä kuuloalan ammattilaiselta lisätietoja.

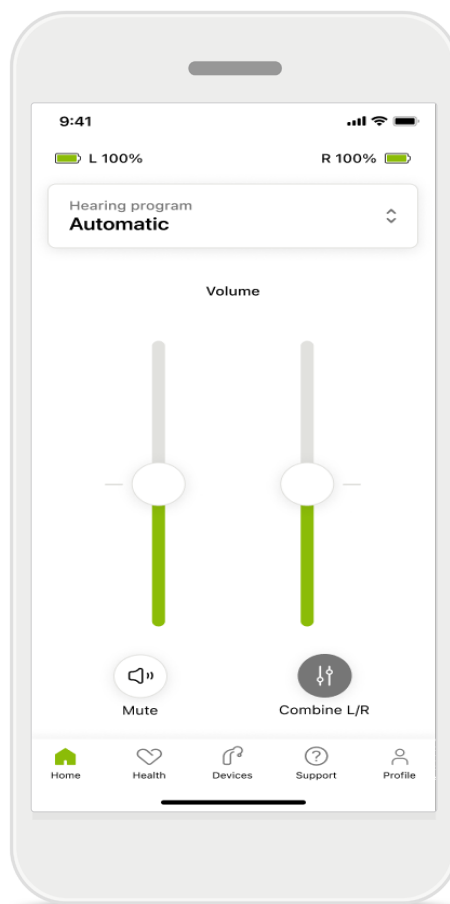
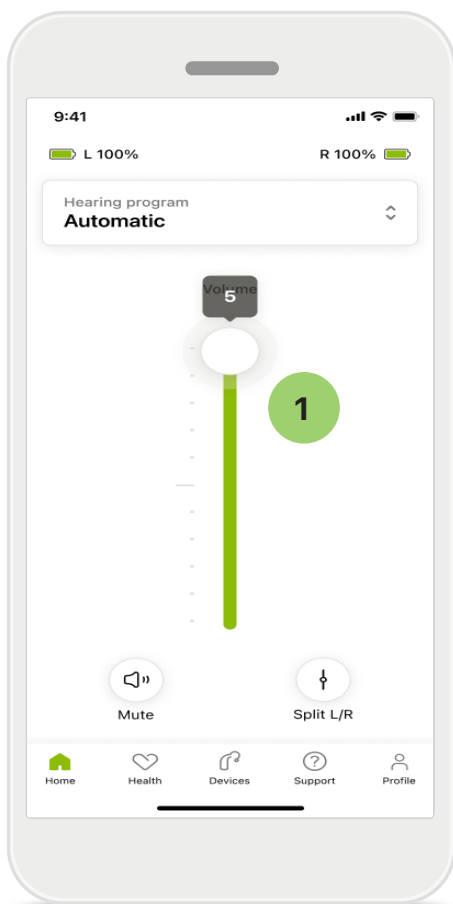


Kuulokojeen yhteysvirhe
Jos laiteparin muodostus toisen kuulokojeen kanssa epäonnistuu, voit käynnistää sen uudelleen valitsemalla **Yritä uudelleen**.

Yhteyden muodostus molempiin kuulokojeisiin epäonnistuu
Käynnistä laiteparin muodostusprosessi uudelleen valitsemalla **Yritä uudelleen**, ja seuraa ohjeita.

Android-laitteissa on otettava käyttöön sijaintipalvelut, kun Bluetooth®-laitteiden kanssa muodostetaan laitepari ensimmäisen kerran. Alkuasennuksen jälkeen voit poistaa sijaintipalvelut taas käytöstä.

Aloitus: kaukosäädinnäkymä



1 Kuulokojeen äänenvoimakkuuden säätäminen

Lisää äänenvoimakkuutta liikuttamalla liukusäädintä ylöspäin. Pienennä äänenvoimakkuutta liikuttamalla liukusäädintä alaspäin. Jos sinulla on kaksi kuulokojetta, liukusäätimellä säädetään molempia samanaikaisesti.

Äänenvoimakkuussäädön erottaminen

Jos haluat säätää kummankin kuulokojeen äänenvoimakkuutta erikseen, napauta  **Erota**-kuvaketta. Voit palata takaisin pääasetukseen napauttamalla samaa kuvaketta uudelleen.

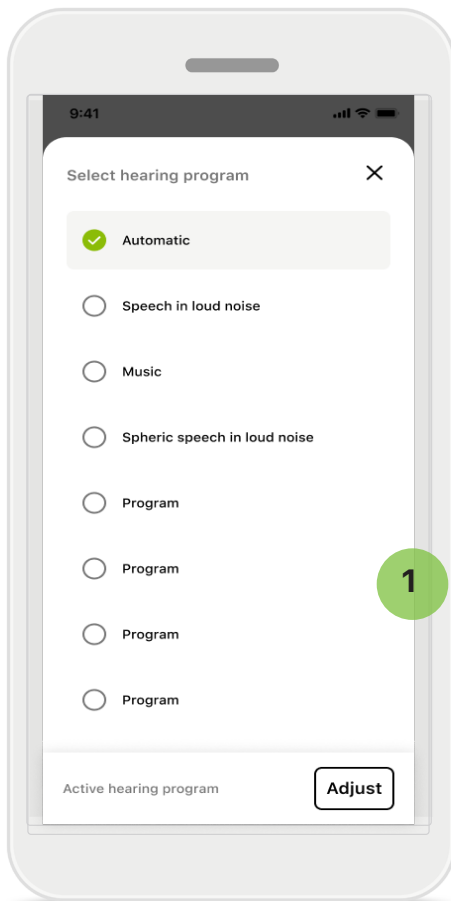
Voit mykistää kuulokojeen tai kuulokojeiden äänen tai poistaa mykistysten napauttamalla  **Mykistys**-kuvaketta.

Ohjelmat ovat käytettävissä suoraan sovelluksen aloitusnäytön yläosasta. Pyyhkäise valintakarusellia ja valitse sopiva ohjelma napauttamalla.

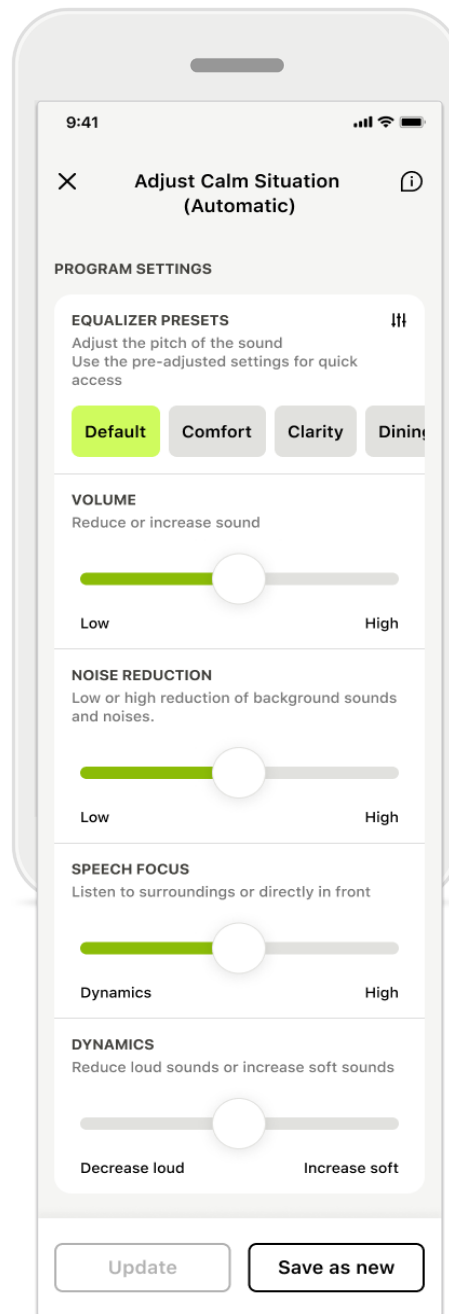
Voit valita jonkun seuraavista:

-  Automaattiohjelma
-  Kuuloalan ammattilaisen luomat ohjelmat
-  Sinun luomasi ohjelmat

Aloitus: kaukosäätimen lisäasetukset



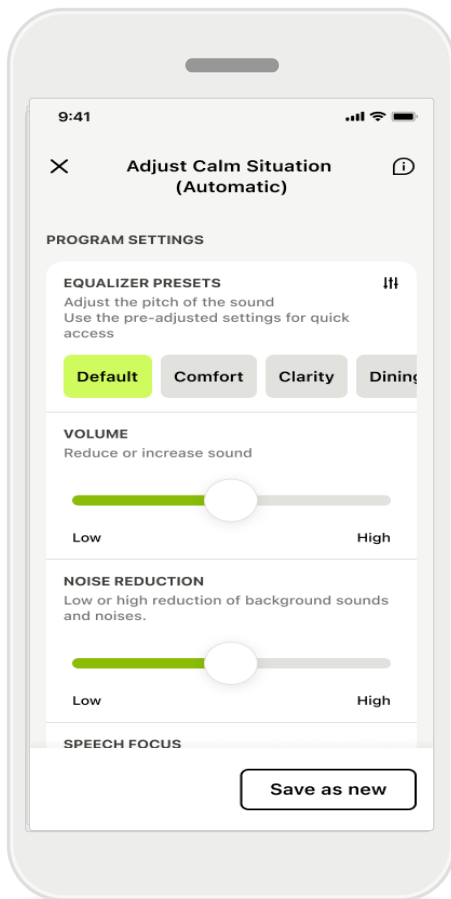
- 1 Säädä ohjelmaa**
Kun napautat **Säädä ohjelmaa**, voit muokata valittua ohjelmaa lisä-ääniasetuksilla.



Ohjelma-asetukset

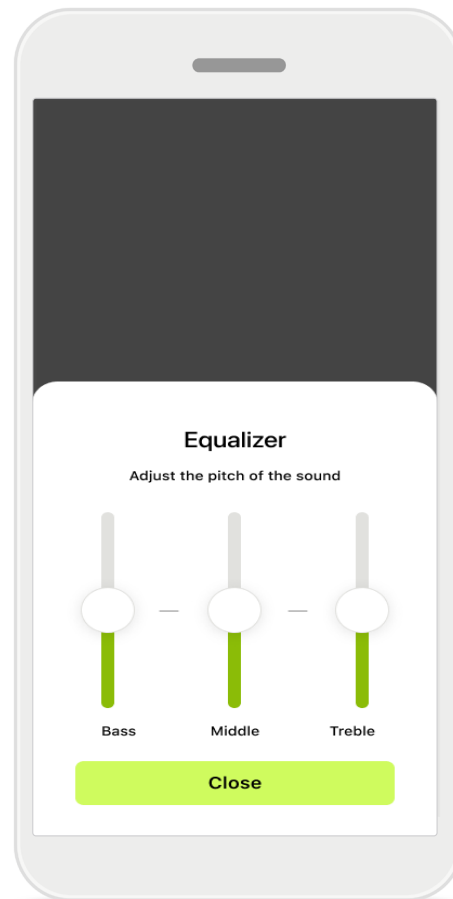
Voit säätää valittua ohjelmaa eri tavoin. Säädä seuraavia asetuksia liukusäätimillä: taajuuskorjaimen esiasetukset, äänenvoimakkuus, hälynvaimennus, keskittyminen puheeseen ja dynaaminen hallinta.

Aloitus: kaukosäätimen lisäasetukset



Taajuuskorjaimen esiasetukset

Taajuuskorjaimen esiasetuksilla voit säätää nopeasti äänen korkeutta akustisen ympäristön mukaan. Voit tehdä lisäsäätöjä napauttamalla taajuuskorjaimen kuvaketta.

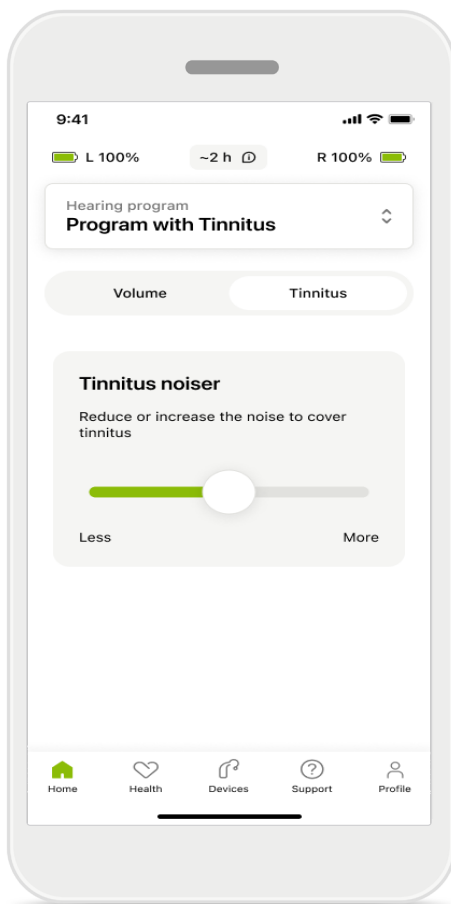


Äänen korkeuden säätäminen

Muuta äänen korkeutta (taajuutta) liukusäätimien avulla. Siirry takaisin asetuksiin napauttamalla **Sulje**.

