ALNITAK T1 产品使用说明

手表

使用方法

- 1. 开机/关机/重启
- 开机

△第一次拆箱开机: 需充电激活

长按 home 键 3 秒即可开机。

连接充电器充电,自动开机。



● 关机/重启

开机状态下,长按 home 键 3 秒即可进入关机与重启界面



关机/重启界面

2. 充电

● 充电方法

将磁吸充电底座对准贴合设备背面充电区域,另一端连接充电器并接通电源,直 到屏幕出现充电电量指示。



● 注意事项

a.充电底座不防水,充电时请保持底座端口、金属顶针及设备等干燥。
b.充电时,请确保手表电极和充电顶针无脏污,必要时可用酒精棉清洁。
c.建议使用符合国家 CCC 要求且不超过额定输出电压 5V、额定输出电流 1A 的电源适配器或者电脑 USB 接口充电。

3. 按键及屏幕控制



操作	功能	备注
单击 home 键	返回上一界面或主界面	
主页面时单击 home 键	进入多功能测量界面	
长按 home 键	开机/关机/重启	
单击侧方上建(BP)	进入血压测量界面	
主要面向左划	依次进入血压心电心率血氧饱和度-今日活	
工作面内工机	动−精神−脏腑功能界面	
主界面向右划	依次进入脏腑-精神-今日活动-血氧饱和度-心	
工作面内有大	率−心电−血压功能界面	
主界面上滑	进入消息界面	
主界面下滑	进入快捷设置界面	
长按主界面	快捷更换表盘	

功能操作表

4. APP 下载与激活

● 下载 APP

a.扫描二维码下载:

手表手机激活开机会有下载 APP 二维码提示(如下图)



第一步:打开手机微信点击"扫一扫"描上图二维码,二维码扫描成功后跳转至如下图;





第二步:点击右上角"…"选择浏览器打开;



第三步:选择浏览器,如下图;



点击"下载"即可。

b.手机应用商城下载:

打开手机应用市场搜索"天和云脉"下载 APP

● 注册登录

首次注册登录需要增加"我的——个人资料"页面设置基本的个人性别/身高/体 重/出生日期等基础信息。

注意:请选择正确的数据信息,这些信息会影响相关健康数据。

● 绑定手表

打开 APP, 点击"健康页面"右上方的"未连接"按钮, 进入"我的设备"页面, 点击列表栏"绑定 4G 设备"进入扫码页面;

右滑手表屏幕显示设备二维码,用手机扫描即可链接。



● 解绑

a.解除绑定

打开 APP, 点击"我的-我的设备-解除绑定",即可完成解绑(解除绑定后将无法接收健康提醒和上传数据)。

手表和 APP 绑定后即为一对一配对关系(单独更换 APP 账号/单独更换手表)则 需要解除原先手表和 APP 的绑定。

b.更换设备

打开 APP, 点击"我的-我的设备"进入页面, 点击最下方"解除绑定"按钮解 除当前设备绑定;

点击"健康页面"右上方"未连接"按钮进入"我的设备"页面,点击列表栏"绑定 4G 设备"进入扫码页面;

手表亮屏状态下下滑页面,点击设置,下滑到页面最底部选择"设备二维码"(或 手表亮屏状态下按下手表侧面 HOME 健,下滑到页面最底部选择"设置"继续下 滑页面选择"设备二维码"),用 APP 扫描手表二维码即可绑定设备。

若出现扫码不成功的情况,可点击 APP 扫码页面下方"点击此处"进入"绑定设备"页面,输入手表二维码页面下方设备编号即可进行手动绑定。

5. 手表佩戴

● 测量腕围

(1) 使用设备配备的标尺(推荐)

测量位置在腕部距手掌横纹约两指宽度处。

将标尺尾部穿过标尺头部的扣,拉动标尺尾部到贴合手臂,避免过紧;记录标尺 箭头所指刻度,选择对应表带和气囊。

(2) 使用普通卷尺测量腕围

测量位置在腕部距手掌横纹约两指宽度处,

将卷尺绕手腕一圈(建议用胶带将卷尺头部粘贴固定在手腕上),卷尺贴合手臂 即可,避免过紧,记下腕围的读数(如:16.0 厘米)。

● 调节表带松紧度

a、打开表扣及气囊卡扣。



b、根据标尺测量时指示的刻度选择表带刻度。



气囊选择:根据测量的腕围结果选择相应的大小气囊(M / L码)默认装配为L码如需替换为M码表带气囊,请先用螺丝刀将L码表带及气囊拆卸,再替换为M码表带气囊。拆卸方法详见附件《快速佩戴上手指引》
 气囊结构: 气囊为柔软的可拆卸囊状长条。
 安装流程:

・将气囊突起的气嘴塞入设备背面气孔的凹槽,用螺丝刀将气囊盖安装牢固。

·将气囊两端的卡扣装入表带对应孔位。



● 佩戴手表

请确保手表底壳清洁干爽、干净无杂物后,将监测单元区域贴合在手腕上,保持 舒适、贴合的佩戴状态。

勿在手表背部贴膜,手表底壳有识别人体的传感器,一旦遮挡覆盖,将导致识别 不准或者无法识别,进而导致心率、血氧、睡眠等记录不准确或无法记录。 佩戴设备时,表体置于手腕的手背侧正中间,表体边缘位于尺骨茎突根部处以下。 不能压住尺骨茎突根或距离太远,表盘中心位于腕部距手掌横纹约两指宽度处。



健康数据测量

1. 脏腑

(1) 按照说明书指示正确佩戴手表;

- (2) 点击设备中间按钮,下滑进入脏腑页面;
- (3) 左手平放于桌面,点击手表上"开始测量"按钮,即可开始测量;
- (4) 手表 PPG 采集数据,测量完成后可在手表或 APP 上查看脏腑数据。
- (5) 脏腑功能可被动采集数据。正常情况下一天采集 12 组数据,夜间时间为晚
 22:00~次日早 6:00,采集 5 组数据;日间数据为早 8:00~晚 20:00,采集 7 组数据。
- (6)数据异常情况:当测量结果为小圈值(五脏数据均小于70)时,APP上会提 醒脏腑数据异常。脏腑系统解读项中每个脏腑均为"暂无数据"状态,同时 会显示"数据采集异常"标签,提醒用户重新测量。



(7) 网络异常情况:测量结束后,若手表端提示网络异常,则说明可能当前网络 连接情况不佳,数据未上传到服务器进行识别,用户可以稍等待一会,检查 网络情况后重新测量。

2. 精神

- (1) 按照说明书指示正确佩戴手表;
- (2) 点击设备中间按钮,下滑进入精神页面;
- (3) 左手平放于桌面,点击手表上"开始测量"按钮,将右手食指和手表下键电极保持接触,即可开始测量;
- (4) 手表 ECG 采集数据,测量完成后可在手表或 APP 上查看精神数据。
- (5)数据异常情况:精神数据测出来是 0,代表未生成有效的测量数据。App 中 精神二级页面中会显示"无效值"标签,同时精神解读中描述"未生成有效 的测量数据,建议您重新进行1次主动测量"。



3. 睡眠

- (1) 点击设备中间按钮,下滑找到睡眠,点击进入睡眠界面;
- (2) 睡眠数据为晚上手表自动采集数据,不用主动测量,采集完成后可在手表或 APP 上查看睡眠数据。
- (3) 目前睡眠功能暂无法智能识别午睡情况。
- (4) 监测原理:睡眠功能从晚 20 点开始检测,早 10 点结束检测;通过检测每分钟活动的程度,来判断睡眠状态,手表检测到连续 5 分钟没动,判断进入睡眠状态;连续 3 分钟有动则判断清醒。

下图为 APP 上睡眠页面的详情展示。



4. 血压

- (1) 点击设备中间按钮,下滑找到血压,点击进入血压界面;或直接点击右上侧"BP"键,快捷进入血压界面。
- (2) 血压测量目前只支持主动测量。
- (3) 点击"血压"两字旁的^①,进入血压设置,进行腕围设置,根据标尺测量结 果选择对应表带和气囊。
- (4) 血压测量的标准姿势



- (5) 点击测量后,设备开始自动加压,屏幕上实时显示压力数据;
- (6) 测量结束后气囊自动放气,在测量结果界面显示高压、低压、脉搏,测量完成后可在 APP 上查看血压数据。

5. 心电

- (1) 点击设备中间按钮,下滑找到心电,点击进入心电界面;
- (2) 点击"心电"两字旁的^①,进入心电采集设置,可设置佩戴方式,分为左手 佩戴和右手佩戴。
- (3) 点击测量,选择好佩戴方式,点击开始测量,按照提示将手指长按手表下键 电极,保持40秒即可;
- (4) 测量结束后点击完成,可在手机端心电采集应用查看详细心电采集记录报告。

6. 心血管预警

- 点击设备中间按钮,下滑找到心血管预警,点击进入心血管预警界面,点击 开启即可。
- (2) 开启后,可在手机端心率详情页中,点击"心脏健康",查看散点图。
- (3) 该功能每小时采集一次(采集条件需要静坐 10 分钟,如果采集失败会过 10 分钟继续采集)



心脏健康页面

(4) 注意:目前该功能仅能查看散点图的形状,无法进行智能判断,用户可自行 点击"了解散点图",查看常见的心脏数据散点图形状,与自己的图像进行 对应。未来可能会与厂商合作,进行智能化判断。

7. 心率

- (1) 点击设备中间按钮,下滑找到心率,点击进入心率界面;
- (2) 心率数据为每隔 10min 手表自动采集一次数据,在手表或手机端均可查看;
- (3)若想进行主动测量,可进入心率界面后,在该界面停留 8~10 秒,即可显示 当下最新心率数据。

8. 血氧饱和度

- (1) 点击设备中间 HOME 键,下滑找到血氧饱和度功能点击进入测量界面;
- (2) 每隔1小时自动采集一次,但也可进行主动测量。
- (3) 点击"测量"按钮开始测量,测量期间请注意保持静止不动;
- (4) 测量结束后,可在手机端查看测量结果具体信息。

