「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」APP 簡介

透過「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」APP 可追蹤長期健康趨勢 (包括: 血糖、血壓、 膽固醇、尿酸、體重及體溫數據),量測數據自動儲存雲端永不遺失。

簡易的操作讓健康管理從個人文字,進展到智慧可手動/藍牙紀錄各項生理數值,並以易懂 的圖表呈現讓您掌握自己的健康狀況。



吾龄無龄—樂活社區、健康我照你 APP 功能架構圖

「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」註冊使用程序

1. 使用者在 App Store 和 Play商店上搜尋「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」 APP,成功下載後,開啟 APP 後須依照註冊指示輸入資料。



2. 將註冊資料填妥送出後,系統將會自動寄送開通碼簡訊及E-mail,依簡訊內驗證碼輸 入後,完成帳號開通即可使用本項服務。

	11:09 💠 🖀 🔍 🗸 🗎
	┎┑╒╪╺╓┲
	甲酮胺號
1.	申請人使用本系統加入會員時,已確認填寫之個人 基本資料無誤,並視為您本人同意加入本服務平台
	會員,於平台服務範圍協助會員作自主性健康管理
	之用途。
2.	基於遵守「個人資料保護法」及相關法令,不得侵

虎



- 犯個人隱私權。本服務平台提供之各項加值應用服 務,會員享有個人健康紀錄整合之權利。會員之個 人基本資料、生理量測 紀錄,提供個人健康查詢 紀錄,目的促進會員健康之行為,並同意授權相關 單位之特定 目的內蒐集、處理及利用。本平台服 務期間內會員可查詢個人健康量測記錄,亦得隨時 停止蒐集會員相關健康紀錄,不影響會員之 既有 權益。
- 3. 完成本服務之註冊流程後,申請人將收到一組預設 密碼之簡訊。第一次於入口網登入本系統時,會強 制要求更改密碼。

同意

個資條款同意

Page 02

請注意:此郵件是系統自動傳送,請勿直接回覆此郵件!

「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」主選單介紹

生理量測數據

血糖、血壓、膽固醇、尿酸、體重及體溫數據,可透過藍牙傳輸或手動方式進行紀錄。



<	量測紀錄		+
血糖	血壓	尿酸	膽固醇
2天	7天	14天	30天
400	•	•	
300			09/02 14:07
200			
100			
0	5六 08/21 3	五 08/27 四	09/02 <u>=</u>
量測時間	量測	時段	血糖
09/02 14:	:07 晚餐	顏前	200
09/01 10:	35 午餐	顏前	56
08/31 10:	44 午餐	後後	352
08/28 23	:01 午餐	後	352
08/21 14:	47 午餐	後	352
08/11 15:0)8 晚餐	後	352
08/11 12:5	51 隨機	然む	352
08/11 12:5	50 早餐	後	352
-			

,		+^ ¬	
	手動	輸入	\checkmark
血糖	血壓	尿酸	膽固醇
2020年9月9	9日	下午5:08	
檢測時段			
飯前		晚餐	
血糖 mg/dL (喻入範例:120)	
		-	
	儲;	存	

設備類別	設備供應商	設備型號	連線方式
血壓計	福國	FORA P30	Bluetooth 4.0
血壓計(綁臂式一體機)	福爾	Diamond CUFF BP	Bluetooth 4.0
血壓、血糖計(綁臂式)	福爾	FORA D40	Bluetooth 4.0
血糖機	福爾	FORA GD40	Bluetooth 4.0
血糖機	聿新科	ETB04	Bluetooth 4.0
額耳溫槍	福爾	FORA IR20	Bluetooth 4.0
體脂機	歐瑟若	FLG-756	Bluetooth 4.0

「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」主選單介紹

藍牙模式

藍牙模式分為「智能連線模式」與「配對模式」兩種,智能連線模式不需要配對設備,會自 動接收 APP 可接收的藍牙設備量測資料。配對模式則是綁定儀器設備,綁定後就被記憶住, 之後 APP 藍牙只會接收已綁定儀器設備之量測資料。