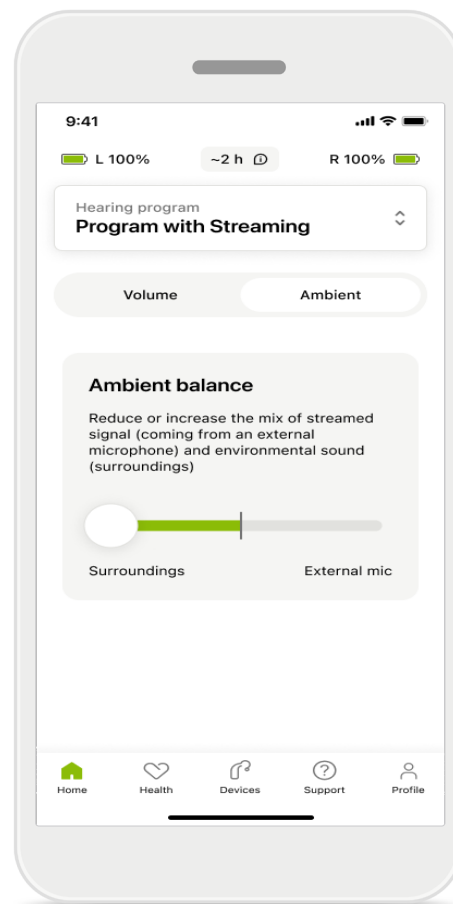
Aloitus: kaukosäädinnäkymä* – ei vakio-ominaisuus

- Kuulokojeden ohjelmoinnista ja langattomista lisälaitteista riippuen voit säätää suoratoiston aikana lisäasetuksia, kuten kohinageneraattoria ja taustaäänien tasapainoa. Jos esimerkiksi kuulokojeesi tukevat tinnitustoimintoa ja olet suoratoisto-ohjelmassa, voit säätää näitä molempia omissa näytöissään.



Kohinageneraattori

Jos sinulla on tinnitus ja kuuloalan ammattilainen on opastanut sinua käyttämään kohinageneraattoria, voit säätää peiteäänien voimakkuutta.

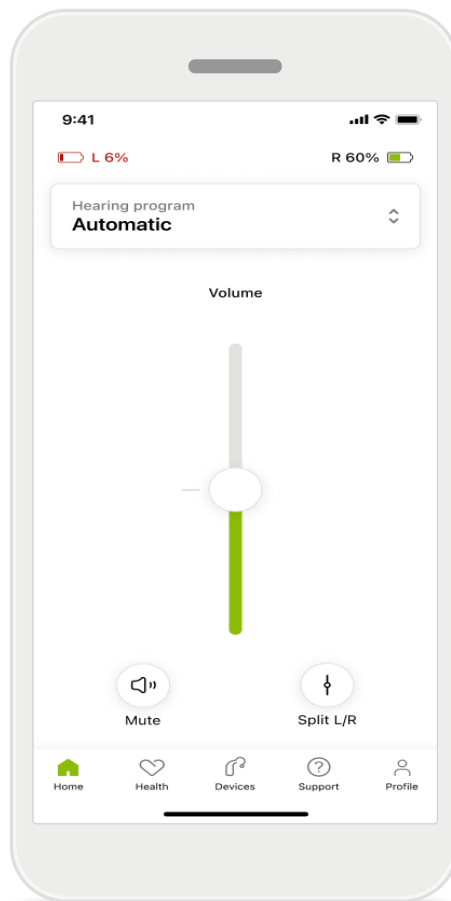


Taustaäänien tasapaino

Jos käytät ulkoista suoratoistolaitetta (kuten TV Connectoria tai musiikkilaitetta), voit valita, haluatko keskittyä enemmän toistettavaan ääneen vai haluatko kuulla enemmän ympäristön ääniä.

* Lisätietoja ominaisuuksista ja kuulokojeden yhteensopivuudesta saat kuuloalan ammattilaiselta.

Aloitus: kaukosäädinnäkymä* – ei vakio-ominaisuus

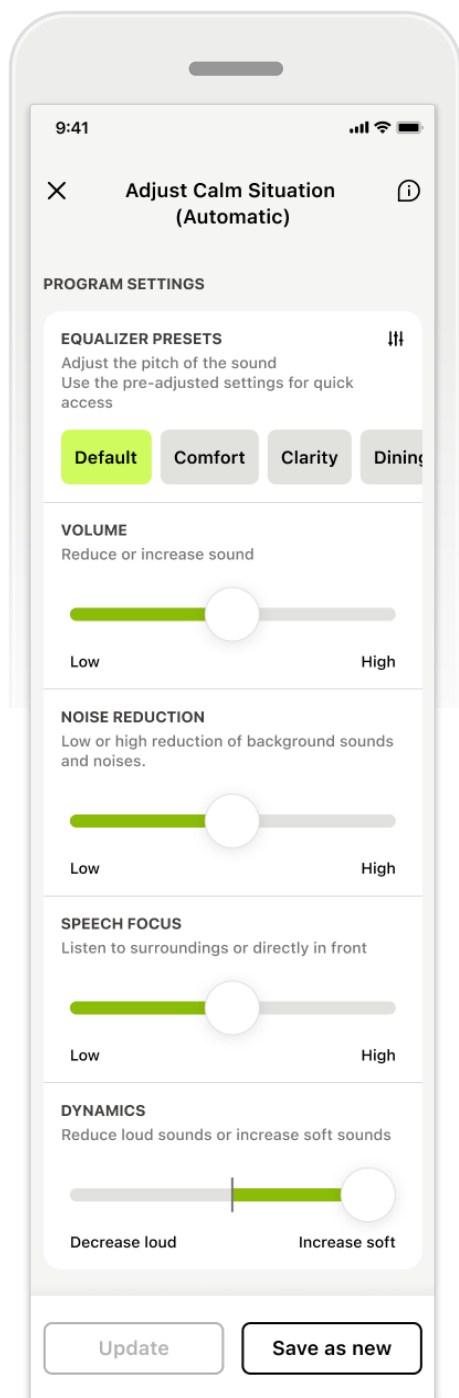


Akun taso

Jos käytät ladattavia kuulokojeita, akun varaustila näkyy näytössä. Jos akun varaustila on alle 20 %, kuvake muuttuu punaiseksi. Tässä tapauksessa akku kannattaa ladata pian.

* Saat lisätietoja ominaisuuksista ja kuulokojeiden yhteensopivuudesta kuuloalan ammattilaiselta.

Aloitus: kaukosäätimen lisäasetukset – uuden ohjelman luominen tai nykyisen ohjelman päivittäminen*



Yksilölliset säädöt

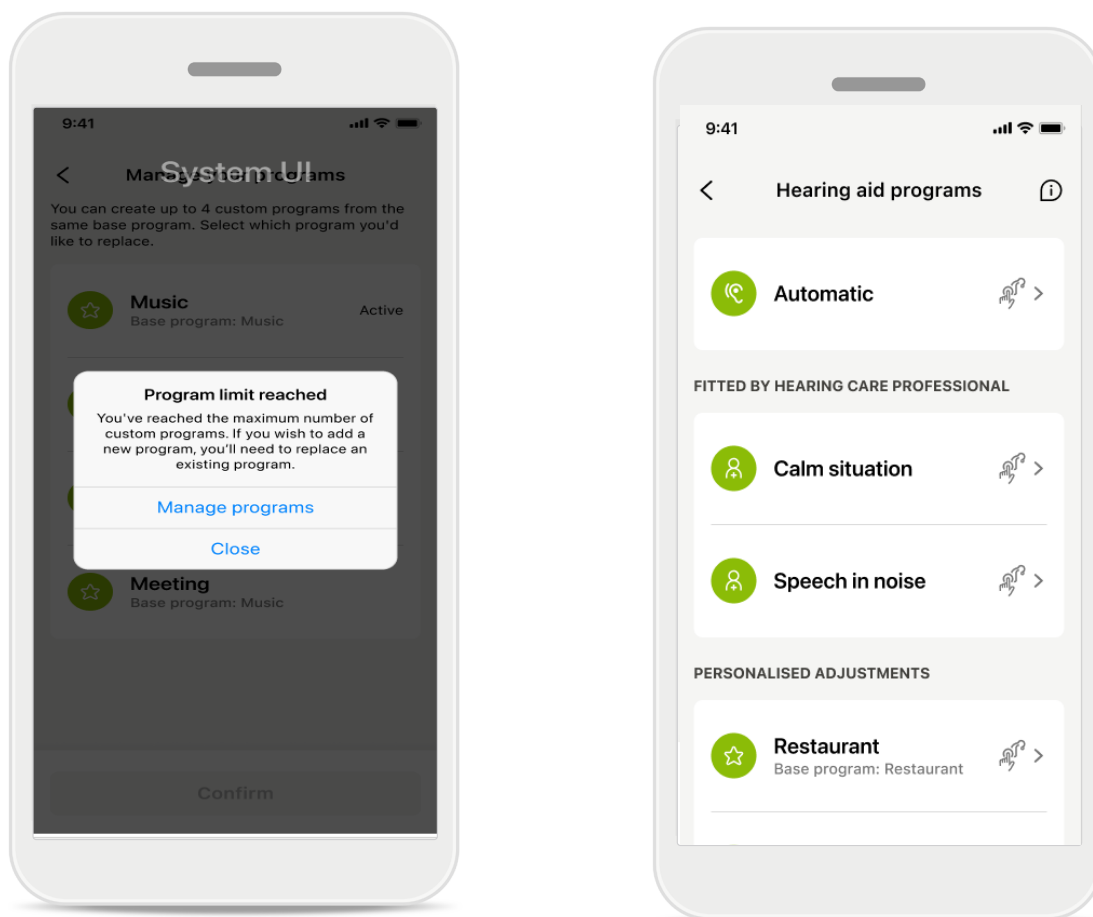
Kun olet säätänyt ohjelmaa, voit päivittää sen valitsemalla **Päivitä** tai tallentaa sen uutena ohjelmalla valitsemalla **Tallenna uutena**. Jos valitset tallentamisen uutena ohjelmalla, voit antaa ohjelmalle haluamasi nimen.

Muista, että nimen enimmäismerkkimäärä on 22 merkkiä ja ettet voi käyttää samaa nimeä uudelleen, jättää nimikenttää tyhjäksi tai täyttää sitä välilyönneillä.

Kun uuden ohjelman tallennus onnistuu, vastaava näyttö tulee näkyviin ja uusi ohjelma näkyy ohjelmaluettelossa.

* Käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käännä kuuloalan ammattilaisen puoleen.