9. 体温

- (1) 点击设备中间 HOME 键,下滑找到体温功能点击进入;
- (2) 点击"测量",浏览测量前注意事项,点击"下一步"开始测量;
- (3) 测量结果在手表和手机端均可查看;
- (4)体温数据每10分钟自动采集一次,一小时上传一次;也可自主进行主动测量,主动测量的数据准确度优于被动测量;
- (5) 注意事项:为确保测量准确,建议偏紧佩戴,并在室内保持佩戴 30 分钟或以上,再进行体温测量。

10. 今日活动

- (1) 点击设备中间 HOME 键,下滑找到今日活动功能;
- (2) 点击查看基础信息,或可下滑界面查看今日步数、站立时长、卡路里消耗详细信息;
- 步数
- 【表端】达到8000步后运动半圆环达成每日步数目标;
- 【App 端】实时更新数据,当日运动步数大于 5000 步,标记为良好,低于 5000 步为欠佳。
- 站立
- 【表端】达到12次站立次数后站立半圆环达成每日站立目标;

【App 端】实时更新数据,当日有效站立小于 12 次标记为欠佳,大于 12 次标记为良好。

● 卡路里(同站立逻辑)

实时更新数据,当日完成 300kcal 消耗标记为良好,未完成标记为欠佳。

(3) 手机端 app 也可查看活动信息。

11. 呼吸减压

(1) 点击设备中间 HOME 键,下滑找到呼吸减压功能;

- (2) 点击呼吸减压旁的 (1),进入训练时间和节奏调节页面,进行难度的自主调节;
 - 时间可在 1~5 分钟间选择
 - 节奏可在缓慢、舒缓、稍快中选择
- (3) 点击"开始"按钮,等待10秒,浏览测量前注意事项;
- (4) 根据手表提示完成吸气+呼吸的多组测量;
- (5) 测量结果可在手表端直接查看;
- (6) 注意事项:测量过程中请保持静止,调整坐姿,放松身体,平稳心态,为呼吸减压训练做好准备。

12. 健康预警(心率过高\低震动提醒)

- (1) 预警规则: 当心率 < 40 会有过低提示; 当心率 < 120 会有过高提示。
- (2) 预警方式:统一为手表震动提醒。

13. 主动测量注意事项

- 测量时请您正常佩戴设备,避开骨节,不要太松,避免采集器晃动影响测量结果。
- 测量过程中,请保持身体静止,将手臂放在桌面上或者膝盖上,手臂、手指 放松。同时手指不要松开电极,和电极接触力度适中,避免过重按压或者过 轻接触不充分。
- 如皮肤过于干燥,请用少量水湿润手指再进行测量;请保持设备表面干燥, 如有水渍擦干后再进行测量。
- 如心电采集记录报告结果异常,请及时咨询医生或者去医院就诊。

饮酒模式

1. 功能说明

饮酒模式属于即时预警模式中的一种特殊场景,可以让用户在饮酒过程中实时感

受到身体健康数据变化,根据预警提示,对身体情况进行即时干预,防止饮酒过 量,保护身体健康。

2. 操作指南

● 功能开启

手表端点击"饮酒健康风险",点击屏幕中间的按钮,选择开启功能。 可自行选择提醒持续时长,可选区间为 3~5 小时。



表端功能开启

开启该功能会增加耗电速度。开启后,后台默认将自动采集脏腑数据频率调整为 30分钟,从正常模式下的整点采集一次改为半点采集一次。

● 测量提醒

若从开启时间向前算 30 分钟内无脏腑、心率数据;或半点采集时,用户通过主动测量测量了**非脏腑与心率**的数据,则表端会由于未采集到脏腑和心率数据而震动提醒,发起一次主动测量。



