Contents

ENGLISH 2
GARMIN ECG APP 2
HOW TO USE THE GARMIN ECG APP 5
UNDERSTANDING YOUR RESULTS 8
БЪЛГАРСКИ (Bulgarian) 10
Приложение за ЕКГ Garmin 10
КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ПРИЛОЖЕНИЕТО ЗА ЕКГ НА GARMIN 13
РАЗБИРАНЕ НА ВАШИТЕ РЕЗУЛТАТИ 16
ΕΛΛΗΝΙΚΑ (Greek) 18
ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΗΚΓ ΤΗΣ GARMIN 18
ΠΩΣ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΗΚΓ ΤΗΣ GARMIN 21
ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΣΑΣ 24
MAGYAR (Hungarian) 26
GARMIN EKG ALKALMAZÁS 26
A GARMIN EKG-ALKALMAZÁS HASZNÁLATA 29
AZ EREDMÉNYEK MEGÉRTÉSE 32
ITALIANO (Italian) 34
App ECG Garmin 34
UTILIZZO DELL'APP GARMIN ECG 37
COMPRENSIONE DEI RISULTATI 40
SLOVENČINA (Slovak) 42
APLIKÁCIA GARMIN EKG 42
POUŽÍVANIE APLIKÁCIE GARMIN EKG 45
POROZUMENIE VAŠIM VÝSLEDKOM 48

ENGLISH

GARMIN ECG APP

Available on compatible smartwatches, the ECG app[1] allows you to record your heart rhythm and check for signs of atrial fibrillation (AFib) or normal sinus rhythm.

30-second recording can be done when you want.

Sensors on your smartwatch record the electrical signals that control how your heart beats.

View results immediately on your smartwatch and optionally in the Garmin Connect™ app[2].

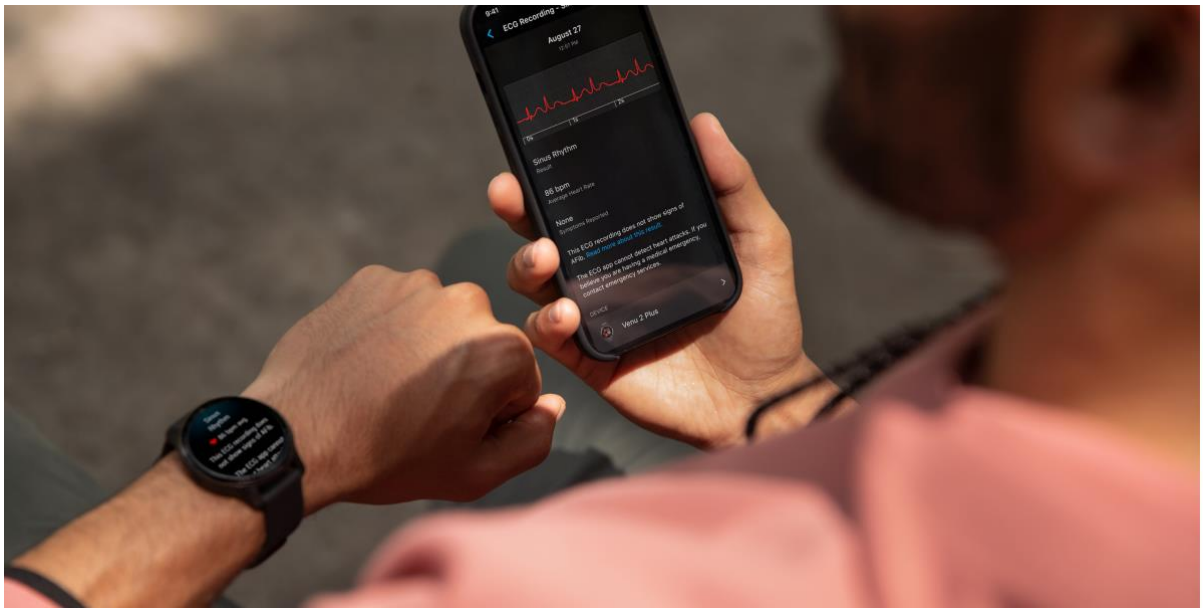
WHAT IS ELECTROCARDIOGRAM (ECG)

An ECG is a recording of the electrical activity of your heart. Doctors use ECGs to help identify potential heart rhythm abnormalities.

HOW IT WORKS

The ECG app uses sensors on your compatible smartwatch to record the electrical signals that control how your heart beats. This recording is known as an electrocardiogram, or ECG. The ECG app analyzes the recording to get your heart rate and detect signs of

an irregular heart rhythm called AFib . AFib rhythms occur when the upper and lower chambers of your heart are not beating in sync. Learn more about how the ECG app works.



HOW TO USE THE GARMIN ECG APP

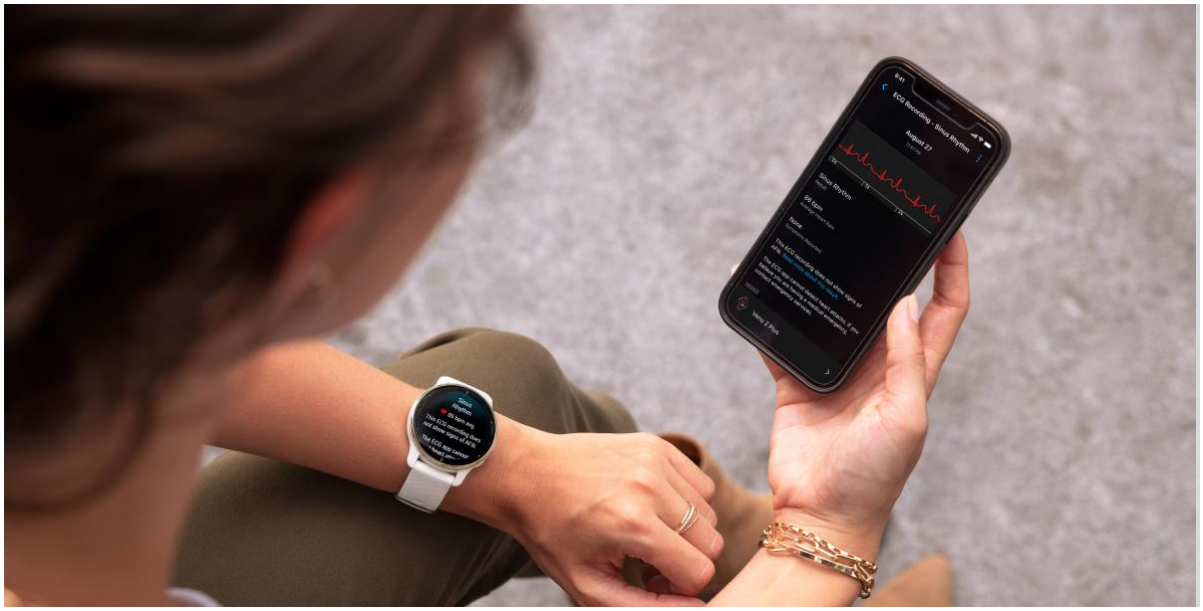
Learn how to use the ECG app.

RESULTS YOU MIGHT SEE

After you've taken an ECG, the ECG app analyzes the recording and produces one of several results. Please note that if you aren't feeling well or are experiencing any symptoms, you should speak to your doctor regardless of the ECG app result. Learn about the possible ECG app results.

THE IMPORTANCE OF EARLY AFIB DETECTION

Left untreated, AFib can lead to serious health consequences. The irregular heart rhythm causes improper blood flow in the heart, which can lead to stroke, heart failure and other medical problems. AFib can be temporary or persistent, but it is a manageable condition when treated by a doctor and with medication. Many people with AFib live healthy lives.



VIEW AND SHARE YOUR RESULTS

You can use the Garmin Connect app to view your history of ECG app results. You can even export this information as a PDF to share them.

VIEW COMPATIBLE GARMIN SMARTWATCHES
VIEW ECG APP AVAILABILITY BY COUNTRY
VIEW THE FULL INSTRUCTIONS FOR USE

[1]The ECG app is a Class IIa medical device under the EU Medical Device Regulation (MDR) (EU) 2017/745. The ECG app is capable of recording an ECG similar to a Lead I ECG and detecting the presence of atrial fibrillation or normal sinus rhythm. The ECG app is only intended for adults aged 22 years and over. Always follow the instructions for use. The ECG app is not available in all regions and is only available on select Garmin smartwatches with the latest version of the Garmin Connect smartphone app and watch software. See Garmin.com/ECG for availability and full instructions for use.
[2]The Garmin Connect app must be downloaded on a compatible smartphone.

HOW TO USE THE GARMIN ECG APP

HOW THE ECG APP WORKS

The ECG app [1] uses sensors on your compatible Garmin watch to record the electrical signals that control how your heart beats. This recording is known as an electrocardiogram, or ECG. The ECG app analyzes the recording to get your heart rate and detect signs of an irregular heart rhythm called atrial fibrillation (AFib). AFib rhythms occur when the upper and lower chambers of your heart are not beating in sync.

ECG APP SETUP

The ECG app can only be used on compatible smartwatches that have been set up with your Garmin Connect™ account. The ECG app requires use of the Garmin Connect app , which is available to download from the app store on your smartphone. For information about required Garmin watch and Garmin Connect app software versions, see the full instructions for use. The ECG app is only available in select regions. For ECG app regional availability and general support, go to Garmin.com/ECG.

To use the ECG app on your Garmin watch, you must first complete the setup in the Garmin Connect app.

1. Open the Garmin Connect app on your smartphone.
2. Select the device image at the top of the screen.
   Note: If you have more than one device paired with the Garmin Connect app, select the ••• menu, select Garmin Devices, and then select the device.
3. Select Finish Setup > Set Up ECG App.
4. Follow the on-screen instructions.
5. After the setup is complete, you can record an ECG by using the ECG app on your Garmin watch.

RECORDING AN ECG ON YOUR GARMIN WATCH

Follow these instructions to record an ECG on your Garmin watch.

1. Wear the watch just above your wrist bones on the wrist you selected during setup. Note: The watch should be snug but comfortable.
2. Open the ECG app on your watch, and follow the on-screen instructions.
3. Sit comfortably, rest your arm and wrist on a table, and keep still.
4. Place your thumb and index finger on the metal ring around the watch face to start a recording.
5. Keep your fingers in place, and remain still for the entire 30-second recording.
6. After the recording is complete, you can view the ECG app result on your watch. Please see Understanding Your Results for more information about results you might see.

VIEWING YOUR ECG RECORDING IN THE GARMIN CONNECT APP (OPTIONAL)

If you chose to upload your health and fitness data during setup, then you can view your ECG recordings in the Garmin Connect app on your smartphone.

1. From the Garmin Connect app, select the ••• menu.
2. Select Health & Performance (or Health Stats) > ECG.
3. Choose the ECG recording to view more information.

TROUBLESHOOTING

If you experience problems using the ECG app, refer to this troubleshooting guide.
Note: Any serious incidents which occur in relation to the ECG app should be reported to the manufacturer.
For the European Union, serious incidents should also be reported to the European Authorized Representative and the competent authority of the member state in which you reside.

PROBLEM: I CAN'T ACTIVATE THE ECG APP ON MY COMPATIBLE GARMIN WATCH.

SOLUTION:

- Make sure the ECG app is available for your Garmin watch. Go to Garmin.com/ECG.
- Make sure the ECG app is approved for use in your country. Go to Garmin.com/ECG.
- Make sure you have location permissions enabled for the Garmin Connect app on your smartphone. Refer to the manufacturer's instructions to enable location permissions.
- Review and complete the setup in the Garmin Connect app on your smartphone (see ECG App Setup).

PROBLEM: I CAN'T FIND THE ECG APP ON THE GARMIN WATCH.

SOLUTION:

- Make sure the ECG app is available for your Garmin watch. Go to Garmin.com/ECG.
- Make sure the ECG app is approved for use in your country. Go to Garmin.com/ECG.
- Review and complete the setup in the Garmin Connect app on your smartphone (see the above section ECG App Setup).
- The ECG app can be found in the Apps or Activities menu on your Garmin watch. For help finding these menus, please refer to your Garmin watch user manual.

PROBLEM: I CAN'T GET THE ECG APP TO CREATE A RECORDING.

SOLUTION:

- Review and complete the setup in the Garmin Connect app on your smartphone (see the above section ECG App Setup).
- Water and sweat can cause a poor recording. Clean and dry your wrist and your Garmin watch.
- Dry skin, cold skin, a hairy wrist, wearing the watch on your wrist bones or too much movement can prevent the ECG app from recording your ECG.
- Use moisturizing lotion on your hands and wrist.
- Remove the watch, and rub your wrist gently to warm the skin. Put the watch back on, and try again.
- Wear the watch just above your wrist bones toward your elbow.
- Remain still during the recording.

PROBLEM: THE ECG APP SAYS MY RECORDING WAS INCONCLUSIVE DUE TO A POOR QUALITY SIGNAL, OR I SEE A LOT OF NOISE OR INTERFERENCE IN MY RECORDING.

SOLUTION:

- Sit comfortably, relax, and try to remain still.
- Rest your arm and wrist on a table while you take a recording.
- Check the fit of the Garmin watch on your wrist. The band should be snug. The back of your Garmin watch must be touching your wrist. Wear the watch just above your wrist bones toward your elbow.
- Use your thumb and index finger on the metal ring around the watch face.
- Move away from any electronics that are plugged into a power source to avoid electrical interference.
- Water and sweat can cause a poor recording. Clean and dry your wrist and your Garmin watch.

PROBLEM: THE ECG APP SAYS MY RECORDING WAS INCONCLUSIVE, AND I DO NOT UNDERSTAND WHY.

SOLUTION:

Several factors can cause this inconclusive result:

- A heart rate between 100 and 120 bpm, and the rhythm was not AFib.
- Other heart conditions that the ECG app cannot recognize.
- A pacemaker or other implanted cardioverter device (ICD).
- Certain physiological conditions that prevent some people from having enough electrical signal for a recording.

PROBLEM: THE ECG WAVEFORMS APPEAR UPSIDE DOWN.

SOLUTION:

- You may not be wearing the watch on the wrist you selected while setting up your Garmin watch. You can either wear the watch on your other arm or change your user profile Wrist selection. To change your wrist selection, please refer to Setting Up Your User Profile in your Garmin watch user manual, and select Wrist.

PROBLEM: I CAN'T FIND MY ECG RECORDINGS IN THE GARMIN CONNECT APP.

SOLUTION:

- If you chose to upload your health and fitness data during setup, you can view your ECG recordings in the Garmin Connect app on your smartphone and manually share them by creating a PDF.
- From the Garmin Connect app, select the ••• menu.
- Select Health & Performance (or Health Stats) > ECG.

PROBLEM: MY GARMIN WATCH STORAGE IS FULL.

SOLUTION:

- If your Garmin watch storage is full, you will not be able to take new ECG recordings. To make room for new ECG recordings, free up space on your Garmin watch by deleting unwanted apps, music or podcasts.

PROBLEM: I WANT TO STOP USING THE ECG APP, OR I WANT TO DELETE ALL MY ECG APP RESULTS FROM GARMIN CONNECT.

SOLUTION:

- To remove the ECG app from your Garmin watch and delete any unsynced results, please follow the directions in your Garmin watch user manual to Delete Data and Reset Settings.
- To remove your ECG app results from Garmin Connect, go to garmin.com/account and select Manage Your Data.

SAFETY AND PERFORMANCE

The ECG app's ability to accurately detect AFib and sinus rhythms in an ECG recording was validated in a clinical study involving approximately 590 subjects. ECG app rhythm classifications were compared to 12-Lead ECG rhythm classifications performed by board-certified cardiologists. The ECG app was able to correctly identify AFib 99.5% of the time and correctly identify sinus rhythm (SR) 100% of the time in the recordings that could be classified.

During this study, the ECG app determined 11.5% of recordings were inconclusive, including those which were deemed of too poor quality for analysis. When including these inconclusive recordings, the probability that the ECG app would return an AFib result for a subject in AFib was 86.5% and 91.1% for a SR result for subjects in sinus rhythm. Real-world performance may have a higher rate of inconclusive and poor recording results.

Accuracy of the ECG app PDF reports was assessed by comparing to a simultaneously recorded standard Lead I ECG. Key characteristics of the ECG waveforms such as PR and RR intervals, QRS duration, location, and amplitude, and P wave location and amplitude were compared and found to be statistically equivalent within a 1 millimeter non-inferiority margin. Comparison of the board-certified cardiologists' rhythm classifications of simultaneously recorded 12-Lead ECG and ECG app recordings had 96% agreement. No adverse events were observed during the clinical study.

CLINICAL BENEFITS

The ECG app provides a convenient means for at-home ECG recording during times of perceived symptoms. This opportunity increases the likelihood of early AFib detection, which allows you to seek medical attention earlier. Early clinical intervention could potentially delay, reduce, or control long-term complications of AFib. Sharing your ECG app results with a healthcare professional may improve the efficiency of your medical evaluation.

RESIDUAL RISKS

The ECG app has many measures in place to help ensure safe use and performance, however, you should be aware that some level of residual risk associated with use of the ECG app remains.

Residual Risk	Guidance
A poor-quality ECG signal may result in a failure to detect atrial fibrillation, which could lead to a failure to seek treatment.	Please see the sections Recording an ECG on Your Garmin Watch and troubleshooting in the instructions for use.
An incorrect rhythm classification could lead to a failure to seek treatment or unnecessarily seeking treatment.	If you are not feeling well, or if you doubt the ECG app result, speak to your doctor. If you believe you are having a medical emergency, contact emergency services.
A misinterpretation of ECG app results could lead to inappropriate modification of established treatment plans, failure to seek treatment, and/or unnecessarily seeking treatment.	Consult Results You Might See for a detailed explanation of all ECG app results.
Use of the ECG app to detect conditions other than atrial fibrillation and/or when you have other known arrhythmias could lead to a failure to seek treatment.	The ECG app is not recommended for those with other known arrhythmias. Please observe all Contraindications, General Warnings, and Precautions listed in the instructions for use.
A cybersecurity exploit could result in: • Unintentional disclosure of ECG app results; • Erroneous or malicious alteration of ECG app results and/or an inability to use the ECG app that leads to either a failure to seek treatment or unnecessarily seeking medical procedures.	Follow all security recommendations listed in the instructions for use.

[1] The ECG app is capable of recording an ECG similar to a Lead I ECG and detecting the presence of atrial fibrillation or normal sinus rhythm. The ECG app is only intended for adults aged 22 years and over. The ECG app is not intended to replace traditional methods of diagnosis or treatment. If atrial fibrillation is detected, consult a doctor. If you experience symptoms of a heart attack, stroke, or other cardiovascular conditions, do not rely on the notification of the device and consult a doctor. Always follow the instructions for use. The ECG app is not available in all regions and is only available on select Garmin smartwatches with the latest version of the Garmin Connect smartphone app and watch software. See Garmin.com/ECG for availability and full instructions for use.

UNDERSTANDING YOUR RESULTS

After you complete an ECG recording, you will see one of the following results in the ECG app[1].

SINUS RHYTHM

A sinus rhythm result means your heartbeat pattern appears normal. It indicates that the upper and lower chambers of your heart are beating in sync.

Note: A sinus rhythm result only applies to that specific recording and DOES NOT mean your heart always beats normally. Notify your doctor if you detect any possible changes in your health.

ATRIAL FIBRILLATION (AFIB)

An AFib rhythm result means your heartbeat pattern appears irregular. AFib is an irregular heart rhythm caused by your heart's upper and lower chambers not beating in sync. You should speak with your doctor if you receive an AFib rhythm result.

Left untreated, AFib can lead to serious health consequences. The irregular heart rhythm causes improper blood flow in the heart, which can lead to stroke, heart failure and/or other medical problems.

AFib can be temporary or persistent, but it is a manageable condition when treated by a doctor and with medication. Many people with AFib live healthy lives. Sometimes people with AFib do not have symptoms. However, others may experience one or more of these common symptoms:

- Rapid heartbeat (pounding, fluttering)
- Skipped heartbeat
- Fatigue
- Shortness of breath
- Chest tightness or pain
- Fainting
- Dizziness

HEART RATE TOO HIGH OR TOO LOW

If your heart rate is over 120 beats per minute (bpm) or under 50 bpm, the ECG app cannot check for AFib heart rhythms. In these cases, the result will be inconclusive, and your heart rhythm could not be classified. If you get this result repeatedly or you do not feel well, then you should speak with your doctor.

A heart rate below 50 bpm can be caused by taking some medications or by certain heart conditions. Some people with high fitness levels may also have a heart rate below 50 bpm.

A heart rate above 120 bpm is common while exercising and for a short time afterward. It can also be caused by high stress levels, an infection, dehydration, alcohol use or certain heart conditions, including AFib.

INCONCLUSIVE

An inconclusive result means your heart rhythm could not be classified. This could happen for several reasons, such as moving too much or poor skin contact during the ECG recording. Try resting your arm on a table, and make sure the watch is snug on your wrist. If you get this result repeatedly or if you do not feel well, then you should speak with your doctor.

Here are some steps to help improve your recording:

- Rest your arm on a table, and keep still during the recording.
- Make sure the Garmin watch is snug on your wrist. The back of the watch must be touching your arm.
- Only place your thumb and index finger on the metal ring around the watch face, and keep them in place for the full recording.
- Make sure you are wearing the watch on the wrist you chose during setup.
- Make sure both your wrist and the watch are clean and dry.
- Stay clear of other electronics to avoid interference.

