

Rossmax healthstyle app handleiding



1.	Rossmax healthstyle app installeren en configureren.....	3
	Stap 1: De Rossmax healthstyle app downloaden in de Google Play Store.....	3
	Stap 2: Een account aanmaken en inloggen in de app.....	4
	Stap 3: Uw Smartphone koppelen met een Rossmax apparaat met bluetooth	5
	Stap 4. Gegevens van het apparaat synchroniseren met de app	6
2.	Uitleg healthstyle app van Rossmax.....	7
	Pagina 1: Meten	7
	Pagina 2: Gezondheidsdashboard “Health Dashboard”	8
	Pagina 3: Zorgzame Vrienden “Caring Friends”	10
	Pagina 4: Instellingen	11

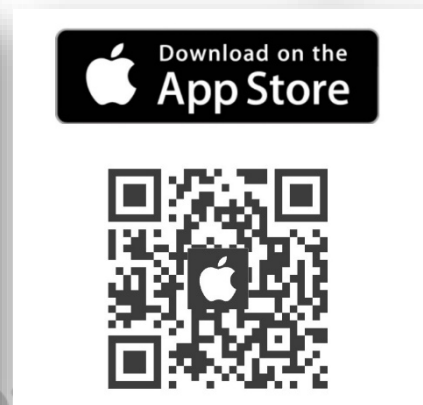
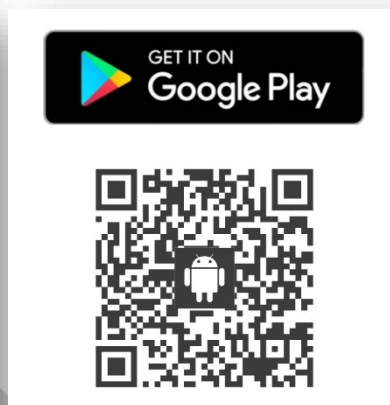
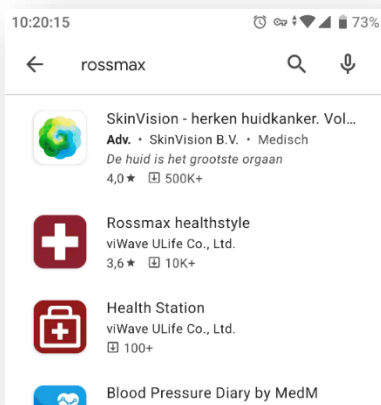


1. Rossmax healthstyle app installeren en configureren

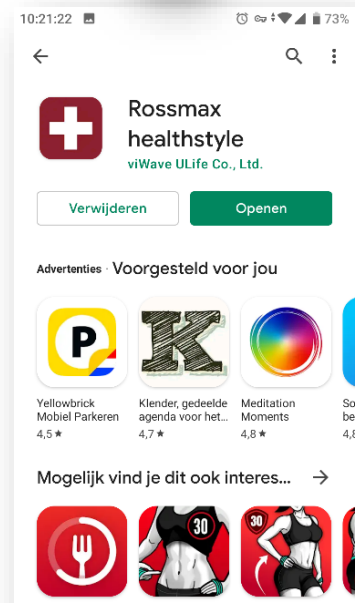
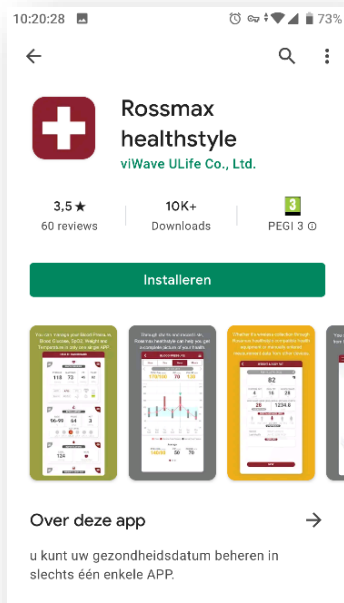
Alle Rossmax producten met bluetooth kunnen worden gekoppeld met uw smartphone. Rossmax heeft speciaal hiervoor een app ontwikkelt, namelijk de Rossmax healthstyle app. Deze app is te verkrijgen via de Google Play Store (Android) of de Apple Store (iPhone). In dit hoofdstuk wordt stap voor stap beschreven hoe een apparaat met bluetooth gekoppeld kan worden aan een smartphone. Als voorbeeld is een Android smartphone genomen en een Rossmax X5 BT bloeddrukmeter.

Stap 1: De Rossmax healthstyle app downloaden in de Google Play Store

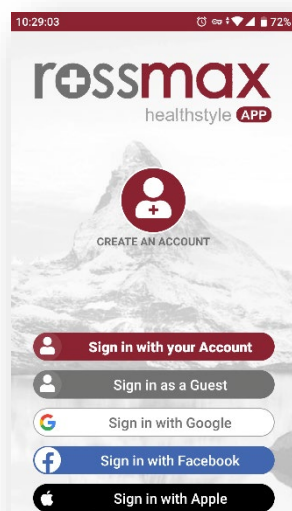
1. Ga naar de Google Play Store door op het icoon van de play store te drukken.
2. Zoek naar "rossmax" en druk op "Rossmax healthstyle" of scan de QR code.