表端主动测量提醒

3. 预警展示

● 手表端通知

用户在饮酒状态下生成预警,表端推送预警信息并震动提醒。

点击任意位置或手表按钮,预警消息消失,并以列表的形式收集在消息通知栏列 表中。

消息通知栏可通过表端主页面向上划动调出。



表端预警消息

● App 端通知

饮酒模式开启时, APP 的"健康状态评估"模块会显示当前饮酒的风险情况,用 户可以自行打开 APP 查看。



APP 端健康预警消息

设置了星标的亲友也会收到通知栏消息提醒,并同时在亲友页收到用户的饮酒健 康预警消息。

目前的规则设定为:亲友只能接收到中高风险饮酒预警信息。



个人、亲友消息栏通知,亲友界面信息显示

● 后台

后台预警列表一预警类型新增"饮酒预警",预警详情中展示用户肝肾值及心率, 并提示风险等级,方便后台管理人员进行查看。

	云脉健康数据运营管理系统 2024-04-01 16:12:19 管理) 管理员:	李少博 ▼			
天和云脉 DR.ALNITAK	顶警管理	/ 预警列表									
	手机号:		组织: 请选择组织	R > 預警	此型: 请选择预替关	型 ^ 预整时	间: 田 开始时间 -	结束时间	健康顾问: 请选择健康顾问 ~ 🔍 🥥 查询		
	手机号码	昵称	预警等级	预警时间	心寧	and and a second	组织	國訪日期	指注	191301	年龄
◎ 組织管理 ~	13622298888	云脉VTzSt	低风险	2024-04-01 15:34:26	肝菌 饮酒 3、心神86	-嫣江		回 选择日期	请输入做注	女	53
	15353673451	崔愿纪	低风险	2024-03-31 20:36:05	肝值140、肾值13 1、心率79	云脉—阿文	天和云脉数据验证(40- 49)	巴 选择日期	请输入商注	女	41
○ 预警管理 ^	15353673451	崔愿皖	中风脸	2024-03-31 20:21:57	肝值143、肾值11 5、心率85	云脉一阿文	天和云脉数据验证(40- 49)	@ 选择日期	调输入备注	女	41
预誓列表	15353673451	御恩泥	低风险	2024-03-31 20:11:02	肝値131、降値11 8、心率85	云脉一间文	天和云脉数据验证(40- 49)	四 选择日期	请输入备注	女	41
	15353673451	崔愿妮	低风险	2024-03-31 20:03:52	肝値126、肾値10 9、心率85	云脉—阿文	天和云脉数据验证(40- 49)	巴 选择日期	调输入备注	女	41
	17792919606	云脉X2bnQ	低风险	2024-03-31 11:33:51	肝值129、肾值9 7、心率79	云脉一国杰		11 选择日期	调输入循注	女	77
0 设备管理 ~	15229282108		中风脸	2024-03-31 04:03:59	肝面149、肾面14 0、心率76	云脉一国杰	测试人员	巴 选择日期	请输入审注	男	38
⊙ ⊼éèè≝ ·	15229282108		中风脸	2024-03-31 03:33:52	肝值144、肾值12 9、心率62	云脉—国杰	测试人员	包 选择日期	调输入循注	男	38
O HERE .	15229282108		低风险	2024-03-31 03:03:49	肝値117、縦値10 5、心率101	云脉一国杰	测试人员	11 选择日期	请输入备注	男	38
	15229282108		低风险	2024-03-31 02:04:38	肝値125、脣値10	云脉一国杰	测试人员	日 选择日期	请输入衡注	男	38
	共 624 条 10	新/页 ~ 〈	1 2 3 4	5 6 ··· 63 > 1	柳往 1 页						

个性化

在手表主页面屏幕上长按,即可进入表盘切换界面。

左右滑动选择自己喜欢的表盘样式后,再点击一下屏幕,即可应用该表盘样式, 应用成功后,手表会震动提醒。

APP

M2O5S 健康指数

1. 概念说明

M2 mental 精神,中医讲情志,精神中对应着两个维度,分别为交感神经和副交 感神经对应的应变能力和放松程度,所以为 M2。

O5 organs 五脏系统,中医讲五脏系统中对应着五个维度,分别为心系统、肝系 统、脾系统、肺系统、肾系统,所以为 05。

S sleep 睡眠,睡眠对应着人的整体睡眠状况,也代表人的自愈恢复能力。

所以总结为 M2O5S 健康评估模型。

M2O5	S 健康指数	(規则解读) 8 C 刷新		主动测量
精神	M2	脏腑 O5	ō	睡眠 S
		脾		
数据	缺失		BF 6	欠佳
应变	能力	肝り	Ř	7小时1分钟
我的变 脏腑数排	化 居变化情况对出	5		去看看
健康状态	评估		2025年01月(08日 06:39:24
	入睡过晚		睡眠状态	欠佳
① 可能会	干扰肝胆脾胃等网	内脏系统的自	然恢复过程。	
疲劳状	⑦ 态》			1
当前状态	不受疲劳影响。			
0			\odot	8
首页	知识	服务	亲友	我的
	健康	。 指数展:	示页面	

2. 健康指数评分规则

● 分值说明

首页上的分值为健康模型的具体评分:(0,60],欠佳;[61,80],良好;(80,100], 优秀。

由精神、脏腑、睡眠、运动数据的测量情况综合影响评分。 当用户缺失某项数据或某项数据指标结果不佳时,会扣除相应的分数。因此,缺 失的数据项或状态不佳项越多,总分就会越低。 详细说明如下:



● 数据采集组数

手表正常情况下每天会被动采集 12 组数据,从 00:02 开始,每隔两小时一次。 不论是被动还是主动测量,每次用户打开 App 显示的是上一次的健康指数得分, 经过 2mins 左右的同步后,刷新为最新的健康指数得分。

我的变化

1. 功能定义

该功能位于首页的 M205S 健康指数下方,点击去看看进入详情页,可以对比不同时间阶段内脏腑数据的变化情况。

	こ刷新	
精神 M2	脏腑 O5 脾	睡眠 S
数据缺失	心 肺 肾	欠佳 6小時24分
我的变化 脏腑数据变化情	洞况对比	去看看
健康状态评估	2026年0	1月03日 06:14:18
深度睡眠时	长过少 睡眠	秋态 🚈
① 可能会频繁感至	■注意力难以集中。	
疲劳状态 ⑦)	1级
当前状态不受疲劳	步影响。	
亚健康证型 ⑦	2024年	12月30日12:13:42
此 能 腑 监 測 数 振	夜间脏腑数据	夜间连续
 ② ① 首页 知识 	服务	 ○ 2

