

iHealth® View

Smart Blood Pressure Wrist Monitor (BP7S) Quick Start Guide

Get ready to take charge of your health! Setting up your device has never been easier. Follow these quick steps to get you started with your monitor.

First Time Setup Instructions

Charge Battery Before First Use

- Connect the device to a USB port using the charging cable provided until charging symbol is green and battery symbol stop blinking.

Download the free iHealth app and set up your iHealth account

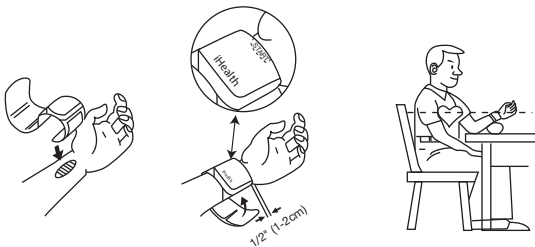
- Download the free iHealth MyVitals app from the App Store (iOS) or Google Play Store (Android).
- Launch the app and follow the on-screen instructions to sign up for an iHealth account.
- After your account has been created, you can access synced data from your smartphone or tablet, or view it from any computer by logging in at <http://cloud.ihealthlabs.eu>. Simply click "Sign In" at the top, right-hand side of the page.

Compatible with all iPhone 4s+, iPod touch 5, iPad 3+, iPad mini+, iPad Air+, and select Android devices. Requires iOS version 7.0+ and Android version 4.0+. For a complete list of compatible devices, visit our support page at www.ihealthlabs.eu/support

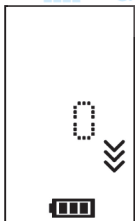
Measure Your Blood Pressure

Blood pressure can be affected by the position of the cuff and your physiologic condition. It is very important that the cuff is positioned at your heart level during blood pressure measurements. To ensure accuracy, follow the step-by-step instructions below.

1. Place your hand palm-side up in front of you on a flat surface such as a desk or a table.
2. Sit comfortably with your feet flat on the floor without crossing your legs, and remain still during measurement.



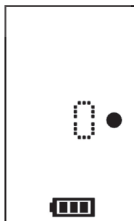
3. Applying the cuff or press the “START/STOP” button on your monitor.
4. Adjust the height of your wrist, the monitor will detect your wrist position and the measurement will start ONLY when the correct position is detected. When the position is correct, press “START/STOP” button again to start measurement.



Wrist position too low



Wrist position too high





Wrist position good

5. Results will be shown on the blood pressure monitor display.

Sync Results Via *Bluetooth*

Use *Bluetooth* to sync your readings to your iOS or Android device and save data to the secure iHealth cloud.

Connect to iOS via *Bluetooth*

1. Launch the iHealth MyVitals App from your iOS device.
2. Enable *Bluetooth* on your iOS device: Slide gently upward the iPhone screen from  to open the Control Center, and click on the .
3. Once the monitor is off, press "START/STOP" button for 2 seconds until *Bluetooth* indicator begins flashing -- when a successful connection has been established, the *Bluetooth* indicator light will stop flashing.
4. Use the app to sync the result, the sync indicator will flash during synchronization and stop flashing when synchronization has been achieved.
5. Results will now be viewable from your iOS device or from any computer by logging in at www.ihealthlabs.eu.



Note: If you can't sliding appear the Control Center, you can go to the Settings > *Bluetooth* > "On". Then return back to the iHealth MyVitals app, and do Step3 again.

Connect to Android via *Bluetooth*

- Press "START/STOP" button for 2 seconds until *Bluetooth* indicator begins flashing.
- Enable *Bluetooth* on your Android device: Settings > Wireless & Networks > *Bluetooth*.
- Check the *Bluetooth* menu for the model name of your monitor (BP7SXXX) to appear, and then select it to pair. This may take up to 30 seconds and your monitor's *Bluetooth* indicator will light up when a connection has been established.
- Launch the iHealth MyVitals app from your Android device to sync.
- The sync indicator will flash during synchronization and stop flashing when synchronization has been achieved.
- Results will now be viewable from your Android device or from any computer by logging in at www.ihealthlabs.eu.