3. Druk vervolgens op "Installeren"
4. Druk op openen of open de app op een later tijdstip door op het "Rossmax healthstyle" icoon te drukken.



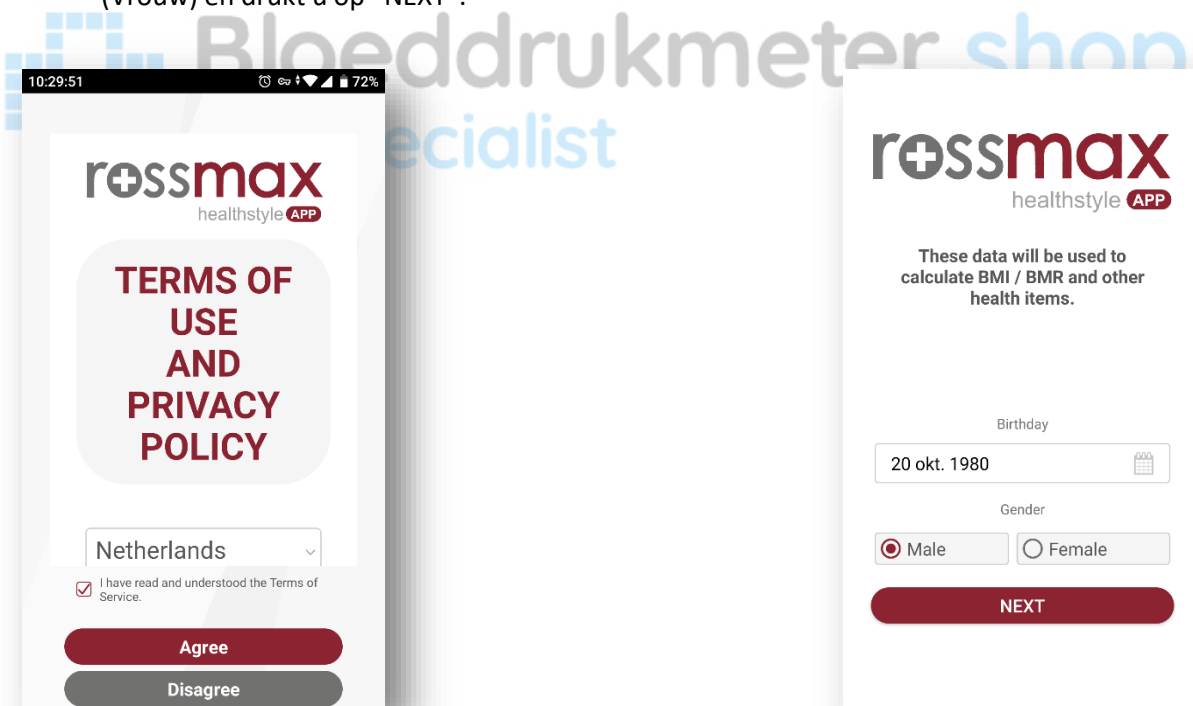
Stap 2: Een account aanmaken en inloggen in de app



5. Als u de Rossmax healthstyle app voor het eerst opent, krijgt u verschillende mogelijkheden om in te loggen. U kunt een account aanmaken bij Rossmax, door op “create an account” te drukken. Als u al een account bij Rossmax heeft, kunt u inloggen met “Sign in with your Account”. Ook kunt u inloggen door gebruik te maken van uw Google, Facebook of Apple account. Daarnaast kunt u ook inloggen als Gast, door op “Sign in as a Guest” te drukken. Hiervoor hoeft u geen inloggegevens te hebben, maar het gastaccount is wel wat meer gelimiteerd qua mogelijkheden. U kunt bijvoorbeeld geen persoonsgegevens invullen en geen meetresultaten delen met andere personen.

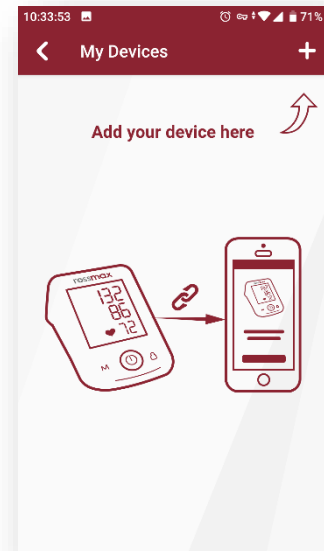
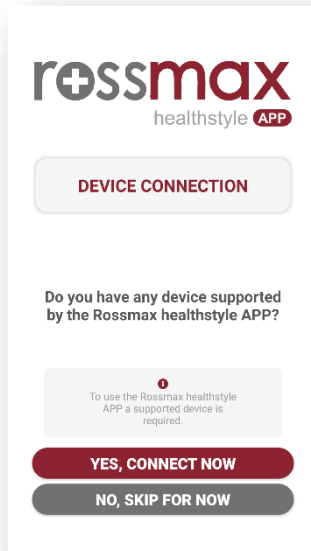
(In deze handleiding wordt er ingelogd als gast “Sign in as a Guest”)

6. Eenmaal ingelogd moet u toestemmen met de “Terms of use and privacy policy” door het vakje “I have read and understood the Terms of Service” aan te vinken en vervolgens op “Agree” te drukken.
7. Vervolgens kunt u uw geboortedatum opgeven en uw geslacht. “Male” (Man) of “Female” (Vrouw) en drukt u op “NEXT”.