Other factors that can cause an inconclusive result:

- A heart rate between 100 and 120 bpm, and the rhythm was not AFib
- A pacemaker or other implanted cardioverter device (ICD)
- Other heart conditions that the ECG app cannot recognize
- Not enough electrical signal in the recording

[1] The ECG app is capable of recording an ECG similar to a Lead I ECG and detecting the presence of atrial fibrillation or normal sinus rhythm. The ECG app is only intended for adults aged 22 years and over. The ECG app is not intended to replace traditional methods of diagnosis or treatment. If atrial fibrillation is detected, consult a doctor. If you experience symptoms of a heart attack, stroke, or other cardiovascular conditions, do not rely on the notification of the device and consult a doctor. Always follow the instructions for use. The ECG app is not available in all regions and is only available on select Garmin smartwatches with the latest version of the Garmin Connect smartphone app and watch software. See Garmin.com/ECG for availability and full instructions for use.

БЪЛГАРСКИ (Bulgarian)

Приложение за ЕКГ Garmin

Налично на съвместими смартчасовници, приложението за ЕКГ Ви позволява да записвате Вашия сърдечен ритъм и да проверявате за признаци на предсърдно мъждене (AFib) или нормален синусов ритъм.

Може да бъде направен 30-секунден запис, когато поискате.

Сензори на Вашия смартчасовник записват електрическите сигнали, които контролират как Вашето сърце бие.

Преглеждайте резултатите незабавно на Вашия смартчасовник и опционално в приложението Garmin Connect™[2].

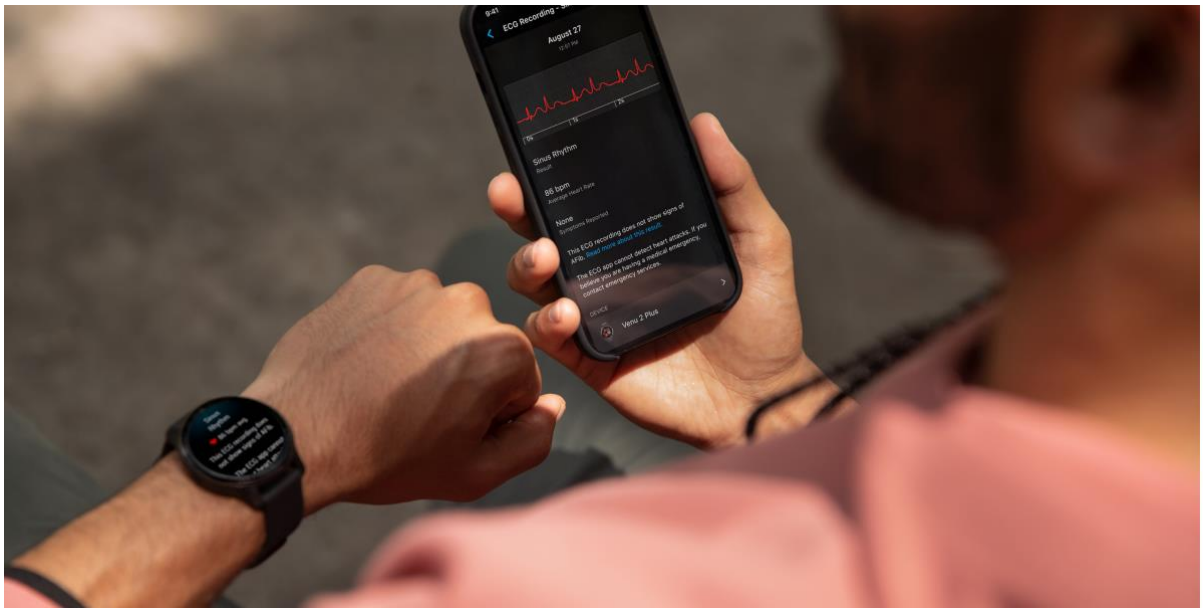
КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ЕЛЕКТРОКАРДИОГРАМАТА (ЕКГ)

ЕКГ е запис на електрическата активност на сърцето Ви. Лекарите използват ЕКГ за помощ при идентифицирането на потенциални аномалии в сърдечния ритъм.

КАК РАБОТИ

Приложението за ЕКГ използва сензорите на Вашия часовник Garmin, за да записва електрическите сигнали, които контролират ударите на сърцето Ви. Този запис е известен като електрокардиограма или ЕКГ. Приложението за ЕКГ

анализира записа, за да установи пулса Ви и да открие признаци на неравномерен сърдечен ритъм, наречен AFib. Предсърдно мъждене възниква, когато горната и долната камера на сърцето Ви не бият в синхрон. Научете повече за това как приложението за ЕКГ работи.



КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ПРИЛОЖЕНИЕТО ЗА ЕКГ НА GARMIN

Научете как да използвате приложението за ЕКГ.

РЕЗУЛТАТИ, КОИТО МОЖЕ ДА ВИДИТЕ

След като сте снели ЕКГ, приложението за ЕКГ анализира записа и представя един от няколко резултата. Моля, обърнете внимание, че ако не се чувствате добре или изпитвате някакви симптоми, трябва да говорите с Вашия лекар независимо от резултата от приложението за ЕКГ. Научете за възможните резултати от приложението за ЕКГ

КОЛКО Е ВАЖНО РАННОТО ОТКРИВАНЕ НА ПРЕДСЪРДНО МЪЖДЕНЕ

Ако не се лекува, предсърдното мъждене може да доведе до сериозни последици за здравето. Неравномерният сърдечен ритъм води до неправилно протичане на кръвта в сърцето, което може да доведе до инсулт, сърдечна недостатъчност и/или други медицински проблеми. Предсърдното мъждене може да бъде временно или постоянно, но това е контролируемо състояние, когато се лекува от лекар или с лекарства. Много хора с предсърдно мъждене живеят здравословен живот.

ПРЕГЛЕЖДАЙТЕ И СПОДЕЛЯЙТЕ РЕЗУЛТАТИТЕ СИ

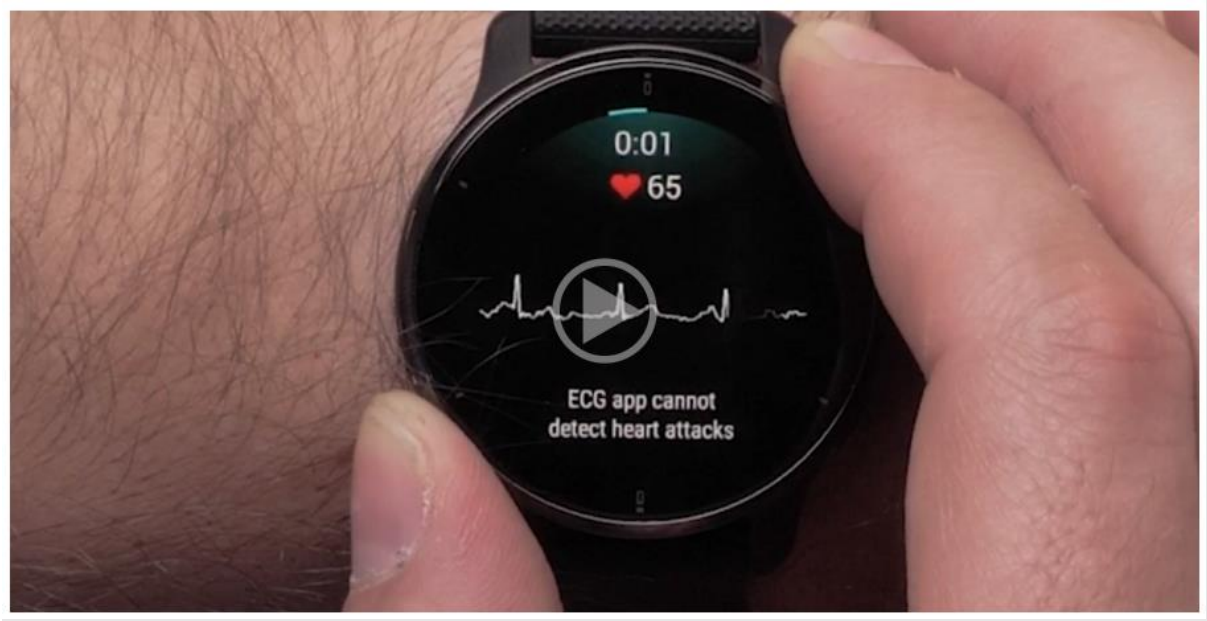
Можете да използвате приложението Garmin Connect, за да прегледате Вашата хронология от резултати на приложението за ЕКГ. Можете дори да експортирате тази информация като PDF файл, за да я споделите.

ПРЕГЛЕД НА СЪВМЕСТИМИ СМАРТЧАСОВНИЦИ GARMIN
ПРЕГЛЕД НА НАЛИЧНОСТТА НА ПРИЛОЖЕНИЕТО ЗА ЕКГ ПО ДЪРЖАВИ
ПРЕГЛЕД НА ПЪЛНИТЕ ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА

[1] Приложението за ЕКГ е медицинско изделие от клас IIa съгласно Регламент на ЕС за медицинските изделия (MDR) (ЕС) 2017/745. Приложението за ЕКГ е способно да записва ЕКГ, подобна на ЕКГ с I отвеждане, и да открива наличието на предсърдно мъждене или нормален синусов ритъм. Приложението за ЕКГ е предназначено само за възрастни на възраст от 22 години и повече. Винаги спазвайте инструкциите за употреба. Приложението за ЕКГ не е налично във всички региони и е налично само на избрани смартчасовници Garmin с най-новата версия на приложението за смартчасовници Garmin Connect и софтуер за часовници. Вижте Garmin.com/ECG за наличност и пълни инструкции за употреба.

[2] Приложението Garmin Connect трябва да бъде изтеглено на съвместим смартфон.

КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ПРИЛОЖЕНИЕТО ЗА ЕКГ НА GARMIN



kak приложението за ЕКГ работи

Приложението за ЕКГ използва сензорите на Вашия часовник Garmin, за да записва електрическите сигнали, които контролират ударите на сърцето Ви. Този запис е известен като електрокардиограма или ЕКГ. Приложението за ЕКГ анализира записа, за да установи пулса Ви и да открие признаци на неравномерен сърдечен ритъм, наречен Afib. Предсърдно мъждене възниква, когато горната и долната камера на сърцето Ви не бият в синхрон.

НАСТРОЙКА НА ПРИЛОЖЕНИЕ ЗА ЕКГ

Приложението за ЕКГ може да се използва само на съвместим часовник Garmin, който е бил настроен с Вашия акаунт в Garmin Connect. Приложението за ЕКГ изисква използването на приложението Garmin Connect, което е налично за изтегляне от магазина за приложения на Вашия смартфон. За информация относно необходимия часовник Garmin и софтуерните версии на приложението Garmin Connect вижте пълните инструкции за употреба. Приложението за ЕКГ е налично само в избрани региони. За регионална наличност и обща поддръжка на приложението за ЕКГ посетете garmin.com/ECG.

За използване на приложението за ЕКГ на Вашия часовник Garmin първо трябва да завършите настройването в приложението Garmin Connect.

1. Отворете приложението Garmin Connect на смартфона си.
2. Изберете изображението на устройството в горната част на екрана.
   Забележка: ако имате повече от едно устройство, сдвоено с приложението Garmin Connect, изберете менюто •••, изберете **Garmin Devices** (Устройства Garmin) и след това изберете устройството.
3. Изберете **Finish Setup** > **Set Up ECG App** (Настройката завърши > Конф. на прил. за ЕКГ).
4. Следвайте инструкциите на екрана.
5. След завършване на настройката можете да запишете ЕКГ с помощта на приложението за ЕКГ на Вашия часовник Garmin.

ЗАПИСВАНЕ НА ЕКГ НА ВАШИЯ ЧАСОВНИК GARMIN

Следвайте тези инструкции, за да запишете ЕКГ на Вашия часовник Garmin.

1. Носете часовника точно над Вашите кости на китката към лакътя Ви на китката, която сте избрали по време на настройването.
   Забележка: часовникът трябва да е прилегнал плътно, но комфортно.
2. Отворете приложението за ЕКГ на Вашия часовник и следвайте инструкциите на екрана.
3. Седнете удобно, отпуснете ръката и китката си на маса и не се движете.
4. Поставете палеца и показалеца си върху металния пръстен около циферблата на часовника, за да започнете да записвате.
5. Дръжте пръстите си на място и останете неподвижни за целия 30-секунден запис.
6. След като записът завърши, можете да прегледате резултата от приложението за ЕКГ на Вашия часовник. Моля, вижте „Разбиране на Вашите резултати“ за повече информация относно резултатите, които може да видите.

ПРЕГЛЕЖДАНЕ НА ВАШИЯ ЗАПИС НА ЕКГ В ПРИЛОЖЕНИЕТО GARMIN CONNECT (ОПЦИОНАЛНО)

Ако сте избрали да качвате Вашите данни за здраве и фитнес по време на настройването, можете да видите Вашите записи на ЕКГ в приложението Garmin Connect на смартфона си.

1. От приложението Garmin Connect изберете менюто •••.
2. Изберете Health & Performance (Здраве и изпълнение) (или Health Stats (Здр. стат.) > ECG (ЕКГ).
3. Изберете записа на ЕКГ, за да видите повече информация.

ОТСТРАНЯВАНЕ НА НЕИЗПРАВНОСТИ

Ако срещате проблеми с използването на приложението за ЕКГ, направете справка с това ръководство за отстраняване на неизправности.

Забележка: Всички сериозни инциденти, които възникват във връзка с приложението за ЕКГ, трябва да бъдат докладвани на производителя. За Европейския съюз сериозните инциденти трябва също да бъдат докладвани на Упълномощения представител за Европа и на компетентния орган на държавата членка, в която пребивавате.

Проблем: не мога да активирам приложението за ЕКГ на моя съвместим часовник Garmin.

Решение:

- Уверете се, че приложението за ЕКГ е налично за Вашия часовник Garmin. Отидете на garmin.com/ECG.
- Уверете се, че приложението за ЕКГ е одобрено за употреба във Вашата държава. Отидете на garmin.com/ECG.
- Уверете се, че имате активирани разрешения за местоположение за приложението Garmin Connect на Вашия смартфон. Направете справка с инструкциите на производителя, за да активирате разрешения за местоположение.
- Прегледайте и довършете настройката в приложението Garmin Connect на Вашия смартфон (вижте горния раздел „Настройка на приложение за ЕКГ“).

Проблем: не мога да намеря приложението за ЕКГ на моя часовник Garmin.

Решение:

- Уверете се, че приложението за ЕКГ е налично за Вашия часовник Garmin. Отидете на garmin.com/ECG.
- Уверете се, че приложението за ЕКГ е одобрено за употреба във Вашата държава. Отидете на garmin.com/ECG.
- Довършете настройката в приложението Garmin Connect на Вашия смартфон (вижте горния раздел „Настройка на приложение за ЕКГ“).
- Приложението за ЕКГ може да се открие в менюто Apps (Приложения) или Activities (Дейности) на Вашия часовник Garmin. За помощ при намирането на тези менюта направете справка с ръководството на потребителя за Вашия часовник Garmin.

Проблем: не мога да създам запис с помощта на приложението за ЕКГ.

Решение:

- Довършете настройката в приложението Garmin Connect на Вашия смартфон (вижте горния раздел **„Настройка на приложение за ЕКГ“**).
- Вода и пот могат да причинят лош запис. Почистете и подсушете китката си и Вашия часовник Garmin.
- Суха кожа, студена кожа, окосмена китка, носене на часовника върху Вашите кости на китката или твърде много движение могат да попречат на приложението за ЕКГ да запише Вашата ЕКГ.
- Използвайте овлажняващ лосион на ръцете си и на китката.
- Свалете часовника и разтъркайте внимателно китката си, за да затоплите кожата. Сложете часовника обратно и опитайте отново.
- Носете часовника точно над Вашите кости на китката към лакътя Ви.
- Останете неподвижни по време на записа.

Проблем: приложението за ЕКГ указва, че моят запис е неубедителен поради лошо качество на сигнала, или виждам много шум или смущения в записа си.

Решение:

- Седнете удобно, отпуснете се и опитайте да останете неподвижни.
- Отпуснете ръката и китката си на маса, докато правите записа.

- Проверете напасването на часовника Garmin на китката Ви. Лентата трябва да бъде прилепнала. Гърбът на Вашия часовник Garmin трябва да се допира до китката Ви. Носете часовника точно над Вашите кости на китката към лакътя Ви.
- Използвайте палеца и показалеца си върху металния пръстен около циферблата на часовника.
- Преместете се далеч от всякаква електроника, която е включена в източник на захранване, за да избегнете електрически смущения.
- Вода и пот могат да причинят лош запис. Почистете и подсушете китката си и Вашия часовник Garmin.

Проблем: приложението за ЕКГ указва, че моят запис е неубедителен, и аз не разбирам защо.

Решение:

Няколко фактора могат да предизвикат този неубедителен резултат:

- Пулсът е между 100 и 120 удара в минута и ритъмът не е предсърдно мъждене.
- Други сърдечни състояния, които приложението за ЕКГ не може да разпознае.
- Пейсмейкър или друго имплантирано кардиовертерно устройство (ICD).
- Определени физиологични състояния, които пречат на някои хора да имат достатъчен електрически сигнал за запис.

Проблем: вълнообразните криви на ЕКГ изглеждат обърнати наопаки.

Решение:

- Може да не носите часовника на китката, която сте избрали, докато сте настройвали Вашия часовник Garmin. Можете или да носите часовника на другата ръка, или да промените избора на китка във Вашия потребителски профил. За да промените избора на китка, направете справка с „Настройване на Вашия потребителски профил“ в ръководството за потребителя на Вашия часовник Garmin и изберете Wrist (Китка).

Проблем: не мога да намеря моите записи на ЕКГ в приложението Garmin Connect.

Решение:

- Ако сте избрали да качвате Вашите данни за здраве и фитнес по време на настройването, можете да видите Вашите записи на ЕКГ в приложението Garmin Connect на смартфона си и ръчно да ги споделите чрез създаване на PDF.
- От приложението Garmin Connect изберете менюто •••.
- Изберете Health & Performance (Здраве и изпълнение) (или Health Stats (Здр. стат.) > ECG (ЕКГ).

Проблем: хранилището на моя часовник Garmin е пълно.

Решение:

- Ако хранилището на Вашия часовник Garmin е пълно, няма да можете да правите нови записи на ЕКГ. За да направите място за нови записи на ЕКГ, освободете пространство на Вашия часовник Garmin, като изтриете нежелани приложения, музика или подкасти.

Проблем: искам да спра да използвам приложението за ЕКГ или искам да изтрия всички мои резултати в приложението за ЕКГ от Garmin Connect.

Решение:

- За да премахнете приложението за ЕКГ от Вашия часовник Garmin и да изтриете всички несинхронизирани резултати, моля, следвайте указанията в ръководството за потребителя на Вашия часовник Garmin за „Изтриване на данните и възстановяване на настройките“.
- За премахване на Вашите резултати в приложението за ЕКГ от Garmin Connect, отидете на garmin.com/account и изберете Manage Your Data (Управление на Вашите данни).

БЕЗОПАСНОСТ И ДЕЙСТВИЕ

Способността на приложението за ЕКГ точно да открива AFib и синусови ритми в запис на ЕКГ е валидирана в клинично проучване, включващо приблизително 590 участници. Класификациите за ритъм на приложението за ЕКГ са сравнени с класификациите за ритъм на ЕКГ с 12 отвеждания, извършени от сертифицирани кардиолози. Приложението за ЕКГ е успяло правилно да идентифицира AFib 99,5% от времето и правилно да идентифицира синусов ритъм (SR) 100% от времето в записите, които биха могли да се класифицират.
В хода на това проучване приложението за ЕКГ е определило, че 11,5% от записите са били неубедителни, включително тези, които са били считани, че имат твърде лошо качество за анализ. При включването на тези неубедителни записи вероятността приложението за ЕКГ да върне резултат за AFib за даден участник при AFib бе

86,5% и 91,1% за резултат за SR за участници при синусов ритъм. Действието в реални условия може да има по-висока степен на неубедителни резултати и резултати с лош запис.
Точността на PDF отчетите на приложението за ЕКГ бе оценена чрез сравняване с едновременно записана стандартна ЕКГ с отвеждане I. Ключовите характеристики на вълнообразните криви на ЕКГ, като PR и RR интервали, времетраене на QRS, място и амплитуда, както и място и амплитуда на P-вълна, бяха сравнени и се установи, че са статистически еквивалентни в рамките на 1 милиметър граница за неинфериорност. При сравняването на класификациите на ритъма на сертифицирани кардиолози на едновременно записаните ЕКГ с 12 отвеждания и записи на приложението за ЕКГ имаше 96% съгласуване. В хода на клиничното проучване не бяха наблюдавани нежелани събития.

КЛИНИЧНИ ПОЛЗИ

Приложението за ЕКГ предоставя удобно средство за домашен запис на ЕКГ по време на усещане на симптоми. Тази възможност увеличава вероятността за ранно откриване на AFib, което Ви позволява по-рано да потърсите медицинска помощ. Ранната клинична намеса би могла потенциално да забави, да намали или да контролира дългосрочните усложнения на AFib. Споделянето на Вашите резултати от приложението за ЕКГ с медицински специалист може да подобри ефективността на Вашето медицинско оценяване.

ОСТАТЪЧНИ РИСКОВЕ

Приложението за ЕКГ има много въведени мерки в помощ на гарантирането на безопасната употреба и действие, обаче трябва да знаете, че остава известно ниво на остатъчен риск, свързан с използването на приложението за ЕКГ.