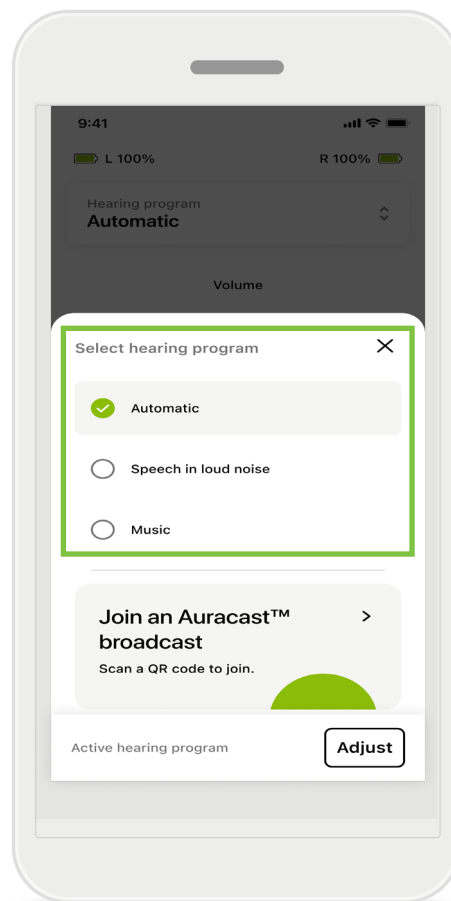
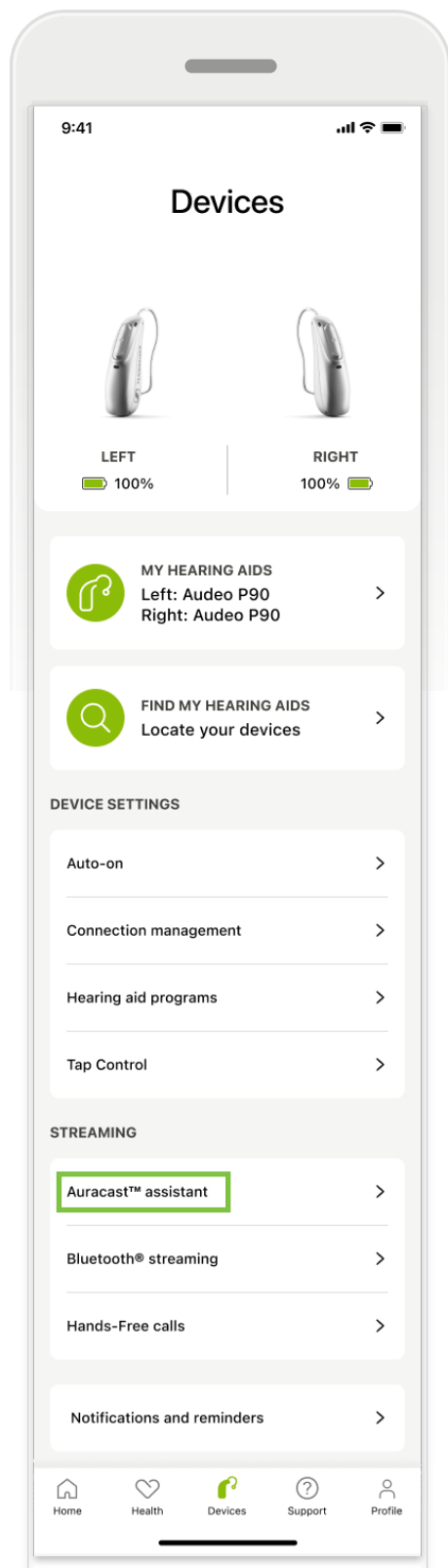
Vianmääritys: kaukosäätimen lisäasetukset



Ohjelmaraja saavutettu – enimmäismäärä samasta perusohjelmasta
Saman perusohjelman pohjalta voidaan luoda enintään neljä ohjelmaa.
Jos saavutat maksimimäärän, voit korvata nykyisen ohjelman uudella ohjelmalla valitsemalla **Hallitse**.

Auracast™-lähetyksen käyttäminen*

Auracast™-lähetyksominaisuuden avulla voit käyttää televisioista, teattereista, konserteista ja muista vastaavista jaettuina suorina äänilähetyksiä, jos kyseinen äänilähde tai paikka on varustettu Auracast™-tekniikalla.



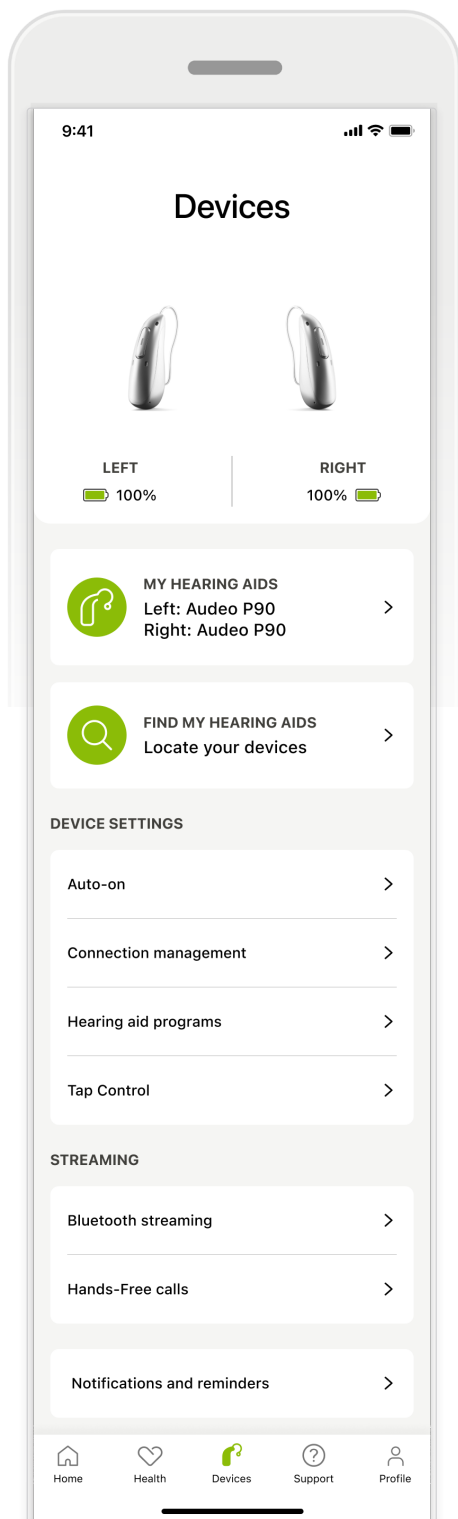
Pääset Auracast™-lähetykseen joko Laitteet-osion kautta napauttamalla Auracast™-avustajaa tai vaihtamalla ohjelmaa. Kummassakin vaihtoehdossa on seuraavaksi skannattava Auracast™-QR-koodi.

Kun lähetyksen tiedot näkyvät myPhonak-sovelluksessa, napauta **Liity lähetykseen**, minkä jälkeen ääni ohjataan automaattisesti kuulokojeisiisi.

Auracast™-sanamerkki ja -logot ovat Bluetooth SIG, Inc:n tavaramerkkejä, ja Sonova AG käyttää näitä merkkejä lisenssillä.

* Käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käänny kuuloalan ammattilaisen puoleen.

Laitteet

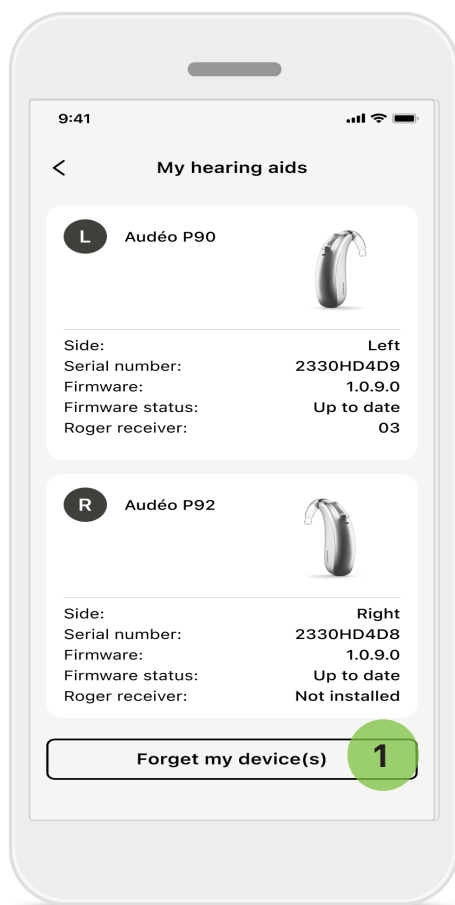


Laitteet-aloitusnäyttö

Laitteet-osiossa voit käyttää kaikkia kuulokojeisiisi liittyviä asetuksia, kuten Ohjelman hallinta ja Laitteen asetukset. Lisäksi näet ladattavien mallien akun varaustilan*.

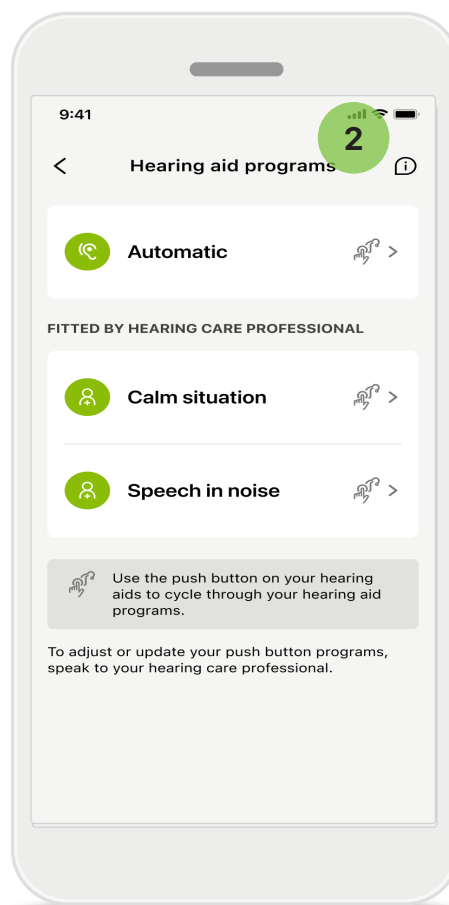
* Käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käännä kuuloalan ammattilaisen puoleen.

Laitteet



1 Unohda laitteet

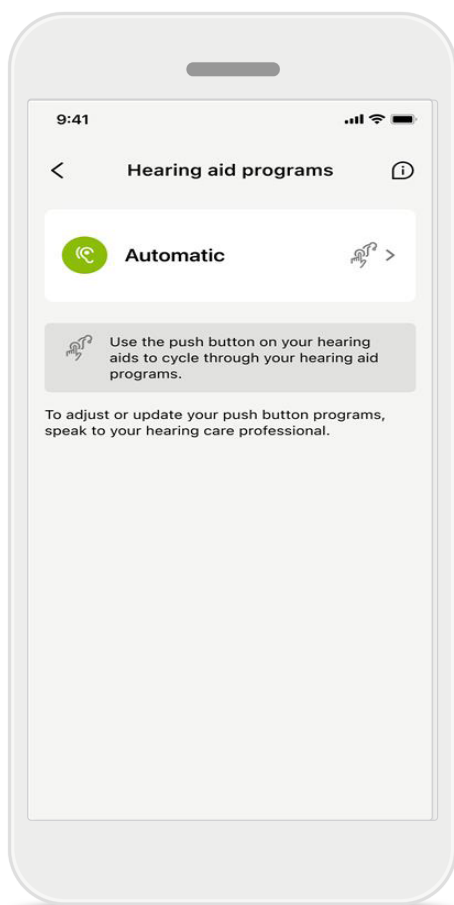
Jos haluat poistaa laitteesi, siirry Minun kuulokojeeni -välilehdelle. Kun napautat Unohda laitteeni -painiketta, näkyviin tulee ponnahdusviesti. Sinun täytyy vahvistaa poisto. Huomaa, että tehtyäsi tämän sinun on muodostettava laitepari kuulokojeiden kanssa uudelleen, jotta voit käyttää sovellusta.



2 Ohjelman hallinta

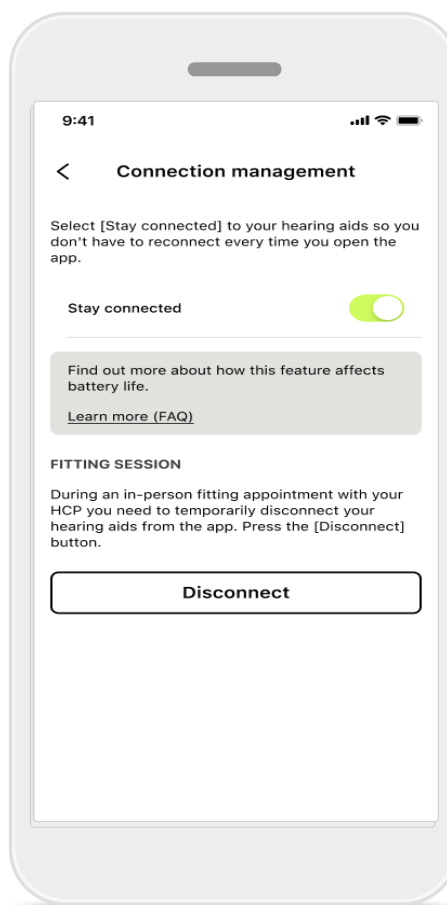
Napauttamalla Kuulokojeen ohjelmat saat näkyviin kaikki käytettävissä olevat ohjelmat. Voit muokata ohjelman nimeä tai poistaa ohjelman napauttamalla sitä. Ohjelmatyyppejä on kolme: **automaattiset ohjelmat**, **kuuloalan ammattilaisen luomat ohjelmat** ja omat **yksilölliset ohjelmasi**. Jos ohjelman nimen vieressä näkyy kuvake, voit valita ohjelman kuulokojeidesi painikkeella.