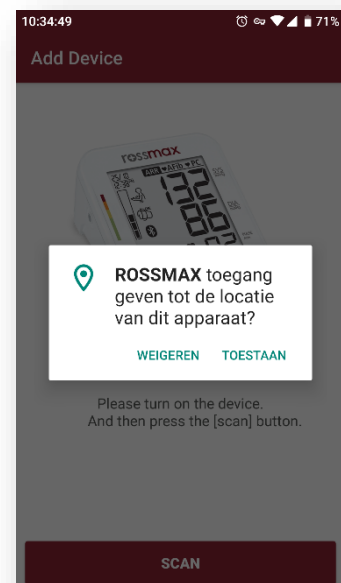
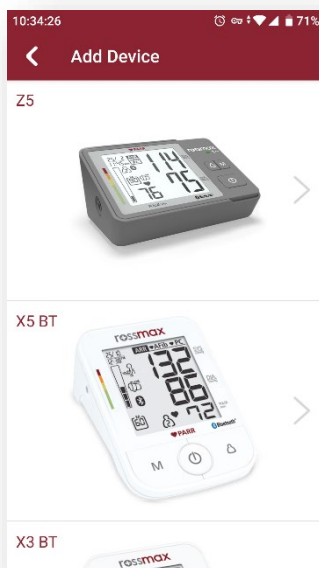


Stap 3: Uw Smartphone koppelen met een Rossmax apparaat met bluetooth

8. We krijgen de keuze om gelijk een apparaat te koppelen “Yes, connect now” of om dit over te slaan en later te koppelen “No, skip for now”. We kiezen er in dit geval voor om gelijk een apparaat te koppelen.
9. Op het volgende scherm kunt u uw apparaat toevoegen “Add your device here” en drukt u vervolgens op het plusteken “+”

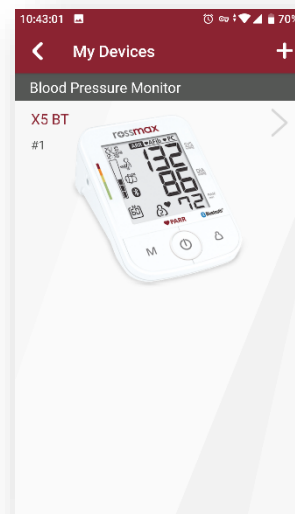
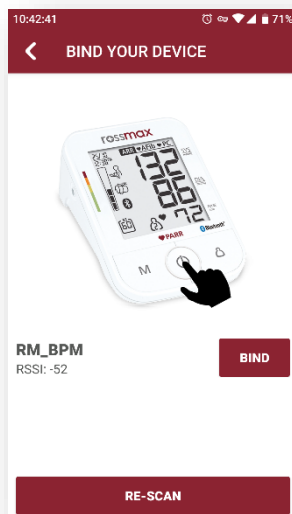


10. U krijgt een lijst met ondersteunde Rossmax apparaten te zien. Voor deze handleiding hebben we gekozen voor een Rossmax X5 BT bovenarm bloeddrukmeter en kiezen we daarom voor de “X5 BT”.
11. Vervolgens moeten we de healthstyle app toegang geven tot de locatie van het apparaat, zodat er gezocht kan worden naar de bloeddrukmeter.



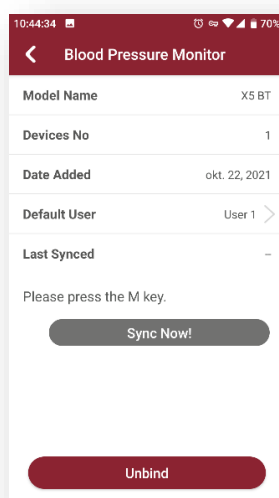
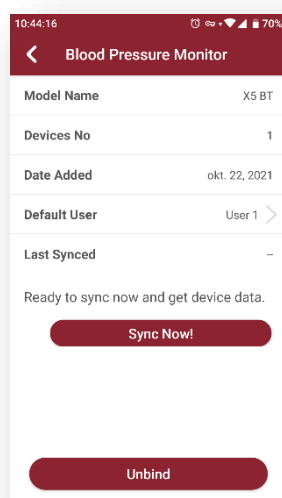
!!!BELANGRIJK: Zorg ervoor dat het apparaat aanstaat en bluetooth is ingeschakeld (Ook op uw telefoon)!!!

