

**PHILIPS**

Persönliche  
Gesundheit

Kleine Schritte, die Ihre  
**Gesundheit  
verbessern**



Messungen und Algorithmen  
**klinisch validiert**

### **Philips HealthSuite health app**

Die Gesundheitsuhr synchronisiert sich automatisch per Bluetooth Smart mit der Philips Health Suite health app.

Hinweis: Die Philips HealthSuite health app ist nur in deutschen App-Stores erhältlich. Sie ist kompatibel mit

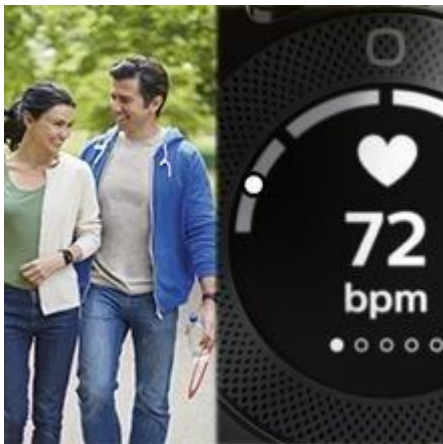
- iPhone: Version iOS8 und höher, iPhone 4S und höher
- Android: 4.4.2 Kitkat und höher

## Kontinuierliche Gesundheitserfassung

Die Philips Gesundheitsuhr hilft Ihnen, Ihre gesundheitsrelevanten Gewohnheiten im Auge zu behalten, indem sie kontinuierlich verschiedene Werte rundum Ihre Aktivität, Ihr Herz und Ihren Schlaf erfasst. Als Teil unseres vernetzten Gesundheitsökosystems kann sie Sie dabei unterstützen, Schritt für Schritt gesündere Gewohnheiten anzunehmen, in einem für Sie passenden Tempo.

- Misst Ihre Aktivität, Ihre Herzfrequenz und Ihren Schlaf
- Erfasst automatisch Gehen, Laufen und Radfahren
- Als medizinisches Gerät klassifiziert. Genauigkeit der Messungen und Algorithmen klinisch validiert.
- Bis zu vier Tage Akkulaufzeit. Schnelles Laden ermöglicht ca. 70% Ladung nach 30 Min.

## Beginnen Sie zu messen und verfolgen Sie Ihre Werte im Verlauf der Zeit



### Kontinuierliche Messung

Erhalten Sie einen besseren Einblick in Ihre Herz-Kreislauf-Gesundheit, indem die Gesundheitsuhr Ihre Herzfrequenz und Herzfrequenzzonen kontinuierlich erfasst. Zusätzlich werden auch die Ruhe- und die Erholungsherzfrequenz aufgezeichnet.



### Aktivitätslevel erfassen

Erfassen Sie Ihr Aktivitätslevel, indem Sie Ihre Schritte, Ihre aktiven Minuten und Ihren Kalorienverbrauch im Hinblick auf Ihre eigenen Ziele verfolgen. Darüber hinaus geben Ihnen Schätzwerte zu  $VO_2$  max und Ihrer Ruheatemfrequenz Einblicke in Ihre körperliche Fitness.



### Schlafverhalten erkennen

Verstehen Sie Ihren Schlafrhythmus mit der automatischen Schlaferkennung besser: Erfassung von Schlafzeit, -phasen und -effizienz sowie der Aufwachhäufigkeit.



### Kompatibilität

Funktioniert für iPhone- und Android-Nutzer (iPhone: Version iOS8 und höher, iPhone 4S und höher; Android: 4.4.2 Kitkat und höher). Die App ist nur in deutschen App-Stores erhältlich.

## Die Philips HealthSuite health app



### Gesündere Gewohnheiten

Unsere HealthSuite health app kann sich mit dem Sortiment an Philips Gesundheitsgeräten vernetzen. Sie hilft Ihnen, motiviert zu bleiben, um Schritt für Schritt gesündere Gewohnheiten anzunehmen.



### Individuelle Zielsetzung

Setzen Sie sich Ihre eigenen Ziele in der HealthSuite health app. Unser intelligent arbeitendes Programm bietet Ihnen personalisierte Beratung in einem für Sie passenden Tempo.



### Einfache Werteinstufung

Vergleichen Sie Ihre Messwerte mit empfohlenen Normwerten, sodass Sie verstehen können, wie Ihre Entscheidungen Ihre Gesundheit beeinflussen.



### Personalisiertes Coaching

Auf Basis Ihrer Daten erhalten Sie Ratschläge, die auf professionellen und medizinischen Empfehlungen beruhen. Dieses auf Sie zugeschnittene Feedback hilft Ihnen, Ihre Gesundheitsziele zu erreichen.