Laitteet



Kuulokojeen ohjelmat

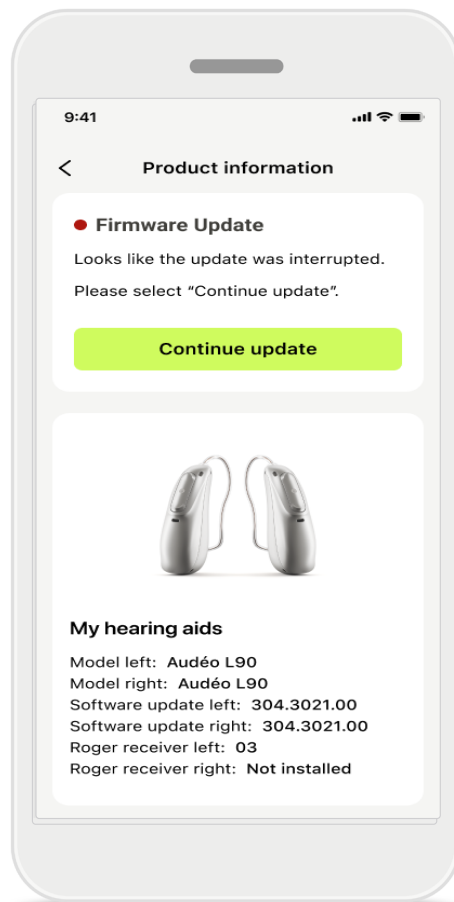
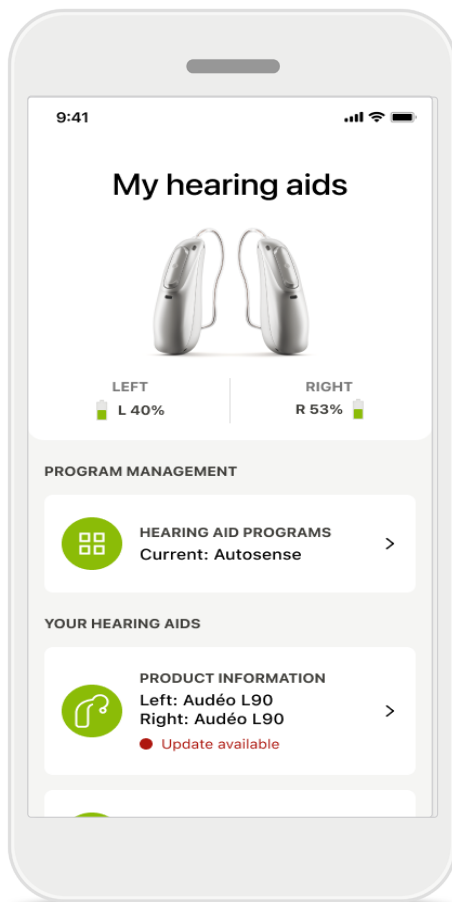
Voit poistaa ohjelman tai muuttaa sen nimeä. Näet myös perusohjelman, johon ohjelma on linkitetty. Voit poistaa ohjelman napauttamalla **Poista ohjelma**. Kun napautat painiketta, näkyviin tulee ponnahdusviesti, jossa sinun täytyy vahvistaa poisto.



Yhteyden hallinnan aktivointi

Voit valinnaisesti ottaa käyttöön vaihtoehdon **Pysy yhteyksissä** yhteyden säilyttämiseksi kuulokojeisiin, jolloin sinun ei tarvitse muodostaa yhteyttä uudelleen aina, kun avaat sovelluksen.

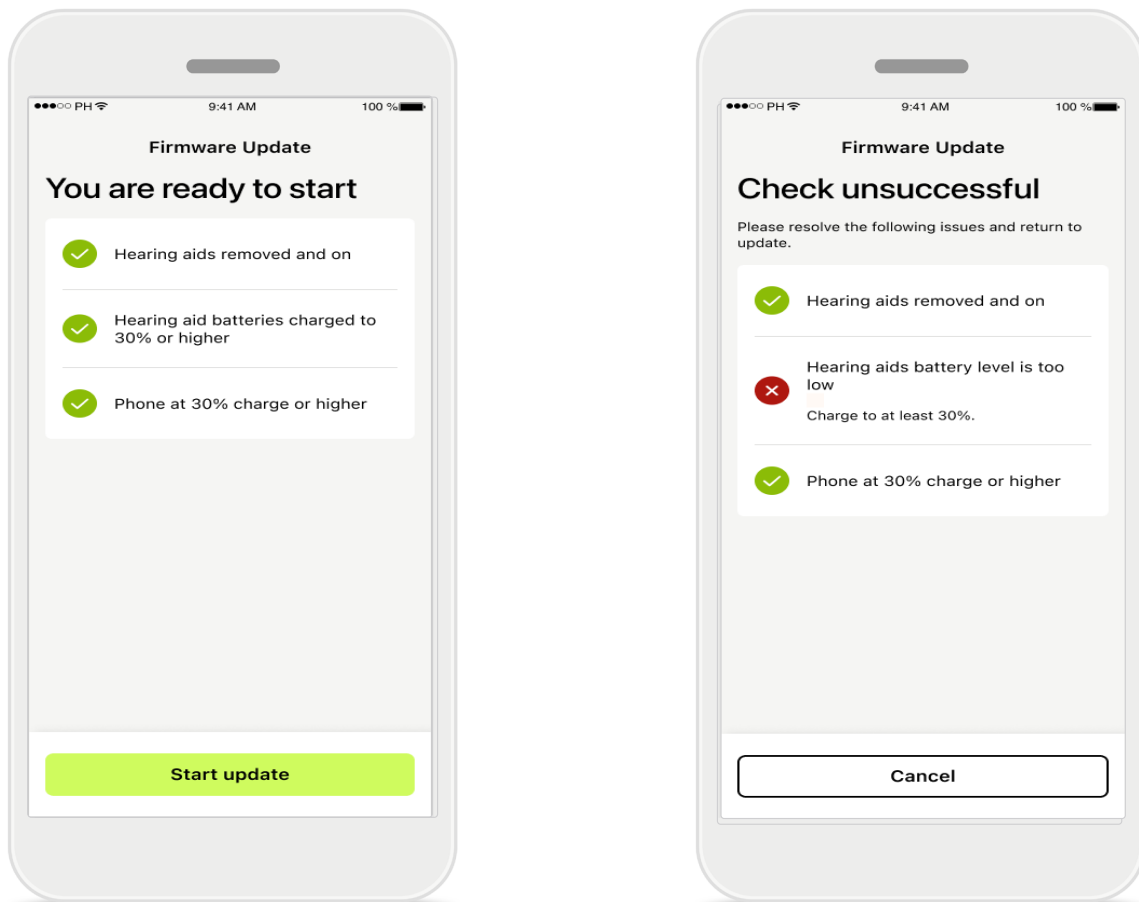
Päivitykset



Kuulokojeiden päivitykset

Saatavilla oleva päivitys näkyy Laite-osion Tuotteen tiedot -kohdassa. Jos saatavilla on päivitys, saat päivityksestä lisätietoja Tuotteen tiedot -osiosta. Aloita päivityksen asennus napauttamalla **Päivitä**.

Päivitykset



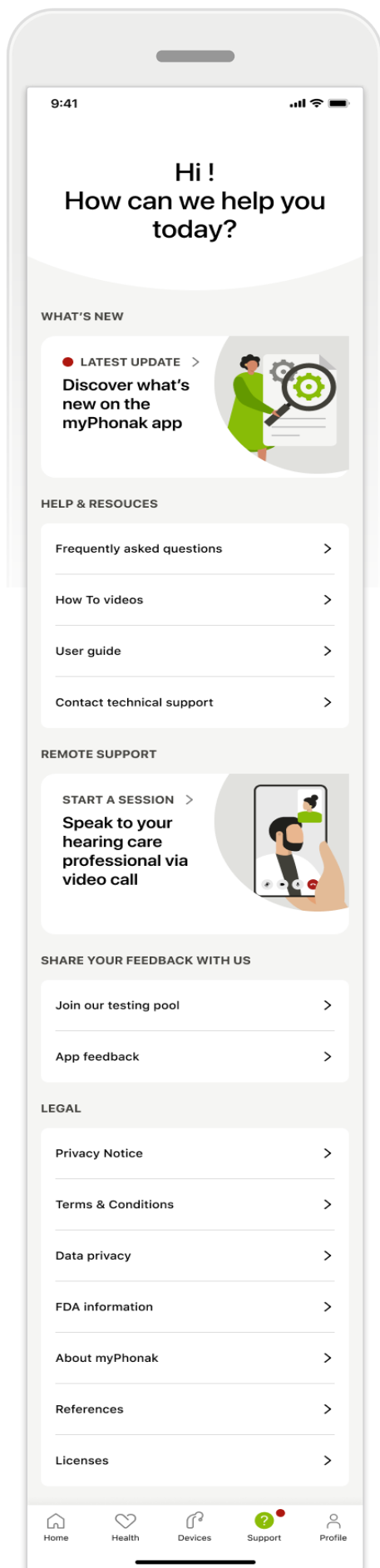
Kuulokojeiden päivitykset

Päivitys on mahdollinen vain, kun tietyt edellytykset täyttyvät. Tämän tarkoituksena on välttää päivityksen epäonnistuminen tai keskeytyminen (tämästä syystä kuulokojeiden paristojen tai akkujen varaustason on oltava vähintään 30 % ja puhelimen akun varaustason vähintään 30 %).

Järjestelmä tarkastaa näiden ehtojen täyttymisen automaattisesti ja näyttää ongelmatapauksissa, mikä meni pieleen ja kuinka tilanteen voi korjata. Näitä ohjeita noudattamalla päivityksen pitäisi sujua nopeasti ja vaivattomasti.

Löydät vianmäärittäsohjeet tästä [linkistä](#).

Tuki ja etätukipuhelu

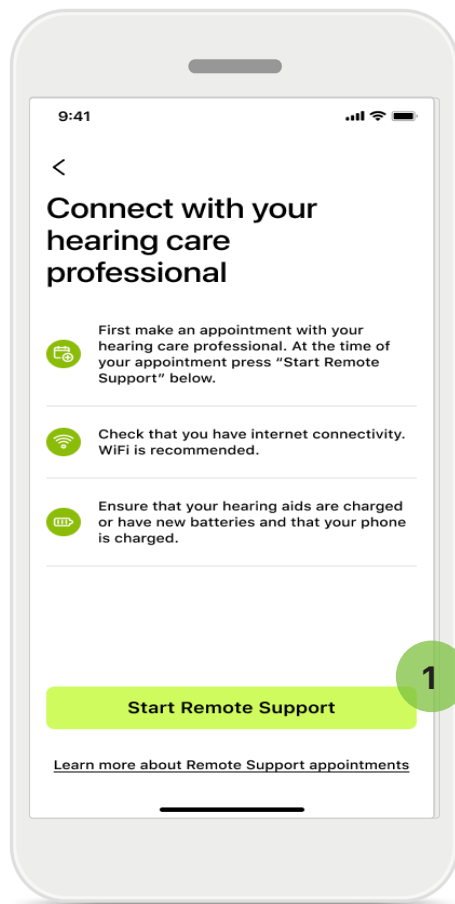


Tuki-osio

Tukinäytöstä voit siirtyä UKK*-osioon, käyttöohjeeseen, ohjevideosivustolle, oikeudellisiin asetuksiin ja palautteen antamiseen. Pääset myös etätukeen napauttamalla Aloita etätuki.

*UKK-linkki: <https://product-support.phonak.com/>.

Tuki ja etätukipuhelu



Etätuki

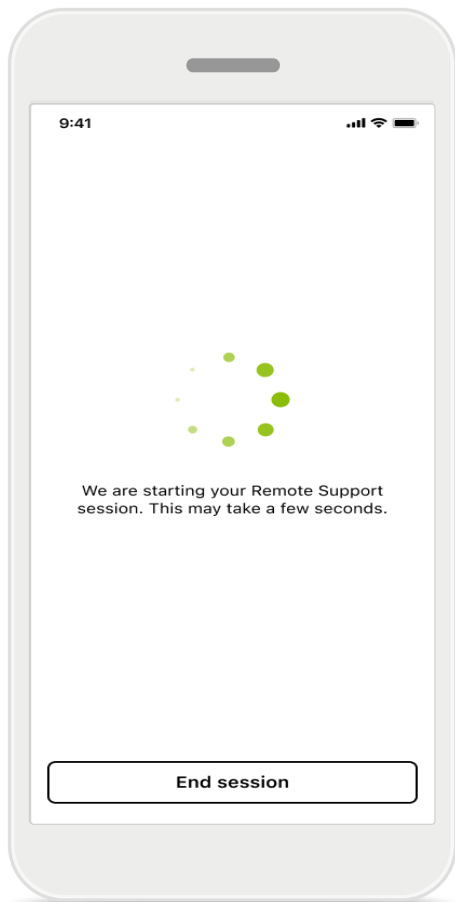
Napauttamalla **Aloita etätuki** -painiketta tukinäytöllä voit aloittaa etätukipuhelun kuuloalan ammattilaisen kanssa. Etätukipuhelusta on sovittava etukäteen.

