

C15047
2018 年 11 月
第四版

ASUS VivoWatch™ BP

HC-A04
用户手册



Android App



E-manual



iOS App

目录

简介	4
关于这本手册	5
手册中的信息图标	6
安全注意事项	7
电池注意事项	8
第一章：开始使用前	
认识您的 ASUS VivoWatch BP	10
微电感测器	12
光学心率感测器（PPG sensor）	12
触控屏幕显示面板	12
主页按钮	13
腕带（医疗级矽胶）	13
充电接口（输入：5Vdc, 0.5A）	13
为华硕 ASUS VivoWatch BP 充电	14
第二章：使用ASUS VivoWatch BP	
安装专属 app	18
初次配对	19
与其他设备配对或再次配对	20
校正 ASUS VivoWatch BP	22
浏览 ASUS VivoWatch BP	23

将 ASUS VivoWatch BP 解锁	23
浏览 ASUS VivoWatch BP 功能.....	24
查看所选功能的更多信息	25
ASUS VivoWatch BP 功能.....	26
主画面	26
量测画面	27
心率画面	29
设置.....	30
活动画面	31
运动画面	32
通知	34
提醒.....	34
更新 ASUS VivoWatch BP.....	35
透过华硕 HealthConnect App 更新.....	35
使用电脑工具更新	36
附录	
REACH	38
华硕产品回收服务	39
废弃物处理	39
可移除电池注意事项	39
版权说明	40
免责声明	40
华硕的联络信息.....	42

简介

感谢您购买 ASUS VivoWatch BP（华硕 VivoWatch BP 健康表）！
ASUS VivoWatch BP 是全球首款穿戴式健康趋势记录设备，采用华硕 HealthAI 技术与许多健身功能，不但准确、智慧而且方便携带，请填入以下信息以供日后参考：

购买日期： _____

产品序列号： _____

收据黏贴处

注册产品请至 https://account.asus.com/product_reg.aspx

关于这本手册

本手册提供 ASUS VivoWatch BP 的硬件与软件功能信息，依下列章节安排说明：

第一章：开始使用前

此章节介绍 ASUS VivoWatch BP 的硬件组件细节并说明如何使用。

第二章：使用 ASUS VivoWatch BP

此章节为 ASUS VivoWatch BP 操作说明。

附录

此章节包含 ASUS VivoWatch BP 相关安规声明。



操作本设备前请先详阅本手册中的所有信息以及包装盒上的其他说明。ASUS VivoWatch BP 的完整手册请至我们的多国语言网站：<https://www.asus.com/VivoWatch/VivoWatch-BP-HC-A04/HelpDesk/Manual/>。

手册中的信息图标

为了强调手册中的重要信息，信息说明会以下列方式呈现：



本信息包含必须遵守才能完成工作的重要信息。



本信息包含助于完成工作的额外信息与提示。



本信息包含在特定工作时必须遵守以维护用户安全以及避免造成 ASUS VivoWatch BP 数据与组件毁损的重要信息。

安全注意事项

- ASUS VivoWatch BP 与充电座必须回收并做适当的废弃物处理。
- 让孩童远离细小零组件。
- ASUS VivoWatch BP 应该在环境温度 5° C 至 40° 间使用并存放于环境温度 -20° C 至 45° 间。
- 请勿将 ASUS VivoWatch BP 置放于车中。烈日下久停的车内高温会超过建议使用环境温度。
- 某些人可能会因为用于珠宝、手表以及其他会长时间接触肌肤穿戴式物品中的特定金属而过敏。这可能归因于过敏体质、环境因素、长时间接触刺激物如肥皂、汗水或其他会引起过敏的物质。
- 若您有过敏体质或其他敏感问题，您可能更容易因为配戴任何穿戴式设备而造成过敏。
- 若已知您为敏感性肌肤，配戴 ASUS VivoWatch BP 时请特别小心。
- 若您配戴 ASUS VivoWatch BP 过紧，可能更容易造成过敏。
- 配戴一段时间后请取下 ASUS VivoWatch BP 让肌肤呼吸。
- 请保持腕带清洁与干燥将会降低皮肤过敏的可能性。
- 若您发现在 ASUS VivoWatch BP 周围或下方的肌肤出现红肿、搔痒或其他过敏或不适现象，请立刻取下 ASUS VivoWatch BP 并在再次配戴前向您的医师咨询。
- 即便在症状消退后继续使用，可能还是会造成新的过敏反应。