12. Druk op "SCAN", de app gaat zoeken naar het apparaat.
13. Als het apparaat gevonden wordt, kunt u het koppelen door op "BIND" te drukken. Mocht het apparaat niet gevonden worden, check dan of de bloeddrukmeter wel aanstaat en of bluetooth is ingeschakeld. (U kunt de X5 BT aanzetten door bv. op de "M" te drukken)
14. Als het apparaat eenmaal succesvol is gekoppeld, zal het worden weergegeven op de pagina "My Devices".



Stap 4. Gegevens van het apparaat synchroniseren met de app

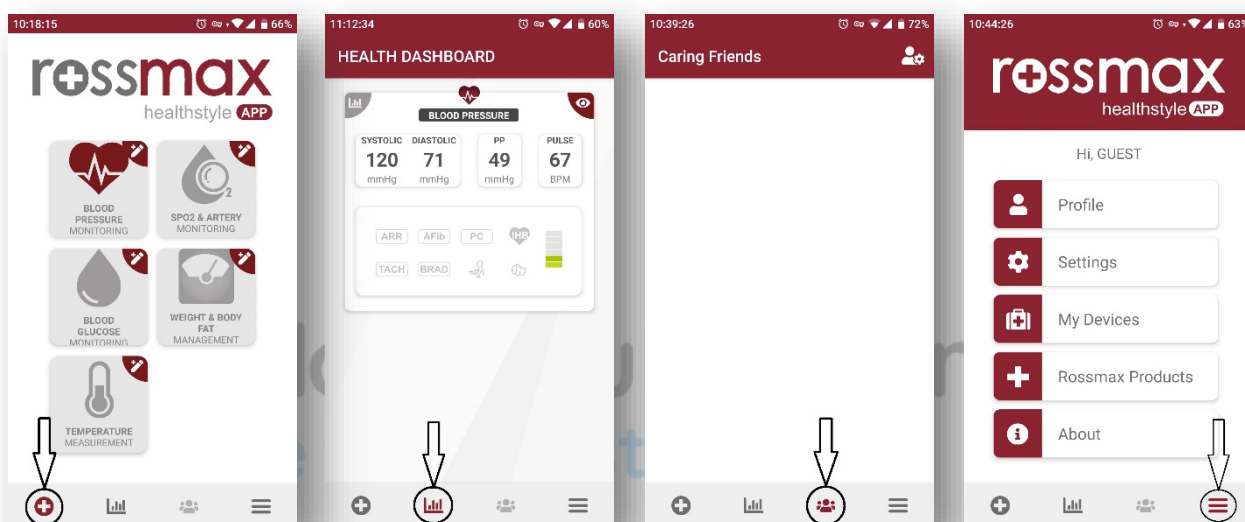
15. Druk in "My Devices" op de "X5 BT" en u ziet de koppel- en synchronisatiegegevens van uw apparaat. U kunt uw apparaat synchroniseren met de app door op "Sync Now" te drukken. Alle opgeslagen metingen in het geheugen van het apparaat worden nu gesynchroniseerd met de app. Wanneer de knop "Sync Now!" grijs is, betekent het dat uw apparaat niet gevonden kan worden en/of uit staat. Druk bij de "X5 BT" dan op de M-toets! (Eventueel kunt u op deze pagina ook uw apparaat ontkoppelen met de app door op "UNBIND" te drukken)



2. Uitleg healthstyle app van Rossmax

Als u alle stappen in hoofdstuk 1 heeft doorlopen en uw Rossmax apparaat is succesvol gekoppeld met de Rossmax healthstyle app, dan kunt u beginnen met het gebruiken van de app. In dit hoofdstuk leggen we uit, wat de mogelijkheden van de app zijn. In deze handleiding is de app alleen gekoppeld met een Rossmax X5 BT bovenarm bloeddrukmeter. Mocht u in het bezit zijn van meerdere Rossmax producten met bluetoothfunctionaliteit, dan kunt u deze ook koppelen met de app, zodat u in 1 overzicht al uw meetresultaten kunt zien. Denk aan o.a. bloeddruk, temperatuur en gewicht.

Als u de app heeft opgestart krijgt u het hoofdscherm te zien. Onderaan staan 4 knoppen. Onder elke knop zit een pagina. De eerste pagina is voor het meten. Op de tweede pagina, kunt u uw meetresultaten zien. Op de derde pagina kunt u vrienden of familie toevoegen om de resultaten mee te delen en op de vierde pagina kunt u instellingen aanpassen en apparaten koppelen.



