

9:47

Hearing progr

Automatic

L 100%

Volui

9:47

<sup>▶</sup> L 100%

Hearing program

Volume

R 100%

2

R 10

**V**,,

Devices

 $\bigcirc$ 

Mute

Health

Automatic

**V**,,

Devices

Mute

D

 $\nabla_{\eta}$ Mute

Home

Hom



# myPhonak

Instrukcja użytkowania – myPho



# Wprowadzenie

Aplikacja myPhonak została zaprojektowana przez firmę Sonova, jednego ze światowych liderów w dziedzinie rozwiązań słuchowych, z siedzibą w Zurychu w Szwajcarii. W niniejszej instrukcji użytkowania opisano funkcje aplikacji, z których mogą korzystać użytkownicy.

- Przed rozpoczęciem korzystania z aplikacji należy dokładnie przeczytać niniejszą instrukcję użytkowania, aby móc w pełni korzystać ze wszystkich oferowanych przez nią możliwości.
- Do obsługi aplikacji nie są potrzebne dodatkowe szkolenia.



### Informacje dotyczące kompatybilności:

Do korzystania z aplikacji myPhonak wymagane są aparaty słuchowe Phonak obsługujące łączność Bluetooth®.

- Aplikacja myPhonak może być używana w telefonach z funkcją Bluetooth<sup>®</sup> Low Energy (LE) z systemem iOS<sup>®</sup> w wersji 15 lub nowszej.
- Aplikacja myPhonak może być używana na certyfikowanych urządzeniach z systemem Android™ 8.0 lub nowszym i usługami Google Mobile Services (GMS) oraz obsługujących łączność Bluetooth® 4.2.

Oznaczenie słowne oraz logo Bluetooth<sup>®</sup> to zarejestrowane znaki towarowe należące do firmy Bluetooth SIG, Inc. i wszelkie wykorzystanie takich oznaczeń przez spółkę Sonova AG podlega licencji.

iPhone® jest znakiem towarowym firmy Apple Inc., zastrzeżonym w Stanach Zjednoczonych i innych krajach.

Android to znak towarowy firmy Google LLC

IOS® jest zastrzeżonym znakiem towarowym lub znakiem towarowym firmy Cisco Systems, Inc. i/lub jej podmiotów zależnych w Stanach Zjednoczonych i niektórych innych krajach.

# Spis treści

Szybki przegląd	4
Instalowanie aplikacji myPhonak	5
Konfigurowanie i zarządzanie kontem w aplikacji myPhonak	6
Parowanie z aparatami słuchowymi Phonak	7
Rozwiązywanie problemów: parowanie	8
Strona główna: widok Zdalnego Sterowania	9
Strona główna: ustawienia zaawansowane Zdalnego Sterowania	10
Strona główna: widok Zdalnego Sterowania* – funkcja niestandardowa Strona główna: ustawienia zaawansowane Zdalnego Sterowania –	12
tworzenie nowego programu lub aktualizowanie istniejącego* Rozwiązywanie problemów: ustawienia zaawansowane Zdalnego	14
Sterowania	15
Urzadzenia	16
Aktualizacje	19
Wsparcie i sesja Zdalnego Wsparcia	21
Rozpoczynanie sesji Zdalnego Wsparcia	24
Rozwiązywanie problemów: sesja Zdalnego Wsparcia	25
Rejestrowanie danych dotyczących zdrowia w sekcji Zdrowie:	
konfiguracja	27
Panel Zdrowie	28
Szczegółowe dane funkcji dotyczących zdrowia: czas noszenia, kroki,	
poziomy aktywności*, przebyty dystans w marszu i biegu*	29
Szczegółowe dane funkcji dotyczących zdrowia: tętno* i kalorie*	
podczas marszu i biegu*	31
Zdrowie – inne funkcje*	33
Ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa	35
Informacje dotyczące zgodności	37
Wyjaśnienie symboli	38

# Szybki przegląd



### Zdalne Sterowanie

Zdalne Wsparcie



\* Dotyczy tylko ładowalnych aparatów słuchowych.

# Instalowanie aplikacji myPhonak

- 1. Połącz swój smartfon z internetem za pomocą sieci Wi-Fi lub z wykorzystaniem danych sieci komórkowej.
- 2. Włącz funkcję łączności Bluetooth® w smartfonie.
- 3. Pobierz aplikację myPhonak ze sklepu i zainstaluj ją na swoim telefonie.
- 4. Otwórz aplikację.
- 5. Przy pierwszym użyciu aplikacji można obejrzeć jej zawartość. Jeśli nie chcesz tego robić, dotknij **Pomiń przewodnik**.



### Polityka prywatności

Aby korzystać z aplikacji, zaznacz pole wyboru po zapoznaniu się z Polityką prywatności i Regulaminem. Następnie dotknij Kontynuuj.

### Ulepszanie produktu

Możesz udostępniać dane dotyczące korzystania z aplikacji i stanu zdrowia, aby pomóc nam w ulepszaniu naszych produktów.

Twoje dane są traktowane w sposób opisany w Polityce prywatności i nie będzie można ustalić ich źródła.

# Konfigurowanie i zarządzanie kontem w aplikacji myPhonak

- Możesz utworzyć konto, aby uzyskać dostęp do dodatkowych funkcji dotyczących zdrowia.
   Do zmiany ustawień aparatu słuchowego nie jest wymagane założenie konta.
- Możesz utworzyć konto, używając swojego identyfikatora e-mail lub numeru telefonu komórkowego.
- Jeśli już masz konto, dotknij Zaloguj się.