Остатъчен риск	Насоки
Сигнал на ЕКГ с лошо качество може да доведе до невъзможност за откриване на предсърдно мъждене, което би могло да доведе до невъзможност за търсене на лечение.	Моля, вижте разделите за записване на ЕКГ на Вашия часовник Garmin и за отстраняване на неизправности в инструкциите за употреба.
Неправилна класификация на ритъма би могла да доведе до невъзможност за търсене на лечение или ненужно търсене на лечение.	Ако не се чувствате добре или ако се съмнявате в резултата от приложението за ЕКГ, говорете с Вашия лекар. Ако смятате, че имате спешен медицински проблем, свържете се със службите за спешна помощ.
Погрешна интерпретация на резултатите от приложението за ЕКГ би могла да доведе до неподходяща промяна на установените планове за лечение, невъзможност за търсене на лечение и/или ненужно търсене на лечение.	Направете справка с „Резултати, които може да видите“ за подробно обяснение на всички резултати от приложението за ЕКГ.
Използване на приложението за ЕКГ за откриване на състояния, различни от предсърдно мъждене, и/или когато имате други известни аритмии, би могло да доведе до невъзможност за търсене на лечение.	Приложението за ЕКГ не се препоръчва за хора с други известни аритмии. Моля, спазвайте всички противопоказания, общи предупреждения и предпазни мерки, посочени в инструкциите за употреба.
Експлойт в киберсигурността би могъл да доведе до: • Неумишлено разкриване на резултати от приложението за ЕКГ; • Погрешно или злоумишлено променяне на резултатите от приложението за ЕКГ и/или невъзможност за използването на приложението за ЕКГ, което води до невъзможност за търсене на лечение или ненужно търсене на медицински процедури.	Следвайте всички препоръки за сигурност, посочени в инструкциите за употреба.

[1] Приложението за ЕКГ е медицинско изделие от клас IIa съгласно Регламент на ЕС за медицинските изделия (MDR) (ЕС) 2017/745. Приложението за ЕКГ е способно да записва ЕКГ, подобна на ЕКГ с I отвеждане, и да открива наличието на предсърдно мъждене или нормален синусов ритъм. Приложението за ЕКГ е предназначено само за възрастни на възраст от 22 години и повече. Винаги спазвайте инструкциите за употреба. Приложението за ЕКГ не е налично във всички региони и е налично само на избрани смартчасовници Garmin с най-новата версия на приложението за смартчасовници Garmin Connect и софтуер за часовници. Вижте Garmin.com/ECG за наличност и пълни инструкции за употреба.

РАЗБИРАНЕ НА ВАШИТЕ РЕЗУЛТАТИ

След като завършите запис на ЕКГ, ще видите един от следните резултати в приложението за ЕКГ[1].

Синусов ритъм

Резултатът за синусов ритъм означава, че моделът на сърдечния Ви ритъм изглежда нормален. Това показва, че горната и долната камера на сърцето Ви бият в синхрон.

Забележка: резултатът за синусов ритъм се отнася само за този конкретен запис и НЕ означава, че сърцето Ви винаги бие нормално. Уведомете Вашия лекар, ако установите някакви възможни промени в здравословното си състояние.

Предсърдно мъждене (AFib)

Резултатът за ритъм на предсърдно мъждене означава, че моделът на сърдечния Ви ритъм е неравномерен. Предсърдното мъждене е неравномерен сърдечен ритъм, причинен от това, че горната и долната камера на сърцето Ви не бият в синхрон. Трябва да говорите с Вашия лекар, ако получите резултат за ритъм на предсърдно мъждене. Ако не се лекува, предсърдното мъждене може да доведе до сериозни последици за здравето. Неравномерният сърдечен ритъм води до неправилно протичане на кръвта в сърцето, което може да доведе до инсулт, сърдечна недостатъчност и/или други медицински проблеми.

Предсърдното мъждене може да бъде временно или постоянно, но това е контролируемо състояние, когато се лекува от лекар или с лекарства. Много хора с предсърдно мъждене живеят здравословен живот. Понякога хората с предсърдно мъждене нямат симптоми. При други обаче може да се наблюдават един или повече от тези общи симптоми:

- Бързо сърцебиене (удряне, трептене)
- Пропускане на сърдечен ритъм
- Умора
- Недостиг на въздух
- Стягане или болка в гърдите
- Припадане
- Виене на свят

Пулсът е твърде висок или твърде нисък

Ако пулсът Ви е над 120 удара в минута (bpm) или под 50 удара в минута, приложението за ЕКГ не може да провери за сърдечен ритъм на предсърдно мъждене. В тези случаи резултатът ще бъде неубедителен и сърдечният Ви ритъм няма да бъде класифициран. Ако получавате този резултат многократно или не се чувствате добре, трябва да говорите с Вашия лекар.

Пулс под 50 удара в минута може да бъде причинен от приема на някои лекарства или от някои сърдечни заболявания. При някои хора с високо ниво на физическа подготовка пулсът може да е под 50 удара в минута.

Пулс над 120 удара в минута е често срещан по време на тренировка и за кратко време след нея. Той може да бъде причинен и от високи нива на стрес, инфекция, дехидратация, употреба на алкохол и някои сърдечни заболявания, включително предсърдно мъждене.

Неубедителен

Неубедителният резултат означава, че сърдечният Ви ритъм не може да бъде класифициран. Това може да се случи по няколко причини, като например прекалено голямо движение или лош контакт с кожата по време на ЕКГ записа. Опитайте да отпуснете ръката и китката си на маса и се уверете, че часовникът е плътно прилепнал към китката Ви. Ако получавате този резултат многократно или ако не се чувствате добре, трябва да говорите с Вашия лекар.

Ето няколко стъпки, които ще Ви помогнат да подобрите записа си:

- Отпуснете ръката и китката си на маса и не се движете по време на записа.
- Уверете се, че часовникът Garmin е плътно прилепнал към китката Ви. Гърбът на часовника трябва да се допира до ръката Ви.
- Само поставете палеца и показалеца си върху металния пръстен около циферблата на часовника и ги дръжте на място през целия запис.
- Уверете се, че носите часовника на китката, която сте избрали по време на настройката.
- Уверете се, че китката и часовникът Ви са чисти и сухи.
- Не се доближавайте до други електронни устройства, за да избегнете смущения.

Други фактори, които може да доведат до неубедителен резултат:

- Пулсът е между 100 и 120 удара в минута и ритъмът не е предсърдно мъждене.
- Пейсмейкър или друго имплантирано кардиовертерно устройство (ICD).
- Други сърдечни състояния, които приложението за ЕКГ не може да разпознае.
- Недостатъчен електрически сигнал в записа.

[1] Приложението за ЕКГ е медицинско изделие от клас IIa съгласно Регламент на ЕС за медицинските изделия (MDR) (ЕС) 2017/745. Приложението за ЕКГ е способно да записва ЕКГ, подобна на ЕКГ с I отвеждане, и да открива наличието на предсърдно мъждене или нормален синусов ритъм. Приложението за ЕКГ е предназначено само за възрастни на възраст от 22 години и повече. Винаги спазвайте инструкциите за употреба. Приложението за ЕКГ не е налично във всички региони и е налично само на избрани смартчасовници Garmin с най-новата версия на приложението за смартчасовници Garmin Connect и софтуер за часовници. Вижте Garmin.com/ECG за наличност и пълни инструкции за употреба.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ (Greek)

ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΗΚΓ ΤΗΣ GARMIN

Διαθέσιμη σε συμβατά smartwatch, η εφαρμογή ΗΚΓ σάς επιτρέπει να καταγράφετε τους καρδιακούς παλμούς σας και να ελέγχετε για ενδείξεις κολπικής μαρμαρυγής (AFib) ή φυσιολογικού φλεβοκομβικού ρυθμού.

Η καταγραφή 30 δευτερολέπτων μπορεί να γίνει όποτε θέλετε.

Οι αισθητήρες στο smartwatch σας καταγράφουν τα ηλεκτρικά σήματα που ελέγχουν τον τρόπο με τον οποίο χτυπάει η καρδιά σας.

Δείτε τα αποτελέσματα αμέσως στο smartwatch σας και προαιρετικά στην εφαρμογή Garmin Connect™[2].

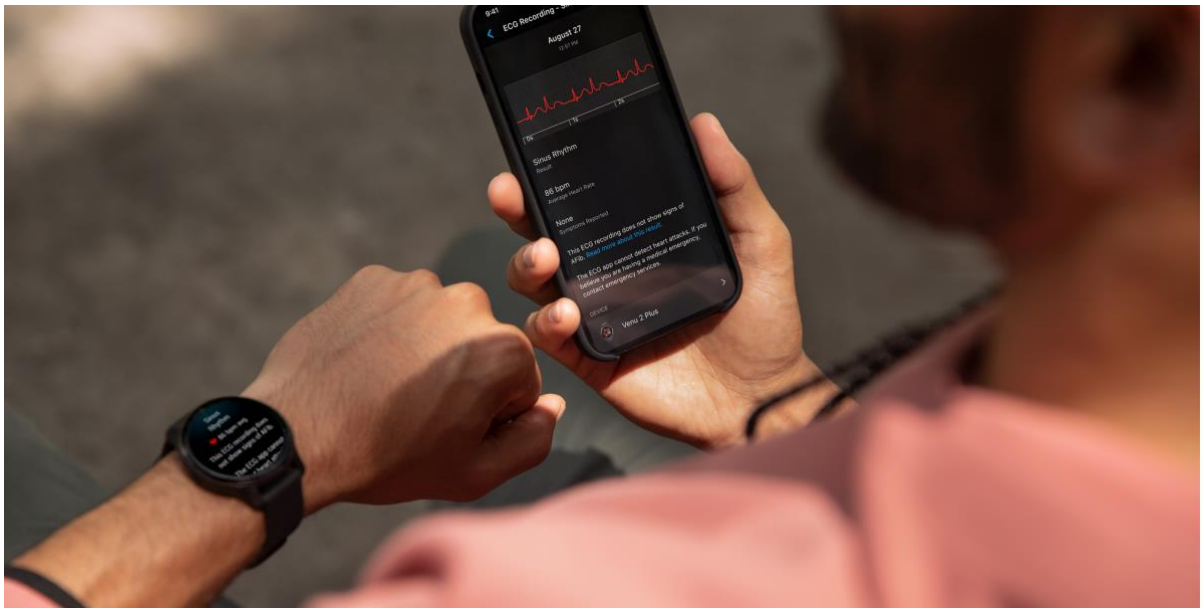
ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΗΛΕΚΤΡΟΚΑΡΔΙΟΓΡΑΦΗΜΑ (ΗΚΓ)

Το ΗΚΓ είναι μια καταγραφή της ηλεκτρικής δραστηριότητας της καρδιάς σας. Οι γιατροί χρησιμοποιούν το ΗΚΓ για να εντοπίσουν πιθανές ανωμαλίες του καρδιακού παλμού.

ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ

Η εφαρμογή ΗΚΓ χρησιμοποιεί αισθητήρες στο ρολόι Garmin για την καταγραφή των ηλεκτρικών σημάτων που ελέγχουν τον τρόπο με τον οποίο χτυπά η καρδιά σας. Αυτή η καταγραφή είναι γνωστή ως ηλεκτροκαρδιογράφημα ή ΗΚΓ. Η εφαρμογή ΗΚΓ αναλύει την

καταγραφή ώστε να υπολογίσει τον καρδιακό ρυθμό σας και να εντοπίσει ίχνη ακανόνιστου καρδιακού ρυθμού, ο οποίος ονομάζεται κολπική μαρμαρυγή ή AFib. Οι καρδιακοί ρυθμοί AFib προκύπτουν όταν οι άνω και κάτω κοιλότητες της καρδιάς σας δεν χτυπούν συγχρονισμένα. Μάθετε περισσότερα για τον τρόπο λειτουργίας της εφαρμογής ΗΚΓ.



ΠΩΣ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΗΚΓ ΤΗΣ GARMIN

Μάθετε πώς μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την εφαρμογή ΗΚΓ.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΔΕΙΤΕ

Αφού πραγματοποιήσετε ένα ΗΚΓ, η εφαρμογή ΗΚΓ αναλύει την καταγραφή και παράγει ένα από τα διάφορα αποτελέσματα. Σημειώστε ότι εάν δεν αισθάνεστε καλά ή αντιμετωπίζετε συμπτώματα, θα πρέπει να μιλήσετε με το γιατρό σας ανεξάρτητα από το αποτέλεσμα της εφαρμογής ΗΚΓ. Μάθετε για τα πιθανά αποτελέσματα της εφαρμογής ΗΚΓ.

Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΕΓΚΑΙΡΗΣ ΑΝΙΧΝΕΥΣΗΣ ΤΗΣ AFIB

Χωρίς θεραπεία, η κολπική μαρμαρυγή μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρές συνέπειες για την υγεία. Ο ακανόνιστος καρδιακός ρυθμός προκαλεί ακατάλληλη ροή αίματος στην καρδιά, η οποία μπορεί να οδηγήσει σε εγκεφαλικό επεισόδιο, καρδιακή ανεπάρκεια ή/και άλλα ιατρικά προβλήματα. Η κολπική μαρμαρυγή μπορεί να είναι προσωρινή ή εμμένουσα, αλλά αποτελεί διαχειρίσιμη κατάσταση όταν παρακολουθείται από ιατρό και γίνεται λήψη φαρμακευτικής αγωγής. Πολλοί άνθρωποι με κολπική μαρμαρυγή ζουν υγιείς.

ΔΕΙΤΕ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΤΕ ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΣΑΣ

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την εφαρμογή Garmin Connect για να δείτε το ιστορικό των αποτελεσμάτων της εφαρμογής ΗΚΓ. Μπορείτε ακόμη και να εξάγετε αυτές τις πληροφορίες σε μορφή PDF για να τις κοινοποιήσετε.

ΔΕΙΤΕ ΣΥΜΒΑΤΑ SMARTWATCH ΤΗΣ GARMIN

ΔΕΙΤΕ ΤΗ ΔΙΑΘΕΣΙΜΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΗΚΓ ΑΝΑ ΧΩΡΑ

ΔΕΙΤΕ ΤΙΣ ΠΛΗΡΕΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

[1] Η εφαρμογή ΗΚΓ είναι ένα ιατροτεχνολογικό προϊόν της κατηγορίας IIa σύμφωνα με τον κανονισμό (ΕΕ) 2017/745 για τα ιατροτεχνολογικά προϊόντα (MDR). Η εφαρμογή ΗΚΓ μπορεί να καταγράφει ένα ΗΚΓ παρόμοιο με ένα ΗΚΓ 1 απαγωγής και να ανιχνεύει την παρουσία κολπικής μαρμαρυγής ή φυσιολογικού φλεβοκομβικού ρυθμού. Η εφαρμογή ΗΚΓ προορίζεται μόνο για ενήλικες ηλικίας 22 ετών και άνω. Ακολουθείτε πάντα τις οδηγίες χρήσης. Η εφαρμογή ΗΚΓ δεν είναι διαθέσιμη σε όλες τις περιοχές και είναι διαθέσιμη μόνο για επιλεγμένα smartwatch της Garmin, τα οποία διαθέτουν την τελευταία έκδοση της εφαρμογής Garmin Connect για smartphone και του λογισμικού ρολογιού. Ανατρέξτε στο Garmin.com/ECG για διαθεσιμότητα και πλήρεις οδηγίες χρήσης.

[2] Η λήψη της εφαρμογής Garmin Connect πρέπει να γίνεται σε ένα συμβατό smartphone.

ΠΩΣ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΗΚΓ ΤΗΣ GARMIN

πώς λειτουργεί η εφαρμογή ΗΚΓ

Η εφαρμογή ΗΚΓ χρησιμοποιεί αισθητήρες στο ρολόι Garmin για την καταγραφή των ηλεκτρικών σημάτων που ελέγχουν τον τρόπο με τον οποίο χτυπά η καρδιά σας. Αυτή η καταγραφή είναι γνωστή ως ηλεκτροκαρδιογράφημα ή ΗΚΓ. Η εφαρμογή ΗΚΓ αναλύει την καταγραφή ώστε να υπολογίσει τον καρδιακό ρυθμό σας και να εντοπίσει ίχνη ακανόνιστου καρδιακού ρυθμού, ο οποίος ονομάζεται κολπική μαρμαρυγή ή AFib. Οι καρδιακοί ρυθμοί AFib προκύπτουν όταν οι άνω και κάτω κοιλότητες της καρδιάς σας δεν χτυπούν συγχρονισμένα.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΗΚΓ

Η εφαρμογή ΗΚΓ μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο σε συμβατό ρολόι Garmin που έχει ρυθμιστεί μέσω του λογαριασμού σας Garmin Connect. Η εφαρμογή ΗΚΓ προϋποθέτει τη χρήση της εφαρμογής Garmin Connect, η οποία είναι διαθέσιμη για λήψη μέσω του app store στο smartphone που διαθέτετε.Για πληροφορίες σχετικά με τις απαιτούμενες εκδόσεις λογισμικού του ρολογιού Garmin και της εφαρμογής Garmin Connect, ανατρέξτε στις πλήρεις οδηγίες χρήσης. Η εφαρμογή ΗΚΓ είναι διαθέσιμη μόνο σε επιλεγμένες περιοχές. Για την κατά τόπους διαθεσιμότητα της εφαρμογής ΗΚΓ και για γενική υποστήριξη, μεταβείτε στη διεύθυνση garmin.com/ECG.

Για να χρησιμοποιήσετε την εφαρμογή ΗΚΓ στο ρολόι Garmin, πρέπει πρώτα να ολοκληρώσετε τη ρύθμιση στην εφαρμογή Garmin Connect.

1. Ανοίξτε την εφαρμογή Garmin Connect στο smartphone σας.
2. Επιλέξτε την εικόνα της συσκευής στο επάνω μέρος της οθόνης.
   Σημείωση: Εάν έχετε περισσότερες από μία συσκευές συζευγμένες με την εφαρμογή Garmin Connect, επιλέξτε το μενού •••, επιλέξτε **Συσκευές Garmin** και κατόπιν επιλέξτε τη συσκευή.
3. Επιλέξτε **Ολοκλήρωση ρύθμισης** > **Ρύθμιση εφαρμογής ΗΚΓ**.
4. Ακολουθήστε τις οδηγίες που εμφανίζονται στην οθόνη.
5. Μετά την ολοκλήρωση της ρύθμισης, μπορείτε να πραγματοποιήσετε καταγραφή ΗΚΓ χρησιμοποιώντας την εφαρμογή ΗΚΓ στο ρολόι Garmin που διαθέτετε.

ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΗΚΓ ΣΤΟ ΡΟΛΟΪ GARMIN

Ακολουθήστε τις παρακάτω οδηγίες για να πραγματοποιήσετε καταγραφή ΗΚΓ στο ρολόι Garmin που διαθέτετε.

1. Φορέστε το ρολόι ακριβώς επάνω από τα οστά του καρπού σας προς το μέρος του αγκώνα, στον καρπό που επιλέξατε κατά τη ρύθμιση.
   Σημείωση: Το ρολόι θα πρέπει να είναι εφαρμοστό, αλλά άνετο.
2. Ανοίξτε την εφαρμογή ΗΚΓ στο ρολόι σας και ακολουθήστε τις οδηγίες που εμφανίζονται στην οθόνη.
3. Καθίστε αναπαυτικά, ακουμπήστε τον βραχίονα και τον καρπό σας σε ένα τραπέζι και παραμείνετε ακίνητοι.
4. Τοποθετήστε τον αντίχειρα και τον δείκτη σας στον μεταλλικό δακτύλιο γύρω από το καντράν του ρολογιού, για να ξεκινήσει μια εγγραφή.
5. Διατηρήστε τα δάκτυλά σας στη θέση αυτή και παραμείνετε ακίνητοι για 30 δευτερόλεπτα μέχρι να ολοκληρωθεί η εγγραφή.
6. Αφού ολοκληρωθεί η εγγραφή, μπορείτε να προβάλετε το αποτέλεσμα της εφαρμογής ΗΚΓ στο ρολόι σας. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα πιθανά αποτελέσματα, ανατρέξτε στην ενότητα Κατανόηση των αποτελεσμάτων σας.

ΠΡΟΒΟΛΗ ΤΗΣ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΗΚΓ ΣΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ GARMIN CONNECT (ΠΡΟΑΙΡΕΤΙΚΑ)

Εάν κατά τη ρύθμιση είχατε επιλέξει την μεταφορά των δεδομένων υγείας σας και φυσικής κατάστασης, τότε μπορείτε να προβάλετε τις εγγραφές ΗΚΓ που πραγματοποιήσατε στην εφαρμογή Garmin Connect στο smartphone που διαθέτετε.

1. Από την εφαρμογή Garmin Connect, επιλέξτε το μενού •••.
2. Επιλέξτε **Υγεία και απόδοση** (ή **Στατιστικά υγείας**) **> ΗΚΓ**.
3. Επιλέξτε την εγγραφή ΗΚΓ για να προβάλετε περισσότερες πληροφορίες.

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ

Εάν αντιμετωπίσετε προβλήματα κατά τη χρήση της εφαρμογής ΗΚΓ, ανατρέξτε σε αυτό τον οδηγό αντιμετώπισης προβλημάτων.

Σημείωση: Τυχόν σοβαρά περιστατικά που προκύπτουν σε σχέση με την εφαρμογή ΗΚΓ θα πρέπει να αναφέρονται στον κατασκευαστή. Για την Ευρωπαϊκή Ένωση, τα σοβαρά περιστατικά θα πρέπει επίσης να αναφέρονται στον Εξουσιοδοτημένο αντιπρόσωπο για την Ευρώπη και στην αρμόδια αρχή του κράτους-μέλους διαμονής σας.