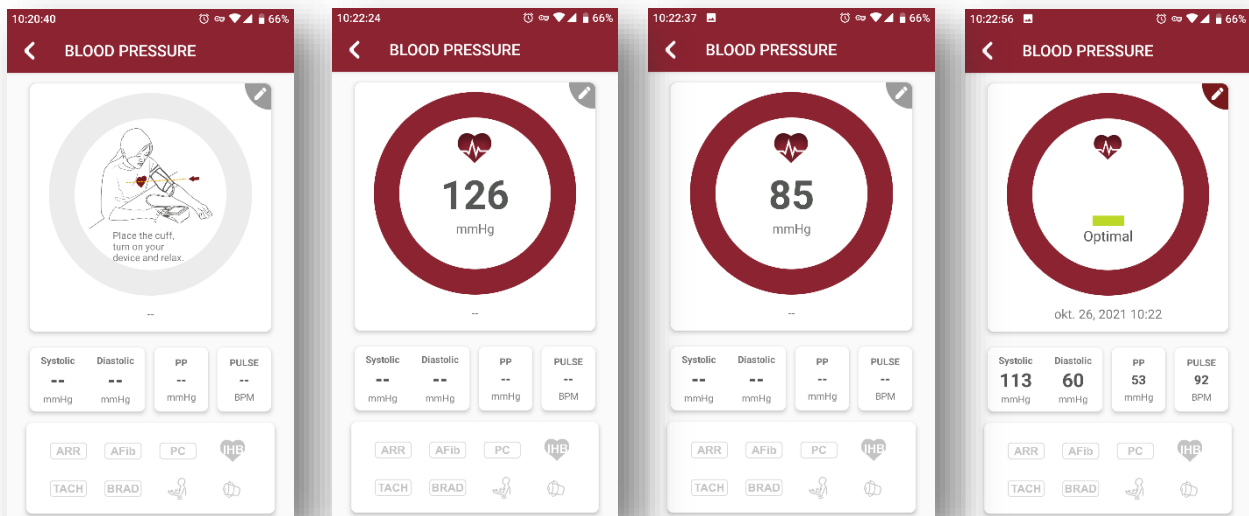
Pagina 1: Meten

Als u in de app op de knop linksonder drukt, krijgt u de meetpagina te zien. Op de plaatjes die grijs zijn kan niet worden gedrukt. Dit komt, omdat er geen apparaat gekoppeld is om een meting uit te voeren. Is een plaatje rood, dan betekent dat, dat er wel een apparaat gekoppeld is om te meten. Aangezien wij een bloeddrukmeter hebben gekoppeld met de app is het allereerste plaatje "Blood Pressure Monitoring" rood en kunnen we hierop drukken.

We komen dan op de pagina "Blood Pressure", waar we de bloeddruk kunnen meten. Wanneer de bloeddrukmeter aanstaat, zal de cirkel om het plaatje rood worden.

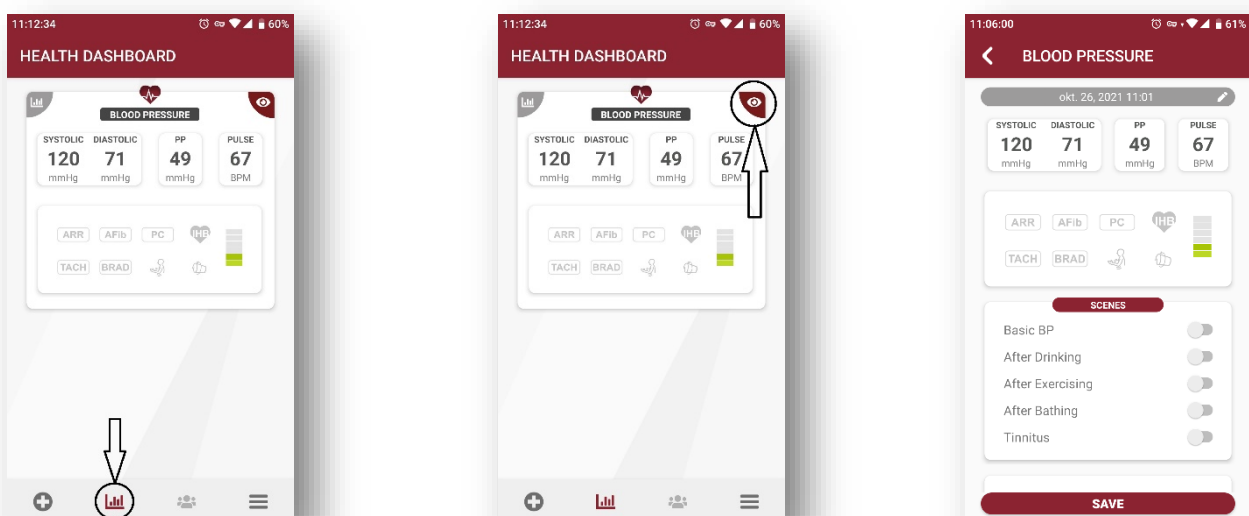


Vanuit de app kan GEEN meting worden gestart. Dit moet vanaf het apparaat zelf gedaan worden door op de startknop te drukken. Wel kunnen we in de app de voortgang precies volgen en krijgen we het eindresultaat van de meting te zien. Deze meting zal dan direct te zien zijn in het overzicht van alle metingen.

