



breathe ilo

Dein Fruchtbarkeitstracker

Bedienungsanleitung

Version 2.0

Nicht zur Verhütung zugelassen.



DE

Inhaltsverzeichnis

Herzlichen Glückwunsch, Inhalt und Applikation	3
Instruktionen zur sicheren Anwendung	4
1. Das breathe ilo Messgerät	5
1.1. Bedienung und Funktionsanzeige	5
1.2. Aufladen des breathe ilo Gerätes	5
1.3. Reinigung	5
1.4. Das Mundstück	5
2. Die breathe ilo App	6
2.1. Erste Inbetriebnahme	6
2.1.1. Bluetooth Pairing	6
2.1.2. Registrierung	7
2.1.3. Der erste Zyklus	7
2.2. Das Hauptmenü	7
2.2.1. Einstellungen	8
2.2.2. Eintragen einer Blutung	8
2.2.3. Die tägliche Messung	8/9
2.2.4. Zyklusphase	9
2.2.5. Menüpunkt Übersicht	10
2.2.6. Menüpunkt Wiki - Knowledge Area	10
3. Sicherheitshinweise & Zulassung	10
3.1. Anwendungsfelder und Ausschlussgründe	10
3.2. Fehlerbehebung	11
3.3. Richtlinien	11
3.4. Allgemeine Informationen	11
4. Rückgabe und Garantie	11
5. EU Konformitätserklärung	12



Herzlichen Glückwunsch!

breathe ilo ist der erste Zyklustracker weltweit der mittels Atemluftanalyse deine fruchtbaren Tage erkennt. breathe ilo zeigt dir die Tage mit der höchsten Wahrscheinlichkeit für eine Empfängnis und unterstützt dich deinen Körper besser kennenzulernen. Mit breathe ilo hast du deinen individuellen Begleiter gefunden, um deine eigenen Zyklusmuster zu erkennen.

Bitte lies dir die Bedienungsanleitung und Sicherheitshinweise aufmerksam durch. Wir wünschen dir viel Spaß mit deinem breathe ilo Gerät und App!

Verpackungsinhalt

breathe ilo Messgerät
Mundstück
Nasenklammer
USB-Ladekabel



Applikation

Das breathe ilo Messgerät lässt sich mit folgenden Betriebssystemen ansteuern:

Ab iOS Version 11

Ab Android Version 6

**breathe ilo ist nicht zur Verhütung zugelassen.
Bitte von Kindern fernhalten.**

Instruktionen zur sicheren Anwendung

- Diese Anwendung ist nicht für Kinder gedacht. Es kann von Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnden Erfahrungen und Kenntnissen verwendet werden, wenn sie beaufsichtigt oder in Bezug auf die sichere Verwendung des Geräts instruiert werden und die damit verbundenen Gefahren verstehen.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Reinigung und Wartung dürfen nicht von Kindern durchgeführt werden.
- **WARNUNG:** Verwenden Sie zum Aufladen des Akkus nur ein zertifiziertes und kurzschlussfestes Ladegerät mit einem USB - A Ausgang (5V DC / 500mA Mindeststrom) in Kombination mit dem mitgelieferten USB Kabel.
- Zum Aufladen des Akkus darf das Gerät nur mit einer Schutzkleinspannung versorgt werden, die der Markierung am Gerät entspricht.
- Dieses Gerät enthält nicht austauschbare Batterien.
- Dieses Gerät enthält Kleinteile - bitte von Kindern fernhalten!
- Nur im Innenbereich verwenden, um beste Messergebnisse zu erzielen.
- Lassen Sie das Gerät nicht fallen. Verwenden Sie das Gerät nicht, nachdem es hinuntergefallen ist, da die Kalibrierung möglicherweise falsch ausgerichtet ist
- Drücken Sie den Netzschalter nicht mit scharfen Gegenständen oder Fingernägeln.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Schäden sichtbar sind.
- Die ordnungsgemäße Entsorgung von breathe ilo ist wichtig für die Umwelt. Bitte bringen Sie das Gerät zu Ihrer Sammelstelle für elektrische und elektronische Geräte gemäß Ihrer örtlichen Rechtslage.