Πρόβλημα: Δεν μπορώ να ενεργοποιήσω την εφαρμογή ΗΚΓ στο συμβατό ρολόι μου Garmin.

Λύση:

- Βεβαιωθείτε ότι η εφαρμογή ΗΚΓ είναι διαθέσιμη για το ρολόι Garmin που διαθέτετε. Μεταβείτε στη διεύθυνση garmin.com/ECG.
- Βεβαιωθείτε ότι η εφαρμογή ΗΚΓ είναι εγκεκριμένη για χρήση στη χώρα σας. Μεταβείτε στη διεύθυνση garmin.com/ECG.
- Βεβαιωθείτε ότι έχετε ενεργοποιήσει τις άδειες τοποθεσίας της εφαρμογής Garmin Connect στο smartphone που χρησιμοποιείτε. Ανατρέξτε στις οδηγίες του κατασκευαστή για να ενεργοποιήσετε τις άδειες τοποθεσίας.
- Ελέγξτε και ολοκληρώστε τις ρυθμίσεις της εφαρμογής Garmin Connect στο smartphone (δείτε την παραπάνω ενότητα **Ρύθμιση εφαρμογής ΗΚΓ**).

Πρόβλημα: Δεν μπορώ να βρω την εφαρμογή ΗΚΓ στο ρολόι μου Garmin.

Λύση:

- Βεβαιωθείτε ότι η εφαρμογή ΗΚΓ είναι διαθέσιμη για το ρολόι Garmin που διαθέτετε. Μεταβείτε στη διεύθυνση garmin.com/ECG.
- Βεβαιωθείτε ότι η εφαρμογή ΗΚΓ είναι εγκεκριμένη για χρήση στη χώρα σας. Μεταβείτε στη διεύθυνση garmin.com/ECG.
- Ολοκληρώστε τις ρυθμίσεις της εφαρμογής Garmin Connect στο smartphone (δείτε την παραπάνω ενότητα **Ρύθμιση εφαρμογής ΗΚΓ**).
- Η εφαρμογή ΗΚΓ υπάρχει στο μενού Εφαρμογές ή Δραστηριότητες του ρολογιού σας Garmin. Για να βρείτε αυτά τα μενού, ανατρέξτε στο εγχειρίδιο χρήσης του ρολογιού Garmin.

Πρόβλημα: Δεν μπορώ να δημιουργήσω μια εγγραφή ΗΚΓ με την εφαρμογή ΗΚΓ.

Λύση:

- Ολοκληρώστε τις ρυθμίσεις της εφαρμογής Garmin Connect στο smartphone (δείτε την παραπάνω ενότητα **Ρύθμιση εφαρμογής ΗΚΓ**).
- Το νερό και ο ιδρώτας μπορεί να μειώσουν την ποιότητα της εγγραφής. Καθαρίστε και στεγνώστε τον καρπό και το ρολόι Garmin.
- Η εφαρμογή ΗΚΓ μπορεί να μην πραγματοποιήσει εγγραφή ΗΚΓ εάν το δέρμα σας είναι ξηρό ή κρύο, εάν υπάρχει τριχοφυΐα στο δέρμα του καρπού, εάν φοράτε το ρολόι επάνω στα οστά του καρπού ή σε περίπτωση υπερβολικής κίνησης.
- Χρησιμοποιήστε ενυδατική λοσιόν στα χέρια και στον καρπό σας.
- Βγάλτε το ρολόι και τρίψτε απαλά τον καρπό σας για να ζεστάνετε το δέρμα. Φορέστε ξανά το ρολόι και δοκιμάστε ξανά.
- Φορέστε το ρολόι ακριβώς πάνω από τα οστά του καρπού, προς τον αγκώνα σας.
- Παραμείνετε ακίνητοι κατά τη διάρκεια της εγγραφής.

Πρόβλημα: Η εφαρμογή ΗΚΓ αναφέρει ότι η εγγραφή μου ήταν ασαφής λόγω κακής ποιότητας σήματος ή παρατηρώ πολύ θόρυβο ή παρεμβολές στην εγγραφή μου.

Λύση:

- Καθίστε αναπαυτικά, χαλαρώστε και προσπαθήστε να μείνετε ακίνητοι.
- Ακουμπήστε τον βραχίονα και τον καρπό σας σε ένα τραπέζι κατά τη διάρκεια της εγγραφής.
- Ελέγξτε την εφαρμογή του ρολογιού Garmin στον καρπό σας. Το λουράκι πρέπει να εφαρμόζει καλά. Το πίσω μέρος του ρολογιού Garmin πρέπει να ακουμπά στον καρπό σας. Φορέστε το ρολόι ακριβώς πάνω από τα οστά του καρπού, προς τον αγκώνα σας.

- Τοποθετήστε τον αντίχειρα και τον δείκτη σας στον μεταλλικό δακτύλιο γύρω από το καντράν του ρολογιού.
- Απομακρυνθείτε από τυχόν ηλεκτρονικά εξαρτήματα που είναι συνδεδεμένα σε πηγή τροφοδοσίας για την αποφυγή ηλεκτρικών παρεμβολών.
- Το νερό και ο ιδρώτας μπορεί να μειώσουν την ποιότητα της εγγραφής. Καθαρίστε και στεγνώστε τον καρπό και το ρολόι Garmin.

Πρόβλημα: Η εφαρμογή ΗΚΓ αναφέρει ότι η εγγραφή μου ήταν ασαφής και δεν καταλαβαίνω γιατί.

Λύση:

Αυτό το ασαφές αποτέλεσμα μπορεί να οφείλεται σε διάφορους παράγοντες:

- Καρδιακός ρυθμός μεταξύ 100 και 120 bpm, χωρίς ο ρυθμός να είναι κολπική μαρμαρυγή.
- Άλλες καρδιακές παθήσεις που η εφαρμογή ΗΚΓ δεν μπορεί να αναγνωρίσει.
- Βηματοδότης ή άλλη εμφυτευμένη συσκευή καρδιομετατροπής (ICD).
- Σε κάποια άτομα ορισμένοι παράγοντες φυσιολογίας αποτρέπουν την εμφάνιση αρκετά ισχυρού ηλεκτρικού σήματος για μια εγγραφή.

Πρόβλημα: Οι κυματομορφές ΗΚΓ εμφανίζονται ανάποδα.

Λύση:

- Μπορεί να μην φοράτε το ρολόι στον καρπό που επιλέξατε κατά τη ρύθμιση του ρολογιού Garmin. Φορέστε το ρολόι στο άλλο χέρι ή αλλάξτε την επιλογή καρπού στο προφίλ χρήστη. Για να αλλάξετε την επιλογή καρπού, ανατρέξτε στην ενότητα **Ρύθμιση προφίλ χρήστη** στο εγχειρίδιο χρήστη του ρολογιού Garmin και επιλέξτε **Καρπός**.

Πρόβλημα: Δεν μπορώ να βρω τις εγγραφές ΗΚΓ στην εφαρμογή Garmin Connect.

Λύση:

- Εάν κατά τη ρύθμιση είχατε επιλέξει την μεταφορά των δεδομένων υγείας σας και φυσικής κατάστασης, μπορείτε να προβάλετε τις εγγραφές ΗΚΓ που πραγματοποιήσατε στην εφαρμογή Garmin Connect στο smartphone που διαθέτετε και να τις κοινοποιήσετε με μη αυτόματο τρόπο δημιουργώντας ένα αρχείο PDF.
- Από την εφαρμογή Garmin Connect, επιλέξτε το μενού •••.
- Επιλέξτε **Υγεία και απόδοση** (ή **Στατιστικά υγείας**) **> ΗΚΓ**.

Πρόβλημα: Δεν υπάρχει ελεύθερος χώρος αποθήκευσης στο ρολόι μου Garmin.

Λύση:

- Εάν δεν υπάρχει ελεύθερος χώρος αποθήκευσης στο ρολόι Garmin, δεν θα μπορείτε να πραγματοποιήσετε νέες εγγραφές ΗΚΓ. Για να δημιουργήσετε χώρο για νέες εγγραφές ΗΚΓ, απελευθερώστε χώρο στο ρολόι Garmin διαγράφοντας ανεπιθύμητες εφαρμογές, μουσική ή podcast.

Πρόβλημα: Θέλω να σταματήσω να χρησιμοποιώ την εφαρμογή ΗΚΓ ή θέλω να διαγράψω όλα τα αποτελέσματα της εφαρμογής ΗΚΓ από το Garmin Connect.

Λύση:

- Για να καταργήσετε την εφαρμογή ΗΚΓ από το ρολόι Garmin που διαθέτετε και να διαγράψετε τυχόν μη συγχρονισμένα αποτελέσματα, ακολουθήστε τις οδηγίες στο εγχειρίδιο χρήσης του ρολογιού Garmin, στην ενότητα **Διαγραφή δεδομένων και επαναφορά ρυθμίσεων**.
- Για να αφαιρέσετε τα αποτελέσματα της εφαρμογής ΗΚΓ από το Garmin Connect, μεταβείτε στη διεύθυνση garmin.com/account και επιλέξτε **Διαχείριση των δεδομένων σας**.

ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΑΠΟΔΟΣΗ

Η ικανότητα της εφαρμογής ΗΚΓ και ανιχνεύει με ακρίβεια την AFib και τους φλεβοκομβικούς ρυθμούς σε μια καταγραφή ΗΚΓ επαληθεύτηκε σε μια κλινική μελέτη με τη συμμετοχή περίπου 590 ατόμων. Η ταξινομήσεις ρυθμού της εφαρμογής ΗΚΓ συγκρίθηκαν με αυτές ενός ΗΚΓ 12 απαγωγών που πραγματοποιήθηκαν από πιστοποιημένους καρδιολόγους. Η εφαρμογή ΗΚΓ ανίχνευσε σωστά την AFib στο 99,5% των περιπτώσεων και ανίχνευσε σωστά τον φλεβοκομβικό ρυθμό (SR) στο 100% των περιπτώσεων στις καταγραφές που μπορούσαν να ταξινομηθούν.
Κατά τη διάρκεια αυτής της μελέτης, η εφαρμογή ΗΚΓ προσδιόρισε ότι το 11,5% των καταγραφών ήταν ασαφείς, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που θεωρήθηκαν πολύ χαμηλής ποιότητας για ανάλυση. Συμπεριλαμβάνοντας αυτές τις ασαφείς καταγραφές, η πιθανότητα η εφαρμογή ΗΚΓ να δώσει ένα αποτέλεσμα AFib για άτομο με AFib ήταν 86,5%, ενώ η πιθανότητα για ένα αποτέλεσμα SR για άτομα με φλεβοκομβικό ρυθμό ήταν 91,1%. Η απόδοση σε πραγματικές συνθήκες μπορεί να περιλαμβάνει υψηλότερο ποσοστό αποτελεσμάτων τα οποία είναι ασαφή ή χαμηλής ποιότητας καταγραφής.

Η ακρίβεια των αναφορών PDF της εφαρμογής ΗΚΓ αξιολογήθηκε μέσω της σύγκρισης με ένα τυπικό ΗΚΓ 1 απαγωγής που διενεργήθηκε ταυτόχρονα. Τα βασικά χαρακτηριστικά των κυματομορφών ΗΚΓ, όπως τα διαστήματα PR και RR, η διάρκεια, η θέση και το πλάτος QRS, καθώς και η θέση και το πλάτος του επάρματος P, συγκρίθηκαν και διαπιστώθηκε ότι ήταν στατιστικά ισοδύναμα, με περιθώριο μη κατωτερότητας της τάξης του 1 χιλιοστού. Μετά από σύγκριση των ταξινομήσεων ρυθμού που πραγματοποιήθηκαν από πιστοποιημένους καρδιολόγους στα ΗΚΓ 12 απαγωγών που διενεργήθηκαν ταυτόχρονα με τις καταγραφές της εφαρμογής ΗΚΓ, διαπιστώθηκε συμφωνία 96%. Δεν παρατηρήθηκα ανεπιθύμητα συμβάντα κατά τη διάρκεια της κλινικής μελέτης.

ΚΛΙΝΙΚΑ ΟΦΕΛΗ

Η εφαρμογή ΗΚΓ παρέχει έναν εύχρηστο τρόπο καταγραφής ΗΚΓ κατ' οίκον τη στιγμή που γίνονται αντιληπτά συμπτώματα. Αυτή η δυνατότητα αυξάνει την πιθανότητα έγκαιρης ανίχνευσης της Afib, γεγονός που σας επιτρέπει να αναζητήσετε ιατρική βοήθεια νωρίτερα. Η έγκαιρη κλινική παρέμβαση μπορεί δυνητικά να καθυστερήσει, να μειώσει ή να θέσει υπό έλεγχο τις μακροχρόνιες επιπλοκές της AFib. Η κοινοποίηση των αποτελεσμάτων της εφαρμογής ΗΚΓ σε έναν επαγγελματία υγείας μπορεί να βελτιώσει την αποτελεσματικότητα της ιατρικής αξιολόγησής σας.

ΥΠΟΛΕΙΠΟΜΕΝΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ

Η εφαρμογή ΗΚΓ έχει λάβει αρκετά μέτρα που διασφαλίζουν την ασφάλεια και την απόδοση, ωστόσο, θα πρέπει να γνωρίζετε ότι παραμένουν κάποιοι υπολειπόμενοι κίνδυνοι που σχετίζονται με τη χρήση της εφαρμογής ΗΚΓ.

Υπολειπόμενος κίνδυνος	Καθοδήγηση
Ένα σήμα ΗΚΓ κακής ποιότητας μπορεί να οδηγήσει σε μη ανίχνευση της κολπικής μαρμαρυγής με αποτέλεσμα να μην αναζητηθεί αντιμετώπιση.	Ανατρέξτε στις ενότητες Καταγραφή ΗΚΓ στο ρολόι σας Garmin και Αντιμετώπιση προβλημάτων στις οδηγίες χρήσης.
Μια εσφαλμένη ταξινόμηση ρυθμού μπορεί να αποτρέψει την αναζήτηση αντιμετώπισης ή να οδηγήσει σε μη αναγκαία αναζήτηση αντιμετώπισης της κατάστασης.	Εάν δεν αισθάνεστε καλά ή εάν αμφισβητείτε το αποτέλεσμα της εφαρμογής ΗΚΓ, επικοινωνήστε με τον γιατρό σας. Εάν πιστεύετε ότι αντιμετωπίζετε ένα επείγον ιατρικό περιστατικό, επικοινωνήστε με τις υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης.
Η λανθασμένη ερμηνεία των αποτελεσμάτων της εφαρμογής ΗΚΓ μπορεί να οδηγήσει σε ακατάλληλη τροποποίηση των καθιερωμένων σχεδίων θεραπείας, μη αναζήτηση θεραπείας ή/και μη αναγκαία αναζήτηση θεραπείας.	Ανατρέξτε στην ενότητα Πιθανά αποτελέσματα για μια λεπτομερή επεξήγηση όλων των αποτελεσμάτων της εφαρμογής ΗΚΓ.
Η χρήση της εφαρμογής ΗΚΓ για την ανίχνευση άλλων παθήσεων, πέραν της κολπικής μαρμαρυγής, ή/και όταν υφίστανται άλλες γνωστές αρρυθμίες μπορεί να οδηγήσει σε μη αναζήτηση θεραπείας.	Η εφαρμογή ΗΚΓ δεν συνιστάται για άτομα με άλλες γνωστές αρρυθμίες. Τηρείτε όλες τις αντενδείξεις, τις γενικές προειδοποιήσεις και τις προφυλάξεις που αναφέρονται στις οδηγίες χρήσης.
Οποιαδήποτε απόπειρα εκμετάλλευσης ευπαθειών κυβερνοασφάλειας μπορεί να έχει τα ακόλουθα αποτελέσματα: • Ακούσια αποκάλυψη των αποτελεσμάτων της εφαρμογής ΗΚΓ. • Εσφαλμένη ή κακόβουλη παραποίηση των αποτελεσμάτων της εφαρμογής ΗΚΓ ή/και αδυναμία χρήσης της εφαρμογής ΗΚΓ με αποτέλεσμα τη μη αναζήτηση θεραπείας ή την μη αναγκαία αναζήτηση ιατρικής αντιμετώπισης.	Ακολουθήστε όλες τις συστάσεις ασφαλείας που αναφέρονται στις οδηγίες χρήσης.

[1] Η εφαρμογή ΗΚΓ είναι ένα ιατροτεχνολογικό προϊόν της κατηγορίας IIa σύμφωνα με τον κανονισμό (ΕΕ) 2017/745 για τα ιατροτεχνολογικά προϊόντα (MDR). Η εφαρμογή ΗΚΓ μπορεί να καταγράφει ένα ΗΚΓ παρόμοιο με ένα ΗΚΓ 1 απαγωγής και να ανιχνεύει την παρουσία κολπικής μαρμαρυγής ή φυσιολογικού φλεβοκομβικού ρυθμού. Η εφαρμογή ΗΚΓ προορίζεται μόνο για ενήλικες ηλικίας 22 ετών και άνω. Ακολουθείτε πάντα τις οδηγίες χρήσης. Η εφαρμογή ΗΚΓ δεν είναι διαθέσιμη σε όλες τις περιοχές και είναι διαθέσιμη μόνο για επιλεγμένα smartwatch της Garmin, τα οποία διαθέτουν την τελευταία έκδοση της εφαρμογής Garmin Connect για smartphone και του λογισμικού ρολογιού. Ανατρέξτε στο Garmin.com/ECG για διαθεσιμότητα και πλήρεις οδηγίες χρήσης.

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΣΑΣ

Αφού ολοκληρώσετε μια καταγραφή ΗΚΓ, θα δείτε ένα από τα ακόλουθα αποτελέσματα στην εφαρμογή ΗΚΓ[1].

Φλεβοκομβικός ρυθμός

Ένα αποτέλεσμα φλεβοκομβικού ρυθμού σημαίνει ότι το μοτίβο του καρδιακού σας παλμού εμφανίζεται φυσιολογικό. Υποδεικνύει ότι η άνω και κάτω κοιλότητα της καρδιάς σας χτυπούν συγχρονισμένα.

Σημείωση: Ένα αποτέλεσμα φλεβοκομβικού ρυθμού ισχύει μόνο για τη συγκεκριμένη εγγραφή και ΔΕΝ σημαίνει ότι η καρδιά σας χτυπά πάντα κανονικά. Ενημερώστε τον γιατρό σας αν διαπιστώσετε πιθανές αλλαγές στην υγεία σας.

Κολπική μαρμαρυγή (AFib)

Ένα αποτέλεσμα ρυθμού κολπικής μαρμαρυγής σημαίνει ότι το μοτίβο του καρδιακού σας παλμού εμφανίζεται μη φυσιολογικό. Η κολπική μαρμαρυγή είναι ένας ακανόνιστος καρδιακός ρυθμός που προκαλείται από το γεγονός ότι η άνω και κάτω κοιλότητα της καρδιάς σας δεν χτυπούν συγχρονισμένα. Αν λάβετε αποτέλεσμα ρυθμού κολπικής μαρμαρυγής, θα πρέπει να μιλήσετε με τον γιατρό σας. Χωρίς θεραπεία, η κολπική μαρμαρυγή μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρές συνέπειες για την υγεία. Ο ακανόνιστος καρδιακός ρυθμός προκαλεί ακατάλληλη ροή αίματος στην καρδιά, η οποία μπορεί να οδηγήσει σε εγκεφαλικό επεισόδιο, καρδιακή ανεπάρκεια ή/και άλλα ιατρικά προβλήματα.

Η κολπική μαρμαρυγή μπορεί να είναι προσωρινή ή εμμένουσα, αλλά αποτελεί διαχειρίσιμη κατάσταση όταν παρακολουθείται από ιατρό και γίνεται λήψη φαρμακευτικής αγωγής. Πολλοί άνθρωποι με κολπική μαρμαρυγή ζουν υγιείς. Μερικές φορές τα άτομα με κολπική μαρμαρυγή δεν έχουν συμπτώματα. Ωστόσο, άλλα άτομα μπορεί να εμφανίζουν ένα ή περισσότερα από αυτά τα κοινά συμπτώματα:

- Γρήγορος καρδιακός παλμός (έντονος χτύπος, πτερυγισμός)
- Παραλειπόμενος καρδιακός παλμός
- Κόπωση
- Δύσπνοια
- Σφίξιμο ή πόνος στο στήθος
- Λιποθυμία
- Ζάλη

Καρδιακός ρυθμός πολύ υψηλός ή πολύ χαμηλός

Εάν ο καρδιακός ρυθμός σας είναι πάνω από 120 παλμοί ανά λεπτό (bpm) ή κάτω από 50 bpm, η εφαρμογή ΗΚΓ δεν μπορεί να ελέγξει αν υπάρχει κολπική μαρμαρυγή. Σε αυτές τις περιπτώσεις, το αποτέλεσμα θα είναι ασαφές και ο καρδιακός ρυθμός σας δεν θα μπορεί να ταξινομηθεί. Αν λαμβάνετε επανειλημμένα αυτό το αποτέλεσμα ή δεν αισθάνεστε καλά, θα πρέπει να μιλήσετε με τον γιατρό σας.

Ένας καρδιακός ρυθμός κάτω από 50 bpm μπορεί να προκληθεί από τη λήψη ορισμένων φαρμάκων ή από ορισμένες καρδιακές παθήσεις. Ορισμένα άτομα με υψηλά επίπεδα φυσικής κατάστασης μπορεί επίσης να έχουν καρδιακό ρυθμό κάτω από 50 bpm.