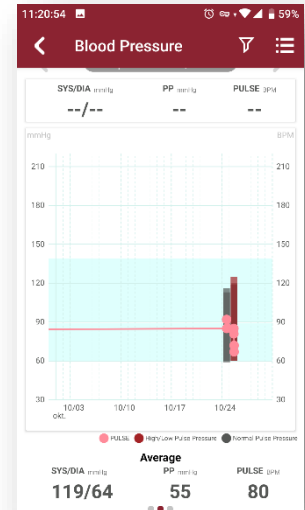
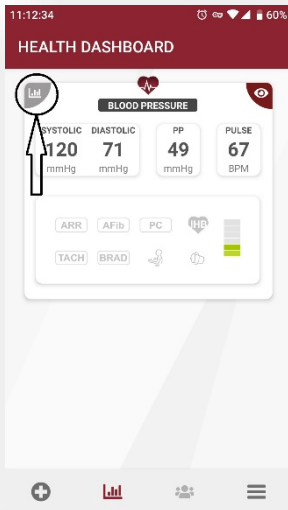


Pagina 2: Gezondheidsdashboard "Health Dashboard"

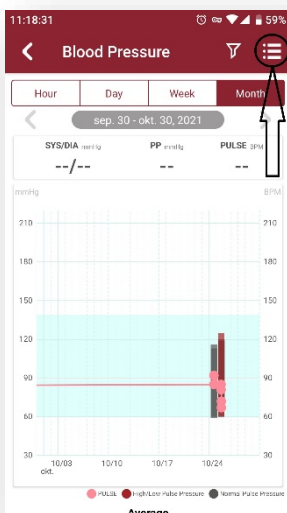
Op deze pagina ziet u een overzicht van de laatste meting van alle gekoppelde apparaten. Aangezien we alleen een bloeddrukmeter (Rossmax X5 BT) hebben gekoppeld, zien we alleen de laatste meting van de bloeddrukmeter. Als we op het "oogje" rechtsboven de meting drukken, komen we op een pagina "Blood Pressure" waar we nog wat extra informatie aan de desbetreffende meting kunnen toevoegen. (Dit kan ook later worden gedaan in het overzicht van alle metingen.) We kunnen onder het kopje "SCENES" aan de hand van een beperkt aantal opties aangeven of we bijvoorbeeld een meting hebben gedaan na het sporten ("After Exercising") of na het baden ("After Bathing"). Ook kunnen we bovenaan eventueel de datum en tijd veranderen door op de datum te drukken. (Op het pennetje drukken werkt niet.) En we kunnen onderaan de pagina bij "REMARKS" zelf nog een opmerking plaatsen. Zo kunt u precies aangeven in welke condities u de meting heeft uitgevoerd.



Als we weer teruggaan naar de pagina “Health Dashboard”, dan kunnen we vanuit daar ook naar een grafiekoverzicht gaan van alle metingen verricht met de bloeddrukmeter en ook naar een totaaloverzicht van alle metingen. Door linksboven op het “grafiekje” te drukken gaan we eerst naar het grafiekoverzicht. Bovenaan deze pagina kunt u aangeven of u een overzicht per Uur (Hour), Dag (Day), Week (Week) of Maand (Month) wilt zien. In dit voorbeeld zijn er maar op twee dagen metingen verricht, maar als u dagelijks moet meten, kan een grafiek een duidelijk inzicht geven van uw bloeddruk over een langere periode. Onder de grafiek ziet u nog uw gemiddelde bloeddruk.

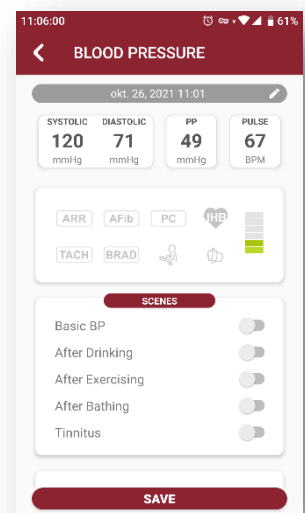


Voor een totaaloverzicht van al uw metingen kunt u rechtsboven drukken op het icoontje met de drie puntjes en streepjes onder elkaar. U krijgt dan alle metingen te zien, die u heeft verricht met de bloeddrukmeter. Bovenaan staat de laatste meting en als u helemaal naar onder scrolt dan ziet u de eerste meting. Als u drukt op een meting, komt u op de pagina waar u extra informatie over deze meting vindt of kunt toevoegen.