Sicherheit während der Messung

- Während des Ladevorgangs deines breathe ilo Gerätes ist die Messung nicht möglich. Die Messung muss mit dem mitgelieferten Mundstück erfolgen.
- Es ist verboten, in die Sensoren zu sehen oder Finger oder Zunge in das Messrohr zu stecken (z. B. Hautirritationen).



1. Das breathe ilo Messgerät

1.1. Bedienung und Funktionsanzeige

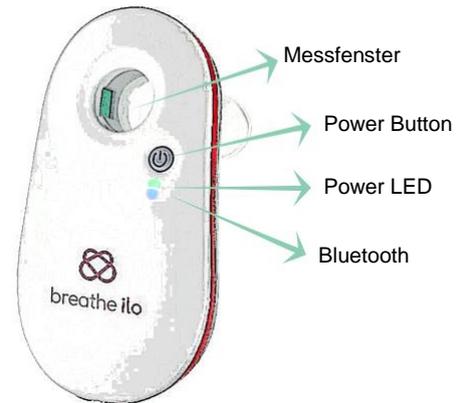
Das Gerät lässt sich durch kurze Betätigung des Ein-Ausschaltknopfes einschalten. Innerhalb des Atemloches, befinden sich die Messfenster.

Wenn das Gerät eingeschaltet ist, hat die Power-LED folgende Bedeutung:

Grün: Ladezustand ist hoch/voll

Gelb: Ladezustand ist niedrig

Rot: Ladezustand leer



1.2. Aufladen des breathe ilo Gerätes

Schließe das breathe ilo Gerät über das mitgelieferte USB-Kabel an ein zertifiziertes USB-Ladegerät an. Beachte dabei, dass das Gerät während des Ladevorgangs nicht ausgeschaltet werden kann. Der Ladevorgang wird automatisch beendet, wenn der Akku voll ist. Um den Ladevorgang manuell zu beenden, muss das Gerät vom Ladegerät getrennt werden. Die Power-LED blinkt während des Ladevorgangs. Wenn die LED nicht mehr blinkt und das grüne Licht leuchtet, ist der Akku aufgeladen. Bitte lade das Gerät vor der ersten Anwendung vollständig auf.

1.3. Reinigung

Das breathe ilo Gerät ist spritzgeschützt und kann nach Bedarf mit einem feuchten Tuch abgewischt werden. Zudem kann zum Desinfizieren bis zu 70%-iger Alkohol verwendet werden. Bitte reinige das Loch und die Messfenster regelmäßig. Verschmutzte Fenster können das Ergebnis beeinflussen. Reinige das Gerät nicht im Geschirrspüler.

1.4. Das Mundstück

An der Rückseite des Gerätes befindet sich die Öffnung für das Mundstück.

Stecke das Mundstück hinein und verschließe den Mechanismus mit einer kleinen Drehung nach oben.



Um das Mundstück zu entfernen, musst du das Mundstück gegen den Uhrzeigersinn drehen.



2. Die breathe ilo App

Das breathe ilo Messgerät wird mittels breathe ilo App bedient und zeigt dir die gewünschten Informationen über deinen Zyklus. Bitte downloade die App im App Store oder Google Play Store.

2.1. Erste Inbetriebnahme

Bitte öffne die App und befolge die Anweisungen, um die Synchronisation mit dem breathe ilo Gerät vorzunehmen und ein Benutzerkonto für dich anzulegen. Deine übermittelten Daten werden mit größter Sorgfalt behandelt und nicht an Dritte weitergegeben. Das breathe ilo Gerät und die App kommunizieren mittels Bluetooth. Der Bluetooth Pairing Prozess bei der ersten Inbetriebnahme dient dazu, das Smartphone mit dem breathe ilo Gerät zu koppeln. Dieser Vorgang muss einmal durchgeführt werden. Danach erkennt die App das breathe ilo Gerät automatisch. Das breathe ilo darf keinesfalls in den Einstellungen des Smartphones unter Bluetooth gekoppelt sein, sondern nur in der breathe ilo App selbst.