9:41		ali ≎ ■
	Your accour	nt 1
EDIT YOUR	DETAILS	
20	PERSONAL DETAILS Information & Securi	ty >
SETTINGS		
Health pr	eferences	>
Health da	ita sync	>
	Log out	
Home	Health Devices Sup	? ender a construction of the second



### Sekcja Profil

1

Na ekranie Profil można edytować informacje o swoim profilu oraz dostosować preferencje dotyczące zdrowia.

Jeśli chcesz się wylogować z aplikacji, dotknij przycisku Wyloguj się.

### 2 Dane osobowe

W sekcji Dane osobowe można edytować swoje dane osobowe i zmienić informacje dotyczące bezpieczeństwa.

Jeśli chcesz usunąć swoje konto, dotknij przycisku **Usuń konto**. Aby potwierdzić tę czynność, musisz wprowadzić hasło.

# Parowanie z aparatami słuchowymi Phonak

Aby połączyć aparaty słuchowe obsługujące technologię Bluetooth<sup>®</sup> z aplikacją myPhonak, postępuj zgodnie z poniższymi instrukcjami.

• Dotknij Zaczynajmy

9:41		.ul 🗢 🔳
×		(i)
Sear	ching	
.ooking fo	or hearing aids	
	• • •	
	•••	
DEVICES	FOUND:	
ကို s	ophia's left hearing aid ophia's right hearing aid	>
((° P	ete's left hearing aid	>

### Wyszukiwanie

Aplikacja wyszukuje kompatybilne aparaty słuchowe. To może potrwać kilka sekund. Następnie wyświetlane są wyniki. Kliknij urządzenie, które chcesz połączyć. Aplikacja łączy się z każdym aparatem słuchowym oddzielnie.

Na urządzeniach z systemem iOS potwierdź parowanie, dotykając opcji **Paruj** w wyskakującym okienku dla każdego aparatu słuchowego osobno.

### Dodatkowe funkcje:

 Po pomyślnym sparowaniu aparatów słuchowych możesz używać ich do rozmów telefonicznych i strumieniowego przesyłania muzyki. Dotknij przycisku Kontynuuj, jeśli chcesz pominąć to dodatkowe parowanie.

(j) Jeżeli aparaty słuchowe nie działają, sprawdź, czy jesteś poza zasięgiem lub czy są włączone i czy akumulatory nie są rozładowane. Jeżeli obecne są pola zakłócające, odsuń się od nich.



### Zarządzanie połączeniem

Możesz utrzymywać połączenie swoich aparatów słuchowych z aplikacją myPhonak, dzięki czemu nie trzeba będzie ich ponownie łączyć za każdym razem. Dotknij opcji **Pozostań w kontakcie**, aby aktywować to ustawienie.

# Rozwiązywanie problemów: parowanie

Błędy, które mogą wystąpić w czasie konfiguracji.

Aby uzyskać więcej informacji na temat rozwiązywania problemów, przejdź do strony wsparcia Phonak pod adresem https://www.phonak.com/myphonakapp.





### Niekompatybilne urządzenia

Aplikacja nie może połączyć się z aparatami słuchowymi, ponieważ nie są one kompatybilne. Dalsze informacje można uzyskać od protetyka słuchu.

### Błąd połączenia aparatu słuchowego

Jeżeli parowanie jednego z aparatów słuchowych nie powiedzie się, dotknij przycisku **Spróbuj ponownie**, aby ponownie rozpocząć proces parowania.

# Błąd połączenia z obydwoma aparatami słuchowymi

Dotknij przycisku **Spróbuj ponownie**, aby ponownie rozpocząć proces parowania i postępuj zgodnie z instrukcjami.

Na urządzeniach z systemem Android należy włączyć usługi lokalizacji w celu pierwszego sparowania z urządzeniem Bluetooth<sup>®</sup>. Po wykonaniu początkowej konfiguracji można wyłączyć usługi lokalizacji.

# Strona główna: widok Zdalnego Sterowania



### Dostosowywanie głośności aparatu słuchowego

Przesuń suwak w górę, aby zwiększyć głośność. Aby zmniejszyć głośność, przesuń suwak w dół. Jeśli nosisz dwa aparaty słuchowe, suwak ten steruje obydwoma urządzeniami jednocześnie.



### Rozdzielanie suwaka głośności Jeśli chcesz rozdzielić głośność, kliknij ikonę II Podział umożliwiającą niezależną regulację każdego aparatu słuchowego lub powrót do ustawień głównych. Jeśli chcesz wyciszyć lub włączyć aparat(y) słuchowy(-e), po prostu dotknij ikonę Wycisz.

Programy dźwiękowe są dostępne bezpośrednio u góry ekranu głównego aplikacji. Przesuń karuzelę wyboru programu, aby dotknąć programu, który odpowiada Twoim potrzebom.

Opcje do wyboru:

- Program automatyczny
- R Programy utworzone przez Twojego protetyka słuchu
- 🖈 Programy utworzone przez Ciebie

# Strona główna: ustawienia zaawansowane Zdalnego Sterowania

9:41	all 🗢 🔳
Select	hearing program
0	Automatic
$\bigcirc$	Speech in loud noise
$\bigcirc$	Music
$\bigcirc$	Spheric speech in loud noise
$\bigcirc$	Program
Active h	earing program Adjust

### 1

### Dostosuj program

Dotykając przycisku **Dostosuj** program, można zmodyfikować wybrany program przy użyciu zaawansowanych ustawień dźwięku.