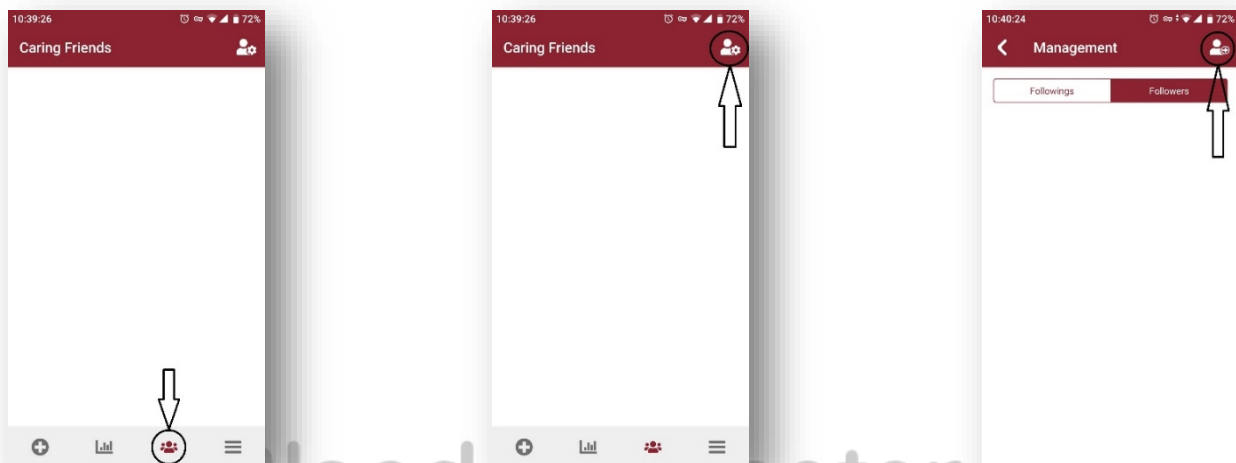
The screenshot shows the 'Blood Pressure' app at 11:18:46. It displays a list of blood pressure readings for the month of October. The table shows the date and time of each reading, along with the systolic/diastolic pressure and pulse rate.

Date Time	SYS/DIA mmHg	PULSE BPM
okt. 26, 2021 11:01	120/71	67
okt. 26, 2021 10:59	119/71	72
okt. 26, 2021 10:07	119/60	85
okt. 26, 2021 10:05	125/60	81
okt. 25, 2021 10:22	113/60	92
okt. 25, 2021 10:08	116/59	85
jan. 01, 2021 00:08	110/67	79
jan. 01, 2021 00:07	110/66	78
jan. 01, 2021 00:06	110/70	77
jan. 01, 2021 00:05	113/72	77

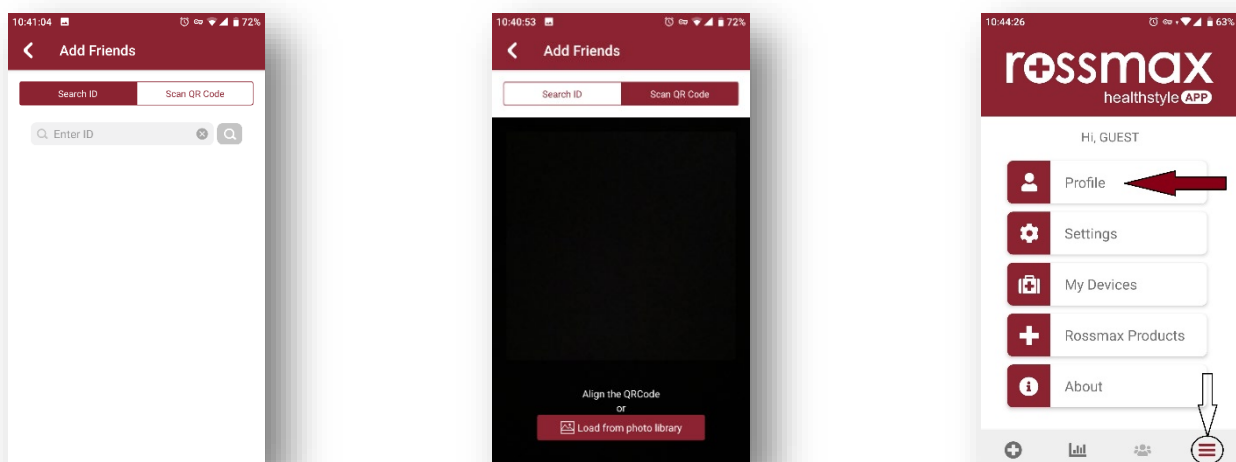


Pagina 3: Zorgzame Vrienden "Caring Friends"

Op deze pagina kunt u uw metingen delen met vrienden of familie of kunt u juist metingen van vrienden of familie inzien. Het kan bijvoorbeeld belangrijk zijn, dat iemand dagelijks inzicht heeft in uw bloeddrukmetingen. Als deze persoon ook de Rossmax healthstyle app heeft geïnstalleerd en een account heeft aangemaakt, kunt u hem of haar toevoegen via deze pagina. Op de "Caring Friends" pagina drukt u dan rechtsboven op het icoontje en dan komt u op de "Management" pagina. U kunt dan kiezen tussen "Followings" en "Followers". "Followings" zijn de personen die u volgen (in de gaten houden) en "Followers" zijn de personen die u volgt (die u in de gaten houdt). Als u bijvoorbeeld wilt, dat iemand inzicht heeft in uw dagelijkse bloeddrukmetingen, dan drukt u op "Followings". U kunt dan iemand toevoegen door op het icoontje rechtsboven te drukken.



