

Jak bezpiecznie korzystać ze smartwatcha

(zgodnie z Rozporządzeniem (UE) 2023/988)

Smartwatche to nowoczesne urządzenia, które łączą funkcje zegarka z technologią monitorowania zdrowia i aktywności. Aby ich używanie było bezpieczne i komfortowe – warto trzymać się kilku prostych zasad.

1. Do czego służy smartwatch i kto może z niego korzystać?

- Smartwatch to sprzęt elektroniczny – nie zabawka. Korzystaj z niego zgodnie z przeznaczeniem i zawsze zapoznaj się z instrukcją przed pierwszym użyciem.
- Unikaj przeróbek i nieużywania zgodnie z zaleceniami – to może doprowadzić do uszkodzenia.
- Dzieci poniżej 3 lat nie powinny mieć kontaktu z urządzeniem. Starsze dzieci i osoby z ograniczeniami mogą z niego korzystać tylko pod nadzorem.

2. Ładowanie i bezpieczeństwo elektryczne

- Używaj tylko oryginalnej ładowarki i przewodu – zamienniki mogą być niebezpieczne.
- Zawsze sprawdzaj, czy ręce i zegarek są suche przed podłączeniem do zasilania.
- Unikaj ładowania w pobliżu źródeł ciepła i nie zostawiaj smartwatcha podłączonego bez nadzoru.
- Jeśli przewód jest uszkodzony – nie naprawiaj go samodzielnie, zleć to serwisowi.

3. Kontakt z wodą

- Sprawdź klasę wodoodporności (np. IP68) – nie każdy zegarek nadaje się do pływania czy prysznica.
- Unikaj kontaktu z wodą morską lub chemikaliami – mogą uszkodzić uszczelnienia.
- Jeśli Twój model nie jest wodoodporny – trzymaj go z dala od wilgoci.

4. Upadki, uderzenia i inne zagrożenia fizyczne

- Smartwatch nie jest niezniszczalny – chron go przed upadkami i mocnymi uderzeniami.
- Jeśli zauważysz pęknięcia lub uszkodzenia, nie używaj zegarka do czasu naprawy.
- Wybieraj trwałe paski i etui, zwłaszcza jeśli jesteś aktywny fizycznie.

5. Komfort noszenia i kontakt ze skórą

- Niektóre materiały (np. silikon, metal) mogą powodować uczulenia. Jeśli zauważysz podrażnienie – zdejmij zegarek i skonsultuj się z lekarzem.
- Pasek nie powinien być zbyt ciasny – to nie tylko niewygodne, ale i niezdrowe.
- Czyść pasek i obudowę regularnie, aby unikać gromadzenia się potu i zanieczyszczeń.

6. Światło i czujniki optyczne

- Smartwatche emitują światło do pomiaru tętna – jeśli masz epilepsję lub jesteś wrażliwy na światło, skonsultuj to z lekarzem.
- Pamiętaj, że pomiary zdrowotne mają charakter orientacyjny. Nie zastępują diagnozy lekarza.

7. Bateria i jej utylizacja

- Nigdy nie rozbieraj ani nie modyfikuj baterii.
- Przechowuj zegarek w suchym i chłodnym miejscu, z dala od źródeł ciepła.
- Zużyta baterię lub całe urządzenie oddaj do punktu selektywnej zbiórki – nie wyrzucaj do śmieci!

8. Czy dzieci mogą używać smartwatcha?

- Urządzenie jest odpowiednie dla dzieci powyżej 12 roku życia.
- Młodsze dzieci mogą używać zegarka wyłącznie pod okiem dorosłych.
- Nie zostawiaj ładowarki, pasków ani samego zegarka w zasięgu małych dzieci.

9. Smartwatch a urządzenia medyczne

- Zegarek może zakłócać działanie sprzętu medycznego, np. rozruszników serca.
- Przed użyciem skonsultuj się z lekarzem, jeśli korzystasz z takich urządzeń.

10. Czyszczenie i pielęgnacja

- Przed czyszczeniem zawsze odłącz zegarek od zasilania.
- Czyść go delikatną, lekko wilgotną szmatką. Nie używaj detergentów ani alkoholu.
- Sprawdzaj regularnie stan paska, koperty i ekranu – unikniesz w ten sposób drobnych usterek.

Dlaczego warto przestrzegać zasad?

- Chronisz swoje zdrowie i bezpieczeństwo,
- Unikasz uszkodzenia sprzętu i kosztownych napraw,
- Wydłużasz żywotność zegarka.

Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości – sięgnij po instrukcję obsługi lub skontaktuj się z producentem.

Posdrawiam

Proventus PL - Oleksii Pierminov