9:41			ul 🗢 🔳
X Adj	ust Calm S (Automat	ituation tic)	í
ROGRAM SET	TINGS		
EQUALIZER F Adjust the pit Use the pre-a access	PRESETS tch of the sour adjusted settir	nd ngs for quick	111
Default	Comfort	Clarity	Dining
Reduce or inc	crease sound		_
Low			High
NOISE REDUC Low or high r and noises.	CTION eduction of ba	ckground so	unds
Low			High
SPEECH FOC Listen to surr	<b>:US</b> roundings or d	irectly in fror	nt
			_
Dynamics			High
DYNAMICS Reduce loud	sounds or incr	ease soft sou	unds
Decrease lo	ud	Increase	e soft
Updat		Save as r	new )

### Ustawienia programu

Wybrany program można dostosowywać na różne sposoby. Za pomocą suwaków można regulować poszczególne ustawienia: korektora częst., głośności, redukcji szumów, skupienia na mowie i kontroli dynamiki.

# Strona główna: ustawienia zaawansowane Zdalnego Sterowania

9:41			•	ul 🗢 🔳
×	Adj	ust Calm S (Automat	ituation tic)	ſ
ROGR	AM SET	TINGS		
EQUA Adjus Use t acces	t the pi he pre-	PRESETS tch of the sour adjusted settir	nd ngs for quick	111
Def	fault	Comfort	Clarity	Dining
Redu	ce or in	crease sound		
Low Low Low c	EREDU or high r	CTION reduction of ba	ackground sc	High
Low Low	E REDU br high r oises.	CTION reduction of ba	ackground so	High
Reduct Low NOISI Low c and n	E REDU Fr high r oises.	CTION reduction of ba	ackground so	High bunds High
NOIS Low c and n Low SPEE	E REDU or high r oises.	CTION reduction of ba	ackground sc	High bunds High

### Ustawienia korektora częst.

Predefiniowane ustawienia korektora pozwalają na szybką regulację wysokości dźwięku zależnie od otoczenia akustycznego. Dotknij ikony korektora częstotliwości, aby wprowadzić bardziej zaawansowane ustawienia.



### Dostosowywanie wysokości dźwięku

Za pomocą suwaków można modyfikować wysokość (częstotliwość) dźwięku. Dotknij Zamknij, aby wrócić do ustawień.

# Strona główna: widok Zdalnego Sterowania\* – funkcja niestandardowa

 W zależności od tego, jak są zaprogramowane aparaty słuchowe i od używanych akcesoriów bezprzewodowych, można dostosować więcej ustawień, takich jak masker szumów usznych czy balans środowiskowy, jeśli korzystasz z przesyłania strumieniowego. Na przykład jeśli Twoje aparaty słuchowe obsługują funkcję Maskera szumów usznych i masz włączony program przesyłania strumieniowego, możesz dostosować obie funkcje na specjalnych ekranach.

			÷ III.	•
🔲 L 10	0%	~2h 🛈	R 100%	
Hearin Prog	g progran r <b>am wit</b>	h Tinnitus		¢
	Volume		Tinnitus	
Redu tinnit	nitus no ice or incr ius	ease the noise	e to cover	
Less			More	



### Masker szumów usznych

Osoby cierpiące na szumy uszne poinstruowane przez swojego protetyka słuchu w zakresie korzystania z funkcji generatora szumu Tinnitus mogą tutaj ustawić głośność szumu maskującego.

### Balans środowiskowy

W przypadku korzystania z zewnętrznego urządzenia do strumieniowego przesyłania dźwięku (np. TV Connector) można dostosować ustawienia w taki sposób, aby wybrać, które dźwięki będą bardziej słyszane – przesyłane strumieniowo czy te z otoczenia.

# Strona główna: widok Zdalnego Sterowania\* – funkcja niestandardowa



### Poziom naładowania akumulatorów

W przypadku aparatów słuchowych zasilanych akumulatorami można sprawdzić aktualny stan ich naładowania. Jeśli poziom naładowania akumulatora spadnie poniżej 20%, ikona zmieni kolor na czerwony. Postaraj się wkrótce go naładować.

# Strona główna: ustawienia zaawansowane Zdalnego Sterowania – tworzenie nowego programu lub aktualizowanie istniejącego\*



### Spersonalizowane regulacje

Po wprowadzeniu zmian w istniejącym programie masz możliwość jego Aktualizacji lub Zapisania jako nowego. Jeśli zdecydujesz się zapisać go jako nowy program, możesz nadać mu dowolną nazwę.

Należy pamiętać, że limit długości nazwy wynosi 22 znaki i nie można używać tej samej nazwy wielokrotnie, pozostawić jej pustej ani wypełnić ją spacjami.

Pomyślne zapisanie nowego programu powoduje wyświetlenie odpowiedniego ekranu i dodanie nowej konfiguracji do karuzeli programów u góry. Karuzela programów wyświetla informacje o liczbie wolnych miejsc na programy niestandardowe.

<sup>\*</sup> Dostępne wyłącznie w wybranych aparatach słuchowych. Odwiedź stronę https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak lub skonsultuj się ze swoim specjalistą od aparatów słuchowych.