Note: If you are experiencing problems with the *Bluetooth* connection between the iHealth View and your Android device, follow these steps:

- Go into your device's setting to pair it with your Android device. Check the *Bluetooth* menu for the model name of your monitor (BP7SXXX) to appear, and then select it to pair. This may take up to 30 seconds and your monitor's *Bluetooth* indicator will stop flashing and turn solid when a connection has been established.
- Repeat the steps above when using your iHealth View with another Android device.

Reminders and Best Practices:

1. Make sure that your wrist size falls within the range of cuff circumference 5.3"- 8.7" (13.5cm-22cm)
2. Always measure on the left wrist.
3. Remain still and calm for at least 1-1½ minutes before taking a reading.
4. Physical activity, eating, drinking, smoking, excitement, stress, and many other factors influence blood pressure results.
5. Prolonged over-inflation of the monitor may cause bruising to your wrist.
6. Keeps the cuff clean using a moistened cloth as needed.
7. DO NOT rinse the monitor or cuff under running water.

For additional product information, please visit www.ihealthlabs.eu

For customer service, please contact iHealth at:

support@ihealthlabs.eu

iHealth® View

Vernetztes-Blutdruckmessgerät für das Handgelenk (BP7S) Kurzanleitung zum

Nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand! Das Einrichten Ihres Geräts war noch nie so leicht. Befolgen Sie diese schnellen Schritte, um mit Ihrem Messgerät loslegen zu können.

Anweisungen zur erstmaligen Einrichtung

Die Batterie vor der ersten Verwendung laden

• Schließen Sie das Gerät mit dem mitgelieferten Ladekabel an einen USB-Anschluss an, bis das Ladesymbol grün leuchtet und das Batteriesymbol nicht mehr blinkt.

Die kostenlose iHealth-App herunterladen und Ihr iHealth-Konto einrichten

- Laden Sie die kostenlose iHealth MyVitals-App aus dem App Store (iOS) oder dem Google Play Store (Android) herunter.
- Starten Sie die App und befolgen Sie die Anweisungen auf dem Bildschirm, um ein iHealth-Konto zu erstellen.
- Nachdem Sie Ihr Konto erstellt haben, können Sie über Ihr Smartphone oder Tablet auf synchronisierte Daten zugreifen oder sie über einen beliebigen Computer einsehen, indem Sie sich unter <http://cloud.ihealthlabs.eu> anmelden. Klicken Sie einfach oben rechts auf der Seite auf "Sign In".

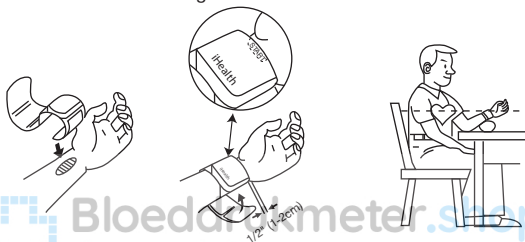
Mit dem iPhone 4s+, iPod touch 5, iPad 3+, iPad mini+, iPad Air+ und ausgewählten Android-Geräten kompatibel. Erfordert die iOS-Version 7.0+ und Android-Version 4.0+. Eine vollständige Liste kompatibler Geräte finden Sie auf unserer Support-Seite unter www.ihealthlabs.eu/support

Ihren Blutdruck messen

Der Blutdruck kann von der Position der Manschette und Ihrer körperlichen

Verfassung beeinflusst werden. Es ist äußerst wichtig, dass sich die Manschette während der Messung des Blutdrucks auf der Höhe Ihres Herzens befindet. Befolgen Sie zur Gewährleistung von genauen Ergebnissen die nachfolgenden Schritt-für-Schritt-Anweisungen.

1. Legen Sie Ihre Hand mit der Handfläche nach oben zeigend vor sich auf eine flache Oberfläche wie z. B. einem Tisch.
2. Nehmen Sie eine bequeme Sitzposition ein und stellen Sie dabei Ihre Füße flach auf den Boden, ohne Ihre Beine zu überkreuzen, und bewegen Sie sich während der Messung nicht.



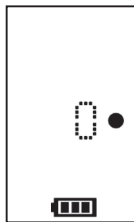
3. Legen Sie die Manschette an oder drücken Sie auf die START/STOPP-Taste auf Ihrem Messgerät.
4. Passen Sie die Höhe Ihres Handgelenks an, das Messgerät erkennt die Position Ihres Handgelenks und die Messung startet NUR, wenn die korrekte Position erkannt wurde. Wenn die Position korrekt ist, drücken Sie erneut auf die START/STOPP-Taste, um die Messung zu starten.