Ένας καρδιακός ρυθμός άνω των 120 bpm είναι συνηθισμένος κατά τη διάρκεια της άσκησης και για σύντομο χρονικό διάστημα μετά την άσκηση. Μπορεί επίσης να προκληθεί από υψηλά επίπεδα στρες, λοίμωξη, αφυδάτωση, κατανάλωση αλκοόλ και ορισμένες καρδιακές παθήσεις, συμπεριλαμβανομένης της κολπικής μαρμαρυγής.

Ασαφής

Ένα ασαφές αποτέλεσμα σημαίνει ότι ο καρδιακός σας ρυθμός δεν μπόρεσε να ταξινομηθεί. Αυτό μπορεί να συμβεί για διάφορους λόγους, όπως από υπερβολική κίνηση ή κακή επαφή με το δέρμα κατά τη διάρκεια της εγγραφής του ΗΚΓ. Δοκιμάστε να ακουμπήσετε το χέρι και τον καρπό σας σε ένα τραπέζι και βεβαιωθείτε ότι το ρολόι εφαρμόζει σφιχτά στον καρπό σας. Αν λαμβάνετε επανειλημμένα αυτό το αποτέλεσμα ή δεν αισθάνεστε καλά, θα πρέπει να μιλήσετε με τον γιατρό σας.

Ακολουθούν ορισμένα βήματα που θα σας βοηθήσουν να βελτιώσετε την εγγραφή σας:

- Ακουμπήστε τον βραχίονα και τον καρπό σας σε ένα τραπέζι και μείνετε ακίνητοι κατά τη διάρκεια της εγγραφής.
- Βεβαιωθείτε ότι το ρολόι Garmin εφαρμόζει καλά στον καρπό σας. Το πίσω μέρος του ρολογιού πρέπει να ακουμπά στο χέρι σας.
- Τοποθετήστε μόνο τον αντίχειρα και τον δείκτη σας πάνω στον μεταλλικό δακτύλιο γύρω από το καντράν και διατηρήστε τα στη θέση αυτή για όλη τη διάρκεια της εγγραφής.
- Βεβαιωθείτε ότι φοράτε το ρολόι στον καρπό που επιλέξατε κατά τη ρύθμιση.
- Βεβαιωθείτε ότι τόσο ο καρπός σας όσο και το ρολόι είναι καθαρά και στεγνά.
- Μείνετε μακριά από άλλες ηλεκτρονικές συσκευές για να αποφύγετε τις παρεμβολές.

Άλλοι παράγοντες που μπορεί να προκαλέσουν ασαφές αποτέλεσμα:

- Καρδιακός ρυθμός μεταξύ 100 και 120 bpm, χωρίς ο ρυθμός να είναι κολπική μαρμαρυγή.
- Βηματοδότης ή άλλη εμφυτευμένη συσκευή καρδιομετατροπής (ICD).
- Άλλες καρδιακές παθήσεις που η εφαρμογή ΗΚΓ δεν μπορεί να αναγνωρίσει.
- Μη επαρκές ηλεκτρικό σήμα στην εγγραφή.

[1] Η εφαρμογή ΗΚΓ είναι ένα ιατροτεχνολογικό προϊόν της κατηγορίας IIa σύμφωνα με τον κανονισμό (ΕΕ) 2017/745 για τα ιατροτεχνολογικά προϊόντα (MDR). Η εφαρμογή ΗΚΓ μπορεί να καταγράφει ένα ΗΚΓ παρόμοιο με ένα ΗΚΓ 1 απαγωγής και να ανιχνεύει την παρουσία κολπικής μαρμαρυγής ή φυσιολογικού φλεβοκομβικού ρυθμού. Η εφαρμογή ΗΚΓ προορίζεται μόνο για ενήλικες ηλικίας 22 ετών και άνω. Ακολουθείτε πάντα τις οδηγίες χρήσης. Η εφαρμογή ΗΚΓ δεν είναι διαθέσιμη σε όλες τις περιοχές και είναι διαθέσιμη μόνο για επιλεγμένα smartwatch της Garmin, τα οποία διαθέτουν την τελευταία έκδοση της εφαρμογής Garmin Connect για smartphone και του λογισμικού ρολογιού. Ανατρέξτε στο Garmin.com/ECG για διαθεσιμότητα και πλήρεις οδηγίες χρήσης.

MAGYAR (Hungarian)

GARMIN EKG ALKALMAZÁS

A kompatibilis okosórákon elérhető EKG-alkalmazás lehetővé teszi a szívritmus rögzítését és a pitvarfibrillációra (AFib) vagy a 26zonal szinuszritmusra mutató jelek azonosítását.

A 30 másodpercig tartó adatrögzítés bármikor elvégezhető.

Az okosórán található érzékelők rögzítik azokat az elektromos jeleket, amelyek a szívverést befolyásolják.

Az eredmények 26zonal megtekinthetők az okosórán vagy a Garmin Connect™ alkalmazásban[2].

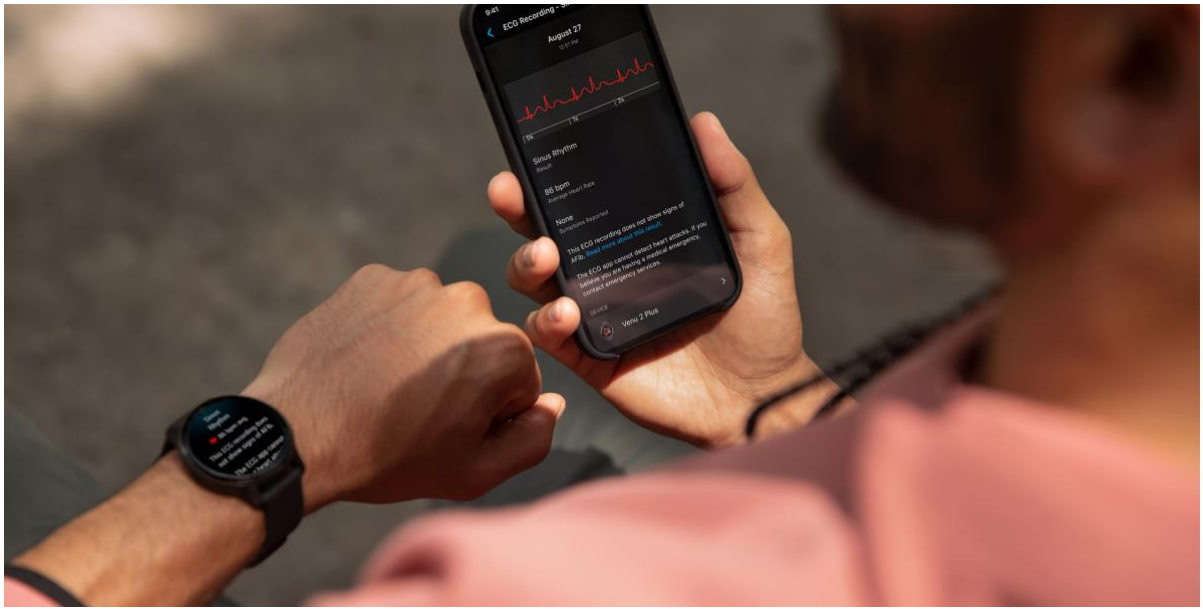
MI AZ ELEKTROKARDIOGRAM (EKG)

Az EKG a szív elektromos tevékenységét rögzíti. Az orvosok az EKG segítségével azonosítják a lehetséges szívritmuszavarokat.

A FUNKCIÓ MŰKÖDÉSE

Az EKG alkalmazás a Garmin óra érzékelőinek segítségével rögzíti azokat az elektromos jeleket, amelyek a szívverését szabályozzák. Ezt a felvételt elektrokardiogramnak vagy röviden EKG-nek nevezik. Az EKG alkalmazás elemzi a felvételt, hogy ellenőrizze a

szívfrekvenciát, illetve észlelje a pitvarfibrillációnak nevezett szabálytalan szívritmus jeleit. Pitvarfibrillációs (AFib-) ritmus akkor fordul elő, ha a szív felső és alsó üregei nem szinkronban vernek. További tudnivalók az EKG-alkalmazás működéséről.



A GARMIN EKG-ALKALMAZÁS HASZNÁLATA

Az EKG-alkalmazás használatának módja.

LEHETSÉGES EREDMÉNYEK

Miután elkészíti az EKG-t, az EKG-alkalmazás elemzi az adatokat, és a többféle lehetséges eredmény közül kiválasztja a megfelelőt. Fontos, hogy ha nem érzi jól magát, vagy bármilyen tünetet tapasztal, az EKG-alkalmazás eredményétől függetlenül beszéljen orvosával. Az EKG-alkalmazás által adott lehetséges értékelések.

A KORAI AFIB-ÉSZLELÉS FONTOSSÁGA

Ha nem kezelik, a pitvarfibrilláció súlyos egészségügyi következményekkel járhat. A szabálytalan szívritmus nem megfelelő véráramlást eredményez a szívben, ami stroke, szívelégtelenség és/vagy egyéb orvosi problémák kialakulásához vezethet. A pitvarfibrilláció lehet átmeneti vagy állandó, de ez egy orvos által és gyógyszeres kezeléssel kezelhető állapot. Sokan élnek egészséges életet pitvarfibrillációval.

EREDMÉNYEK MEGTEKINTÉSE ÉS MEGOSZTÁSA

A Garmin Connect alkalmazásban megtekintheti az EKG-alkalmazásból korábban kapott előzményadatokat. Akár PDF-fájlba is exportálhatja ezeket az eredményeket, hogy megossza őket másokkal.

KOMPATIBILIS GARMIN OKOSÓRÁK MEGTEKINTÉSE
EKG-ALKALMAZÁS RENDELKEZÉSRE ÁLLÁSA ORSZÁGONKÉNT
A TELJES HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ MEGTEKINTÉSE

[1] Az EKG-alkalmazás az orvostechnikai eszközökre vonatkozó uniós (EU) 2017/745 rendelet (MDR) értelmében II.a. osztályú orvostechnikai eszköznek minősül. Az EKG-alkalmazás képes az I-es elvezetésű EKG-hez hasonló EKG rögzítésére és a pitvarfibrilláció vagy normál szinuszritmus kimutatására. Az EKG-alkalmazás csak 22 éves vagy annál idősebb felnőttek általi használatra szolgál. Mindig kövesse a használati útmutatót. Az EKG-alkalmazás nem minden régióban érhető el, és csak bizonyos Garmin okosórákon áll rendelkezésre a Garmin Connect okostelefon-alkalmazás és az óraszoftver legújabb verziójának használata esetén. A rendelkezésre állással kapcsolatos információkat és a teljes használati útmutatót lásd a Garmin.com/ECG weboldalon.

[2] A Garmin Connect alkalmazást le kell tölteni egy kompatibilis okostelefonra.

A GARMIN EKG-ALKALMAZÁS HASZNÁLATA

EKG-alkalmazás működéséről

Az EKG alkalmazás a Garmin óra érzékelőinek segítségével rögzíti azokat az elektromos jeleket, amelyek a szívverését szabályozzák. Ezt a felvételt elektrokardiogramnak vagy röviden EKG-nek nevezik. Az EKG alkalmazás elemzi a felvételt, hogy ellenőrizze a szívfrekvenciát, illetve észlelje a pitvarfibrillációnak nevezett szabálytalan szívritmus jeleit. Pitvarfibrillációs (AFib-) ritmus akkor fordul elő, ha a szív felső és alsó üregei nem szinkronban vernek.

AZ EKG ALKALMAZÁS BEÁLLÍTÁSA

Az EKG alkalmazás csak olyan kompatibilis Garmin órán használható, amely be van állítva az Ön Garmin Connect-fiókjához. Az EKG alkalmazás használatához a Garmin Connect alkalmazás szükséges, amely okostelefonja alkalmazás-áruházából tölthető le. A Garmin óra és a Garmin Connect alkalmazás szükséges szoftververzióiról a teljes használati útmutatóban tájékozódhat. Az EKG alkalmazás csak bizonyos régiókban érhető el. Az EKG alkalmazás regionális elérhetőségével és az általános támogatással kapcsolatos információkért látogasson el a garmin.com/ECG weboldalra.

Az EKG alkalmazásnak a Garmin órán való használatához először el kell végeznie a beállítási folyamatot a Garmin Connect alkalmazásban.

1. Nyisssa meg a Garmin Connect alkalmazást az okostelefonján.
2. Válassza ki a képernyő felső részén a készülék képét.
   Megjegyzés: Ha Önnek egynél több készüléke van párosítva a Garmin Connect alkalmazással, válassza a ••• menüt, válassza a **Garmin készülékek** lehetőséget, majd válassza ki a készüléket.
3. Válassza a **Beállítás befejezése** > **Az EKG alkalmazás beállítása** lehetőséget.
4. Kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.
5. A beállítás befejezése után a Garmin óráján elérhető EKG alkalmazás használatával rögzítheti az EKG-t.

EKG RÖGZÍTÉSE A GARMIN ÓRÁJÁN

Kövesse az alábbi utasításokat, ha EKG-t szeretne rögzíteni Garmin óráján:

1. A beállítás során viselje az órát a választott csuklóján, épp a csuklócsontja felett, a könyöke irányában.
   Megjegyzés: Az órának szorosan kell illeszkednie, de úgy, hogy kényelmes legyen.
2. Nyissa meg az EKG alkalmazást az óráján, és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.
3. Üljön kényelmesen, helyezze a karját és csuklóját egy asztalra, és tartsa mozdulatlanul.
4. A felvétel megkezdéséhez helyezze hüvelykujját és mutatóujját a számlap körüli fémgyűrűre.
5. Ne mozgassa az ujjait, és maradjon nyugodtan a 30 másodperces felvétel teljes időtartama alatt.
6. A felvétel befejezése után óráján megtekintheti az EKG alkalmazás eredményeit. A lehetséges eredményekkel kapcsolatos részletesebb információkért lásd Az eredmények értelmezése című részt.

AZ EKG-FELVÉTEL MEGTEKINTÉSE A GARMIN CONNECT ALKALMAZÁSBAN (OPCIONÁLIS)

Ha a beállítás során kiválasztotta az egészségügyi és fitneszadatok feltöltését, EKG-felvételeit megtekintheti az okostelefonján elérhető Garmin Connect alkalmazásban.

1. A Garmin Connect alkalmazásban válassza ki a ••• menüt.
2. Válassza az **Egészség és teljesítmény** (vagy **Egészségügyi adatok**) **> EKG** lehetőséget.
3. Válassza ki az EKG-felvételt a további információk megtekintéséhez.

HIBAELHÁRÍTÁS

Ha problémái merülnek fel az EKG alkalmazás használata során, tekintse meg ezt a hibaelhárítási útmutatót.

Megjegyzés: Az EKG alkalmazással összefüggésben előforduló minden súlyos eseményt jelenteni kell a gyártónak. Az Európai Unióban a súlyos eseményeket emellett az meghatalmazott európai képviselőnek, valamint az Ön tartózkodási helye szerint illetékes hatóságnak is jelenteni kell.

Probléma: Nem tudom aktiválni az EKG alkalmazást a kompatibilis Garmin órámon.

Megoldás:

- Győződjön meg arról, hogy az EKG alkalmazás elérhető az Ön Garmin órájához. Nyissa meg a garmin.com/ECG webhelyet.
- Győződjön meg arról, hogy az EKG alkalmazás használata engedélyezett az Ön országában. Nyissa meg a garmin.com/ECG webhelyet.
- Győződjön meg arról, hogy engedélyezve van a helymeghatározás a Garmin Connect alkalmazás számára okostelefonján. A helymeghatározás engedélyezéséhez olvassa el a gyártó utasításait.
- Ellenőrizze és végezze el a beállításokat a Garmin Connect alkalmazásban okostelefonján (lásd a fenti részt: **Az EKG alkalmazás beállítása**).

Probléma: Nem találom az EKG alkalmazást a Garmin órámon.

Megoldás:

- Győződjön meg arról, hogy az EKG alkalmazás elérhető az Ön Garmin órájához. Nyissa meg a garmin.com/ECG webhelyet.
- Győződjön meg arról, hogy az EKG alkalmazás használata engedélyezett az Ön országában. Nyissa meg a garmin.com/ECG webhelyet.
- Végezze el a beállításokat a Garmin Connect alkalmazásban okostelefonján (lásd a fenti részt: **Az EKG alkalmazás beállítása**).
- Az EKG alkalmazás Garmin órájának Alkalmazások vagy Tevékenységek menüjében található. A menük megkereséséhez segítséget talál a Garmin óra használati útmutatójában.

Probléma: Nem tudok felvételt készíteni az EKG alkalmazással.

Megoldás:

- Végezze el a beállításokat a Garmin Connect alkalmazásban okostelefonján (lásd a fenti részt: **Az EKG alkalmazás beállítása**).
- A víz és az izzadság miatt gyenge minőségű lehet a felvétel. Tisztítsa meg és szárítsa meg csuklóját és Garmin óráját.
- A száraz vagy hideg bőr, a csuklón lévő szőrszálak, az óra viselése a csuklócsonton vagy a túlzott mozgás megakadályozhatja, hogy az EKG alkalmazás elkészítse az EKG-felvételt.
- Használjon hidratáló krémet kezén és csuklóján.
- Vegye le az órát, és gyengéden masszírozza meg a csuklóját, hogy felmelegítse a bőrt. Vegye vissza az órát, és próbálja meg újra.
- Az órát épp a csuklócsont felett viselje, a könyöke irányában.
- Maradjon mozdulatlan a felvétel közben.

Probléma: Az EKG alkalmazás szerint a felvétel eredménye nem egyértelmű, mert gyenge a jel minősége, vagy nagyon sok zaj vagy interferencia látható a felvételemen.

Megoldás:

- Üljön kényelmesen, lazítson, és próbáljon mozdulatlan maradni.
- Helyezze a karját és csuklóját egy asztalra a felvétel közben.
- Ellenőrizze a Garmin óra illeszkedését a csuklóján. A szíjnak szorosan kell illeszkednie. A Garmin óra hátoldalának hozzá kell érnie a csuklójához. Az órát épp a csuklócsont felett viselje, a könyöke irányában.
- Helyezze a hüvelykujját és mutatóujját a számlap körüli fémgyűrűre.
- Az elektromos interferencia elkerülése érdekében helyezkedjen távolabb azoktól az elektronikai eszközöktől, amelyek áramforráshoz vannak csatlakoztatva.
- A víz és az izzadság miatt gyenge minőségű lehet a felvétel. Tisztítsa meg és szárítsa meg csuklóját és Garmin óráját.

Probléma: Az EKG alkalmazás szerint a felvétel eredménye nem egyértelmű, és nem értem, miért.

Megoldás:

Több tényező is okozhatja a nem egyértelmű eredményt:

- A pulzusszám 100 és 120 ütés/perc között van, és a ritmus nem volt pitvarfibrillációs.
- Egyéb szívbetegségek, amelyeket az EKG alkalmazás nem ismer fel.
- Szívritmusszabályzó vagy egyéb beültetett kardioverter készülék (ICD).
- Bizonyos élettani állapotok megakadályozhatják egyes személyeknél a kellően erős elektromos jel kialakulását a felvétel készítéséhez.

Probléma: Az EKG-görbe fejjel lefelé jelenik meg.

Megoldás:

- Lehet, hogy nem azon a csuklóján viseli az órát, amelyet a Garmin óra beállításakor kiválasztott. Viselje az órát a másik csuklóján, vagy válassza ki a másik csuklóját a felhasználói profiljában. A kiválasztott csukló módosításához olvassa el a Garmin óra használati útmutatójának **Felhasználói profil beállítása** című részét, és válassza ki a **Csukló** lehetőséget.

Probléma: Nem találom az EKG-felvételeimet a Garmin Connect alkalmazásban.

Megoldás:

- Ha a beállítás során kiválasztotta az egészségügyi és fitneszadatok feltöltését, EKG-felvételeit megtekintheti az okostelefonján elérhető Garmin Connect alkalmazásban, majd kézzel létrehozhat egy PDF-fájlt, és megoszthatja azt.
- A Garmin Connect alkalmazásban válassza a ••• menüt.
- Válassza az **Egészség és teljesítmény** (vagy **Egészségügyi adatok**) **> EKG** lehetőséget.

Probléma: A Garmin órám tárhelye megtelt.

Megoldás:

- Ha a Garmin óra tárhelye megtelt, nem fog tudni új EKG-felvételeket készíteni. Szabadítson fel helyet Garmin óráján az új EKG-felvételek számára a nem kívánt alkalmazások, zene vagy podcastek törlésével.

Probléma: Nem szeretném tovább használni az EKG alkalmazást, vagy törölni szeretném az EKG alkalmazás összes eredményét a Garmin Connect alkalmazásból.

Megoldás:

- Ha el szeretné távolítani az EKG alkalmazást Garmin órájáról, és törölni szeretné a nem szinkronizált eredményeket, kövesse a Garmin óra használati útmutatójának **Adatok törlése és beállítások visszaállítása** című részében található utasításokat.
- Az EKG alkalmazás eredményeinek a Garmin Connect alkalmazásból való eltávolításához nyissa meg a garmin.com/account webhelyet, és válassza az **Adatok kezelése** menüpontot.