1 Jatka napauttamalla **Aloita etätuki**.

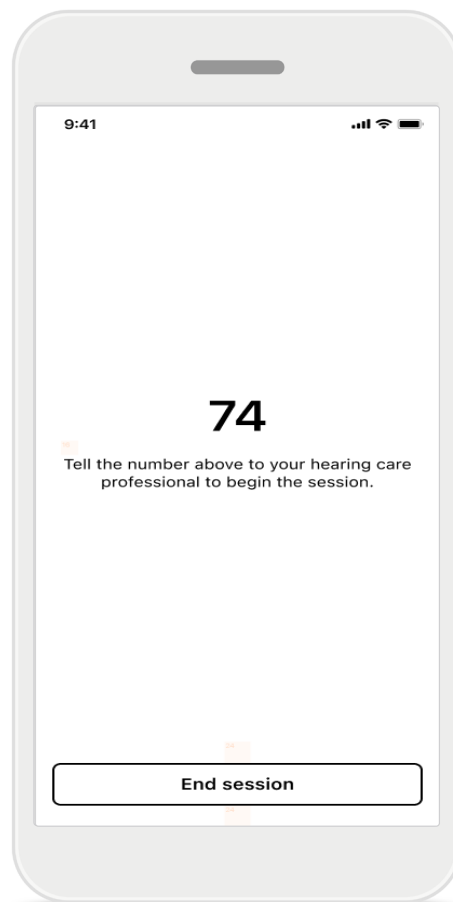
Mikrofonin ja kameran käyttö

Kun sinulta pyydetään lupaa puhelimen mikrofonin ja kameran käyttöön, salli mikrofonin ja kameran käyttö myPhonak-sovellukselle napauttamalla **OK**.

Tuki ja etätukipuhelu

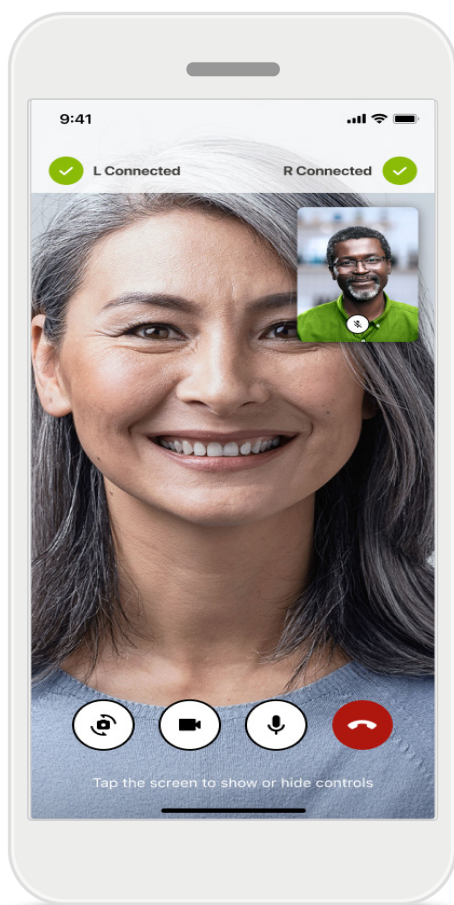


Odotetaan kuuloalan ammattilaista
Sovellus muodostaa yhteyden kuuloalan ammattilaiseen. Odota, että kuuloalan ammattilainen liittyy puheluun.

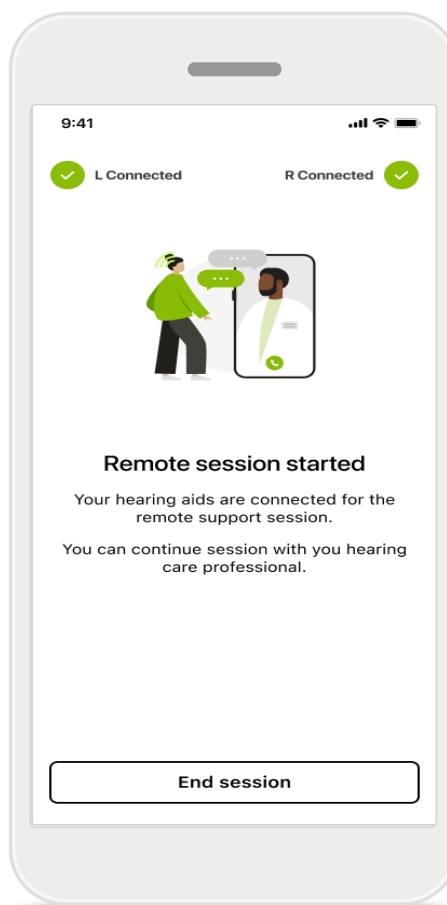


Jos muodostat yhteyden kuuloalan ammattilaiseen videokokousalustan kautta, näyttöön tulee näkyviin kaksinumeroinen koodi. Ilmoita tämä kaksinumeroinen koodi kuuloalan ammattilaiselle yhteyden muodostamiseksi.

Etätukipuhelun aloittaminen



Kun yhteys on muodostettu, voit nähdä ja kuulla kuuloalan ammattilaisen. Säätimien avulla voit mykistää puhelun äänen tai poistaa mykistyksen, ottaa videokuvan pois käytöstä, vaihtaa kameranäkymää ja lopettaa puhelun.



Jos muodostat yhteyden kuuloalan ammattilaiseen videokokousalustan kautta, et näe häntä tai kuule hänen ääntään myPhonak-sovelluksen kautta, mutta yhteys kuulokojeisiisi toimii.

Jos kuuloalan ammattilaisen on muodostettava yhteys kuulokojeisiisi, se voidaan tehdä etänä älypuhelimesi kautta. Kuuloalan ammattilainen kertoo sinulle, kun yhteys on muodostettu.

Kun puhelu päättyy, voit arvioida kokemuksesi. Lähetä palautteesi napauttamalla linkkiä. Palaa takaisin aloitusnäyttöön napauttamalla **Valmis**.

Vianmääritys: etätukipuhelu

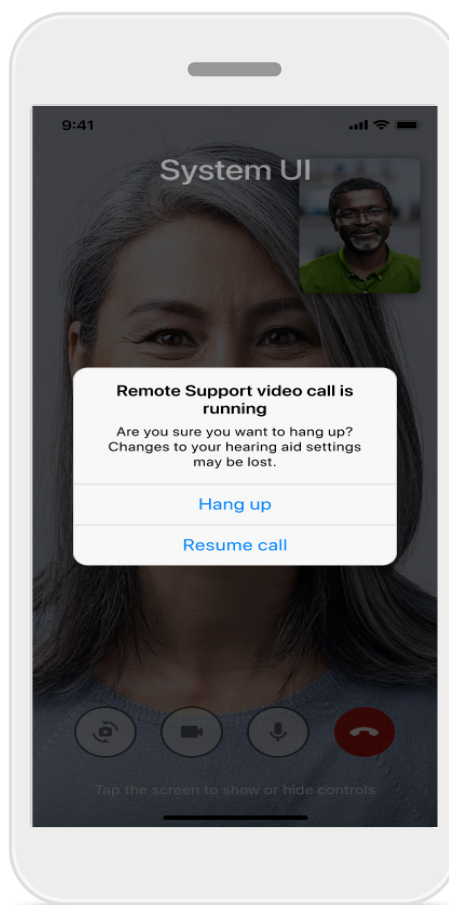
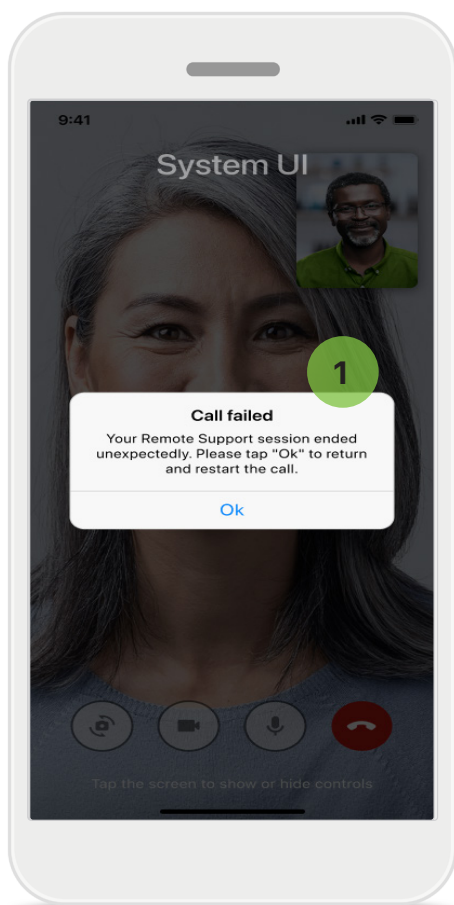
Etätukipuhelussa yhteys kuuloalan ammattilaiseen muodostetaan internetin välityksellä. Suosittelemme käyttämään Wi-Fi-yhteyttä paremman laadun takaamiseksi.



Yhteys kuulokojeisiin on katkennut

Kuulokojeidesi yhteyden tila näkyy näytön yläreunassa. Jos yhteys kuulokojeisiin katkeaa, kuvake muuttuu punaiseksi. Kuuloalan ammattilaisen on tällöin muodostettava yhteys uudelleen.

Vianmääritys: etätukipuhelu



- 1 Puhelu epäonnistui**
Jos puhelu epäonnistuu, palaa **Ok**-painiketta painamalla aloitusnäyttöön, jossa voit aloittaa puhelun uudelleen.

Käynnissä olevan puhelun lopettaminen
Tämä ponnahdusviesti tulee näkyviin, jos lopetat puhelun sen ollessa kesken.

Terveystietojen seuranta Terveysosiossa: määrittäminen

Jotkut tässä mainitut terveystietojen ominaisuudet ovat käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa.

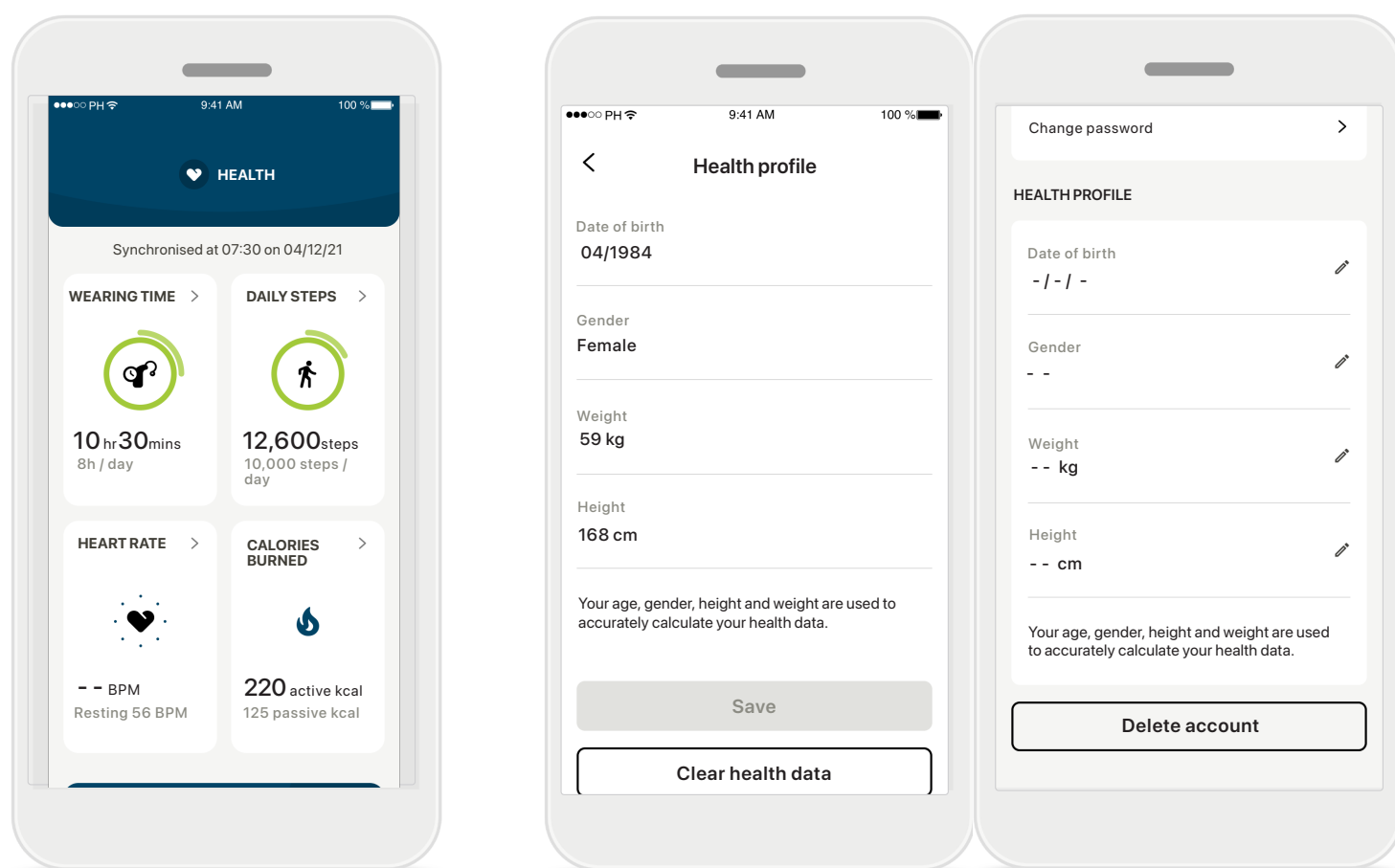
Katso lisätietoja osoitteesta <https://www.phonak.com>

Sinun on kirjauduttava myPhonak-tilillesi, jotta voit käyttää terveysominaisuuksia .