2.1.1. Bluetooth Pairing

Als ersten Schritt muss dazu das breathe ilo Messgerät eingeschaltet werden. Wähle im zweiten Schritt das Messgerät aus. Du findest den Bluetooth Namen auf der Rückseite deines breathe ilo Gerätes. Die Koppelung zwischen breathe ilo Gerät und App ist damit abgeschlossen.



2.1.2. Registrierung

Als nächsten Schritt führe nun die Registrierung deines breathe ilo Account durch. Es ist notwendig deine Zyklusdaten einzugeben, damit der Algorithmus individuell auf dich eingehen kann. Bitte überlege daher sorgfältig wie lange dein Zyklus ungefähr dauert. Du kannst diese Einstellung später unter den Einstellungen einsehen.

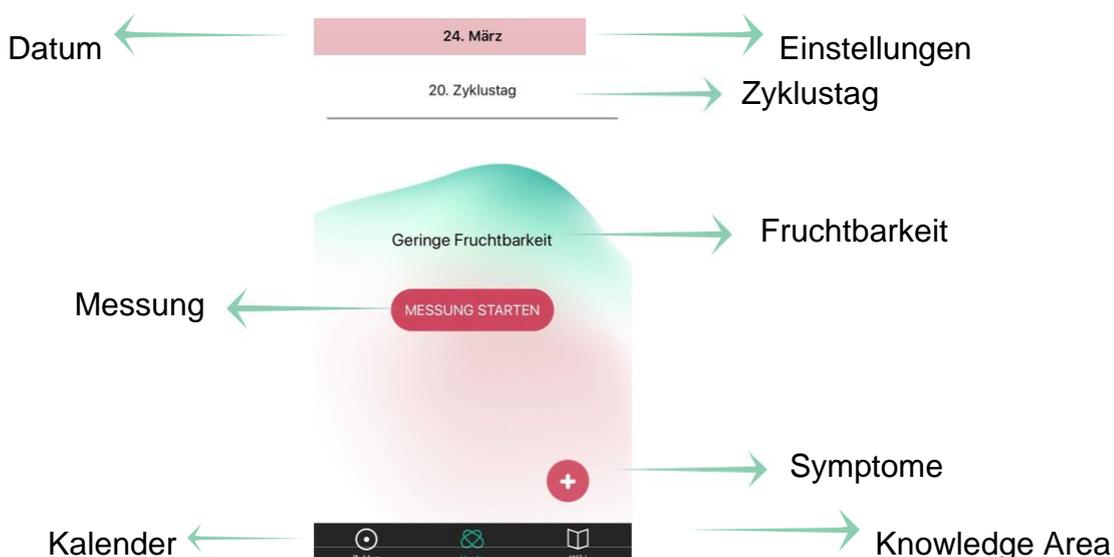


2.1.3. Der erste Zyklus

Der erste Zyklus ist ein Lernzyklus und kann nur korrekt ausgewertet werden, wenn du mit der Messung zwischen Zyklustag 1 und 3 startest. Der erste Zyklustag ist der erste Tag der Menstruation. Ist dein Zyklus weiter vorangeschritten, empfehlen wir dir bereits mit der Messung zu beginnen, um dich an die neue Routine zu gewöhnen. Die Messergebnisse sind dann aber in diesem Zyklus nicht immer korrekt.

2.2. Das Hauptmenü

Am Hauptscreen kannst du alle wichtigen Informationen rund um deinen Zyklus sehen.



2.2.1. Einstellungen

Hier kannst du deine Profildaten einsehen, die Erinnerungsfunktion aktivieren und deine E-Mail-Adresse und Passwort ändern. Außerdem findest du hier Kontaktmöglichkeiten für den breathe ilo Kundenservice.



2.2.2. Eintragung der Blutung im Tagebuch

Bitte beachte: Der erste Tag deiner Periode muss eingegeben werden, damit der Algorithmus genaue Ergebnisse liefern kann. Du kannst hier auch die Länge und Intensität deiner Periode eintragen.