# Rozwiązywanie problemów: ustawienia zaawansowane Zdalnego Sterowania

		_	
9:41t ຈ ■ MarSWStern to tams	9:41		''II \$
wu can create up to 4 custom programs from the me base program. Select which program you'd e to replace.	<	Hearing aid programs	
Music Active	ি	Automatic	É.
Program limit reached	FITTED BY	HEARING CARE PROFESSION	IAL
custom programs. If you wish to add a new program, you'll need to replace an existing program. Manage programs	8	Calm situation	£ 3
Close Meeting Base program: Music	8	Speech in noise	<u></u>
	PERSONA	LISED ADJUSTMENTS	
Confirm	\$	Restaurant Base program: Restaurant	- 

## Osiągnięto maksymalną liczbę programów – maksymalna liczba dla tego samego programu podstawowego

Na podstawie tego samego programu podstawowego można utworzyć maksymalnie cztery programy.

Jeśli osiągniesz limit, możesz zastąpić istniejący wpis nowym, dotykając opcji Zarządzaj.

# Urządzenia

	•		)	
9:41			.11	<b>?</b> ■
Ν	/ly he	earing	aids	
	40%		RIGHT R 53% 🚪	
PROGRAM	MANAGE	MENT		
	HEARIN Curren	IG AID PRO It: Autosei	GRAMS nse	>
YOUR HEAF	RING AID	6		
O	PRODU Left: A Right:	CT INFORM udéo L90 Audéo L9	IATION 0	>
Q	FIND M Locate	Y HEARING your devi	AIDS	>
HEARING A	ID SETTII	NGS		
<b>\$</b>	BLUETO	OOTH PHON connectic	IE CALLS	>
***	STREAM Set up	MING VIA B streaming	LUETOOTH 9	>
R.	CONNE Chang	CTION MAI e settings	NAGEMENT	>
ß	TAP CO Set up	NTROL Tap Conti	rol	>
Ċà	AUTO-0 Chang	DN e settings		>
Û	CLEANI Set up	NG REMINI reminder	DER	>
Home	Health	Devices	? Support	Profile

### ₽ Ĵſ~

### Ekran główny Urządzenia

W sekcji Urządzenia można uzyskać dostęp do wszystkich funkcji związanych z aparatami słuchowymi, np. do zarządzania programami i ustawień. W przypadku modeli ładowalnych można również sprawdzić stan naładowania akumulatorów.







### Zapomnij urządzenia

Aby usunąć swoje urządzenia, przejdź na kartę Moje aparaty słuchowe. Po kliknięciu przycisku Zapomnij moje urządzenia pojawi się komunikat. Musisz potwierdzić usunięcie. Należy pamiętać, że w celu korzystania z aplikacji konieczne będzie ponowne sparowanie aparatów słuchowych.

### 2 Zarządzanie programami

Dotknięcie opcji Programy aparatów słuchowych spowoduje wyświetlenie wszystkich dostępnych programów. Dotknij jednej z nazw, aby edytować ją lub usunąć. Istnieją trzy programy: **automatyczne, utworzone przez protetyka słuchu** oraz **programy indywidualne**. Jeśli obok nazwy programu znajduje się ikona, oznacza to, że jest on dostępny na przełączniku programów w aparatach słuchowych.

9:41			<b>—</b> \$ II.
<	Hearing	aid prog	rams
PROGR	AM NAME		
ŝ	Car		ľ
BASE P	ROGRAM		
Resta	aurant		
Adjustir other pr	ig or deleting a	base progra ked to.	am affects all
	Delet	e Progra	m

# <section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header>

### Programy aparatów słuchowych

Możesz usunąć program lub zmienić jego nazwę. Można także zobaczyć, z którym programem podstawowym jest on powiązany. Dotknij **Usuń program**, aby usunąć program. Po kliknięciu przycisku pojawi się komunikat, w którym należy potwierdzić usunięcie. **Aktywacja zarządzania połączeniem** Opcjonalnie możesz aktywować

Pozostawanie w kontakcie, więc nie musisz ponownie łączyć się z aparatami słuchowymi za każdym razem, gdy otwierasz aplikację.

# Aktualizacje



### Aktualizacje aparatów słuchowych

Dostępną aktualizację można sprawdzić w Informacjach o produkcie, w sekcji Urządzenie.

Jeśli dostępna jest aktualizacja, więcej informacji na jej temat znajdziesz w sekcji Informacje o produkcie.

Aby rozpocząć aktualizację, dotknij Aktualizuj.

# Aktualizacje



### Aktualizacje aparatów słuchowych

Aktualizacja może mieć miejsce wyłącznie po spełnieniu kilku warunków (np. naładowaniu aparatu słuchowego lub telefonu do co najmniej 30%). Ma to na celu zapobiegnięcie niepowodzeniu lub przerwaniu aktualizacji.

System automatycznie sprawdza te warunki i wyświetla wyjaśnienia, co jest nie tak i jak to naprawić.

Postępuj zgodnie z tymi wskazówkami, a aktualizacja powinna przebiegać szybko i bezproblemowo.

W celu rozwiązania problemu postępuj zgodnie z informacjami zawartymi w linku.

# Wsparcie i sesja Zdalnego Wsparcia



### Sekcja Wsparcia

Z poziomu ekranu wsparcia można uzyskać dostęp do często zadawanych pytań\*, instrukcji użytkowania, witryny internetowej z filmami instruktażowymi, ustawień prawnych i opcji podzielenia się z nami swoją opinią. Ekran Zdalne Wsparcie można także otworzyć, dotykając przycisku Rozpocznij sesję.

# Wsparcie i sesja Zdalnego Wsparcia



### Zdalne Wsparcie

1

Po dotknięciu przycisku **Rozpocznij sesję** na ekranie Wsparcie możesz odbyć sesję Zdalnego Wsparcia z protetykiem słuchu. Sesję zdalną należy zaplanować z wyprzedzeniem.