Zu niedrige Handgelenkenposition



Zu hohe Handgelenkenposition



Gute Handgelenkenposition

5. Die Ergebnisse werden auf der Anzeige des Blutdruckmessgeräts angezeigt.

Ergebnisse über *Bluetooth* synchronisieren

Verwenden Sie *Bluetooth* zum Synchronisieren Ihrer Messwerte mit Ihrem iOS- oder Android-Gerät und Speichern der Daten in der sicheren iHealth-Cloud.

Über *Bluetooth* eine Verbindung zu iOS herstellen

1. Starten Sie die iHealth MyVitals-App auf Ihrem iOS-Gerät.
2. Aktivieren Sie *Bluetooth* auf Ihrem iOS-Gerät:
Wischen Sie auf dem Bildschirm des iPhones von  aus vorsichtig nach oben, um das Control Center zu öffnen, und klicken Sie auf .
3. Wenn das Messgerät ausgeschaltet ist, drücken Sie 2 Sekunden lang auf die START/STOPP-Taste, bis die *Bluetooth*-Anzeige anfängt zu blinken -- wenn eine erfolgreiche Verbindung hergestellt wurde, hört die *Bluetooth*-Anzeige auf zu blinken.
4. Verwenden Sie die App zum Synchronisieren des Ergebnisses, die Synchronisierungsanzeige blinkt während der Synchronisierung und hört auf zu blinken, wenn die Synchronisierung abgeschlossen ist.
5. Sie können die Ergebnisse nun auf Ihrem iOS-Gerät oder über einen beliebigen Computer einsehen, indem Sie sich unter www.ihealthlabs.eu anmelden.



Hinweis: Wenn Sie das Control Center nicht durch Wischen aufrufen können, gehen Sie zu den Einstellungen > *Bluetooth* > „Aktiviert“. Kehren Sie dann zur iHealth MyVitals-App zurück und wiederholen Sie Schritt 3.

Über *Bluetooth* eine Verbindung zu Android herstellen

- Wenn das Messgerät ausgeschaltet ist, drücken Sie 2 Sekunden lang auf die START/STOPP-Taste, bis die *Bluetooth*-Anzeige anfängt zu blinken.
- Aktivieren Sie *Bluetooth* auf Ihrem Android-Gerät: Einstellungen > Drahtlos & Netzwerke > *Bluetooth*
- Prüfen Sie im *Bluetooth*-Menü, ob der Modellname Ihres Messgeräts (BP7SXXX) angezeigt wird, und wählen Sie es dann zum Koppeln. Dieser Vorgang kann bis zu 30 Sekunden dauern und die *Bluetooth*-Anzeige Ihres

Messgeräts leuchtet auf, wenn eine Verbindung hergestellt wurde.

- Starten Sie die iHealth MyVitals-App zum Synchronisieren auf Ihrem Android-Gerät.
- Die Synchronisierungsanzeige blinkt während der Synchronisierung und hört auf zu blinken, wenn die Synchronisierung abgeschlossen ist.
- Sie können die Ergebnisse nun auf Ihrem Android-Gerät oder über einen beliebigen Computer einsehen, indem Sie sich unter www.ihealthlabs.eu anmelden.

Hinweis: Wenn Sie Probleme mit der *Bluetooth*-Verbindung zwischen dem iHealth View und Ihrem Android-Gerät haben, befolgen Sie diese Schritte:

- Gehen Sie zur Einstellung Ihres Geräts, um es mit Ihrem Android-Gerät zu koppeln. Prüfen Sie im *Bluetooth*-Menü, ob der Modellname Ihres Messgeräts (BP7SXXX) angezeigt wird, und wählen Sie es dann zum Koppeln. Dieser Vorgang kann bis zu 30 Sekunden dauern und die *Bluetooth*-Anzeige Ihres Messgeräts blinkt nicht weiter, sondern leuchtet durchgehend, wenn eine Verbindung hergestellt wurde.
- Wiederholen Sie die oben genannten Schritte, wenn Sie Ihr iHealth View mit einem anderen Android-Gerät verwenden.