- ASUS VivoWatch BP 并非医疗器材且无宣称疗效。用途并非诊断健康状态，量测结果仅供参考。
- 请勿根据 ASUS VivoWatch BP 的量测数据调整药物治疗。请依照医师处方签用药。只有执业医师才有资格诊断。

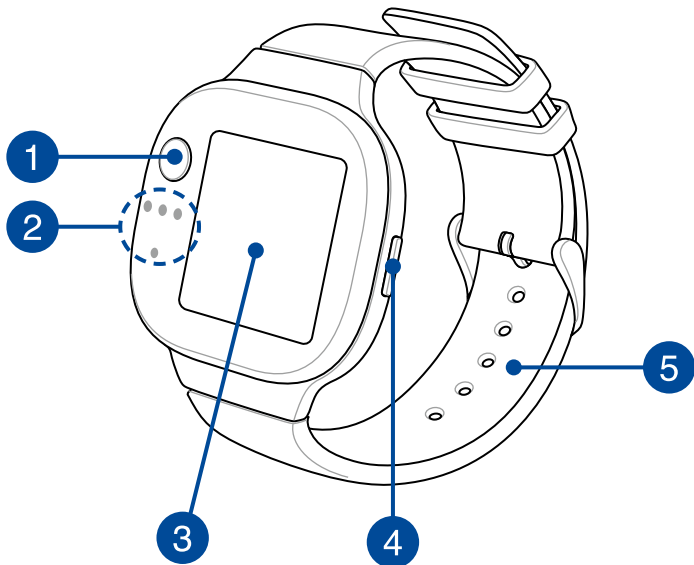
电池注意事项

- 请勿接触火源。
- 请勿尝试将电池短路。
- 请勿尝试拆解与组装电池。
- 若发现有液体渗漏请勿继续使用。

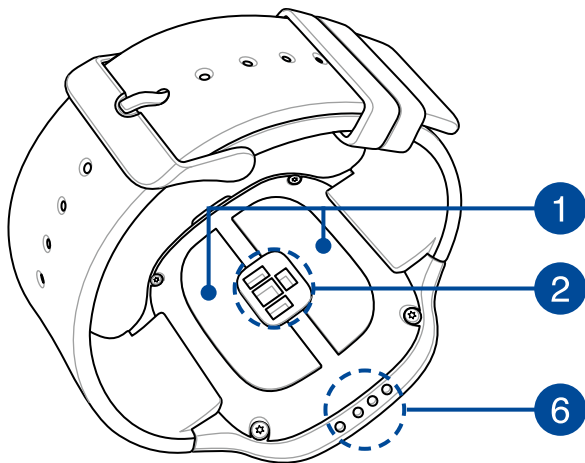
1

开始使用前

认识您的 ASUS VivoWatch BP



- ASUS VivoWatch BP 可以做为独立量测与时间调整设备。
- 下载并安装专属应用程序以完整查看您的健康信息。更多细节请参考本手册中「安装专属应用程序」章节的说明。



- ASUS VivoWatch BP 符合 IP67 防尘与防水规范。可于雨中、雪中或淋浴时使用，不适用于游泳、潜水、浮潜、深潜或高速水上运动。
- 请勿在含有化学物质的液体或咸水（如海洋、游泳池或温泉）中使用 ASUS VivoWatch BP，因为可能会造成充电接口损坏。若 ASUS VivoWatch BP 接触到前述液体，请务必使用清水清洗接口并使用干净抹布擦干以避免锈蚀。

1

微电感测器

微电感测器搭配光学心率感测器可量测当下的活动心率和情绪压力资讯（抗压指数与脉波传递指数）。其中的脉波传递指数（Pulse Transit Time, PTT Index）是一种情绪压力指数，主要是透过推估的血流速度来提供您情绪压力状态变化的参考。