Aby kontynuować, dotknij przycisku **Rozpocznij** Zdalne Wsparcie.

### Dostęp do mikrofonu i kamery

Gdy otrzymasz zapytanie o zgodę na dostęp do mikrofonu i kamery, dotknij **OK**, aby zezwolić aplikacji MyPhonak na dostęp do mikrofonu i kamery.

# Wsparcie i sesja Zdalnego Wsparcia



### Oczekiwanie na protetyka słuchu

Aplikacja połączy Cię z protetykiem słuchu. Poczekaj, aż do rozmowy dołączy się specjalista ds. protetyki słuchu.

# Rozpoczynanie sesji Zdalnego Wsparcia



Po nawiązaniu połączenia możesz zobaczyć i usłyszeć swojego protetyka słuchu. Za pomocą elementów sterujących możesz wyciszyć/włączyć dźwięk, wyłączyć wideo, przełączyć kamerę lub zakończyć połączenie.

Jeśli protetyk słuchu będzie musiał nawiązać połączenie z Twoimi aparatami słuchowymi, może to zrobić zdalnie, poprzez smartfon. Protetyk słuchu poinformuje Cię, gdy urządzenia zostaną połączone.

Po zakończeniu połączenia możesz ocenić swoje doświadczenie. Kliknij link, aby przesłać swoją opinię. Dotknij **Gotowe**, aby powrócić do ekranu głównego.

# Rozwiązywanie problemów: sesja Zdalnego Wsparcia

Podczas sesji Zdalnego Wsparcia korzystasz z Internetu, aby połączyć się ze specjalistą ds. opieki audiologicznej. Aby uzyskać lepszą jakość, zalecamy korzystanie z sieci Wi-Fi.



### Utrata połączenia z aparatami słuchowymi

Połączenie z aparatami słuchowymi jest widoczne na górze ekranu. Jeśli aparaty słuchowe zostaną rozłączone, symbol zmieni kolor na czerwony. Następnie Twój protetyk słuchu musi ponownie nawiązać połączenie.

# Rozwiązywanie problemów: sesja Zdalnego Wsparcia





1 Połączenie nie powiodło się Jeśli połączenie nie powiedzie się, dotknij przycisku OK, aby powrócić do ekranu głównego, na którym można wznowić połączenie.

### **Kończenie połączenia w trakcie sesji** Ten komunikat pojawia się, gdy kończysz połączenie w trakcie jego trwania.

# Rejestrowanie danych dotyczących zdrowia w sekcji Zdrowie: konfiguracja

Niektóre z opisanych tu funkcji sekcji Zdrowie są dostępne tylko w niektórych aparatach słuchowych.

Więcej informacji można znaleźć na stronie https://www.phonak.com

•∞ PH 중 9:41	AM 100 %	●●●●○ PH	rd
	HEALTH	< Health profile HEALTH PROFILE	
Synchronised at	07:30 on 04/12/21	Date of birth 04/1984 Date of birth -/-/-	
	DAILY STEPS >	Gender Gender	
0 hr 30 mins 8h / day	<b>12,600</b> steps 10,000 steps / day	Weight 59 kg Weight kg	
EART RATE >	CALORIES > BURNED	Height Height Height cm	
	٩	Your age, gender, height and weight are used to accurately calculate your health data. Your age, gender to accurately cal	; height and weight are used culate your health data.
- BPM esting 56 BPM	<b>220</b> active kcal 125 passive kcal	Save	elete account
		Clear health data	

### Przejście do sekcji Zdrowie

Po zakończeniu konfiguracji można przejść do pulpitu Zdrowia (ekran główny Zdrowie).

### Edytuj/wyczyść profil zdrowia

Zawsze możesz edytować lub wyczyścić dane swojego profilu zdrowia w sekcji Profil. Przejdź do Danych osobowych, przewiń w dół do profilu Zdrowia i dotknij ikonę edycji (ołówka), aby zaktualizować lub wyczyścić swoje dane.

# Panel Zdrowie

W panelu Zdrowia możesz:

- uzyskać dostęp do funkcji dotyczących zdrowia obsługiwanych przez aparaty słuchowe i kontrolowanie zmian ich wartości w czasie rzeczywistym\*,
- wyświetlić postęp w realizacji celów, jeśli zostały skonfigurowane,
- wyświetlić wskazówki dotyczące zdrowia (zalecenia dotyczące innych aplikacji zdrowotnych).





Jeśli wyznaczono cele, możesz zobaczyć swoje postępy w zielonym kółku wokół ikony każdej funkcji. Jeśli przekroczono maksymalną wartość celu, wokół ikony pojawi się drugie kółko.

● PH 今	9:41 AM	100 %
	HEALTH	
Synchronise	ed at 07:30 on 04	¥/12/21
WEARING TIME	> DAILY S	STEPS >
(gr	(	Ŕ
<b>10</b> hr <b>30</b> mins 8hr / day	<b>12,5</b> 10,000 day	50 steps ) steps /
HEART RATE	> CALOR BURNE	ies >
Hearing aid conn	ection failed	
Home Health	Devices Su	? <u></u> Profile

### Połączenie z aparatami słuchowymi

Pamiętaj, że musisz mieć połączenie z aparatami słuchowymi, aby móc na żywo obserwować zmiany wartości funkcji dotyczących zdrowia. Częsta synchronizacja aplikacji z aparatami słuchowymi pozwala na uzyskanie dokładniejszych informacji o czasie. Jeśli połączenie nie powiedzie się lub nie będzie można zsynchronizować danych, otrzymasz powiadomienie na ten temat i przejdziesz do strony z FAQ (często zadawanymi pytaniami), aby dowiedzieć się, co należy zrobić.