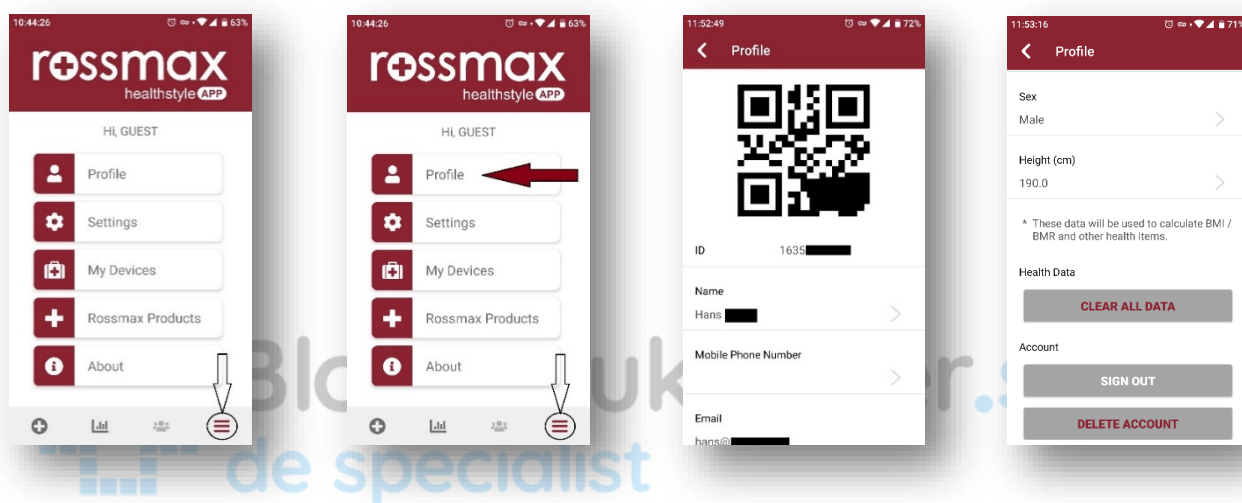
U komt dan op de "Add Friends" pagina, waar u personen kan toevoegen via een uniek ID-nummer of een QR code. Het ID-nummer of de QR code van een persoon is te vinden op pagina 4 van de app onder "Profile". (Dit wordt op de volgende pagina besproken.) Als u drukt op "Search ID" kunt u in het veld "Enter ID" het ID-nummer invullen. Als u drukt op "Scan QR Code" kunt u de QR Code van iemand scannen en op deze manier iemand toevoegen. Ook kunt u eventueel de QR Code halen uit een foto of plaatje, die u eerder heeft gemaakt of toegestuurd heeft gekregen. U drukt dan op "Load from photo library" en u zoekt dan de foto op met de QR code. Als u eenmaal iemand heeft toegevoegd, kan deze persoon uw metingen in de gaten houden.



Pagina 4: Instellingen

!!!BELANGRIJK: Als u ingelogd bent als “Guest”, dan heeft u een standaard profiel en geen naam, e-mail, ID-nummer of QR code. Ook kunt u geen aanpassingen doen. Als u gebruik wilt maken van de mogelijkheid om uw meetresultaten te delen, dient u in te loggen met een account!!!

Op deze pagina kunt u uw profiel bekijken, aanpassen en, indien nodig, verwijderen. Ook kunt u hier apparaten toevoegen en verwijderen en nog een aantal instellingen aanpassen. Als we drukken op de knop “Profile” dan komen we terecht op de profielpagina. Als u met uw eigen account bent ingelogd in de app, dan ziet u hier uw QR code, ID-nummer en de rest van uw gegevens. U kunt hier een aantal van deze gegevens, indien gewenst, aanpassen. Ook kunt u onderaan deze pagina al uw meetgegevens wissen, door op de knop “CLEAR ALL DATA” te drukken. Als u onder een ander account wilt inloggen, dan drukt u op de knop “SIGN OUT”. Wilt u uw account helemaal verwijderen, dan drukt u op de knop “DELETE ACCOUNT”.



Als u drukt op de knop “My Devices” komen we op de pagina met toegevoegde apparaten. Mocht hier nog geen apparaat staan of wilt u een extra apparaat toevoegen, dan kan dat door rechtsboven op het plusteken “+” te drukken en vervolgens een apparaat te selecteren uit de lijst. Als u het apparaat wilt synchroniseren met de app, dan drukt u op het apparaat en komt u op een pagina waar u het apparaat kunt synchroniseren. Ook kunt u hier het apparaat verwijderen.

!!!Een uitgebreide beschrijving hiervan, vindt u bij Stap 3 en Stap 4 in hoofdstuk 1!!!