Ota sijaintipalvelut käyttöön iPhonessasi terveystietojen seurannan laadun parantamiseksi.

Jos et salli käyttöä, et pysty seuraamaan terveystietojasi.

Anna tietosi, jotta terveystietosi voidaan laskea tarkasti. Muista, että näiden tietojen antaminen on valinnaista. Päätät siitä itse.



Siirry terveystietojen seurantaan

Kun määrittäminen on tehty, voit siirtyä terveystietojen seurantaan (terveystietojen aloitusnäyttöön).

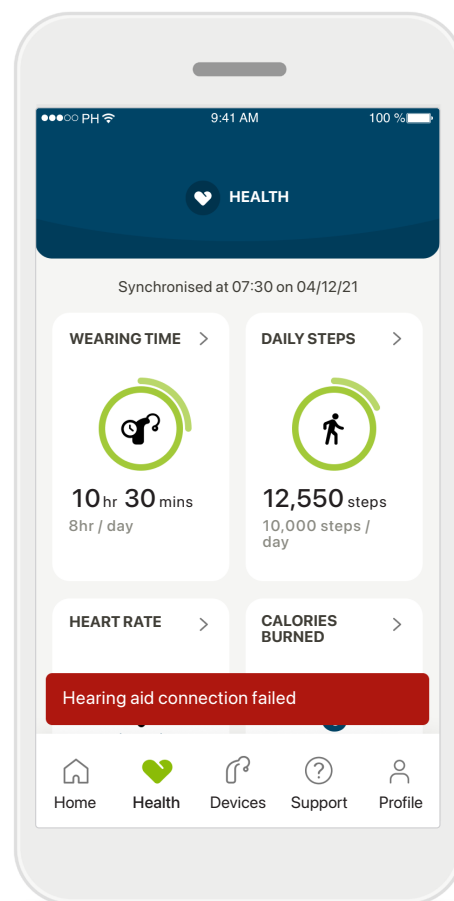
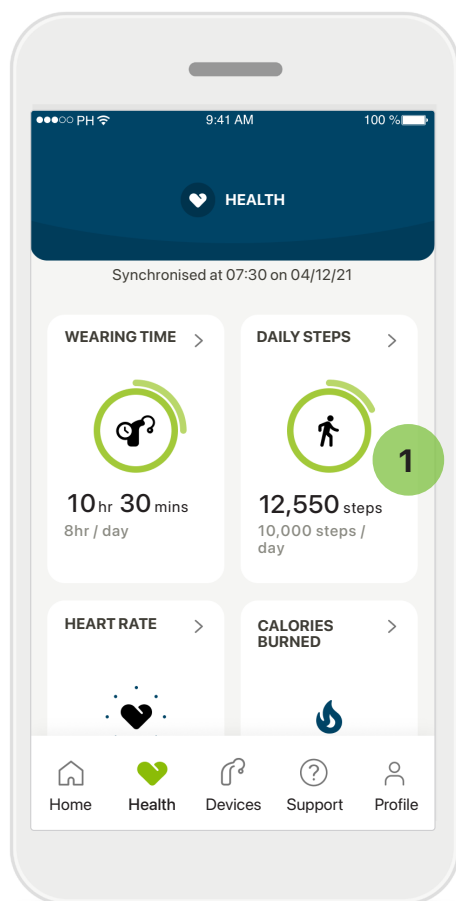
Terveyksiprofiilin muokkaus/poistaminen

Voit milloin tahansa muokata tai poistaa terveystietojen seurantaan tietojasi Profiili-osiossa. Siirry Henkilökohtaiset tiedot -kohtaan, vieritä alas Terveyksiprofiili-kohtaan ja napauta muokkauksikuvaketta (kynää) tietojen päivittämiseksi tai poistamiseksi.

Terveyspaneeli

Terveyspaneelissa voit

- käyttää kuulokojeidesi tukemia terveysominaisuuksia ja seurata niiden arvojen muuttumista reaaliajassa*,
- seurata tavoitteiden saavuttamista, jos niitä on määritetty,
- saada terveysvinkkejä (suosituksia muista terveyssovelluksista).



1 Tavoitteiden saavuttamisen edistyminen

Jos olet asettanut tavoitteita, näet tavoitteesi maksimiarvon sekä oman edistymisesi toisena ympyränä kuvakkeen ympärillä.

Kuulokojeiden yhdistäminen

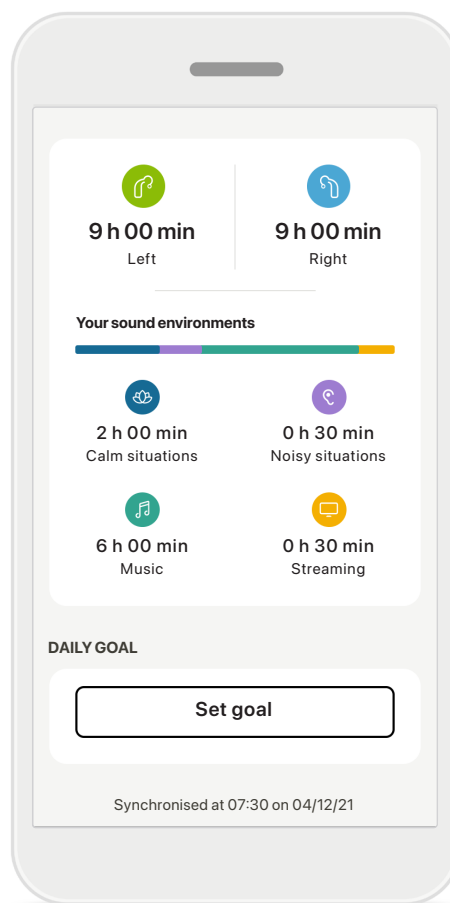
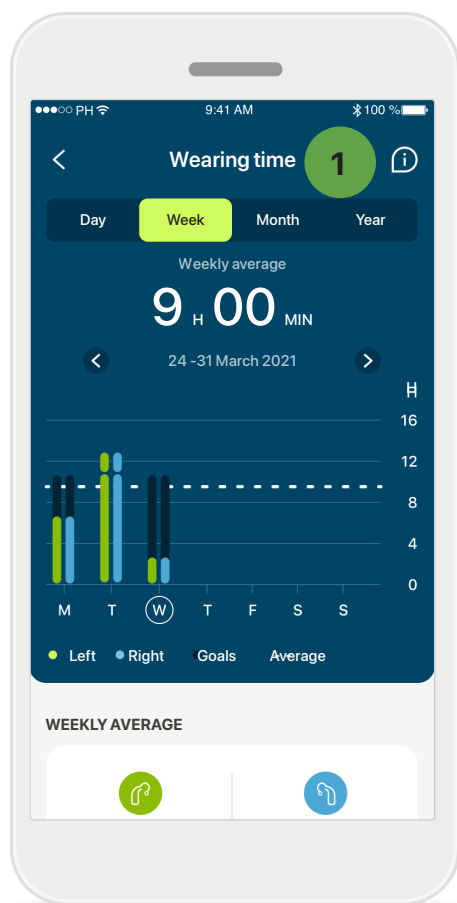
Muista, että kuulokojeet on yhdistettävä, jotta näet terveystoimintojen arvojen reaaliaikaiset muutokset. Sovelluksen ja kuulokojeiden välisen jatkuvan synkronoinnin ansiosta aikatiedot ovat tarkempia. Jos yhteyden muodostus epäonnistuu tai tietojasi ei pystytä synkronoimaan, saat ilmoituksen asiasta ja sinut ohjataan UKK-sivustolle, jolta saat lisätietoja.

* Käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käännä kuuloalan ammattilaisen puoleen.

Tämän osion tiedot on tarkoitettu ainoastaan opetus- ja tiedotustarkoituksiin. Terveysosion tietoja ei tule käyttää ammattilaisten antamien lääketieteellisten neuvojen sijaan tai niiden korvikkeena.

Jos sinulla on jotakin kysyttävää terveydestäsi tai olet aloittamassa kuntoiluohjelmaa, ota aina yhteyttä lääkäriin tai muuhun terveydenhuollon ammattilaiseen. Sykkeen seuraamiseksi varmista, että korvakappaleet on asetettu oikein korvakäytävään. Parhaiden tulosten saamiseksi pysy paikoillaan ja hiljaa.

Terveysominaisuuksien yksityiskohtaiset näkymät: käyttöaika, askeleet, aktiivisuustasot*, kävelty ja juostu matka*



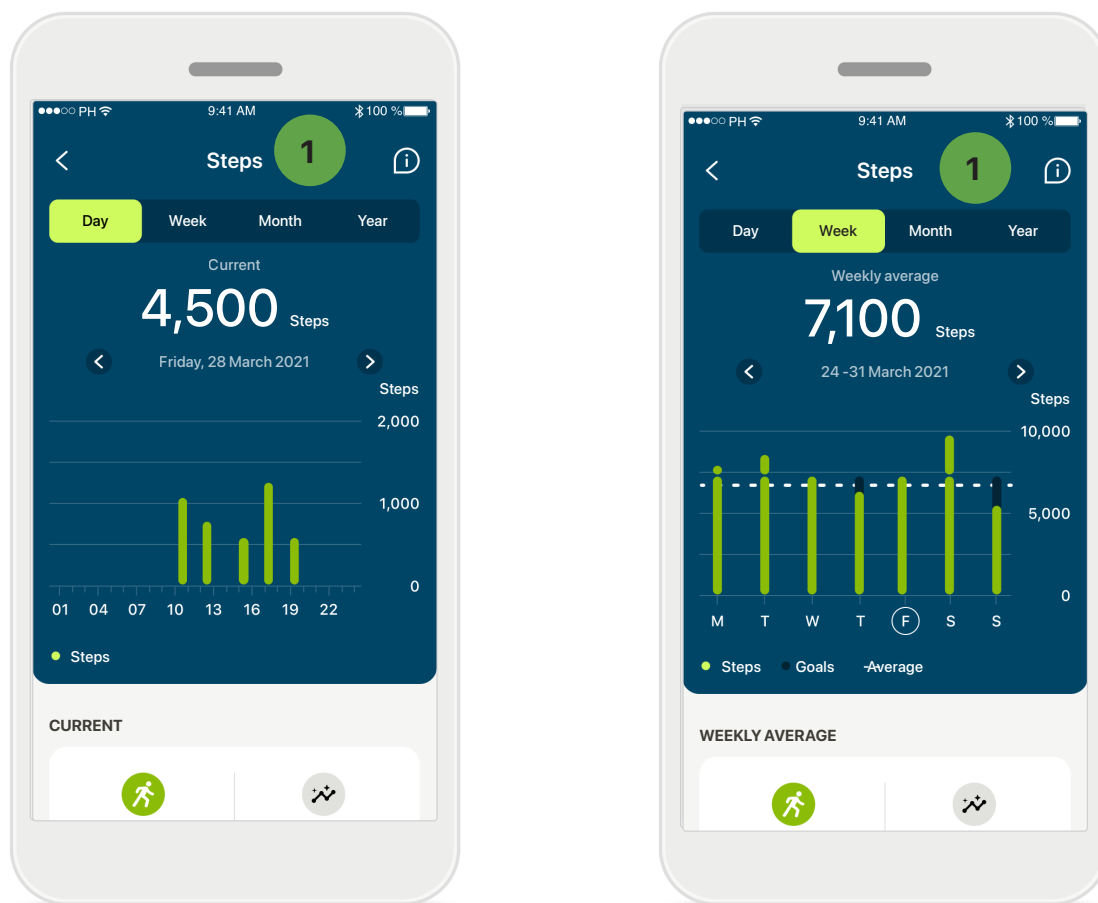
1 Käyttöaika

Päaset päivittäisen käyttöajan kaavioon napauttamalla hallintapaneelin käyttöaikakorttia. Voit siirtyä viikko-, kuukausi- tai vuosinäkymään napauttamalla vastaavaa välilehteä, joka muuttuu vihreäksi.