\* Dostępne wyłącznie w wybranych aparatach słuchowych. Odwiedź stronę https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak lub skonsultuj się ze swoim specjalistą od aparatów słuchowych.

Informacje podawane w tej sekcji służą wyłącznie do celów edukacyjnych i informacyjnych. Informacje przedstawione w sekcji Zdrowie nie powinny być wykorzystywane jako substytut profesjonalnej porady lekarskiej ani jej zastępować.

W razie jakichkolwiek pytań dotyczących stanu zdrowia lub przed rozpoczęciem programu ćwiczeń należy zawsze skonsultować się z lekarzem lub innym pracownikiem służby zdrowia.

Aby śledzić tętno, upewnij się, że wkładki uszne są prawidłowo włożone do przewodu słuchowego. Aby uzyskać najlepszy efekt, zachowaj spokój i ciszę.

# Szczegółowe dane funkcji dotyczących zdrowia: czas noszenia, kroki, poziomy aktywności\*, przebyty dystans w marszu i biegu\*



### 1

### Czas użytkowania

Klikając kartę czasu użytkowania na pulpicie można przejść do wykresu dziennego czasu użytkowania. Kliknij odpowiednią zakładkę, która zmieni kolor na zielony, aby przejść do widoku tygodniowego, miesięcznego lub rocznego.

Jeśli masz dwa aparaty słuchowe, na wykresach wyświetlane są wartości dla lewego i prawego aparatu. Poniżej przedstawione są wartości aktualne (dla widoku dziennego) lub średnie (dla widoku innego niż dzienny), a także zestawienie czasu użytkowania w różnych środowiskach akustycznych.

# Szczegółowe dane funkcji dotyczących zdrowia: czas noszenia, kroki, poziomy aktywności\*, przebyty dystans w marszu i biegu\*





### Kroki, poziomy aktywności i dystans

Klikając kartę Kroki na pulpicie, przejdziesz do wykresu liczby codziennych kroków. Przejdź do widoku tygodniowego, miesięcznego lub rocznego, dotykając odpowiedniej karty, która zmieni kolor na zielony.

Poniżej wyświetlane są wartości aktualne (dla widoku dziennego) lub średnie (dla widoku innego niż dzienny), a także przybliżony przebyty dystans – chód lub bieg\*\*.

Poziomy aktywności wskazują okres, w którym nie wykonano żadnej aktywności, niski (wykryto pewien ruch), średni (wykryto chód) lub wysoki (wykryto bieg).

<sup>\*</sup> Dostępne wyłącznie w wybranych aparatach słuchowych. Odwiedź stronę https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak lub skonsultuj się ze swoim specjalistą od aparatów słuchowych.

# Szczegółowe dane funkcji dotyczących zdrowia: tętno\* i kalorie\* podczas marszu i biegu\*



### Rejestrowanie tętna

Wszystkie widoki obejmują dane o tętnie na żywo. Odczyt dzienny obejmuje tętno spoczynkowe (RHR) i wartości tętna w przedziałach godzinowych. Odczyt tygodniowy obejmuje średnie tętno spoczynkowe (RHR) w przedziałach dziennych, aktualne tętno oraz wartości tętna w przedziałach dziennych.

Dostępne są odczyty tygodniowe, miesięczne i roczne:

- Odczyt dzienny rozdzielczość godzinowa (okresowe i bieżące zakresy tętna na godzinę, jedno najniższe tętno spoczynkowe na dzień),
- Odczyty tygodniowe/miesięczne/roczne rozdzielczość dzienna/tygodniowa/ miesięczna zakresów tętna i zakresów najniższego tętna spoczynkowego

Kliknij ikonę 🔟 w prawym górnym rogu ekranu, aby uzyskać więcej informacji i danych dotyczących tętna i tego, dlaczego ważne jest rejestrowanie tętna spoczynkowego.

<sup>\*</sup> Dostępne wyłącznie w wybranych aparatach słuchowych. Odwiedź stronę https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak lub skonsultuj się ze swoim specjalistą od aparatów słuchowych.

# Szczegółowe dane funkcji dotyczących zdrowia: tętno\* i kalorie\* podczas marszu i biegu\*





### 1 Śledzenie kalorii

Widok dzienny zawiera aktualne aktywne kalorie (spalane podczas aktywności fizycznej) oraz pasywne kalorie (na podstawie podstawowej przemiany materii). Suma obu rodzajów kalorii (łącznie) jest przedstawiona na wykresie. Widoki tygodniowe, miesięczne i roczne obejmują średnie wartości aktywnych, pasywnych i całkowitych kalorii.

### Etykiety

Dotknij słupków wykresu, aby zobaczyć dokładne wartości wyświetlane na białym banerze (etykiecie).

<sup>\*</sup> Dostępne wyłącznie w wybranych aparatach słuchowych. Odwiedź stronę https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak lub skonsultuj się ze swoim specjalistą od aparatów słuchowych.

# Zdrowie – inne funkcje\*



### Wyznaczanie, zmienianie i usuwanie celów\*

Wyznaczanie celów w przypadku kroków i czasu użytkowania jest opcjonalne. Można je skonfigurować podczas konfigurowania sekcji Zdrowie, na pulpicie zdrowia lub w szczegółowych widokach tych funkcji.