開啟 APP 功能後,點選左上角 主選單,會出現四大功能。

功能說明——量測提醒通知

點擊後會出現早餐 / 午餐 / 晚餐 / 就寢的時間鬧鐘設定, 提醒使用者在某個時段要量測血 糖或是服用藥物。



•				•		
70.0 kg	36.2 c 2020/04/16 11:52					
55 65	けた。					
體重			就寢	睡前	下午10:00	\vee
5.0 mg/dl 2020/04/17 12:50	217 mg/dl 2020/04/15 11:52					
		F	晩篒	餐後	下午7:30	V
尿酸				餐前	下午5:30	V
			丁官	餐後	下午2:30	$\mathbf{\nabla}$
120 mg/dl 午餐後 2020/04/15_11:51	155 81 80 mg/di mg/di 心跳次/分		ケダ	餐前	上午11:30	V
				篒俊	上午10:00	

Page 04

「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」主選單介紹

功能說明——個人資料

除了帳號不能更改外,其他的資料如:姓名、生日、性別、身高、目標體重等都能更換。

17:50 ✿ ■ ☰ 吉吉 靈命無齒命	◆【、】 樂活社區 健康我照你	11:09 🏟 🗃 🔷 🗸 🗎
		〈 個人資料
量測提醒 個人資料	儀器說明 設定	帳號
		14.2
120	155 91 90	姓名 Rae
「 とし mg/dl 午餐後	mg/dl mg/dl 心跳次/{	生日
2020/04/15 11:51		1983年11月24日
		性別
尿酸		男女
		身高 170.0
5.0 mg/dl	217 mg/dl	目標體重
2020/04/17 12:50		48
融青		
HE AL	體溫	確定
55 65	20.0	
2020/04/15 11:52	30.2 °C 2020/04/16 11:52	
•	•	< ● ■

功能說明——儀器說明

點選後會出現藍牙連線的機器介紹,進一步點即可瀏覽藍牙連線的設定。



「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」生理量測說明



使用藍牙模式進行測量

- 每一試紙盒內均有一片專用密碼卡,此密碼卡專屬於該盒試紙 使用。需將正確的血糖密碼卡 (綠色) 完全密合地插入血壓 / 血糖 / 膽固醇 三合一設備密碼卡插槽內
- 2. 由試紙瓶中取出一片新試紙,並迅速將瓶蓋蓋上
- 3. 將試紙插入血壓 / 血糖 / 膽固醇 三合一設備,此時機器會自動 開機,並顯示該密碼卡之密碼;此時請比對螢幕顯示的密碼是 否與試紙瓶上密碼相同(若出現 E01,則表示未先插入密碼卡 ,請重新操作)
- 4. 當螢幕出現血滴符號 🛑 , 即可開始採血
- 5. 用酒精消毒採血部位 (手指指尖),待乾燥後,放在採血筆前套 之圓形孔下方,按下扳機按鈕以完成採血
- 將血滴接觸試紙的吸血入口,待試紙反應區透明視窗完全呈現 紅色,機器發出"嗶"聲,即可移開手指











8. 量測結束後,將試紙拔除,血壓/血糖/膽固醇 三合一設備會 自動關閉電源



「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」生理量測說明



使用藍牙模式進行測量

自動上傳至 APP

 每一試紙盒內均有一片專用密碼卡,此密碼卡專屬於該盒試紙 使用。需將正確的膽固醇密碼卡 (藍色) 完全密合地插入血壓 / 血糖 / 膽固醇 三合一設備密碼卡插槽內



- 2. 由試紙瓶中取出一片新試紙,並迅速將瓶蓋蓋上
- 3. 將試紙插入血壓 / 血糖 / 膽固醇 三合一設備,此時機器會自動 開機,並顯示該密碼卡之密碼;此時請比對螢幕顯示的密碼是 否與試紙瓶上密碼相同(若出現 E01,則表示未先插入密碼卡 ,請重新操作)



- 4. 當螢幕出現血滴符號 🛑 , 即可開始採血
- 5. 用酒精消毒採血部位 (手指指尖),待乾燥後,放在採血筆前套 之圓形孔下方,按下扳機按鈕以完成採血







8. 量測結束後,將試紙拔除,血壓/血糖/膽固醇 三合一設備會 自動關閉電源

7. 機器自動倒數 15 秒後,螢幕自動顯示測試結果,量測數據會



「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」生理量測說明



使用藍牙模式進行測量

1. 開啟「吾齡無齡—樂活社區、健康我照你」APP 並登入帳號
2. 進入生理量測畫面,藍牙模式預設為「智能連線模式」
3. 開啟血壓 / 血糖 / 膽固醇 三合一設備,按一下量測開啟鍵 (Start/Stop)
2. 當偵測到舒張壓、收縮壓後,即完成測量,量測數據會自動上傳至APP
4. 量測結束後,按一下量測開啟鍵 (Start/Stop) 關閉電源







Page 08