Erinnerungen und bewährte Verfahren:

1. Stellen Sie sicher, dass die Größe Ihres Handgelenks innerhalb des Umfangsbereichs der Manschette von 13,5 cm-22 cm liegt.
2. Messen Sie stets am linken Handgelenk.
3. Bewegen Sie sich mindestens 1-1/2 Minuten lang nicht, bevor Sie ein Messergebnis ablesen.
4. Körperliche Aktivität, Essen, Trinken, Rauchen, Aufregung, Stress und viele andere Faktoren beeinflussen die Blutdruckergebnisse.
5. Längeres übermäßiges Aufblasen der Manschette kann zu Quetschungen Ihres Handgelenks führen.
6. Reinigen Sie die Manschette bei Bedarf mit einem feuchten Tuch.
7. Spülen Sie das Messgerät oder die Manschette NICHT unter fließendem Wasser ab.

Zusätzliche Produktinformationen finden Sie unter www.ihealthlabs.eu

Kontaktieren Sie den Kundendienst von iHealth unter:

support@ihealthlabs.eu

iHealth® View

Tensiomètre de poignet connecté (BP7S) Guide de démarrage rapide

Préparez-vous pour prendre en charge votre santé ! Aucun dispositif n'a jamais été plus facile à configurer ! Accomplissez ces quelques rapides étapes pour commencer à utiliser votre tensiomètre.

Instructions pour la configuration initiale

Chargez la batterie avant la première utilisation

- Connectez l'appareil à un port USB à l'aide du câble de charge fourni, jusqu'à ce que le voyant de charge passe au vert et que le symbole de batterie cesse de clignoter.

Téléchargez l'application iHealth gratuite et configurez votre compte iHealth

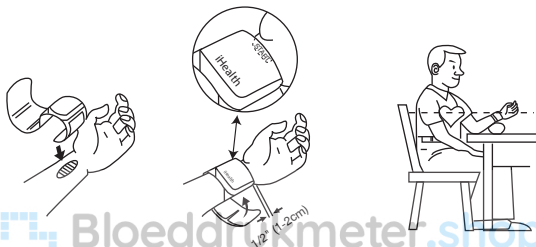
- Téléchargez gratuitement l'application iHealth MyVitals depuis App Store (iOS) ou Google Play Store (Android).
- Lancez l'application et suivez les instructions qui s'affichent sur l'écran pour souscrire un compte iHealth.
- Dès que votre compte aura été créé, vous pourrez accéder à des données synchronisées depuis votre smartphone ou votre tablette, ou depuis n'importe quel ordinateur en vous connectant à <http://cloud.ihealthlabs.eu>. Il vous suffira de cliquer sur Sign In au coin supérieur droit de la page.

Compatible avec tous les iPhones 4s+, iPod touch 5, iPad 3+, iPad mini+, iPad Air+, et certains dispositifs Android. Versions requises : iOS version 7.0+ et Android version 4.0+. La liste complète des dispositifs compatibles est disponible à notre page d'assistance sur www.ihealthlabs.eu/support

Mesurez votre tension artérielle

La tension peut varier selon la position du manchon et votre état physiologique. Il est essentiel que le manchon se trouve à la même hauteur que le cœur lors des mesures de tension. Pour assurer une mesure correcte, suivez les instructions pas à pas qui figurent ci-dessous.

1. Posez votre main devant vous, paume vers le haut, sur une surface plane comme un bureau ou une table.
2. Asseyez-vous confortablement, les pieds posés à plat sur le sol, sans croiser les jambes, et ne bougez pas pendant la mesure.



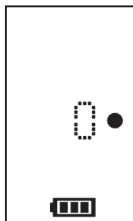
3. Posez le manchon ou appuyez sur le bouton START/STOP (DÉMARER/ARRÊT) du tensiomètre.
4. Réglez la hauteur de votre poignet. L'appareil détectera la position de celui-ci, et la mesure ne commencera QUE lorsqu'il aura détecté que la position est correcte. Dès que la position est correcte, appuyez de nouveau sur le bouton START/STOP pour démarrer la mesure.