BIZTONSÁGOSSÁG ÉS TELJESÍTMÉNY

Az EKG alkalmazás a pitvarfibrilláció és a szinuszritmus pontos észlelésére való képességét egy körülbelül 590 résztvevőt magában foglaló klinikai vizsgálatban validálták. Az EKG alkalmazás által megadott ritmusosztályozásokat egy 12 elvezetéses EKG alapján képzett kardiológusok által megadott ritmusosztályozásokkal vetették össze. Az EKG alkalmazás a pitvarfibrillációt az esetek 99,5%-ban helyesen volt képes azonosítani, a szinuszritmust (SR) pedig az osztályozásra alkalmas felvételek 100%-ában.
Ezen vizsgálat során az EKG alkalmazás a felvételek 11,5%-át nem egyértelműnek ítélte meg, beleértve azokat a felvételeket is, melyeket túl gyenge minőségűnek ítéltek az elemzéshez. Ezen nem egyértelmű felvételeket is figyelembe véve annak a valószínűsége, hogy az EKG pitvarfibrillációs eredményt ad egy pitvarfibrillációban szenvedő alany esetén, 86,5% volt, míg annak a valószínűsége, hogy szinuszritmust adjon egy szinuszritmussal rendelkező alany esetén, 91,1% volt. A valós körülmények közötti teljesítmény esetén magasabb lehet a nem egyértelmű vagy gyenge minőségű felvételi eredmények aránya.
Az EKG alkalmazás PDF-jelentéseinek pontosságát egy párhuzamosan felvett, standard egyelvezetéses EKG-felvétellel történő összehasonlítás alapján értékelték. Az EKG-görbe fő jellemzőit, mint például a PR és RR intervallumokat, a QRS időtartamát, elhelyezkedését és amplitúdóját, valamint a P-hullám elhelyezkedését és amplitúdóját vetették össze, és statisztikai szempontból egyenértékűnek találták, 1 milliméteres non-inferioritási határ mellett. A párhuzamosan felvett 12 elvezetéses EKG alapján képzett kardiológusok által megadott ritmusosztályozásokat és az EKG alkalmazás felvételeit összehasonlítva az egyezés 96%-os volt. A klinikai vizsgálat során nem figyeltek meg nemkívánatos eseményeket.

KLINIKAI ELŐNYÖK

Az EKG alkalmazás kényelmes módon biztosítja az otthoni EKG-felvétel készítését a tünetek észlelése idején. Ez a lehetőség fokozza a pitvarfibrilláció korai észlelésének esélyét, ami által Ön korábban fordulhat orvoshoz a problémával. Korai klinikai beavatkozással esetlegesen késleltethetők, mérsékelhetők vagy kontrollálhatók a pitvarfibrillációval járó hosszú távú szövődmények. Fokozható az orvosi vizsgálat hatékonysága, ha megosztja az EKG alkalmazás eredményeit az Önt ellátó egészségügyi szakemberrel.

FENNMARADÓ KOCKÁZATOK

Az EKG alkalmazás számos eszközzel segíti a biztonságos használatot és a megfelelő teljesítményt, azonban felhívjuk a figyelmét arra, hogy bizonyos szintű fennmaradó kockázat továbbra is fennáll az EKG alkalmazás használatával összefüggésben.

Fennmaradó kockázat	Útmutatás
Gyenge minőségű EKG-jel esetén előfordulhat, hogy a rendszer nem képes észlelni a pitvarfibrillációt, és emiatt Ön esetleg nem fordul orvoshoz kezelés céljából.	Kérjük, olvassa el a használati útmutatóban az „EKG rögzítése a Garmin órán” és a „Hibaelhárítás” című szakaszokat.
A ritmus helytelen osztályozása miatt előfordulhat, hogy Ön nem fordul orvoshoz, vagy szükségtelenül fordul orvoshoz kezelés céljából.	Ha nem érzi jól magát, vagy kétségei vannak az EKG alkalmazás eredményeivel kapcsolatban, beszéljen orvosával. Ha úgy gondolja, hogy orvosi vészhelyzet áll fenn, lépjen kapcsolatba a segélyszolgálatokkal.
Az EKG alkalmazás eredményeinek téves értelmezése a meglévő kezelési tervek helytelen módosításához vezethet, vagy emiatt előfordulhat, hogy Ön nem fordul orvoshoz, és/vagy szükségtelenül fordul orvoshoz kezelés céljából.	Az EKG-alkalmazás által nyújtott összes lehetséges eredmény részletes magyarázatáért tekintse meg A lehetséges eredmények című szakaszt.
Ha az EKG alkalmazást a pitvarfibrillációtól eltérő betegségek észlelése céljából használja, és/vagy Ön ismerten egyéb szívritmuszavarban szenved, előfordulhat, hogy emiatt Ön nem fordul orvoshoz kezelés céljából.	Az EKG alkalmazás nem javasolt egyéb ismert szívritmuszavarokban szenvedő személyek számára. Tartsa szem előtt a használati útmutatóban felsorolt összes ellenjavallatot, általános figyelmeztetést és óvintézkedést.
Kiberbiztonsági visszaélés esetén az alábbiak fordulhatnak elő: • Az EKG alkalmazás eredményeinek nem szándékolt közzététele; • Az EKG alkalmazás eredményeinek hibás vagy rosszindulatú módosítása, és/vagy az EKG alkalmazás használatának meghiúsulása, ami miatt előfordulhat, hogy Ön nem fordul orvoshoz, és/vagy szükségtelenül fordul orvoshoz kezelés céljából.	Kövesse a használati útmutatóban felsorolt összes biztonsági ajánlást.

[1] Az EKG-alkalmazás az orvostechnikai eszközökre vonatkozó uniós (EU) 2017/745 rendelet (MDR) értelmében II.a. osztályú orvostechnikai eszköznek minősül. Az EKG-alkalmazás képes az I-es elvezetésű EKG-hez hasonló EKG rögzítésére és a pitvarfibrilláció vagy normál szinuszritmus kimutatására. Az EKG-alkalmazás csak 22 éves vagy annál idősebb felnőttek általi használatra szolgál. Mindig kövesse a használati útmutatót. Az EKG-alkalmazás nem minden régióban érhető el, és csak bizonyos Garmin okosórákon áll rendelkezésre a Garmin Connect okostelefon-alkalmazás és az óraszoftver legújabb verziójának használata esetén. A rendelkezésre állással kapcsolatos információkat és a teljes használati útmutatót lásd a Garmin.com/ECG weboldalon.

AZ EREDMÉNYEK MEGÉRTÉSE

Miután elkészített egy EKG-felvételt, az alábbi eredmények valamelyikét fogja látni az EKG alkalmazásban[1].

Szinuszritmus

A szinuszritmusú eredmény azt jelenti, hogy a szívverési mintázat normálisnak tűnik. Azt jelzi, hogy a szív felső és alsó üregei szinkronban húzódnak össze.

Megjegyzés: A szinuszritmusú eredmény csak az adott felvételre vonatkozik, és NEM jelenti azt, hogy a szíve mindig normálisan ver. Értesítse kezelőorvosát, ha bármilyen esetleges egészségügyi változást észlel.

Pitvarfibrilláció (AFib)

Az AFib, vagyis pitvarfibrilláció ritmusú eredmény azt jelenti, hogy a szívverési mintázat rendellenesnek tűnik. A pitvarfibrilláció szabálytalan szívritmus, amelyet az okoz, hogy a szív felső és alsó üregei nincsenek szinkronban. Ha pitvarfibrilláció ritmusú eredményt kap, forduljon kezelőorvosához. Ha nem kezelik, a pitvarfibrilláció súlyos egészségügyi következményekkel járhat. A szabálytalan szívritmus nem megfelelő véráramlást eredményez a szívben, ami stroke, szívelégtelenség és/vagy egyéb orvosi problémák kialakulásához vezethet.

A pitvarfibrilláció lehet átmeneti vagy állandó, de ez egy orvos által és gyógyszeres kezeléssel kezelhető állapot. Sokan élnek egészséges életet pitvarfibrillációval. A pitvarfibrillációban szenvedő személyeknek néha nincsenek tünetei. Mások azonban az alábbi gyakori tüneteket tapasztalhatják:

- Szapora szívverés (szívdobogás, szívremegés)
- Kihagyó szívverés
- Fáradtság
- Légszomj
- Mellkasi nyomás vagy fájdalom
- Ájulás
- Szédülés

A pulzusszám túl magas vagy túl alacsony

Ha a pulzusszám 120 ütés/perc (bpm) feletti vagy 50 ütés/perc alatti, az EKG alkalmazás nem tudja ellenőrizni a pitvarfibrillációs szívritmust. Ezekben az esetekben az eredmény nem lesz egyértelmű, és a szívritmust nem fogja osztályozni a rendszer. Ha többször is ilyen eredményt kap, vagy ha nem érzi jól magát, forduljon kezelőorvosához.

Az 50 ütés/perc alatti pulzusszámot bizonyos gyógyszerek szedése, illetve bizonyos szívbetegségek okozhatják. Egyeseknek jobb edzettségi szinttel is lehet 50 ütés/perc alatti a pulzusszáma.

A 120 ütés/perc feletti pulzusszám gyakori edzés alatt és az után egy rövid ideig. A magas stressz-szint, fertőzés, kiszáradás, alkoholfogyasztás és bizonyos szívbetegségek (a pitvarfibrillációt is beleértve) is okozhatnak ilyet.

Nem egyértelmű

A nem egyértelmű eredmény azt jelenti, hogy a szívritmust nem lehet osztályozni. Ez több okból is előfordulhat, például az EKG-felvétel során végzett túlzott mértékű mozgásból vagy a bőrrel való rossz érintkezésből adódóan. Próbálja meg a karját és a csuklóját az asztalra támasztva tartani, és ellenőrizze, hogy az óra pontosan illeszkedik-e a csuklójára. Ha többször is ilyen eredményt kap, vagy ha nem érzi jól magát, forduljon kezelőorvosához.

Az alábbi lépések segíthetnek a felvétel javításában:

- Helyezze a karját és csuklóját egy asztalra, és tartsa mozdulatlanul a felvétel közben.
- Ellenőrizze, hogy a Garmin óra pontosan illeszkedik-e a csuklójára. Az óra hátoldalának hozzá kell érnie a karjához.
- A felvétel teljes ideje alatt csak a hüvelykujja és a mutatóujja legyen a számlap körüli fémgyűrűn, és tartsa őket mozdulatlanul.
- Ellenőrizze, hogy az órát a beállítás során kiválasztott csuklóján viseli-e.
- Ellenőrizze, hogy a csuklója és az óra is tiszta és száraz-e.
- Az interferencia elkerülése érdekében maradjon távol más elektromos készülékektől.

Egyéb tényezők, amelyek nem egyértelmű eredményt hozhatnak:

- A pulzusszám 100 és 120 ütés/perc között van, és a ritmus nem volt pitvarfibrillációs.
- Szívritmusszabályzó vagy egyéb beültetett kardioverter készülék (ICD).
- Egyéb szívbetegségek, amelyeket az EKG alkalmazás nem ismer fel.
- Nincs elég elektromos jel a felvételen.

[1] Az EKG-alkalmazás az orvostechnikai eszközökre vonatkozó uniós (EU) 2017/745 rendelet (MDR) értelmében II.a. osztályú orvostechnikai eszköznek minősül. Az EKG-alkalmazás képes az I-es elvezetésű EKG-hez hasonló EKG rögzítésére és a pitvarfibrilláció vagy normál szinuszritmus kimutatására. Az EKG-alkalmazás csak 22 éves vagy annál idősebb felnőttek általi használatra szolgál. Mindig kövesse a használati útmutatót. Az EKG-alkalmazás nem minden régióban érhető el, és csak bizonyos Garmin okosórákon áll rendelkezésre a Garmin Connect okostelefon-alkalmazás és az óraszoftver legújabb verziójának használata esetén. A rendelkezésre állással kapcsolatos információkat és a teljes használati útmutatót lásd a Garmin.com/ECG weboldalon.

ITALIANO (Italian)

App ECG Garmin

Disponibile sugli smartwatch compatibili, l'app ECG[1] ti consente di registrare il tuo ritmo cardiaco e verificare l'eventuale presenza di segni di fibrillazione atriale o ritmo sinusale normale.

Puoi effettuare la registrazione di 30 secondi quando lo desideri.

I sensori dello smartwatch registrano i segnali elettrici che controllano il ritmo cardiaco.

Visualizza i risultati immediatamente sullo smartwatch e, facoltativamente, nell'app Garmin Connect™[2].

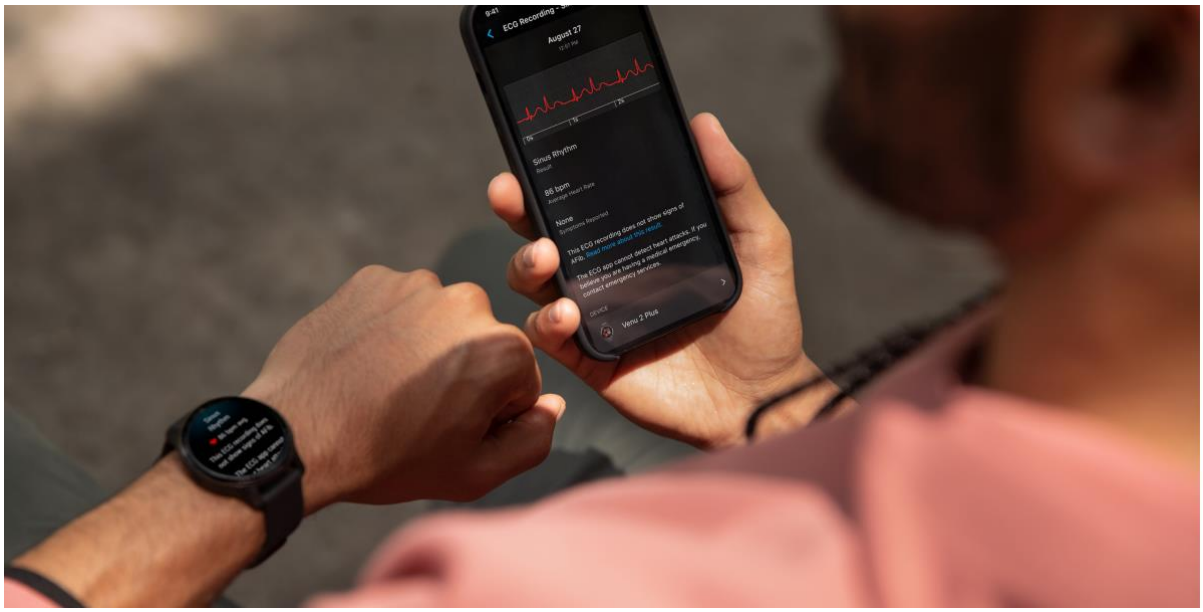
COS'È L'ELETTROCARDIOGRAMMA (ECG)

Un ECG è una registrazione dell'attività elettrica del cuore. I medici utilizzano gli ECG per identificare potenziali anomalie del ritmo cardiaco.

COME FUNZIONA

L'app ECG utilizza i sensori dello smartwatch compatibile per registrare i segnali elettrici che controllano il ritmo cardiaco. Questa registrazione è nota come elettrocardiogramma o ECG. L'app ECG analizza la registrazione per determinare la tua frequenza

cardiaca e individuare eventuali segni di ritmo cardiaco irregolare, detto fibrillazione atriale. I ritmi di fibrillazione atriale si verificano quando le camere superiori e inferiori del cuore non battono in sincronia. Scopri di più sul funzionamento dell'app ECG.



UTILIZZO DELL'APP GARMIN ECG

Informazioni sull'utilizzo dell'app ECG.

I RISULTATI CHE POTRESTI VEDERE

Dopo aver eseguito un ECG, l'app ECG analizza la registrazione e produce uno dei diversi risultati. Ricorda che, se non ti senti bene o manifesti sintomi, devi parlarne con il tuo medico indipendentemente dal risultato dell'app ECG. Informazioni sui possibili risultati dell'app ECG.

L'IMPORTANZA DEL RILEVAMENTO PRECOCE DELLA FIBRILLAZIONE ATRIALE

Se non curata, la fibrillazione atriale può portare a gravi conseguenze per la salute. L'irregolarità del ritmo cardiaco causa un flusso sanguigno inadeguato nel cuore, che può portare a ictus, insufficienza cardiaca e altri problemi medici. La fibrillazione atriale può essere temporanea o persistente, ma è una condizione gestibile se trattata da un medico e con farmaci. Molte persone con fibrillazione atriale conducono una vita normale.

VISUALIZZA E CONDIVIDI I RISULTATI

Puoi utilizzare l'app Garmin Connect per visualizzare la cronologia dei risultati dell'app ECG. Puoi anche esportare queste informazioni in formato PDF per condividerle.

VISUALIZZA SMARTWATCH GARMIN COMPATIBILI
VISUALIZZA LA DISPONIBILITÀ DELL'APP ECG PER PAESE
VISUALIZZA LE ISTRUZIONI COMPLETE PER L'USO

[1]L'app ECG è un dispositivo medico di Classe IIa ai sensi del regolamento UE sui dispositivi medici (MDR) (UE) 2017/745. L'app ECG può registrare un ECG simile a un ECG a 1 derivazione e rilevare la presenza di fibrillazione atriale o ritmo sinusale normale. L'app ECG è destinata all'uso esclusivamente da parte di adulti che abbiano già compiuto 22 anni. Segui sempre le istruzioni per l'uso. L'app ECG non è disponibile in tutte le aree geografiche ed è disponibile solo su smartwatch Garmin selezionati dotati dell'ultima versione dell'app Garmin Connect per smartphone e del software dello smartwatch. Per la disponibilità e le istruzioni complete per l'uso, visita il sito Web all'indirizzo Garmin.com/ECG.
[2]L'app Garmin Connect deve essere scaricata su uno smartphone compatibile.

UTILIZZO DELL'APP GARMIN ECG

FUNZIONAMENTO DELL'APP ECG

L'app ECG1 utilizza i sensori dell'orologio Garmin compatibile per registrare i segnali elettrici che controllano il ritmo cardiaco. Questa registrazione è nota come elettrocardiogramma o ECG. L'app ECG analizza la registrazione per determinare la tua frequenza cardiaca e individuare eventuali segni di ritmo cardiaco irregolare, detto fibrillazione atriale. I ritmi di fibrillazione atriale si verificano quando le camere superiori e inferiori del cuore non battono in sincronia.

CONFIGURAZIONE APP ECG

L'app ECG può essere utilizzata solo su smartwatch compatibili configurati con l'account Garmin Connect™. L'app ECG richiede l'uso dell'app Garmin Connect, disponibile per il download dall'app store sullo smartphone. Per informazioni sulle versioni software necessarie dell'orologio Garmin e dell'app Garmin Connect, consulta le istruzioni per l'uso complete. L'app ECG è disponibile solo in alcune aree geografiche. Per la disponibilità geografica e l'assistenza generale dell'app ECG, visita il sito Web Garmin.com/ECG.

Per utilizzare l'app ECG sull'orologio Garmin, devi innanzitutto completare la configurazione nell'app Garmin Connect.

1. Apri l'app Garmin Connect sul tuo smartphone.
2. Seleziona l'immagine del dispositivo nella parte superiore della schermata.
   Nota: se all'app Garmin Connect è associato più di un dispositivo, seleziona il menu •••, seleziona **Dispositivi Garmin**, quindi seleziona il dispositivo.
3. Seleziona **Termina configurazione > Configura l'app ECG.**
4. Segui le istruzioni riportate sullo schermo.
5. Al termine della configurazione, puoi registrare un ECG utilizzando l'app ECG sul tuo orologio Garmin.

REGISTRAZIONE DI UN ECG SULL'OROLOGIO GARMIN

Attieniti alle seguenti istruzioni per registrare un ECG sul tuo orologio Garmin.

1. Indossa l'orologio appena sopra le ossa del polso selezionato durante la configurazione. Nota: l'orologio deve essere aderente ma comodo.
2. Apri l'app ECG sul tuo orologio e segui le istruzioni visualizzate sullo schermo.
3. Siediti in posizione comoda, appoggia il braccio e il polso su un tavolo e non muoverti.
4. Metti il pollice e l'indice sull'anello metallico attorno al quadrante dell'orologio per avviare la registrazione.
5. Mantieni le dita in posizione e non muoverti per tutta la durata della registrazione di 30 secondi.
6. Al termine della registrazione, puoi visualizzare i risultati dell'app ECG sul tuo orologio. Consulta la sezione Comprensione dei risultati per maggiori informazioni sui risultati che potresti visualizzare.

VISUALIZZAZIONE DELLA REGISTRAZIONE ECG NELL'APP GARMIN CONNECT (OPZIONALE)

Se scegli di caricare i dati relativi a salute e forma fisica durante la configurazione, puoi visualizzare le registrazioni ECG nell'app Garmin Connect sul tuo smartphone.

1. Dall'app Garmin Connect, seleziona il menu •••.
2. Seleziona Salute e prestazioni (o Statistiche salute) > ECG.
3. Scegli la registrazione ECG per visualizzare maggiori informazioni.

RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

In caso di problemi con l'uso dell'app ECG, consulta questa guida alla risoluzione dei problemi.
Nota: Eventuali incidenti gravi che si verificano in relazione all'app ECG devono essere segnalati al produttore.
Nell'Unione Europea, gli incidenti gravi devono essere segnalati anche al Rappresentante autorizzato per l'Europa e all'autorità competente dello stato membro in cui risiedi.

PROBLEMA: NON RIESCO AD ATTIVARE L'APP ECG SUL MIO OROLOGIO GARMIN COMPATIBILE.

SOLUZIONE:

- Assicurati che l'app ECG sia disponibile per il tuo orologio Garmin. Visita Garmin.com/ECG.
- Assicurati che l'app ECG sia approvata per l'uso nel tuo Paese. Visita Garmin.com/ECG.
- Assicurati di aver attivato le autorizzazioni per la posizione per l'app Garmin Connect sul tuo smartphone. Consulta le istruzioni del produttore per attivare le autorizzazioni per la posizione.
- Esamina e completa la configurazione nell'app Garmin Connect sul tuo smartphone (consulta la sezione Configurazione app ECG).