Jos sinulla on kaksi kuulokojetta, kaavioissa näkyvät sekä vasemman että oikean kuulokojen arvot. Alapuolet näkyvät nykyiset arvot (päivänäkymässä) tai keskiarvot (muissa kuin päivänäkymässä) ja käyttöajan erittely erilaisten ääniympäristöjen mukaan.

*Käytettävissä vain tietyissä kuulukojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käännä kuuloalan ammattilaisen puoleen.

Terveysominaisuuksien yksityiskohtaiset näkymät: käyttöaika, askeleet, aktiivisuustasot*, kävelty ja juostu matka*



1 Askeleet, aktiivisuustasot ja etäisyys

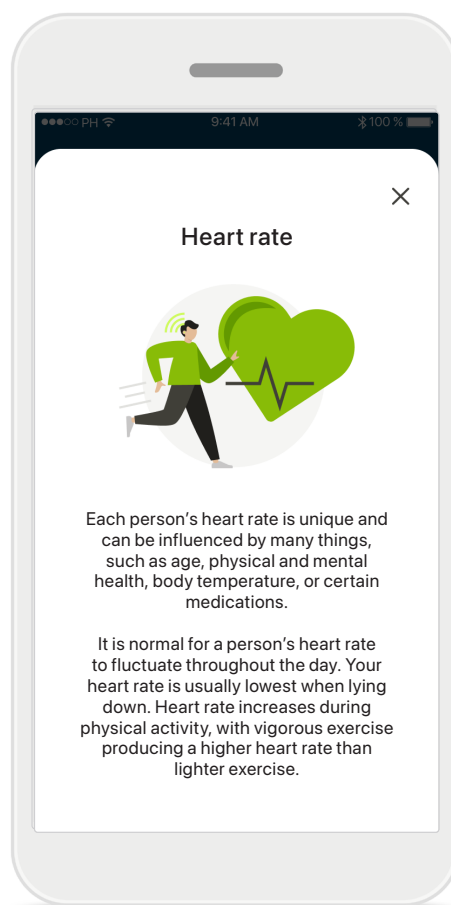
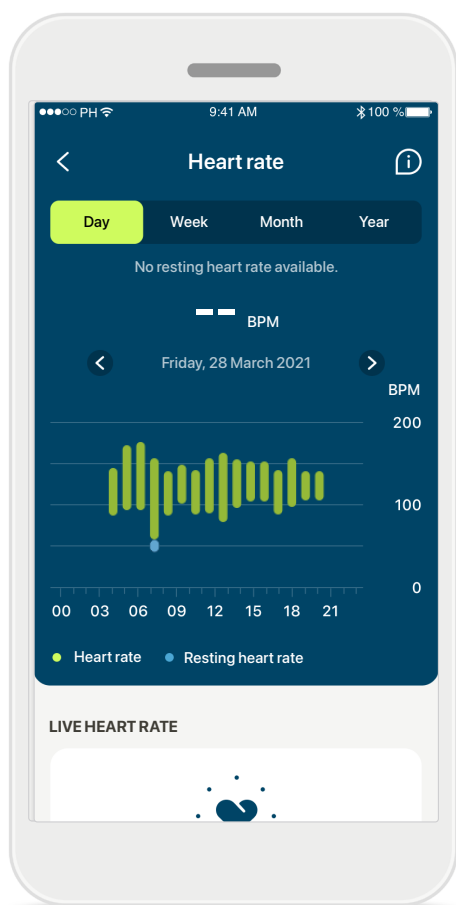
Päivittäisten askeleiden kaavioon pääsee napsauttamalla hallintapaneelin askelkorttia. Viikko-, kuukausi- tai vuosinäkymään pääsee napauttamalla vastaavaa välilehteä, joka muuttuu vihreäksi.

Alapuolella näkyvät nykyiset arvot (päivänäkymässä) tai keskiarvot (muissa kuin päivänäkymässä) sekä arvioitu kävelty tai juostu matka.

Aktiivisuustasot näyttävät ajan, jolloin et ole ollut lainkaan aktiivinen, olet ollut hieman aktiivinen (havaittu hieman liikettä), keskitasoisesti aktiivinen (havaittu kävelyä) tai erittäin aktiivinen (havaittu juoksua).

*Käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käännä kuuloalan ammattilaisen puoleen.

Terveysominaisuuksien yksityiskohtaiset näkymät: Syke* ja Kalorit*, kävelty ja juostu matka*



Sykkeen seuranta

Kaikissa näkymissä näkyy reaaliaikainen syke. Päivänäkymä sisältää tuntikohtaiset leposyke- ja sykealueet. Viikonäkymä sisältää päiväkohtaisen keskimääräisen leposykkeen, reaaliaikaisen sykkeen ja päiväkohtaiset sykealueet.

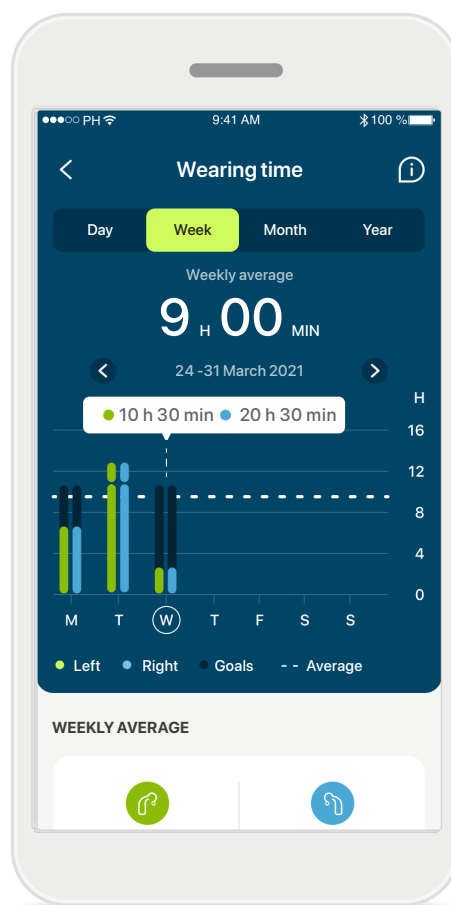
Viikko-, kuukausi- ja vuosinäkymät sisältävät seuraavat tiedot:

- Päivänäkymä: tuntikohtaiset tiedot (jaksoittaiset ja reaaliaikaiset tuntikohtaiset sykealueet, yksi alin päiväkohtainen leposyke)
- Viikko-, kuukausi- ja vuosinäkymät: päivä-, viikko- ja kuukausikohtaiset sykealueet ja leposykealueet.

Napsauttamalla näytön oikeassa yläkulmassa olevaa -kuvaketta saat lisätietoja sykkeestä ja siitä, miksi leposykkeen seuranta on tärkeää.

*Käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käännä kuuloalan ammattilaisen puoleen.

Terveysominaisuuksien yksityiskohtaiset näkymät: Syke* ja Kalorit*, kävelty ja juostu matka*



1 Kalorien seuranta

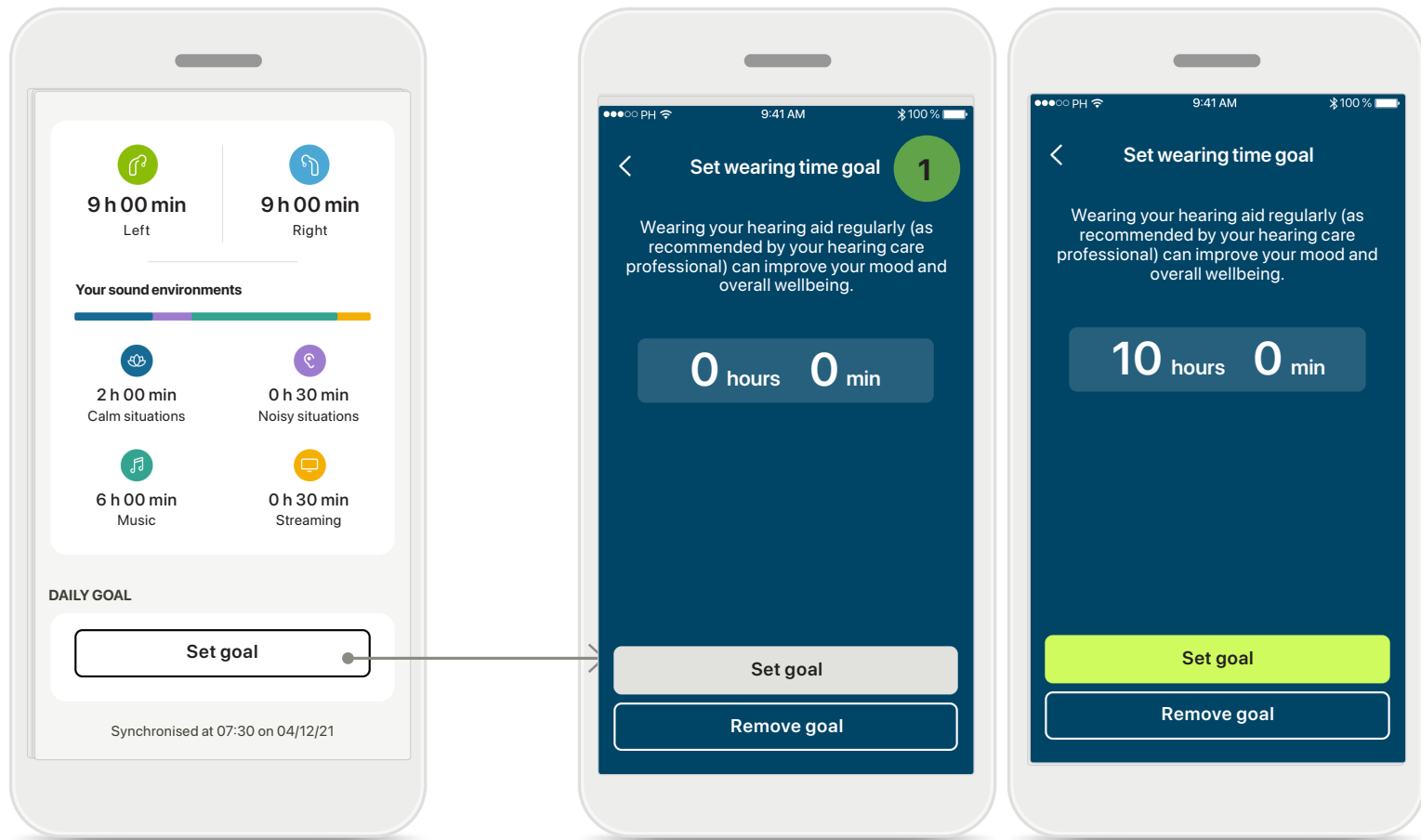
Päivänäkymä sisältää senhetkiset aktiiviset (liikunnan kautta kulutetut) kalorit ja passiiviset (eli perusaineenvaihdunnan kuluttamat) kalorit. Molempien kalorien yhteismäärä (yhteensä) näkyy kaaviossa. Viikko-, kuukausi- ja vuosinäkymät sisältävät aktiivisten kalorien, lepokalorien ja kaikkien kaloriarvojen keskiarvot.

Työkaluvinkit

Napauta kaavion palkkien välistä kohtaa, niin näet tarkat arvot valkoisessa bannerissa (työkaluvinkissä).

*Käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käännä kuulokalan ammattilaisen puoleen.