Poignet trop bas



Poignet trop haut




Poignet en position

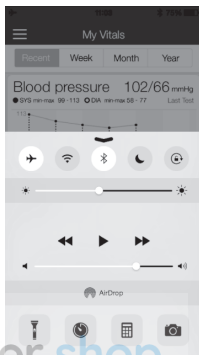
5. Les résultats s'afficheront sur l'écran du tensiomètre.

Synchronisez les résultats à travers *Bluetooth*

Utilisez *Bluetooth* pour synchroniser vos mesures avec votre dispositif iOS ou Android, et enregistrez les données dans le cloud iHealth sécurisé.

Connexion à un dispositif iOS via *Bluetooth*

1. Lancez l'application iHealth MyVitals app depuis votre appareil iOS.
2. Activez *Bluetooth* dans votre dispositif iOS: ballayez doucement l'écran de votre appareil iOS du bas vers le haut depuis la D'accueil pour faire apparaître le control center. Appuyez ensuite sur 
3. Appuyez sur le bouton START/STOP pendant 2 secondes ; le voyant *Bluetooth* clignotera-- le voyant *Bluetooth* s'allumera, et cessera de clignoter une fois la connexion établie avec succès.
4. Utilisez l'application pour synchroniser les résultats. Le voyant de synchronisation clignotera pendant le processus, et cessera de clignoter une fois la synchronisation réalisée.
5. Vous pourrez alors voir les résultats dans votre dispositif iOS, ou sur n'importe quel ordinateur en vous connectant à www.ihealthlabs.eu



Remarque : Si vous n'arrivez pas à faire apparaître le control center vous pouvez aller dans paramètres>*Bluetooth*>"activer".

Connexion à un dispositif Android via *Bluetooth*

- Appuyez sur le bouton START/STOP pendant 2 secondes ; le voyant *Bluetooth* clignotera.
- Activez *Bluetooth* dans votre dispositif Android : Settings (paramètres) > Wireless & Networks (sans fil et réseaux) > *Bluetooth*.
- Dans le menu *Bluetooth*, cherchez le nom du modèle de votre tensiomètre (BP7SXXX) et sélectionnez-le pour l'appairer. Cette opération peut prendre jusqu'à 30 secondes ; le voyant *Bluetooth* de votre tensiomètre s'allumera dès que la connexion sera établie.
- Lancez l'application iHealth MyVitals dans votre dispositif Android pour effectuer la synchronisation.

- Le voyant de synchronisation clignotera pendant le processus, et cessera de clignoter une fois la synchronisation réalisée.

- Vous pourrez alors voir les résultats dans votre dispositif Android, ou sur n'importe quel ordinateur en vous connectant à www.ihealthlabs.eu

Remarque : Si vous rencontrez des problèmes de connexion *Bluetooth* entre le iHealth View et le dispositif Android, procédez comme suit :

- Allez aux paramètres de votre tensiomètre pour l'appairer avec votre dispositif Android. Dans le menu *Bluetooth*, cherchez le nom du modèle de votre tensiomètre (BP7SXXX) et sélectionnez-le pour l'appairer. Cette opération peut prendre jusqu'à 30 secondes ; le voyant *Bluetooth* de votre tensiomètre cessera de clignoter et restera fixe dès que la connexion sera établie.

- Refaites les mêmes opérations pour utiliser votre iHealth View avec un autre dispositif Android.

Rappels et bonnes pratiques :

1. Vérifiez que votre tour de poignet se trouve dans la plage de circonférences du manchon, qui est de 13,5 à 22 cm (5,3 à 8,7 in)
2. Prenez toujours votre tension au poignet gauche.
3. Restez calme et ne bougez pas pendant au moins une minute et demie avant de faire une mesure.
4. De nombreux facteurs peuvent influencer la tension artérielle, comme une activité physique, le fait de manger, boire ou fumer, l'excitation ou le stress, etc.
5. Un surgonflage prolongé du manchon peut vous provoquer un hématome au poignet.
6. Le manchon doit rester propre : nettoyez-le avec un chiffon humide selon les besoins.
7. NE RINCEZ PAS le tensiomètre ou le manchon à l'eau courante.

Pour des informations supplémentaires sur le produit, allez au site www.ihealthlabs.eu

Pour contacter le service clientèle iHealth, adressez-vous à : support@ihealthlabs.eu