2.2.3. Die tägliche Messung

Die Messung sollte täglich im selben Zeitfenster durchgeführt werden. Die besten Resultate erzielst du dabei vormittags. Wir empfehlen daher, die Messung in deine Morgenroutine miteinzubauen. Dann besteht auch nicht die geringste Gefahr auf eine Messung zu vergessen.

Bitte beachte: Die Messung ist tageszeitenunabhängig, aber wir empfehlen, dass du sie in deine Morgenroutine einfügst, sobald dein Kreislauf schon etwas in Schwung ist. Dies damit du die Messung keinen Tag vergisst. Es dürfen bis zu 15 Minuten vorher keine kohlenstoffhaltigen Getränke konsumiert werden, geraucht oder Sport betrieben werden. Während einer Messung ist es wichtig die Nasenatmung zu verhindern, benütze daher bitte immer die Nasenklammer oder halte dir die Nase zu um bestmögliche Resultate zu erzielen.

Durchführung einer Messung

- Um eine Messung vorzunehmen, setze dich bitte ruhig hin.
- Gib das Mundstück auf das Gerät.
- Setze die Nasenklammer auf.
- Öffne die breathe ilo App.
- Aktiviere durch den Button „Messung starten“ den Messvorgang.
- Folge den Anweisungen der App:
 - Schalte das breathe ilo Messgerät ein.
 - Mach dich bereit und führe das Gerät zum Mund. Bitte beiße direkt auf das Mundstück, sodass deine Zähne die Messung nicht behindern.
 - Atme nun 60 Sekunden gleichmäßig und ruhig in das Gerät (ein- und ausatmen) und bewege dich dabei so wenig wie möglich.



Falsche Messung und Genauigkeit

Bitte wiederhole die Messung, wenn die App einen Fehler anzeigt oder wenn Du der Meinung bist, dass die Messung nicht korrekt war (z. B. aufgrund von Husten). Eine genaue Vorhersage ist nicht möglich, wenn du nicht täglich gemessen hast oder mehr als eine Messung pro Zyklus vergessen wurde. Wechsle nicht während eines Zyklus das breathe ilo Gerät.

Das Gerät darf aufgrund von hygienischen Faktoren nicht mit einer anderen Person geteilt werden

2.2.4. Zyklusphase

Hier wird dir nach einer erfolgreichen Messung dein Zyklusstatus angezeigt. In den Tagen vor und während des Eisprunges wird dir der Status mit „Hoher Fruchtbarkeit“ angezeigt. An diesen Tagen ist die Wahrscheinlichkeit für eine Empfängnis am höchsten. An den anderen Tagen wird dir der Status mit „Geringe Fruchtbarkeit“ angezeigt, da hier der Zeitpunkt für die Empfängnis wenig wahrscheinlich ist. In der App Darstellung wird der Kreis immer runder. Umso näher du dem Eisprung kommst.

2.2.5. Menüpunkt Übersicht

Hier befindet sich eine Kalenderübersicht mit der Anzeige der Zyklen. Der Tag mit dem Beginn eines Zyklus ist Rot hinterlegt. Die fruchtbare Phase rund um den Eisprung wird grün hinterlegt. Du erkennst die Tage an denen du eine Messung durchgeführt hast daran, dass sie schwarz abgebildet sind. Die Tage ohne Messung hingegen sind grau.



2.2.6. Menüpunkt Wiki - breathe ilo Knowledge Area

In unserer breathe ilo Knowledge Area möchten wir dir Wissenswertes rund um die Themen Kinderwunsch und Zyklus näherbringen. Der Mythen-Check soll mit Vorurteilen aufräumen und Klarheit zu missverstandenen Themen schaffen.

3. Sicherheitshinweise & Zulassung

Bitte vor der Inbetriebnahme die Bedienungsanleitung aufmerksam durchlesen. Auf unserer Website www.breathelo.com findest du Hilfestellung unter "Häufig gestellte Fragen".