PROBLEMA: NON RIESCO A TROVARE L'APP ECG SUL MIO OROLOGIO GARMIN.

SOLUZIONE:

- Assicurati che l'app ECG sia disponibile per il tuo orologio Garmin. Visita Garmin.com/ECG.
- Assicurati che l'app ECG sia approvata per l'uso nel tuo Paese. Visita Garmin.com/ECG.
- Esamina e completa la configurazione nell'app Garmin Connect sul tuo smartphone (consulta la sezione Configurazione app ECG).
- L'app ECG è reperibile nel menu App o Attività dell'orologio Garmin. Per informazioni su come individuare questi menu, consulta il manuale per l'utente dell'orologio Garmin.

PROBLEMA: NON RIESCO A CREARE UNA REGISTRAZIONE CON L'APP ECG.

SOLUZIONE:

- Esamina e completa la configurazione nell'app Garmin Connect sul tuo smartphone (consulta la sezione Configurazione app ECG).
- L'acqua e il sudore possono causare una registrazione di scarsa qualità. Pulisci e asciuga il polso e l'orologio Garmin.
- Pelle secca, pelle fredda, polso con peli, orologio indossato sulle ossa del polso o movimento eccessivo possono impedire all'app ECG di registrare l'ECG.
- Utilizza una lozione idratante sulle mani e sul polso.
- Rimuovi l'orologio e strofina delicatamente il polso per scaldare la pelle. Rimetti l'orologio e riprova.
- Indossa l'orologio appena sopra le ossa del polso in direzione del gomito.
- Non muoverti durante la registrazione.

PROBLEMA: L'APPLICAZIONE ECG INDICA CHE LA REGISTRAZIONE È INCONCLUDENTE A CAUSA DI UN SEGNALE DI SCARSA QUALITÀ, OPPURE OSSERVO MOLTO RUMORE O INTERFERENZA NELLA REGISTRAZIONE.

SOLUZIONE:

- Siediti in posizione comoda, rilassati e cerca di non muoverti.
- Poggia il braccio e il polso su un tavolo durante la registrazione.
- Verifica l'aderenza dell'orologio Garmin al polso. Il cinturino deve essere aderente. La parte posteriore dell'orologio Garmin deve toccare il polso. Indossa l'orologio appena sopra le ossa del polso in direzione del gomito.
- Metti il pollice e l'indice sull'anello metallico attorno al quadrante dell'orologio.
- Per evitare interferenze elettriche, allontanati dai componenti elettronici collegati a una fonte di alimentazione.
- L'acqua e il sudore possono causare una registrazione di scarsa qualità. Pulisci e asciuga il polso e l'orologio Garmin.

PROBLEMA: L'APPLICAZIONE ECG INDICA CHE LA REGISTRAZIONE È INCONCLUDENTE, MA NON COMPRENDO IL MOTIVO.

SOLUZIONE:

Un risultato inconcludente può essere causato da diversi fattori:

- Una frequenza cardiaca compresa tra 100 e 120 bpm e il ritmo non è una fibrillazione atriale.
- Altre condizioni cardiache che l'app ECG non è in grado di riconoscere.

- Un pacemaker o altro defibrillatore cardiaco impiantato (ICD).
- Alcune condizioni fisiologiche che impediscono ad alcune persone di avere un segnale elettrico sufficiente per la registrazione.

PROBLEMA: LE FORME D'ONDA DELL'ECG APPAIONO CAPOVOLTE.

SOLUZIONE:

- È possibile che tu non stia indossando l'orologio sul polso selezionato durante la configurazione dell'orologio Garmin. Puoi indossare l'orologio sull'altro braccio o modificare la selezione del **Polso** nel profilo utente. Per modificare la selezione del polso, consulta **Impostazione del profilo utente** nel manuale utente dell'orologio Garmin e seleziona **Polso**.

PROBLEMA: NON RIESCO A TROVARE LE MIE REGISTRAZIONI ECG NELL'APP GARMIN CONNECT.

SOLUZIONE:

- Se scegli di caricare i dati relativi a salute e forma fisica durante la configurazione, puoi visualizzare le registrazioni ECG nell'app Garmin Connect sul tuo smartphone e condividerle manualmente creando un PDF.
- Dall'app Garmin Connect, seleziona il menu •••.
- Seleziona **Salute e prestazioni (o Statistiche salute) > ECG.**

PROBLEMA: LA MEMORIA DELL'OROLOGIO GARMIN È PIENA.

SOLUZIONE:

- Se la memoria dell'orologio Garmin è piena, non sarai in grado di effettuare nuove registrazioni ECG. Per creare spazio per nuove registrazioni ECG, libera spazio sull'orologio Garmin eliminando app, musica o podcast indesiderati.

PROBLEMA: DESIDERO INTERROMPERE L'UTILIZZO DELL'APP ECG OPPURE DESIDERO ELIMINARE TUTTI I RISULTATI DELL'APP ECG DA GARMIN CONNECT.

SOLUZIONE:

- Per rimuovere l'app ECG dall'orologio Garmin ed eliminare i risultati non sincronizzati, segui le istruzioni riportate nel manuale utente dell'orologio Garmin per eliminare i dati e ripristinare le impostazioni.
- Per rimuovere i risultati dell'app ECG da Garmin Connect, visita il sito Web garmin.com/account e seleziona Gestisci i tuoi dati.

SICUREZZA E PRESTAZIONI

La capacità dell'app ECG di rilevare in modo accurato la fibrillazione atriale e i ritmi sinusali durante una registrazione ECG è stata convalidata in uno studio clinico che ha coinvolto circa 590 soggetti. Le classificazioni del ritmo dell'app ECG sono state confrontate con le classificazioni del ritmo dell'ECG a 12 derivazioni eseguite da cardiologi abilitati. L'app ECG è stata in grado di identificare correttamente la fibrillazione atriale nel 99,5% dei casi e di identificare correttamente il ritmo sinusale nel 100% dei casi nelle registrazioni che potevano essere classificate.

Durante questo studio, l'app ECG ha stabilito che l'11,5% delle registrazioni era inconcludente, comprese quelle considerate di qualità troppo scarsa per l'analisi. Quando sono state incluse queste registrazioni inconcludenti, la probabilità che l'app ECG restituisse un risultato di fibrillazione atriale per un soggetto in fibrillazione atriale è stata dell'86,5% e del 91,1% per un risultato di ritmo sinusale per soggetti in ritmo sinusale. Le prestazioni reali possono avere un tasso più elevato di risultati di registrazione inconcludente e scarsa.

L'accuratezza dei referti in formato PDF dell'app ECG è stata valutata effettuando il confronto con un ECG a 1 derivazione standard registrato simultaneamente. Le caratteristiche principali delle forme d'onda ECG, quali gli intervalli PR e RR, la durata, la posizione e l'ampiezza del QRS, nonché la posizione e l'ampiezza dell'onda P sono state confrontate e sono risultate statisticamente equivalenti entro un margine di non inferiorità di 1 millimetro. Il confronto tra le classificazioni del ritmo eseguite da cardiologi abilitati di registrazioni dell'ECG a 12 derivazioni e dell'app ECG effettuate simultaneamente presentava una concordanza del 96%. Durante lo studio clinico non sono stati osservati eventi avversi.

BENEFICI CLINICI

L'app ECG fornisce un pratico mezzo per la registrazione domiciliare di ECG nei momenti in cui si percepiscono i sintomi. Questa opportunità aumenta la probabilità di un rilevamento precoce della fibrillazione atriale, che consente di rivolgersi tempestivamente a un medico. Un intervento clinico precoce potrebbe potenzialmente ritardare, ridurre o controllare le complicanze a lungo termine

della fibrillazione atriale. La condivisione dei risultati dell'app ECG con un operatore sanitario può migliorare l'efficienza della valutazione medica.

RISCHI RESIDUI

Nell'app ECG sono state implementate diverse misure per garantire utilizzo e prestazioni sicuri; tuttavia, tieni presente che rimane un certo rischio residuo associato all'uso dell'app ECG..

Rischio residuo	Indicazioni
Un segnale ECG di scarsa qualità potrebbe comportare il mancato rilevamento della fibrillazione atriale, con conseguente mancata ricerca del trattamento.	Consulta le sezioni Registrazione di un ECG sull'orologio Garmin e Risoluzione dei problemi nelle istruzioni per l'uso.
Una classificazione errata del ritmo potrebbe portare alla mancata ricerca del trattamento o alla ricerca non necessaria del trattamento.	In caso di malessere o in caso di dubbi sui risultati dell'app ECG, rivolgiti al tuo medico. Se ritieni di avere un'emergenza medica, contatta i servizi di emergenza.
Un'interpretazione errata dei risultati dell'app ECG potrebbe portare a una modifica inappropriata dei piani di trattamento stabiliti, alla mancata ricerca del trattamento e/o alla ricerca non necessaria del trattamento.	Consulta la sezione I risultati che potresti vedere per una spiegazione dettagliata di tutti i risultati dell'app ECG.
L'uso dell'app ECG per rilevare condizioni diverse dalla fibrillazione atriale e/o in presenza di altre aritmie note potrebbe comportare la mancata ricerca del trattamento.	L'app ECG è sconsigliata a coloro che presentano altre aritmie note. Osserva tutte le Controindicazioni, Avvertenze generali e Precauzioni elencate nelle istruzioni per l'uso.
Un exploit della sicurezza informatica può comportare: • Divulgazione non intenzionale dei risultati dell'app ECG; • Alterazione errata o dannosa dei risultati dell'app ECG e/o incapacità di utilizzare l'app ECG con conseguente mancata ricerca del trattamento o ricerca non necessaria di procedure mediche.	Segui tutte le raccomandazioni sulla sicurezza elencate nelle istruzioni per l'uso.

[1]L'app ECG è un dispositivo medico di Classe IIa ai sensi del regolamento UE sui dispositivi medici (MDR) (UE) 2017/745. L'app ECG può registrare un ECG simile a un ECG a 1 derivazione e rilevare la presenza di fibrillazione atriale o ritmo sinusale normale. L'app ECG è destinata all'uso esclusivamente da parte di adulti che abbiano già compiuto 22 anni. Segui sempre le istruzioni per l'uso. L'app ECG non è disponibile in tutte le aree geografiche ed è disponibile solo su smartwatch Garmin selezionati dotati dell'ultima versione dell'app Garmin Connect per smartphone e del software dello smartwatch. Per la disponibilità e le istruzioni complete per l'uso, visita il sito Web all'indirizzo Garmin.com/ECG.

COMPRENSIONE DEI RISULTATI

Dopo aver completato una registrazione ECG, nell'app ECG visualizzerai uno dei seguenti risultati[1].

RITMO SINUSALE

Il risultato Ritmo sinusale indica che il battito cardiaco sembra normale. Indica che le camere superiori e inferiori del cuore battono in sincronia.

Nota: il risultato di ritmo sinusale si applica solo alla specifica registrazione e NON significa che il cuore batta sempre normalmente. Informa il medico se rilevi eventuali cambiamenti del tuo stato di salute.

FIBRILLAZIONE ATRIALE

Il risultato Fibrillazione atriale indica che il battito cardiaco appare irregolare. La fibrillazione atriale è un'irregolarità del ritmo cardiaco causata dalla mancata sincronia del battito delle camere superiori e inferiori del cuore. Se ricevi un risultato Fibrillazione atriale, rivolgiti al medico.

Se non curata, la fibrillazione atriale può portare a gravi conseguenze per la salute. L'irregolarità del ritmo cardiaco causa un flusso sanguigno inadeguato nel cuore, che può portare a ictus, insufficienza cardiaca e/o altri problemi medici.

La fibrillazione atriale può essere temporanea o persistente, ma è una condizione gestibile se trattata da un medico e con farmaci. Molte persone con fibrillazione atriale conducono una vita normale. A volte le persone affette da fibrillazione atriale non presentano sintomi. Tuttavia, altri possono manifestare uno o più di questi sintomi comuni:

- Battito cardiaco rapido (martellante, palpitante)
- Battito cardiaco saltato
- Stanchezza
- Respiro affannoso
- Costrizione o dolore al torace
- Mancamenti
- Capogiri

FREQUENZA CARDIACA TROPPO ALTA O TROPPO BASSA

Se la frequenza cardiaca è superiore a 120 battiti al minuto (bpm) o inferiore a 50 bpm, l'app ECG non è in grado di verificare il ritmo cardiaco della fibrillazione atriale. In questi casi, il risultato sarà inconcludente e non sarà possibile classificare il ritmo cardiaco. Se ottieni questo risultato ripetutamente o se non ti senti bene, parlane con il tuo medico.

Una frequenza cardiaca inferiore a 50 bpm può essere causata dall'assunzione di alcuni farmaci o da determinate patologie cardiache. Anche alcune persone con livelli di forma fisica elevati possono avere una frequenza cardiaca inferiore a 50 bpm.

Una frequenza cardiaca superiore a 120 bpm è comune durante l'attività fisica e per un breve periodo di tempo in seguito ad essa. Può anche essere causata da elevati livelli di stress, da un'infezione, disidratazione, uso di alcol o da alcune patologie cardiache, compresa la fibrillazione atriale.

INCONCLUDENTE

Un risultato inconcludente indica che non è stato possibile classificare il ritmo cardiaco. Questo può accadere per diverse ragioni, come ad esempio un movimento eccessivo, o insufficiente contatto con la pelle durante la registrazione dell'ECG. Prova ad appoggiare il braccio e il polso su un tavolo e assicurati che l'orologio aderisca bene al polso. Se ottieni questo risultato ripetutamente o se non ti senti bene, parlane con il tuo medico.

Ecco alcune istruzioni per migliorare la registrazione:

- Appoggia il braccio su un tavolo e non muoverti durante la registrazione.
- Assicurati che l'orologio Garmin aderisca bene al polso. La parte posteriore dell'orologio deve toccare il braccio.
- Metti solo il pollice e l'indice sull'anello metallico attorno al quadrante dell'orologio e non muoverli fino al termine della registrazione.
- Assicurati di indossare l'orologio sul polso che hai scelto durante la configurazione.
- Assicurati che il polso e l'orologio siano puliti e asciutti.
- Tieniti a distanza da altri dispositivi elettronici per evitare interferenze.

Altri fattori che possono causare un risultato inconcludente:

- Una frequenza cardiaca compresa tra 100 e 120 bpm e il ritmo non è una fibrillazione atriale
- Un pacemaker o altro defibrillatore cardiaco impiantato (ICD)
- Altre condizioni cardiache che l'app ECG non è in grado di riconoscere
- Segnale elettrico insufficiente nella registrazione

[1]L'app ECG è un dispositivo medico di Classe IIa ai sensi del regolamento UE sui dispositivi medici (MDR) (UE) 2017/745. L'app ECG può registrare un ECG simile a un ECG a 1 derivazione e rilevare la presenza di fibrillazione atriale o ritmo sinusale normale. L'app ECG è destinata all'uso esclusivamente da parte di adulti che abbiano già compiuto 22 anni. Segui sempre le istruzioni per l'uso. L'app ECG non è disponibile in tutte le aree geografiche ed è disponibile solo su smartwatch Garmin selezionati dotati dell'ultima versione dell'app Garmin Connect per smartphone e del software dello smartwatch. Per la disponibilità e le istruzioni complete per l'uso, visita il sito Web all'indirizzo Garmin.com/ECG.

SLOVENČINA (Slovak)

APLIKÁCIA GARMIN EKG

Aplikácia EKG je k dispozícii na kompatibilných inteligentných hodinkách a umožňuje zaznamenávať srdcový rytmus a kontrolovať prejavy fibrilácie predsiení (AFib) alebo normálneho sínusového rytmu.

Keď budete chcieť, môžete vytvoriť 30-sekundový záznam.

Senzory na inteligentných hodinkách zaznamenávajú elektrické impulzy, ktoré kontrolujú údery vášho srdca.

Výsledky si môžete pozrieť okamžite na inteligentných hodinkách, prípadne v aplikácii Garmin Connect™[2].

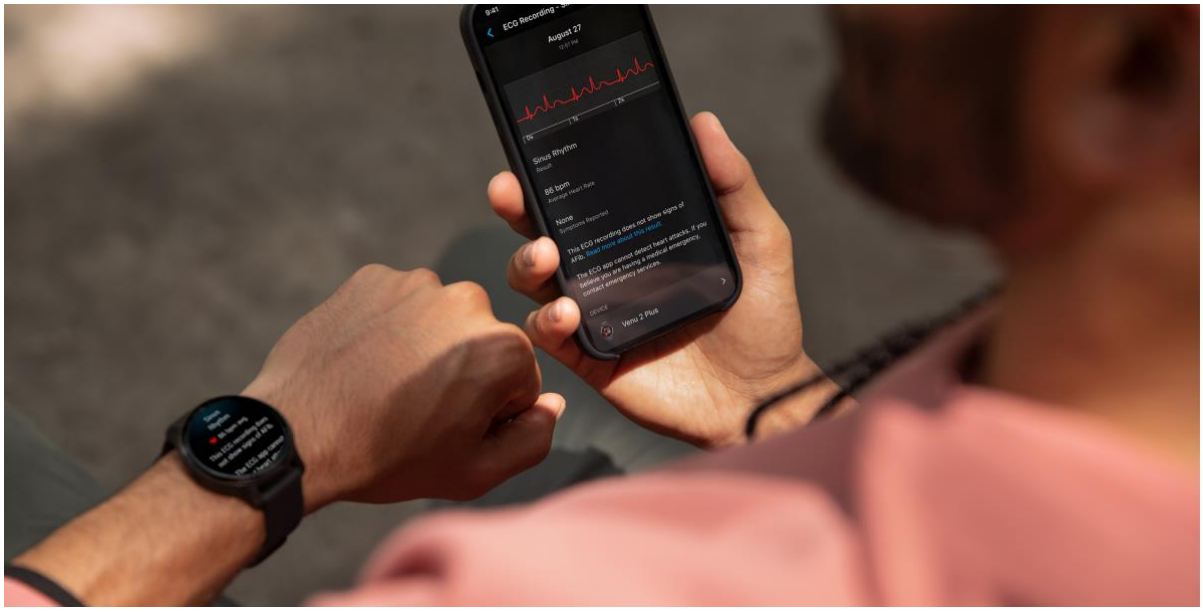
ČO JE ELEKTROKARDIOGRAM (EKG)

EKG je záznam elektrickej aktivity vášho srdca. Lekári používajú EKG na rozpoznanie potenciálnych abnormalít srdcového rytmu.

AKO TO FUNGUJE

Aplikácia EKG využíva senzory na hodinkách Garmin na zaznamenávanie elektrických impulzov, ktoré kontroluje tlkot vášho srdca. Toto zaznamenávanie je tiež známe ako elektrokardiogram alebo EKG. Aplikácia EKG analyzuje záznam na výpočet vášho srdcového

tepu a zistenie známok nepravidelného srdcového rytmu, ktorý sa nazýva AFib. Rytmus typický pre fibriláciu predsiení nastáva vtedy, keď je tlkot hornej a dolnej komory srdca nesynchronizovaný. Zistite viac o tom, ako funguje aplikácia EKG.



POUŽÍVANIE APLIKÁCIE GARMIN EKG

Zistite viac o tom, ako používať aplikáciu EKG.

VÝSLEDKY, KTORÉ MÔŽETE ZOBRAZIŤ

Po nasnímaní EKG aplikácia EKG analyzuje záznam a vytvorí jeden z viacerých výsledkov. Upozorňujeme, že ak sa necítite dobre alebo máte akékoľvek príznaky, mali by ste sa poradiť so svojím lekárom bez ohľadu na výsledok z aplikácie EKG. Viac informácií o možných výsledkoch aplikácie EKG.

DÔLEŽITOSŤ VČASNÉHO ZISTENIA AFIB

Ak fibriláciu predsiení nebudete liečiť, môže viesť k vážnym zdravotným následkom. Nepravidelný srdcový rytmus spôsobuje nesprávny prietok krvi v srdci, čo môže viesť k cievnej mozgovej príhode, zlyhaniu srdca, prípadne iným zdravotným problémom. Fibrilácia predsiení môže byť dočasná alebo trvalá, ale pri liečbe lekárom a s pomocou liekov sa dá zvládnuť. Veľa ľudí s fibriláciou predsiení žijú zdravým životom.

POZRITE SI A ZDIEĽAJTE VÝSLEDKY

Aplikáciu Garmin Connect môžete použiť na zobrazenie histórie výsledkov z aplikácie EKG. Tieto informácie môžete dokonca vyexportovať ako súbor PDF a zdieľať ich.

ZOBRAZIŤ KOMPATIBILNÉ INTELIGENTNÉ HODINKY GARMIN
ZOBRAZIŤ DOSTUPNOSŤ APLIKÁCIE EKG PODĽA KRAJINY
ZOBRAZIŤ ÚPLNÉ POKYNY NA POUŽÍVANIE

[1] Aplikácia EKG je zdravotnícka pomôcka triedy Iia spadajúca pod nariadenie o zdravotníckych pomôckach (MDR) (EÚ) 2017/745. Aplikácia EKG je schopná zaznamenať EKG podobné EKG zvodu I a zistiť prítomnosť fibrilácie predsiení alebo normálneho sínusového rytmu. Aplikácia EKG je určená na používanie len pre dospelé osoby staršie ako 22 rokov. Vždy postupujte podľa pokynov na používanie. Aplikácia EKG nie je k dispozícii vo všetkých oblastiach a je k dispozícii len na vybraných inteligentných hodinkách Garmin s najnovšou verziou aplikácie Garmin Connect pre smartfóny a softvérom hodiniek. Dostupnosť a úplné pokyny na používanie nájdete na stránke Garmin.com/ECG.
[2] Je nutné stiahnuť si aplikáciu Garmin Connect do kompatibilného smartfónu.