Terveys: muut toiminnot*



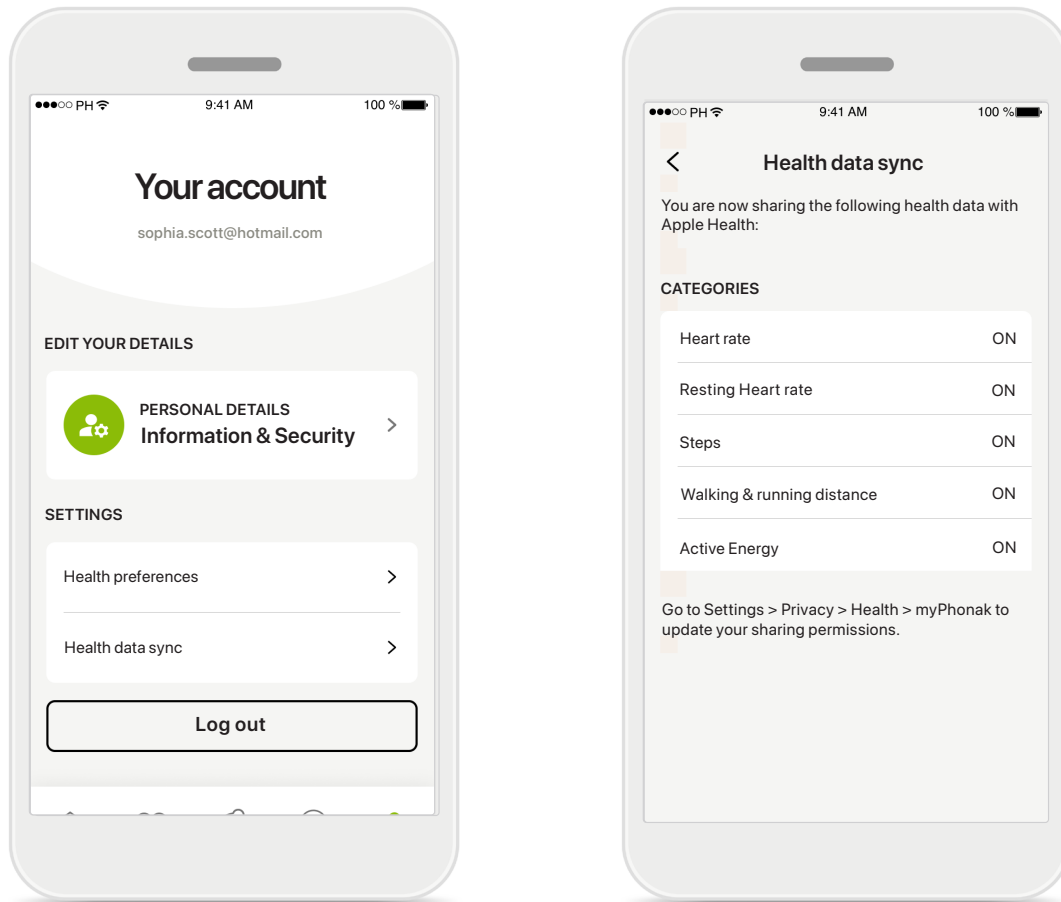
1 Aseta, muuta ja poista tavoitteita*

Askeleita ja käyttöaikaa koskevien tavoitteiden asettaminen on vapaaehtoista. Voit asettaa tavoitteita terveysosion määrittämisen aikana, terveyspaneelissa ja kyseisten ominaisuuksien yksityiskohtaisissa näkymissä.

Napauta **Aseta tavoite**- tai **Muuta tavoitetta** -painiketta ja seuraa yllä olevassa esimerkissä näkyvää näyttöjen kulkua. Anna oikea numero käyttöajan tai askeleiden kohdalle ja tallenna muutokset napauttamalla Aseta tavoite. Jos haluat poistaa tavoitteen, napauta Poista tavoite.

*Käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käännä kuuloalan ammattilaisen puoleen.

Terveys: muut toiminnot*



Synkronoi Phonak-terveystiedot Applen Terveys-sovelluksen kanssa

Avaa Terveystietojen synkronointi profiilisi Asetukset-osiosta. Seuraa näytön ohjeita ja laita päälle ne myPhonak-terveystiedot, jotka haluat synkronoida Applen Terveys-sovelluksen kanssa. Synkronoinnin jälkeen saat näkyviin tiedot, jotka jaat Applen Terveys-sovelluksen kanssa, avaamalla Terveystietojen synkronointi -osion uudelleen.

*Käytettävissä vain tietyissä kuulokojeissa. Siirry osoitteeseen <https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak> tai käännä kuulolaan ammattilaisen puoleen.

Tärkeitä turvallisuustietoja

Lue seuraavilla sivuilla esitetyt olennaiset turvallisuustiedot ennen sovelluksen käyttämistä.

Käyttötarkoitus:

Sovellus on erillinen ohjelma, joka on tarkoitettu kuulokojeen asetusten valitsemiseen, määrittämiseen ja tallentamiseen sovitushjelman alueen sallimissa rajoissa. Sovelluksen avulla kuulokojeiden käyttäjät voivat myös olla yhteydessä ja kommunikoida kuuloalan ammattilaisten kanssa kuulokojeen etäsäätöjä varten.

Kohdepotilaat:

Tämä laite on tarkoitettu vähintään 18-vuotiaille potilaille, joiden tila vastaa yhteensopivan kuulokojeen kliinistä käyttöaihetta.

Kohdekäyttäjä:

Henkilöt, joilla on kuulonalenema ja jotka käyttävät yhteensopivaa kojetta.

Käyttöaiheet:

Huomaa, että käyttöaiheet eivät koske sovellusta vaan yhteensopivia kuulokojeita. Katso tarkemmat tiedot kuulokojeen käyttöohjeesta.

Vasta-aiheet:

Huomaa, että vasta-aiheet eivät koske sovellusta vaan yhteensopivia kuulokojeita.

Kliininen hyöty:

Kliinistä hyötyä ei saada sovelluksesta, vaan yhteensopivista kuulokojeista. Sovellus hyödyttää kohdekäyttäjiä tarjoamalla mahdollisuuden säätää ja tallentaa kuulokojeen asetuksia yksilöllisten tarpeiden mukaisesti ensisovituksen sallimissa rajoissa. Sovelluksen avulla kohdekäyttäjät voivat olla kätevästi yhteydessä ja kommunikoida kuuloalan ammattilaisten kanssa kuulokojeen etäsäätöjä varten.

Haittavaikutukset:

Sovelluksen käyttöön ei liity tunnettuja haittavaikutuksia.

Käytön rajoitukset:

Sovellusta voi käyttää vain yhteensopivien laitteiden mahdollistamiin toimintoihin. Katso yksityiskohtaisemmat tiedot kuulokojeen käyttöohjeesta. Ota huomioon, että täyden hyödyn saaminen sovelluksesta edellyttää vakaata internet-yhteyttä.

Sovellukseen liittyvistä vakavista vaaratilanteista on ilmoitettava valmistajan edustajalle ja asuinvaltion toimivaltaiselle viranomaiselle. Vakavalla vaaratilanteella tarkoitetaan tapahtumaa, joka on suoraan tai välillisesti johtanut tai saattanut johtaa johonkin seuraavista:

- a. potilaan, käyttäjän tai muun henkilön kuolema
- b. potilaan, käyttäjän tai muun henkilön terveydentilan tilapäinen tai pysyvä vakava heikkeneminen
- c. vakava kansanterveydellinen uhka

Jos haluat ilmoittaa odottamattomasta toiminnasta tai tapahtumasta, ota yhteyttä valmistajaan tai edustajaan.

Tietoturvailmoitus:

Potilastiedot ovat yksityisiä tietoja, ja niiden suojaaminen on tärkeää:

- Varmista, että älypuhelimien käyttöjärjestelmään on päivitetty uusimmat turvallisuuspäivitykset. Ota automaattiset päivitykset käyttöön.
- Varmista, että asennettu sovellusversio on ajan tasalla.
- Käytä kuulokojeiden kanssa vain virallisista sovelluskaupoista ladattuja aitoja Sonova-sovelluksia.
- Asenna vain luotettavia sovelluksia virallisista sovelluskaupoista.
- Käytä vahvoja salasanoja ja pidä tunnistetietosi salaisina.
- Lukitse puhelimesi PIN-koodilla ja/tai biometrisellä tunnisteella (esim. sormenjälki- tai kasvotunnistuksella) ja aseta puhelin lukittumaan automaattisesti muutaman minuutin käyttämättömyyden jälkeen.
- Varmista, että asennetuilla sovelluksilla on vain tarvittavat käyttöoikeudet.
- Vältä Bluetooth-laiteparin muodostamista kuulokojeiden kanssa julkisella paikalla. Näin vältetään ulkopuolisten tahojen aiheuttamat epätoivotut häiriöt. Bluetooth-laiteparin muodostaminen on suositeltavaa tehdä kotona.
- ÄLÄ käytä puhelinta, johon on tehty luvattomia muutoksia (jailbreikkaus tai roottaus). Pidä tiedot aina turvassa. Huomioi, että tämä luettelo ei ole täydellinen.
- Kun siirrät tietoja riskialttiiden kanavien kautta, lähetä tiedot nimettömästi tai salaa ne.
- Suojaa älypuhelimien tietojen varmuuskopiot paitsi tietojen menetyksen, myös varkauden varalta.
- Poista kaikki tiedot älypuhelimesta, jota et enää käytä tai joka hävitetään.

Tärkeitä turvallisuustietoja

Lue seuraavilla sivuilla esitetyt olennaiset turvallisuustiedot ennen sovelluksen käyttämistä.

Ohjelman ylläpito:

Seuraamme jatkuvasti palautetta, jota saamme markkinoilta. Jos havaitset ongelmia uusimmassa sovellusversiossa, ota yhteyttä paikalliseen valmistajan edustajaan ja/tai anna palautetta App Storessa tai Google Play -kaupassa.

Kaikkien sovellusversioiden käyttöohje kaikilla saatavilla kielillä on luettavissa sähköisessä muodossa verkkosivustolla. Voit lukea käyttöohjeet toimimalla seuraavasti:

- Napsauta linkkiä <https://www.phonak.com/en-int/global-locations> ja valitse haluamasi maa
- Valitse kohta "Support" (englanti) tai vastaava sivu omalla kielelläsi
- Valitse kohta "User Guides" (englanti) tai vastaava sivu omalla kielelläsi
- Valitse kohta "Apps" (englanti) tai vastaava sivu omalla kielelläsi
- Valitse "myPhonak app"

Vaihtoehtoisesti voit lukea myPhonak-käyttöohjeen nykyisen version suoraan sovelluksesta siirtymällä Tuki-osioon ja napauttamalla Käyttöohje-korttia. Käyttöohje avautuu ulkoiseen selainikkunaan.

i Asetusten muuttaminen, kuten äänenvoimakkuuden pienentäminen tai hälynvaimennuksen lisääminen, voi aiheuttaa vaaratilanteita, joissa esimerkiksi vastaantulevaa liikennettä ei enää kuulla.



Vaatimustenmukaisuustiedot

Eurooppa: vaatimustenmukaisuusvakuutus

Sonova AG vakuuttaa, että tämä tuote täyttää
lääkinnällisistä laitteista annetun asetuksen
(EU) 2017/745 vaatimukset.

Merkkien selitykset



Tämä symboli kertoo, että käyttäjän on tärkeää lukea ja ottaa huomioon tämän käyttöohjeen tärkeät tiedot.



Tämä symboli kertoo, että käyttäjän on tärkeää kiinnittää huomiota tässä käyttöohjeessa esiintyviin varoituksiin.



Tärkeää tietoa käsittelystä ja tuoteturvallisuudesta.



CE-symbolilla Sonova AG vahvistaa, että tämä tuote täyttää lääkinnällisistä laitteista annetun asetuksen (EU) 2017/745 vaatimukset. CE-symbolin perässä olevat numerot vastaavat niiden sertifioitujen laitosten koodia, joita konsultoitiiin yllä mainitun asetuksen mukaisesti.



Tämä ilmoittaa valtuutetun edustajan Euroopan unionissa. EU-edustaja on myös Euroopan unionin maahantuoja.



Tämä ilmaisee, että laite on lääkinnällinen laite.



Nimi, osoite, päivitys

Yhdistetty symboli, joka ilmoittaa lääkinnällisen laitteen valmistajan ja valmistuspäivämäärän EU:n asetuksen (EU) 2017/745 mukaisesti.



Tämä osoittaa, että saatavilla on sähköiset käyttöohjeet. Ohjeet voi lukea osoitteesta www.phonak.com/myphonakapp



Tämä ilmoittaa valmistajan luettelonumeron, jotta lääkinnällinen laite voidaan tunnistaa.



Sonova Deutschland GmbH
Max-Eyth-Strasse 20
70736 Fellbach-Oeffingen
Saksa



Valmistaja:

Sonova AG
Laubisrütistrasse 28
CH-8712 Stäfa
Sveitsi
www.phonak.com

V13.00/2026-06/ZT © 2021–2026 Sonova AG All rights reserved

Tämä käyttöohje koskee myPhonak 7.5 -versiota ja myPhonak 7 -sovelluksen tulevia aliversioita.

Saat sovelluksen käyttöohjeen aiemman version ottamalla yhteyttä paikalliseen edustajaan tai etsimällä verkkosivulta.

Jos haluat ilmaisen paperiversion käyttöohjeista, ota yhteyttä paikalliseen Sonova-edustajaan.
Paperiversio lähetetään yleensä seitsemän päivän kuluessa.

