



Geniet van gepersonaliseerde hoorzorg met de myPhonak-app

A Sonova brand

PHONAK
life is on

Maak kennis met myPhonak

De myPhonak-app is door deskundigen van Phonak ontworpen om te dienen als een hulpsysteem voor gezond leven. Zo kunt u het gebruik van uw hoortoestel ondersteunen en de magie ontketen.

Met de app krijgt u toegang tot verbeterde hoorfuncties en personalisatieopties, hoorzorgondersteuning op afstand en het bijhouden van uw gezondheid om uw algehele mentale en fysieke welzijn te verbeteren¹.

Het is eenvoudig om te beginnen

myPhonak kan worden gedownload via de **Apple App Store** of de **Google Play Store**. U moet in de app een account maken om toegang te krijgen tot uw gezondheidsgegevens en die op te kunnen slaan.

We hebben ervoor gezorgd dat myPhonak altijd eenvoudig te gebruiken is. Zo zijn er rondleidingen met een gids beschikbaar die u laten zien hoe u de app optimaal kunt gebruiken.



Met de stapsgewijze handleiding kunt u gemakkelijk compatibele hoortoestellen verbinden met myPhonak, zodat u binnen een paar minuten kunt genieten van een gepersonaliseerde hoorervaring.



Google Play en het logo van Google Play zijn handelsmerken van Google LLC.

De App Store-badge is een handelsmerk van Apple Inc., geregistreerd in de VS en andere landen.

Uw gezondheid en hoorondersteuning onderweg bijhouden.

Remote Support

Met de handige virtuele afspraken kunt u uw hoortoestel thuis laten afstellen door een audicien.

.....

Makkelijk aan te passen

Regel uw hoorervaring helemaal zelf. Voor verschillende omgevingen kunt u gepersonaliseerde hoorprofielen aanmaken, zodat u nooit iets hoeft te missen.

.....

Remote Control

Met de functie Remote Control kunt u snel en gemakkelijk het volume aanpassen, tussen geluidsprofielen wisselen en spraak versterken om eenvoudig gesprekken te kunnen voeren.

.....

Bijhouden van uw gezondheid

Met myPhonak kunt u uw hartslag, stappen en activiteitsniveaus bijhouden. Regelmatig sporten kan uw algehele gezondheid en mentale welzijn verbeteren¹.

.....

Doelstelling

Met myPhonak kunt u ook optionele doelen stellen. Zo wordt u aangemoedigd om actiever te zijn. Het stellen van doelen kan u motiveren om uw gezondheidsgewoonten en levensstijl te verbeteren².

¹ regelmatige lichaamsbeweging verbetert zowel het mentale als het fysieke welzijn - WHO richtlijnen voor lichamelijke activiteit en zittend gedrag. Geneva: World Health Organization; 2020. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

² Vercammen, C., Ferguson, M., Kramer, S.E., et al. (2020)

Funcities van myPhonak

Let op dat niet alle functies door ieder hoortoestelmodel worden ondersteund. Raadpleeg de volgende tabel voor de ondersteunde functies per model.



Remote Control

Wijzig de geavanceerde instellingen van uw hoortoestel direct vanuit de app.



Remote Support

Krijg ondersteuning voor uw hoortoestel, waar u ook bent.



Stappen

Houd bij hoeveel stappen u per dag zet. Gezonde volwassenen zetten tussen 4.000 en 18.000 stappen per dag.



Activiteitsniveaus

Houd periodes van geen, weinig, gemiddelde en intensieve activiteit bij. Regelmatig actief zijn verlaagt de hartslag in rust⁵.



Hartslag

Houd uw hartslag gedurende de dag bij. Een lagere hartslag in rust wordt normaal gesproken geassocieerd met betere gezondheid op lange termijn¹.



Draagtijd

Houd bij hoe lang u uw hoortoestel draagt. Het regelmatig dragen uw hoortoestel kan uw stemming en algehele welzijn verbeteren⁴.

¹ Draggers van compatibele Paradise Audéo R- en Audéo RT-hoortoestellen moeten de meest recente firmwareversie installeren om live Stappen te kunnen zien in het gedeelte Gezondheid.

² Tudor-Locke C, Hatano Y, Pangrazi RP et al (2008). Revisiting 'how many steps are enough?'. Med Sci Sports Exerc; 40(7 Suppl):S537-43.

³ Friedman D (2019). Prescribing physical activity: the written prescription. Brukner P, Khan K. Brukner P, & Khan K(Eds.),Eds. Peter Brukner en Karim Khan. Brukner & Khan's Clinical Sports Medicine: The Medicine of Exercise, Volume 2, 5e. McGraw-Hill.

⁴ Vercammen, C., Ferguson, M., Kramer, S. E., Meis, M., Singh, G., Timmer, B., ... & Pelosi, A. (2020). Well-Hearing is Well-Being. Hearing Review, 27(3), 18-22.



Afstand gelopen en hardgelopen

Houd bij hoe ver u hebt gelopen en hardgelopen.
De algemene geaccepteerde norm voor dagelijkse
beweging is 10.000 stappen³.



Optionele doelen stellen

Gebruik de app om doelen in te stellen en
bij te houden. Het stellen van doelen kan u
motiveren om uw gezondheidsgewoonten
en levensstijl te verbeteren⁶.

³ Lister, S., Hofland, J., & Grafton, H. (Eds.). (2020). The Royal Marsden manual of clinical nursing procedures. John Wiley & Sons.

⁶ Buyl, R., Beogo, I., Fobelets, M., Deletroz, C., van Landuyt, P., Dequanter, S., Goris, E., Bourbonnais, A., Bourbonnais, A., Giguère, A., Giguère, A., Giguère, A., Lechasseur, K., Gagnon, M. P., Gagnon, M. P., & Gagnon, M. P. (2020). E-Health interventions for healthy aging: A systematic review. Systematic Reviews, 9(1), 1–16. Committee

De informatie in dit gedeelte is uitsluitend geschikt voor educatieve en informatieve doeleinden. Deze informatie is niet bedoeld als vervanging voor professioneel medisch advies. Neem contact op met een arts of andere zorgprofessional indien u vragen heeft over uw gezondheid of begint met een trainingsprogramma.

Ondersteunde functies per model

Phonak Audéo Fit™	
Hartslag	
Afstand gelopen en hardgelopen	
Stappen	
Activiteitsniveaus	
Optionele doelen stellen	
Remote Support	
Remote Control	
Draagtijd	

* Draggers van compatibele Paradise Audéo R- en Audéo RT-hoortoestellen moeten de meest recente firmwareversie installeren om live Stappen te kunnen zien in het gedeelte Gezondheid.

*Alleen Virto-312

Paradise
oplaadbaar



Paradise niet-
oplaadbaar/
Marvel*



Meer informatie

Scan de QR-code om myPhonak te downloaden en voor meer informatie over hoe de app u bijstaat in uw hoorreis.



life is on

Bij Phonak geloven we dat goed horen van het allerhoogste belang is om alles uit het leven te halen. Onze missie is al meer dan 70 jaar om de levens van anderen sociaal en emotioneel te veranderen met behulp van geavanceerde hooroplossingen. Life is on.

www.phonak.com



028-2353-07 / V1.00 / 2022-04 / NLG / Printed in 2022 © 2022 Sonova AG. Alle rechten voorbehouden.

sonova
HEAR THE WORLD



Fabrikant:
Sonova AG Laubisrütistrasse 28
CH-8712 Stäfa Zwitserland www.phonak.com



CE
0459