Unseren Kundenservice erreichst du unter: support@breathelo.com

3.1. Anwendungsfelder und Ausschlussgründe

breathe ilo ist nicht zur Empfängnisverhütung geeignet. breathe ilo kann bei Frauen mit Lungen- und Atemwegserkrankungen (wie Asthma, COPD), bei der Einnahme von hormonellen Verhütungsmitteln oder exzessiven Drogen- und Alkoholkonsum nicht eingesetzt werden.

Bitte beachte: breathe ilo ist für Zyklen mit Längen zwischen 24 und 35 Tagen getestet. Bei abweichenden Längen, Zyklusstörungen (z.B. PCO-Syndrom) oder akuten Erkrankungen (z.B. Grippe) kann nicht garantiert werden, dass die Auswertung korrekt erfolgt.

3.2. Fehlerbehebung

Wenn keine Verbindung zwischen dem Messgerät und der App hergestellt werden kann, schalte das Gerät aus und wieder ein. Wenn das Gerät aufgrund eines Fehlers nicht ausgeschaltet werden kann, kann es durch Drücken des Ein- Aus Knopfs für mindestens 6 Sekunden, ausgeschaltet werden.

3.3. Richtlinien

Das breathe ilo Gerät erfüllt folgende EU-Richtlinien und wurde sorgfältig geprüft:

- 2014/53/EU (RED)
- 2011/65/EU (RoHS)

3.4. Allgemeine Informationen

Lager und Betriebsbedingungen

Das Gerät kann wartungsfrei betrieben werden. Es ist keine Vorlaufzeit für die Inbetriebnahme notwendig. Bitte schütze das Gerät vor Feuchtigkeit.

Umgebungstemperatur/Luftdruck für den Betrieb: 10 bis 35 Grad Celsius / 700 - 1060 mbar

Umgebungstemperatur/Luftdruck für die Lagerung: -20 bis 50 Grad Celsius / 600 - 1060 mbar

Technische Daten

Gewicht: 80g

Ladung mittels zertifizierten und kurzschlussfesten Ladegeräts. Stromversorgung

Mindestanforderungen: USB Type A Stecker, Output 5V DC und 500mA

Batterie: Lithium-Polymer Akkumulator 750mA/3.7 V geprüft nach EN 62133-2:2017 und UN 38.3

Frequenzbandbreite: 2400 - 2483.5 MHz HF Ausgangsleistung: < 4 dBm EIRP (< 2.5mW, BT-LE Class 2)

4. Rückgabe und Garantie

Alle Informationen dazu findest du unter: www.breathelo.com

Du erreichst unseren Kundenservice unter support@breathelo.com



5. EU Konformitätserklärung

Produktmodell

breathe ilo

Version 01

Hersteller

Carbomed Medical Solutions GmbH

Neue Stiftingtalstrasse 2A

8010 Graz

Die alleinige Verantwortung für die Ausstellung der Konformitätserklärung trägt der Hersteller, der erklärt, dass das oben genannte Gerät mit den folgenden relevanten Unions- Harmonisierungsgesetzen übereinstimmt:

- 2014/35/EU (LVD)
- 2014/53/EU (RED)
- 2011/65/EU (RoHS)

Angewandte harmonisierte Normen

- EN 60335-1:2012 (LVD)
- EN 62479:2010 (LVD, EMF)
- EN 301 489-1 V2.1.1 (RED, EMC)
- EN 301 489-17 V3.1.1 (RED, EMC)
- EN 300 328 V2.1.1 (RED, Radio)

Signatur: 



breathe ilo

Nicht zur Verhütung zugelassen.



© Carbomed Medical Solutions GmbH. Alle Rechte vorbehalten. breathe ilo und das breathe ilo Logo sind eine eingetragene Wort-Bild Marke der Carbomed Medical Solutions GmbH

Patent angemeldet.



Bitte von Kindern fernhalten!

Carbomed Medical Solutions GmbH, Neue Stiftingtalstraße 2A, 8010 Graz, Austria