进入详情页后,可以选择7天、30天、自定义范围内的五脏均值进行对比。该 对比原理是将昨日夜间的五脏测量平均值与过去一段时间内的五脏均值进行比 较,分析差异性。



2. 自定义范围

自定义页面中,用户可以自行设置互相对比的两个数值的取值范围,分别为近期 范围和个人常模范围。

个人常模是指日常的状态,近期范围是指最近认为身体产生的变动的时间范畴。 在选择时间范围时需要注意以下三点:

(1) 个人常模的取值范围不能小于7天;

(2) 个人常模的结束日期不能晚于近期范围的结束日期;

(3) 取值日期中若有效数据过少,会影响准确性。



日常健康数据

该部分内容包括心率、运动、血压、血氧、心电、体温等数据,为手表端收集数据的详细展示。可点击到相应模块查看数据解读和日/周/月数据复盘。

心率	3 小田	时前 今	日活动	3小时前
69次/分钟				
100			0步	
50	111	1	0次	
血压	25	天前	0	
102 / 72 mmH	łg		0++	
140		- 10		
90		0		
		血	氧	4小时前
心由	2024-06	-18 98	%	ntill
正常				
штт		体	温	3小时前
m	hope	1 27	0.00	
		37.	U°C	
经络运行图				>
HERRICAN BE	₽		0	
活跃经络 足	太阴脾经		-	
经络状态 牌	经旺,有利于吸	收营养,	ERI	19.44 Just
(Î) 正常工作学	3		夺	N
-		00:00	5:34	202
0			\odot	8
首页	知识	服务	亲友	我的

疲劳状态展示

疲劳状态位于首页的"健康状态评估"下方,疲劳指数根据用户的睡眠、活动情况、BMI 指数、容积脉搏波(PPG)四项指标综合得出。



1. 状态分级

疲劳状态如下图所示,分为0~5级,共6个级别,等级越高代表疲劳程度越严重。



疲劳等级说明

2. 显示与预警规则

疲劳等级每小时更新一次。

当用户测量后的等级到达4级和5级水平时,系统将为用户绑定 APP 的手机号 发送一条风险提示短信,形式如下图。



风险短信的发送时长最短间隔为6小时。

若第一次发送风险短信后的6小时内,又检测出高风险等级,则间隔六个小时后 再发送一次。

中暑风险展示

中暑风险功能通过智能手表采集用户心率、体温、环境温度等信息,加以计量算

法进行预测。

中暑风险分为无风险、低风险、中风险、高风险四个等级,检测出高风险后,系 统将为用户绑定 APP 的手机号发送一条风险提示短信。 目前处于冬季时节,该功能暂时下架。

干预方案

1. 具体呈现形式

在首页的亚健康证型监测板块,显示当前时间推送的干预方案简要内容。如下图 红框部分所示。



一级页面干预方案显示

点击干预方案内容,即可进入详细展示的二级页面。

t i	健康监	测干预	
当前方案主题	亟:缓解颈	肩酸痛不合	适?换一换〔
更换	主题	/	
毋日调理		1	024平 06 月 26日
当前推荐:	【八段锦】	调理脾胃须自	₽₩
8:00	12:00	20:00	22:00
8+1			
您当前的健	康状态为:	暂无结论	
需要您继续	佩戴手表一:	段时间后才已	可进行深入
分析,并得	出结果。		
历史状态			>

二级页面干预方案显示

方案主题可随时点击换一换进行切换,但切换的范围有所限制。

干预方案内容每天固定4条,切换时间点为8:00,12:00,20:00,22:00,在到下一个时间点前将持续显示当前内容。

每日凌晨 0:00 到早上 8:00 为休息时间,无干预方案内容展示。

在当前时间段进入二级页面查看详细内容,即可获得1点积分,如果超过方案显示的时间段则可查看内容但不予以积分奖励。每日在干预方案界面最多可获得4 积分。

干预方案内容无论有无证型结果都会显示,显示的具体规则如下:

(1)结果为健康、结果为亚健康、数据不够暂无结果

以上三种结果代表用户无具体证型,方案将从以下内容中随机,用户可通过换一 换随机在以下方案中切换。

排序	主题	方案天数
1	舒肝郁	14 天
2	健脾胃	7 天
3	固肾腰	5 天
4	去心火	14 天
5	调理便秘	7 天
6	缓解颈肩酸痛	30 天
7	日常养生1	7 天
8	日常养生2	7 天

(2) 结果为具体证型

拥有具体证型结果,则根据显示的证型结果推送干预方案。

排序	主题
1	肝气郁结
2	肝郁脾虚
3	心脾两虚
4	肝肾阴虚
5	肺脾气虚
6	脾虚湿阻
7	痰热内扰
8	心肾不交
9	气血亏虚
10	湿热蕴结

2. 方案内容

干预方案中涉及的专业内容目前主要包括以下几类:

- 运动与功法
- 助眠轻音乐
- 膳食
- 经穴

未来将会根据反馈不断更新。

十大亚健康证型检测

1. 功能定义

该功能为本产品特色功能,结合《十种亚健康证型辩证量表》对中医证型的定义, 与手表五脏数据的监测,通过内置算法实现证型测算。

2. 检测方法与结果

- 用户佩戴手表一段时间后,算法会通过从表端收集到的有效脏腑数据、年龄 数据,测算出用户的阳性证型,对用户输出其证型结果;
- (2) 用户的检测结果有以下三种可能:①健康,即用户的数据符合健康人的健康 数据区间;②具体证型,即用户的数据符合十大证型中的一个或多个对应证 型的数据区间;③亚健康,即用户的数据不符合健康人的数据区间,也不符 合十大证型中任意一个的数据区间,因此只能判定为亚健康状态;
- (3) 根据检测结果,将给用户提供相应的干预方案;
- (4) 一个用户可能拥有单个证型,也可能拥有多证型,APP 端最多为用户展示三种证型。

3. 数据要求

该算法数据目前设定为 14 天重置一次,因此想要查看检测结果,用户需要在 14 天内满足以下数据要求:

- (1) 14 天内收集≥40 组有效脏腑数据;
- (2) 有效数据中需包含≥10 组来自夜间的脏腑数据(夜间范围:晚21 点-次日早 7 点);
- (3)至少有5组夜间数据来自同一晚,用户可以选择在睡眠时佩戴,或在夜间范围内主动测试五次。

脏腑数据的收集可通过表端被动监测两小时一次,也可由用户在表端手动发起主动测试,主动测量成功一次,计一组数据。

4. 功能展示

下图为 APP 端实际案例,该功能目前展示在首页疲劳状态下方。



上图为检测出具体证型的案例。



上图为检测出亚健康状态,无具体证型的案例。

健康任务清单

健康任务清单功能在首页的干预方案内容下方。

十预万案	2025年01月03日16:56:44
每日调理 当前推荐:糖渍金橘	
健康任务清单	了解详情 >
不抽烟	12:00
血压测量	14:00,15:00
心率 2小时前 89次/分钟	今日活动 55分钟前 12305步 13次
血压 2024-11-29 99/70mmHg	109∓+
140 70 0	血氣 2小时前 95%
心电 2024-11-28	
正常 ~┟~┟~┟~┟	体温 37.6°c
 ① ② ② ② ② ③ ○ ○	□ ○ 名

1. 创建任务清单



2. 创建内容类型



3. 表端提示规则

表端提示的形式



中找到相应信息

4. 亲友互动规则



问卷与测评

二日 1 卅仟佰	邓马廷八兴仲灭国
120 109 98	<mark>们</mark> 3次
血压 2024-11-29 99/70mmHg	▶ 101∓ +
70 8 0	血氧 1小时前 97% 111
心电 2024-11-28	
	体温 48分钟前 36.8℃ 11111
经络运行图	>
活跃組辦 建築状态 建築状态 陳经旺,有利于 吸收营养,生 血。	EB\$ 10:47
宜 正常工作学习	
问卷测评	Pue

高效统计,精准分析 了解详情

口知识

回

该板块在首页的最下方,点击了解详情即可进入具体页面。

页面分为问卷和测评两个模块,问卷模块内容会不定期更新,目前没有常驻内容。 测评模块目前常驻内容有两个,包含《十种亚健康证型辩证量表》、《九种睡眠 证型辩证量表》。十大亚健康证型对应着国家中医院协会披露的常见十种亚健康 症状,九大睡眠证型将失眠分为了九种常见情况。用户可以点击相应量表进行测 试,了解自己具体的身体情况。

い服务

宗友

2 我的

量表测评展示界面

养生服务推荐

点击"服务",即可进入线下服务推荐页面。

该页面提供的服务均为进行合作的专业养生服务门店,用户在平台进行下单可以 享受专属优惠价格,并前往门店进行体验。

目前该服务处于开始阶段,服务内容较少,未来将引入更多类型的优质服务,敬 请期待。



在详情页面可查看商家的详细信息、具体服务内容。用户可自选服务内容进行预 约下单。

服务人员接到订单后会进行电话联系确认。当前 APP 不支持线上付款,因此下单后,需要前往线下店进行付款。



商家具体服务页面

服务结束后,用户可在"我的"页面中,进入"我的订单",点击具体订单进行 星级评价。

<	我的订单	
Q 请输2	、搜索关键词	搜索
O2BOX	曲江店	已完成
3	微高压舱单次体验	¥580 共1件
2024-06	-05 09:32:26	已评价
	没有更多了	
	我的订单页面	

智能问答知识库

1. 功能简介

点击"知识"图标,进入知识库。在该功能中,用户可通过智能对话的形式,了 解常见的中医基础知识、养生方法等。



2. 模块分类

知识库内目前包括以下几大内容板块:

● 中医基础理念

该板块内介绍一些中医学中常用的基础概念,用户可以在智能对话给出的知识选项中点击自己感兴趣的内容,进行了解。也可自行在搜索框内输入自己的问题, 智能对话助手会通过 AI 模型检索,给出相应的回答。



● 中医健康观

该板块内介绍了一些中医学对健康与亚健康、以及一些常见疾病状态的定义,内 容均来自相关规范文件。

● 中医养生方法

该板块内从中医的养生基础、时令节气养生、运动功法、膳食四个方面,提供一 些基础常见的中医养生方法。点击感兴趣的内容后,点击链接即可跳转至相应图 文页面进行浏览。



● 中医五音疗法

收录了中医五音疗法中一些经典曲目,分别对应着五脏:养心、护肝、补肾、健脾、润肺主题。

● 人工客服

在最上方的绿色框内,点击"立即提问"即可进入人工客服界面,可在客服工作时间进行咨询。



亲友

在底栏点击"亲友",进入"亲友"页面,查看亲友健康、搜索、添加亲友、查 看亲友健康档案等。

1. 查看亲友健康

查看所有亲友的健康数据。



2. 搜索、添加亲友

在"亲友"页面右上角点击"添加亲友",输入亲友手机号码申请添加,等待亲 友同意确认后,互相为关注亲友。

亲友		ସ ⊕ 💬	<	
2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	A	/	添加来友 法输入来在手机品料	
🕼 刘延文 🚖		0 ئى	man of a 1 fr 2 s	
当日健康指数			Q	
¥唐 浩数 92	心拳 86次/分符	m 幹 98.0:		
tin Jik	心电	体温		
-/j	正常	36.6%		
₩₩ 約22 ★ 1994年10 当日健康解读		凸 0		
能腳	精神 睡	選 运动 1 (欠注)		
● 刘延文 ● 時天 快酒健康预警	r	<u>n</u> 0		
 通 加速 	「服务	● ★ 表 我的		

添加亲友

在"亲友"页面右上角点击"搜索",输入亲友手机号码或者名称可搜索到好友。

亲友	Q 🕀 💬	〈 我的亲友	
 () 			
 製造文★ 1917年 当日健康指数 ※R 92 №年 86109年 	企 0 加勒 98.0x	新的好友申请 聖称亲友 資料 刘建文 今秋泉方	
血压 心电 -/	体温 36.6°	2 4 7 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	
∭ 刘廷文 ★ □0 + □ □0 + □ 当日健康解读	<u>ال</u> 0	► 2 示全称 2 个系页	
能胸 精神 欠选 (R+F)	睡眠 运动 (<u>kt</u>) (<u>kt</u>)		
∭ 刘廷文 ★ ŋ [↑] ŋ [↑] ŋ [↑] 饮酒健康预警	1 ² 0		
 一 ー ー	♥ 8 ** ^{我的}	立士	

搜索亲友

3. 查看亲友健康档案页

点击"亲友"页面的卡片可查看亲友的健康信息;点击"日期",查看亲友健康 历史数据。



亲友健康档案界面

客服

APP 进入页可看到右下角的"小脾" IP, 点击"小脾"可进入客服聊天页面进行 咨询。



客服界面

在底栏点击"我的",进入"我的"页面,查看消息、个人信息、会员中心、云脉商城、我要赚钱、我的足迹、我的计划、健康周报、我的测评、组织关爱、我的设备、设置、退出登录等。



1. 个人信息

点击头像旁边的箭头,可进入我的个人信息修改页面。

<		个人信息	
		交通 示除ID:726950	
	基本信息		
	昵称	七步洗手法	>
	姓名		
	性别	¢	>
	所在城市	陕西省西安市	>
	身高	171cm	
	体重	6dkg	
	出生年月	1991-06-26	>
	职业	填写职业	>
	婚姻状况	長車	>
	生育状况	未育	>

个人信息页面

2. 会员中心

点击"会员中心",即可进入查看一系列 VIP 相关信息与权益。

● 查询会员有效期

最上方黑色方框内会显示当前会员有效期,点击右上角,联系客服即可进行续费。

● 会员转赠

点击右下角的"会员转赠",输入想转赠会员日期的用户手机号,即可将自己的 会员时长全部转赠给好友。 目前仅支持将会员时长全部转赠,且需转赠的接收方选择接受后才能转赠成功。

< 会员中心	く 会员转赠
七歩洗手法 ○ 以1 读機 会员有效期: 2027年10月18日 日 58 会員執題	七步洗手法 ● 124 会员有效期: 2027年10月18日 号 58
每日成长任务	○ 权益转赠 可转赠时长1209天
毎日登录 干预方案 脏腑主动测量 日 + 1 日 + 4 日 + 1 日 空母 日 十 1 日 中 1	会转赠对象 请输入转赠对象手机号
	确认转赠
おおりいP特权	我已阅读并同意 <u>会原収益转置协议</u>
VIP特享任务 向卷期試 分享留康周报 添加三位好友 日 + 300 日 + 10 日 + 300 未完成 孟分享 孟為面	