POUŽÍVANIE APLIKÁCIE GARMIN EKG

AKO FUNGUJE APLIKÁCIA EKG

Aplikácia EKG využíva senzory na hodinkách Garmin na zaznamenávanie elektrických impulzov, ktoré kontroluje tlkot vášho srdca. Toto zaznamenávanie je tiež známe ako elektrokardiogram alebo EKG. Aplikácia EKG analyzuje záznam na výpočet vášho srdcového tepu a zistenie známok nepravidelného srdcového rytmu, ktorý sa nazýva Afib. Rytmus typický pre fibriláciu predsiení nastáva vtedy, keď je tlkot hornej a dolnej komory srdca nesynchronizovaný.

NASTAVENIE APLIKÁCIE EKG

Aplikáciu EKG je možné použiť iba v kompatibilných hodinkách Garmin, ktoré boli nastavené pomocou vášho účtu Garmin Connect. Aplikácia EKG vyžaduje použitie aplikácie Garmin Connect, ktorú môžete prevziať z obchodu s aplikáciami do smartfónu. Informácie o požadovaných verziách softvéru hodiniek Garmin a aplikácie Garmin Connect nájdete v úplných pokynoch na používanie.
Aplikácia EKG je dostupná len vo vybraných regiónoch. Regionálnu dostupnosť aplikácie EKG a všeobecnú podporu nájdete na stránke garmin.com/ECG.
Ak chcete používať aplikáciu EKG v hodinkách Garmin, musíte najprv dokončiť nastavenie v aplikácii Garmin Connect.

1. Otvorte aplikáciu Garmin Connect vo svojom smartfóne.
2. Vyberte obrázok zariadenia v hornej časti obrazovky.
   Poznámka: Ak máte s aplikáciou Garmin Connect spárovaných viac ako jedno zariadenie, vyberte ponuku •••, možnosť **Zariadenia Garmin** a potom vyberte dané zariadenie.
3. Vyberte možnosť **Dokončiť nastavenie** > **Nastavenie aplikácie EKG**.
4. Postupujte podľa pokynov na obrazovke.
5. Po dokončení nastavenia môžete zaznamenať EKG pomocou aplikácie EKG v hodinkách Garmin.

ZAZNAMENANIE EKG V HODINKÁCH GARMIN

Ak chcete zaznamenať EKG v hodinkách Garmin, postupujte podľa týchto pokynov.

1. Noste hodinky tesne nad kosťami zápästia smerom k lakťu na tom zápästí, ktoré ste vybrali počas nastavovania.
   Poznámka: Hodinky by mali sedieť tesne, ale pohodlne.
2. Otvorte aplikáciu EKG vo vašich hodinkách a postupujte podľa pokynov na obrazovke.
3. Pohodlne sa usaďte, oprite si ruku a zápästie o stôl a nehýbte sa.
4. Nahrávanie spustíte umiestnením palca a ukazováka na kovový krúžok okolo ciferníka.
5. Držte prsty na mieste a nehýbte sa počas celého 30-sekundového záznamu.
6. Po dokončení záznamu si môžete v hodinkách pozrieť výsledok aplikácie EKG. Viac informácií o možných výsledkoch nájdete v časti Vysvetlivky k výsledkom.

ZOBRAZENIE ZÁZNAMU EKG V APLIKÁCII GARMIN CONNECT (VOLITEĽNÉ)

Ak sa počas nastavovania rozhodnete načítať údaje o svojom zdravotnom stave a kondícii, svoje záznamy EKG si môžete pozrieť v aplikácii Garmin Connect vo svojom smartfóne.

1. V aplikácii Garmin Connect vyberte ponuku •••.
2. Vyberte možnosť **Zdravie a výkon** (alebo **Štatistika zdravotného stavu**) **> EKG**.
3. Ak chcete zobraziť ďalšie informácie, vyberte záznam EKG.

RIEŠENIE PROBLÉMOV

Ak sa pri používaní aplikácie EKG vyskytnú problémy, pozrite si túto príručku na riešenie problémov.

Poznámka: Všetky vážne udalosti, ktoré sa vyskytnú v súvislosti s aplikáciou EKG, by mali byť nahlásené výrobcovi. V prípade Európskej únie by sa vážne udalosti mali hlásiť aj európskemu splnomocnenému zástupcovi a príslušnému orgánu členského štátu, v ktorom bývate.

Problém: Nemôžem aktivovať aplikáciu EKG v mojich kompatibilných hodinkách Garmin.

Riešenie:

- Uistite sa, že aplikácia EKG je dostupná pre vaše hodinky Garmin. Prejdite na stránku garmin.com/ECG.
- Uistite sa, že aplikácia EKG je schválená na používanie vo vašej krajine. Prejdite na stránku garmin.com/ECG.
- Uistite sa, že máte v aplikácii Garmin Connect vo svojom smartfóne aktivované povolenia polohy. Ak chcete aktivovať povolenia polohy, pozrite si pokyny výrobcu.
- Pozrite si a dokončite nastavenie v aplikácii Garmin Connect vo svojom smartfóne (pozrite si časť vyššie **Nastavenie aplikácie EKG**).

Problém: Nemôžem nájsť aplikáciu EKG v mojich hodinkách Garmin.

Riešenie:

- Uistite sa, že aplikácia EKG je dostupná pre vaše hodinky Garmin. Prejdite na stránku garmin.com/ECG.
- Uistite sa, že aplikácia EKG je schválená na používanie vo vašej krajine. Prejdite na stránku garmin.com/ECG.
- Dokončite nastavenie v aplikácii Garmin Connect vo vašom smartfóne (pozrite si časť vyššie **Nastavenie aplikácie EKG**).
- Aplikáciu EKG nájdete v ponuke Aplikácie alebo Aktivity v hodinkách Garmin. Pomoc pri hľadaní týchto ponúk nájdete v používateľskej príručke k hodinkám Garmin.

Problém: Neviem získať aplikáciu EKG na vytvorenie záznamu.

Riešenie:

- Dokončite nastavenie v aplikácii Garmin Connect vo vašom smartfóne (pozrite si časť vyššie **Nastavenie aplikácie EKG**).
- Voda a pot môžu spôsobiť nekvalitný záznam. Očistite a osušte svoje zápästie a hodinky Garmin.
- Suchá pokožka, studená pokožka, chlpaté zápästie, nosenie hodiniek na kostiach zápästia alebo príliš veľa pohybu môžu zabrániť aplikácii EKG v zaznamenávaní vášho EKG.
- Na ruky a zápästie použite hydratačné mlieko.
- Zložte hodinky a jemne si pošúchajte zápästie, aby ste zahriali pokožku. Nasaďte si hodinky späť a skúste to znova.
- Noste hodinky tesne nad kosťami zápästia smerom k lakťu.
- Počas zaznamenávania sa nehýbte.

Problém: Aplikácia EKG hovorí, že môj záznam bol nepresvedčivý v dôsledku nízkej kvality signálu, alebo v nahrávke vidím veľa šumu alebo rušenia.

Riešenie:

- Pohodlne sa usaďte, uvoľnite sa a snažte sa nehýbať.
- Počas nahrávania si oprite ruku a zápästie o stôl.
- Skontrolujte, či hodinky Garmin sedia na vašom zápästí. Pásik by mal priliehať. Zadná strana hodiniek Garmin sa musí dotýkať vášho zápästia. Noste hodinky tesne nad kosťami zápästia smerom k lakťu.
- Položte palec a ukazovák na kovový krúžok okolo ciferníka.
- Presuňte sa ďalej od akejkoľvek elektroniky, ktorá je zapojená do zdroja napájania, aby ste zabránili elektrickému rušeniu.
- Voda a pot môžu spôsobiť nekvalitný záznam. Očistite a osušte svoje zápästie a hodinky Garmin.

Problém: Aplikácia EKG hovorí, že môj záznam bol nepresvedčivý a neviem prečo.

Riešenie:

Tento nepresvedčivý výsledok môže spôsobiť niekoľko faktorov:

- Srdcový tep od 100 do 120 úderov/min a rytmus bol bez známok fibrilácie predsiení.
- Iné srdcové ochorenia, ktoré aplikácia EKG nedokáže rozpoznať.
- Kardiostimulátor alebo iný implantovaný kardioverter (ICD).
- Určité fyziologické podmienky, ktoré bránia niektorým ľuďom mať dostatočný elektrický signál na zaznamenávanie.

Problém: Tvary vĺn EKG sa zobrazujú hore nohami.

Riešenie:

- Možno nemáte hodinky na zápästí, ktoré ste vybrali pri nastavovaní hodiniek Garmin. Hodinky si môžete preložiť na druhú ruku alebo zmeňte váš používateľský profil pre dané zápästie. Ak chcete zmeniť výber zápästia, pozrite si časť **Nastavenie používateľského profilu** v používateľskej príručke k hodinkám Garmin a vyberte možnosť **Zápästie**.

Problém: Neviem nájsť svoje záznamy EKG v aplikácii Garmin Connect.

Riešenie:

- Ak sa počas nastavovania rozhodnete načítať údaje o svojom zdravotnom stave a kondícii, svoje záznamy EKG si môžete pozrieť v aplikácii Garmin Connect vo svojom smartfóne a manuálne ich zdieľať vytvorením súboru PDF.
- V aplikácii Garmin Connect vyberte ponuku •••.
- Vyberte možnosť **Zdravie a výkon** (alebo **Štatistika zdravotného stavu**) **> EKG**.

Problém: Úložisko hodiniek Garmin je plné.

Riešenie:

- Ak je úložisko hodiniek Garmin plné, nebudete môcť robiť nové záznamy EKG. Ak chcete uvoľniť miesto pre nové záznamy EKG, uvoľnite miesto v hodinkách Garmin odstránením nepotrebných aplikácií, hudby alebo podcastov.

Problém: Chcem prestať používať aplikáciu EKG alebo chcem odstrániť všetky výsledky z aplikácie EKG z účtu Garmin Connect.

Riešenie:

- Ak chcete odstrániť aplikáciu EKG z hodiniek Garmin a vymazať všetky nesynchronizované výsledky, postupujte podľa pokynov v používateľskej príručke k hodinkám Garmin a vyberte možnosť **Vymazať údaje a obnoviť nastavenia**.
- Ak chcete odstrániť výsledky z aplikácie EKG z účtu Garmin Connect, prejdite na stránku garmin.com/account a vyberte možnosť Spravovať **vaše údaje**.

BEZPEČNOSŤ A VÝKON

Schopnosť aplikácie EKG presne zistiť AFib a sínusové rytmy v zázname EKG bola overená v klinickej štúdii zahŕňajúcej približne 590 subjektov. Klasifikácia rytmu v aplikácii EKG bola porovnaná s klasifikáciou rytmu 12-zvodového EKG vykonaného certifikovanými kardiológmi. Aplikácia EKG dokázala správne identifikovať AFib 99,5 % času a správne identifikovať sínusový rytmus (SR) 100 % času v záznamoch, ktoré bolo možné klasifikovať.
Počas tejto štúdie aplikácia EKG určila, že 11,5 % záznamov bolo nepresvedčivých, vrátane tých, ktoré boli považované za príliš nekvalitné na analýzu. Keď zahrnieme tieto nepresvedčivé záznamy, pravdepodobnosť, že aplikácia EKG vráti výsledok AFib pre subjekt v AFib, bola 86,5 % a 91,1 % pre výsledok SR pre subjekty so sínusovým rytmom. Reálny výkon môže mať vyššiu mieru nepresvedčivých a slabých výsledkov zo záznamov.
Presnosť správ PDF z aplikácie EKG bola hodnotená porovnaním so súčasne zaznamenaným štandardným EKG zvodu I. Kľúčové charakteristiky tvarov vĺn EKG, ako sú intervaly PR a RR, trvanie, umiestnenie a amplitúda QRS a umiestnenie a amplitúda P vlny, sa porovnali a zistilo sa, že sú štatisticky ekvivalentné v rámci 1-milimetrovej hranice neinferiority. Porovnanie klasifikácií rytmu certifikovaných kardiológov súčasne zaznamenaných 12-zvodových EKG a záznamov aplikácie EKG malo 96 % zhodu. Počas klinickej štúdie neboli pozorované žiadne nežiaduce účinky.

KLINICKÉ VÝHODY

Aplikácia EKG poskytuje pohodlný prostriedok na zaznamenávanie EKG doma v čase vnímaných príznakov. Táto príležitosť zvyšuje pravdepodobnosť včasného zistenia AFib, čo vám umožní skôr vyhľadať lekársku pomoc. Včasný klinický zásah by mohol potenciálne oddialiť, znížiť alebo kontrolovať dlhodobé komplikácie súvisiace s AFib. Zdieľanie výsledkov aplikácie EKG so zdravotníckym pracovníkom môže zlepšiť efektivitu vášho lekárskeho vyšetrenia.

ZVYŠKOVÉ RIZIKÁ

Aplikácia EKG ponúka mnoho opatrení, ktoré pomáhajú zaistiť bezpečné používanie a výkon, mali by ste si však uvedomiť, že určitá úroveň zvyškového rizika spojeného s používaním aplikácie EKG zostáva.

Zvyškové riziko	Navádzanie
Nízka kvalita signálu EKG môže spôsobiť zlyhanie zisťovanie fibrilácie predsiení, čo môže viesť k neúspešnému vyhľadaniu liečby.	Pozrite si časti Zaznamenanie EKG v hodinkách Garmin a Riešenie problémov v pokynoch na používanie.
Nesprávna klasifikácia rytmu môže viesť k nevyhľadaniu liečby alebo zbytočnému hľadaniu liečby.	Ak sa necítite dobre alebo ak máte pochybnosti o výsledku aplikácie EKG, porozprávajte sa so svojím lekárom. Ak sa domnievate, že máte núdzovú zdravotnú situáciu, kontaktujte záchrannú zdravotnícku službu.
Nesprávna interpretácia výsledkov z aplikácie EKG môže viesť k nevhodnej úprave zavedených liečebných plánov, nevyhľadaniu liečby a/alebo zbytočnému hľadaniu liečby.	Pozrite si časť Výsledky, ktoré môžete zobraziť, kde nájdete podrobné vysvetlivky ku všetkým výsledkom z aplikácie EKG.
Použitie aplikácie EKG na zistenie iných stavov, ako je fibrilácia predsiení, a/alebo ak máte iné známe arytmie, môže viesť nevyhľadaniu liečby.	Aplikácia EKG sa neodporúča osobám s inými známymi arytmiami. Dodržiavajte všetky kontraindikácie, všeobecné upozornenia a bezpečnostné opatrenia uvedených v pokynoch na používanie.
Zneužitie kybernetickej bezpečnosti môže mať za následok nasledovné: • neúmyselné zverejnenie výsledkov aplikácie EKG; • chybná alebo zlomyseľná zmena výsledkov z aplikácie EKG a/alebo neschopnosť používať aplikáciu EKG, čo vedie buď k nevyhľadaniu liečby, alebo k zbytočnému hľadaniu lekárskych úkonov.	Dodržujte všetky bezpečnostné odporúčania uvedené v pokynoch na používanie.

[1] Aplikácia EKG je zdravotnícka pomôcka triedy Iia spadajúca pod nariadenie o zdravotníckych pomôckach (MDR) (EÚ) 2017/745. Aplikácia EKG je schopná zaznamenať EKG podobné EKG zvodu I a zistiť prítomnosť fibrilácie predsiení alebo normálneho sínusového rytmu. Aplikácia EKG je určená na používanie len pre dospelé osoby staršie ako 22 rokov. Vždy postupujte podľa pokynov na používanie. Aplikácia EKG nie je k dispozícii vo všetkých oblastiach a je k dispozícii len na vybraných inteligentných hodinkách Garmin s najnovšou verziou aplikácie Garmin Connect pre smartfóny a softvérom hodiniek. Dostupnosť a úplné pokyny na používanie nájdete na stránke Garmin.com/ECG.

POROZUMENIE VAŠIM VÝSLEDKOM

Po dokončení záznamu EKG uvidíte v aplikácii EKG jeden z nasledujúcich výsledkov[1].

Sínusový rytmus

Výsledok sínusového rytmu znamená, že váš vzor srdcového rytmu vyzerá normálne. Znamená to synchronizovaný tlkot hornej a dolnej komory srdca.

Poznámka**:** Výsledok sínusového rytmu sa vzťahuje len na tento konkrétny záznam a NEZNAMENÁ, že rytmus vášho srdca je vždy normálny. Ak zistíte akékoľvek prípadné zmeny svojho zdravotného stavu, oznámte to svojmu lekárovi.

Fibrilácia predsiení (AFib)

Výsledok rytmu s príznakmi fibrilácie predsiení znamená, že váš vzor srdcového rytmu vyzerá nepravidelne. Fibrilácia predsiení je nepravidelný srdcový rytmus spôsobený tým, že horná a dolná komora vášho srdca nebijú synchronizovane. Ak vám vyjde výsledok rytmu s príznakmi fibrilácie predsiení, mali by ste sa poradiť so svojím lekárom. Ak fibriláciu predsiení nebudete liečiť, môže viesť k vážnym zdravotným následkom. Nepravidelný srdcový rytmus spôsobuje nesprávny prietok krvi v srdci, čo môže viesť k cievnej mozgovej príhode, zlyhaniu srdca, prípadne iným zdravotným problémom.

Fibrilácia predsiení môže byť dočasná alebo trvalá, ale pri liečbe lekárom a s pomocou liekov sa dá zvládnuť. Veľa ľudí s fibriláciou predsiení žijú zdravým životom. Niekedy ľudia s fibriláciou predsiení nemajú žiadne príznaky. Iní však môžu pociťovať jeden alebo viaceré z týchto bežných príznakov:

- Rýchly tlkot srdca (búšenie, chvenie srdca)
- Vynechávanie srdcového rytmu
- Únava
- Dýchavičnosť
- Tlak alebo bolesť v hrudníku
- Mdloba
- Závraty

Srdcový tep je príliš vysoký alebo príliš nízky

Ak je váš srdcový tep vyšší ako 120 úderov za minútu (údery/min.) alebo nižší ako 50 úderov/min., aplikácia EKG nedokáže skontrolovať, či srdcový rytmus javí známky fibrilácie predsiení. V týchto prípadoch bude výsledok nepresvedčivý a váš srdcový rytmus nebude možné klasifikovať. Ak sa tento výsledok opakuje, prípadne sa necítite dobre, mali by ste sa poradiť so svojím lekárom.

Srdcový tep pod 50 úderov/min. môže byť spôsobený užívaním niektorých liekov alebo určitými ochoreniami srdca. Niektorí ľudia s vysokou úrovňou kondície môžu mať srdcový tep nižší ako 50 úderov/min.

Srdcový tep nad 120 úderov/min. je bežným javom počas cvičenia a krátko po ňom. Príčinou môže byť aj vysoká úroveň stresu, infekcia, dehydratácia, užívanie alkoholu a niektoré srdcové ochorenia vrátane fibrilácie predsiení.

Nepresvedčivý

Nepresvedčivý výsledok znamená, že váš srdcový rytmus nebolo možné klasifikovať. Môže sa to stať z viacerých dôvodov, ako je napríklad príliš veľký pohyb alebo zlý kontakt s pokožkou počas zaznamenávania EKG. Skúste si ruku a zápästie oprieť o stôl a uistite sa, že vám hodinky dobre sedia na zápästí. Ak sa tento výsledok opakuje, prípadne sa necítite dobre, mali by ste sa poradiť so svojím lekárom.

Tu je niekoľko krokov, ktoré vám pomôžu zlepšiť zaznamenávanie:

- Položte si ruku a zápästie na stôl a počas zaznamenávania sa nehýbte.
- Uistite sa, že vám hodinky Garmin dobre sedia na zápästí. Zadná strana hodiniek sa musí dotýkať vašej ruky.
- Na kovový krúžok okolo ciferníka hodiniek položte iba palec a ukazovák a držte ich na mieste, aby ste mohli nahrať celý záznam.
- Uistite sa, že máte hodinky nasadené na zápästí, ktoré ste si zvolili počas nastavovania.
- Uistite sa, že vaše zápästie aj hodinky sú čisté a suché.
- Nepribližujte sa k inej elektronike, aby sa zabránilo rušeniu.

Ďalšie faktory, ktoré môžu spôsobiť nepresvedčivý výsledok:

- Srdcový tep od 100 do 120 úderov/min a rytmus bol bez známok fibrilácie predsiení.
- Kardiostimulátor alebo iný implantovaný kardioverter (ICD).
- Iné srdcové ochorenia, ktoré aplikácia EKG nedokáže rozpoznať.
- Nedostatočné elektrické impulzy počas zaznamenávania.

[1] Aplikácia EKG je zdravotnícka pomôcka triedy IIa spadajúca pod nariadenie o zdravotníckych pomôckach (MDR) (EÚ) 2017/745. Aplikácia EKG je schopná zaznamenať EKG podobné EKG zvodu I a zistiť prítomnosť fibrilácie predsiení alebo normálneho sínusového rytmu. Aplikácia EKG je určená na používanie len pre dospelé osoby staršie ako 22 rokov. Vždy postupujte podľa pokynov na používanie. Aplikácia EKG nie je k dispozícii vo všetkých oblastiach a je k dispozícii len na vybraných inteligentných hodinkách Garmin s najnovšou verziou aplikácie Garmin Connect pre smartfóny a softvérom hodiniek. Dostupnosť a úplné pokyny na používanie nájdete na stránke Garmin.com/ECG.