Dotknij przycisku Wyznacz cel lub Zmień cel, aby przejść przez kolejne ekrany, jak pokazano na powyższym przykładzie. Wprowadź prawidłową liczbę w polu czasu użytkowania lub liczby kroków i dotknij przycisku Wyznacz cel, aby zapisać zmiany. Dotknij przycisku Usuń cel, aby usunąć cel.

<sup>\*</sup> Dostępne wyłącznie w wybranych aparatach słuchowych. Odwiedź stronę https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak lub skonsultuj się ze swoim specjalistą od aparatów słuchowych.

# Zdrowie – inne funkcje\*



### Synchronizuj swoje dane dotyczące zdrowia Phonak z Apple Health

W Profilu w sekcji Ustawienia otwórz Synchronizację danych dotyczących zdrowia. Postępuj zgodnie z instrukcjami i włącz dane dotyczące zdrowia myPhonak, które chcesz zsynchronizować z Apple Health. Po synchronizacji możesz zobaczyć, jakie dane udostępniasz aplikacji Apple Health, ponownie otwierając synchronizację danych w aplikacji Zdrowie.

<sup>\*</sup> Dostępne wyłącznie w wybranych aparatach słuchowych. Odwiedź stronę https://www.phonak.com/en-int/hearing-devices/apps/myphonak lub skonsultuj się ze swoim specjalistą od aparatów słuchowych.

# Ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa

Przed rozpoczęciem korzystania z aplikacji należy zapoznać się z informacjami o bezpieczeństwie zamieszczonymi na kolejnych stronach.

### Przeznaczenie:

Aplikacja jest samodzielnym oprogramowaniem przeznaczonym dla użytkowników aparatów słuchowych, służącym do wybierania, konfigurowania i zapisywania ustawień aparatu słuchowego, w ograniczonym zakresie dozwolonym przez program do dopasowania. Aplikacja ta umożliwia również użytkownikom aparatów słuchowych łączenie się i komunikowanie z protetykami słuchu w celu zdalnej regulacji aparatów słuchowych.

### Docelowa grupa pacjentów:

Urządzenie przeznaczone jest dla pacjentów od 18 roku życia, którzy spełniają wskazania kliniczne dotyczące kompatybilnego aparatu słuchowego.

### Użytkownik docelowy:

Osoba z ubytkiem słuchu korzystająca z kompatybilnego urządzenia.

### Wskazania:

Należy pamiętać, że wskazania dotyczące stosowania nie wynikają z zastosowania samej aplikacji lecz z zastosowania kompatybilnych aparatów słuchowych. Szczegółowe informacje znajdziesz w instrukcji obsługi aparatu słuchowego.

### Przeciwwskazania:

Należy pamiętać, że przeciwwskazania dotyczące stosowania nie wynikają z zastosowania samej aplikacji lecz z zastosowania kompatybilnych aparatów słuchowych.

### Korzyści kliniczne:

Korzyści kliniczne nie wynikają ze stosowania samej aplikacji lecz ze stosowania kompatybilnych aparatów słuchowych.

Aplikacja przynosi korzyści użytkownikom, ponieważ umożliwia dostosowanie ustawień aparatu słuchowego do indywidualnych potrzeb i ich zapisanie, w zakresie dozwolonym podczas wstępnego dopasowania. Aplikacja zapewnia użytkownikom wygodny sposób komunikowania się i łączenia z protetykami słuchu w celu zdalnej regulacji aparatów słuchowych.

### Skutki uboczne:

Nie są znane żadne skutki uboczne związane z korzystaniem z aplikacji.

### Ograniczenia dotyczące użytkowania:

Korzystanie z aplikacji jest ograniczone do możliwości kompatybilnego urządzenia lub urządzeń. Szczegółowe informacje znajdziesz w instrukcji użytkowania aparatu słuchowego. Należy pamiętać, że aby korzystać z pełnej funkcjonalności aplikacji, wymagane jest stałe połączenie z internetem.

Wszelkie poważne incydenty, które miały miejsce w związku z aplikacją, należy zgłaszać przedstawicielowi producenta i właściwemu organowi państwa w miejscu zamieszkania. Poważny incydent to każdy incydent, który bezpośrednio lub pośrednio doprowadził, mógł lub może prowadzić do dowolnego z poniższych zdarzeń:

a. śmierć pacjenta, użytkownika lub innej osoby
b. czasowe lub trwałe poważne pogorszenie stanu zdrowia pacjenta, użytkownika lub innej osoby
c. poważne zagrożenie dla zdrowia publicznego

Aby zgłosić nieoczekiwane działanie lub zdarzenie, skontaktuj się z producentem lub przedstawicielem.

Instrukcja użytkowania wszystkich wersji aplikacji we wszystkich językach w formie elektronicznej jest dostępna na stronie internetowej. Aby uzyskać dostęp do instrukcji użytkowania, wykonaj następujące czynności:

- Przejdź do strony https://www.phonak.com/en-int/ globallocations i wybierz odpowiedni kraj.
- Przejdź do strony "Support" (w wersji angielskiej) lub jej odpowiednika w wybranym języku.
- Przejdź do strony "User Guides" (w wersji angielskiej) lub jej odpowiednika w wybranym języku.
- Przejdź do strony "Apps" (w wersji angielskiej) lub jej odpowiednika w wybranym języku.
- Wybierz opcję "myPhonak app"

Dostęp do aktualnej wersji instrukcji użytkowania aplikacji myPhonak można też uzyskać bezpośrednio z poziomu aplikacji, przechodząc do sekcji Wsparcie, a następnie dotykając karty o nazwie "Instrukcja użytkowania". Instrukcja użytkowania zostanie otwarta w oknie zewnętrznej przeglądarki.

# Ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa

Przed rozpoczęciem korzystania z aplikacji należy zapoznać się z informacjami o bezpieczeństwie zamieszczonymi na kolejnych stronach.

### Uwaga dotycząca bezpieczeństwa

Dane pacjenta są danymi poufnymi, a ich ochrona jest ważna:

- Upewnij się, że na smartfonie zainstalowano najnowsze aktualizacje zabezpieczeń systemu operacyjnego. Włącz automatyczne aktualizacje.
- Upewnij się, że zainstalowana wersja aplikacji jest aktualna.
- Ze swoimi aparatami słuchowymi używaj tylko oryginalnych aplikacji spółki Sonova z oficjalnych sklepów.
- Instaluj tylko godne zaufania aplikacje z oficjalnych sklepów.
- Upewnij się, że używasz silnych haseł i przechowujesz dane uwierzytelniające w bezpiecznym miejscu.
- Blokuj telefon za pomocą kodu PIN i/lub danych biometrycznych (np. odcisku palca lub rysów twarzy) oraz ustaw automatyczne blokowanie telefonu po kilku minutach bezczynności.
- Upewnij się, że zainstalowane aplikacje mają tylko te uprawnienia, które są im potrzebne.
- Unikaj parowania aparatów słuchowych przez Bluetooth w miejscach publicznych. Wynika to z ryzyka niepożądanej ingerencji osób trzecich. Zalecamy wykonanie tego parowania przez Bluetooth w domu.
- NIE używaj telefonu z usuniętą blokadą uprawnień programisty (jailbreak/root). Upewnij się, że dane są przez cały czas bezpieczne. Pamiętaj, że nie jest to kompletna lista zalecanych czynności.
- Podczas przesyłania danych niezabezpieczonymi kanałami przesyłaj zanonimizowane dane lub szyfruj je.
- Chroń kopie zapasowe danych smartfona nie tylko przed utratą danych, ale także przed kradzieżą.
- Usuń wszystkie dane ze smartfona, który nie jest już przez Ciebie używany lub zostanie zutylizowany.

### Dbanie o oprogramowanie

Stale monitorujemy informacje zwrotne z rynku. Jeśli wystąpią jakiekolwiek problemy z najnowszą wersją aplikacji, należy skontaktować się z lokalnym przedstawicielem producenta i/lub zgłosić uwagi w sklepie Appstore lub Google Play. Zmiana ustawień, np. zmniejszenie głośności lub zwiększenie siły redukcji szumu, może prowadzić do zagrożeń, takich jak brak słyszalności nadjeżdżających uczestników ruchu drogowego.

# Informacje dotyczące zgodności

### Europa: Deklaracja zgodności

Firma Sonova AG niniejszym potwierdza, że ten produkt spełnia wymogi dyrektywy (UE) 2017/745 w sprawie wyrobów medycznych.

# Wyjaśnienie symboli

<b>&amp;</b>	Symbol wskazuje, że użytkownik powinien zapoznać się z odpowiednimi informacjami w niniejszej instrukcji użytkowania i przestrzegać ich.
$\triangle$	Symbol wskazuje, że użytkownik powinien zwrócić uwagę na ważne ostrzeżenia zawarte w niniejszej instrukcji użytkowania.
(j)	Informacje istotne z punktu widzenia bezpiecznego użytkowania produktu.
<b>C E</b> 0459	Umieszczając na produkcie symbol CE, firma Sonova AG potwierdza, że niniejszy produkt spełnia wymogi dyrektywy (UE) 2017/745 w sprawie wyrobów medycznych. Numery występujące po symbolu CE są numerami jednostek notyfikowanych wspomnianej wyżej dyrektywy.
EC REP	Oznacza autoryzowanego przedstawiciela na terenie Wspólnoty Europejskiej
MD	Wskazuje, że urządzenie jest wyrobem medycznym.
Nazwa, adres, data	Połączony symbol "producenta wyrobów medycznych" i "daty produkcji" według dyrektywy UE 2017/745.
Ĩ	Informacja o dostępności instrukcji użytkowania w formie elektronicznej. Instrukcję można uzyskać na stronie www.phonak.com/myphonakapp.
REF	Wskazuje numer katalogowy producenta umożliwiający zidentyfikowanie wyrobu medycznego.

### EC REP

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

### Importer do UE:

Sonova Polska Sp. z.o.o. plac Bankowy 1 00-139 Warszawa, Polska



Producent: Sonova AG Laubisrütistrasse 28 CH-8712 Stäfa Szwajcaria www.phonak.com

V10.00/2025–01/NLG © 2021–2025 Sonova AG Wszelkie prawa zastrzeżone Niniejsza instrukcja użytkowania dotyczy wersji myPhonak 7.1 i nowszych podwersji aplikacji myPhonak 7. Aby uzyskać wcześniejszą wersję instrukcji użytkowania aplikacji, skontaktuj się z lokalnym przedstawicielem lub odwiedź stronę internetową.

Aby otrzymać bezpłatną papierową kopię instrukcji użytkowania, skontaktuj się z lokalnym przedstawicielem spółki Sonova. Egzemplarz zostanie przesłany w ciągu 7 dni.