会员转赠

● 成长任务

通过完成任务即可获得积分。任务分为每日成长任务(每日更新)和 VIP 特享 任务。 特享任务奖励的积分较多,一般为一次性任务或较长周期内更新一次的任务。

● 积分兑换会员

为激励用户使用,目前支持使用12999积分兑换一年的会员服务。



积分兑换服务

3. 我的订单

进入我的订单,即可查看在"服务"页面的历史下单情况。 点击"去评价",即可对订单进行点星评价。

ALNITAK T1	¥3680 共1件	<	评价	
2024-06-14 13:59:03	去评价	O2BOX曲江店		已完成
天和云脉	已完成	微	高压舱单次体验	¥680 共1件
ALNITAK T1	¥3680 共1件	2024-06-14 13:3	2:06	
2024-06-14 13:58:26	去评价	服务态度	***	***
O2BOX曲江店	已完成	服务质量	***	***
微高压舱单次体验	¥680 共1件	续订意愿		
2024-06-14 13:32:06	去评价		提交评价	
O2BOX曲江店	已完成			
微高压舱单次体验	¥580 共1件			
2024-06-05 09:32:26	已评价			
没有更多了				

订单详情即评价界面

- 4. 健康报告
- 在"我的"页面点击"健康报告"可切换查看健康周报和饮酒健康报告。

く 健康振	告	く 健康	报告
饮酒健康	健康周报	饮酒健康	健康周报
2024年10月22日	×	2024年10月07日~2	024年10月13日 >
2024年10月14日	×	2024年09月30日~2	024年10月06日 >
2024年08月01日	>	2024年09月23日~2	024年09月29日 >
2024年07月31日	>	2024年09月16日~2	024年09月22日 >
		2024年08月05日~2	024年08月11日 >
		2024年07月29日~2	024年08月04日 >
		2024年07月22日~2	024年07月28日 >
		2024年07月15日~2	024年07月21日 >
		2024年07月08日~2	024年07月14日 >
		2024年06月17日~2	024年06月23日 >

健康报告界面

● 饮酒报告

脏腑情况:对本次饮酒前中后的脏腑数据进行统计,饮酒区间背景为红色。 睡眠对比:对饮酒当日睡眠情况进行统计,可与上一个未饮酒日睡眠情况进行对 比。

心率变化:对饮酒前中后的心率数据进行统计,饮酒区间背景为红色。 饮酒报告一周生成一次,仅生成开启饮酒模式的当周报告。若本周未饮酒,则不 生成报告。

● 健康周报

健康指数与活动情况:根据本周 M205S 指数与每日活动情况进行综合测评。 脏腑情况:对本周脏腑情况进行综合判断,平均趋势更稳定。 睡眠统计:柱状图展示每日睡眠数据,还可选择与上周数据进行对比。 血压情况:记录血压最低与最高项,横向对比上周情况。 精神状态:展示精神状态,统计不同精神状态次数。

5. 我的消息

点击右上角"消息"可以查看系统发布的部分消息提醒,包括健康消息预警、亲 友消息提醒等。

我的 💬	我的消息 一键已读
七岁洗手法 > ◆ Lv.1 目録 >	健康 泉友 组织 通知 2020+05×16 11/21+09
云脉VIP 余景权监 秋分克海球道黄龄	您有一个健康拍数预整,请及时查看。 体温:监测到您体温异常。 ——查看许绪 2024-04-16 1919991
云脉高城 资 我要赚钱 武为社人董事	容有一个健康指数预繁,请及时查看。 血氧:盐湖到忽血氧低于(高于范围值。 ——查看许靖 2015-64-16-9522
民 管 國 Solar Albana	忽有一个健康指数预整,请及时盘看。 四氧: 监测到忽四氧低于(高于范围值。——盘者许情 2014年51550234
③ 我的见迹 >	您有一个健康指数预整,请及时查看。 体温: 盒测到忽体监异常。 ——查希许铸
③ 组织关赛 >	容有一个健康指数预整,请及时查看。 件品:监测到您件品员常。 ——金希许铸
Ср при и на	222445(1)[24453) 您有一个健康拍數預整,請及时查看。 心率:亚湖別您心率低于(高于忽因因。 ——查看许情
	27974-149 1844-18 忽有一个健康指数预整,请及时盘看。 四第4 监测到忽四影低于/离于范围值。 ——查看许猜
◎ № ₩ № ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩ ₩	息界面

6. 版本信息

● 查看版本信息

在我的-设置-版本信息中,可查看当前使用版本,点击即可检查目前版本是否为 最新版本。

<	设置		<	设置	
账号安全		>	账号安全		
帮助反馈		>	帮助反馈		>
清除缓存		33.03MB	清除僵存		33.03MB
版本信息	V1.4.0 ;	点击检查更新	版本1	版本更新	1.更新
关于我们		>	¥73	已经是最新版本	>
	退出登录			補定	
	注销账号			注纳账号	

版本信息检查

● 系统更新提醒

在我的-设置-版本信息里有小红点提醒或者打开 app 弹出新版本更新提醒。