更多细节，请参考本手册中「使用 ASUS VivoWatch BP」章节的说明。

2

光学心率感测器（PPG sensor）

此感测器搭配微电感测器可让您量测健康趋势。此感测器也能让您量测即时心率。



更多细节，请参考本手册中「使用 ASUS VivoWatch BP」章节的说明。

3

触控屏幕显示面板

透过触控屏幕显示面板触控操作ASUS VivoWatch BP。



更多细节，请参考本手册中「使用 ASUS VivoWatch BP」章节的说明。

4

主页按钮

按一下此按钮即可返回主画面。您也可以按此按钮为 ASUS VivoWatch BP 解锁或启动其他功能。

按住此按钮约 2 秒将 ASUS VivoWatch BP 开机，或按住此按钮约 15 秒将 ASUS VivoWatch BP 关机。



为避免数据遗失，将 ASUS VivoWatch BP 关机前请确认已将您的数据上传。

5

腕带（医疗级矽胶）

此医疗级矽胶腕带可让您将 ASUS VivoWatch BP 舒适地戴在手腕上。

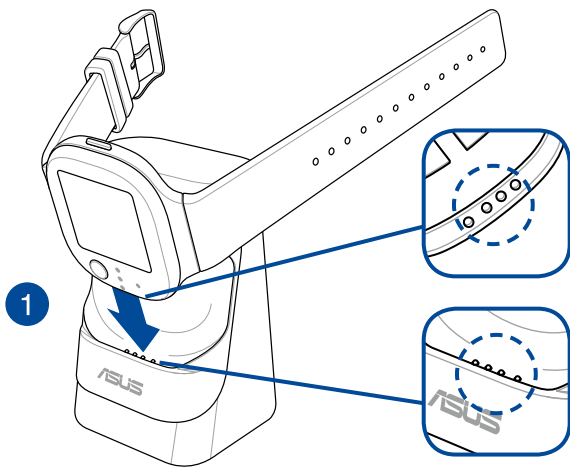
6

充电接口（输入：5Vdc, 0.5A）

将此接口对准并与充电座连接以为 ASUS VivoWatch BP 电池充电。

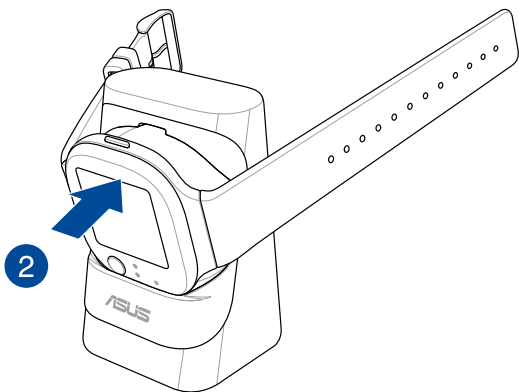
为华硕 ASUS VivoWatch BP 充电

1. 将 ASUS VivoWatch BP 上的充电接口对准充电座的接口并置于其上。

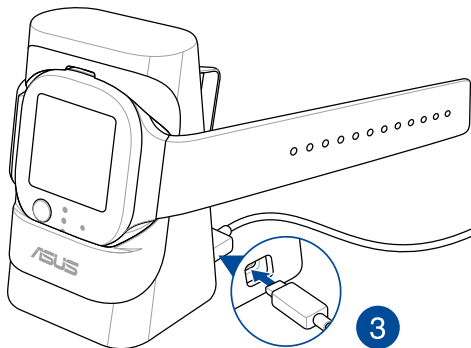


充电前请确认充电接口是干净且干燥的。

2. 轻轻推入 ASUS VivoWatch BP 使其稳固置于充电座中。



3. 将 USB 数据线与充电座连接，然后将 USB 数据线连接电源以开始充电。



充电完成后，ASUS VivoWatch BP 会自动开机。



- 未正确连接 USB 数据线可能会造成 ASUS VivoWatch BP 严重损坏。任何因不当使用造成的损坏并不在保固范围之内。
- 请勿将充电座上的充电接口短路。
- 某些行动电源无法侦测低电流设备，因此无法为 ASUS VivoWatch BP 充电。

2

使用ASUS VivoWatch BP

安装专属 app

将华硕 ASUS VivoWatch BP 与专属 app 配对以使用其所有功能，像是活动数据、用药提醒、步行纪录、信息与来电通知以及睡眠与健康建议。

- 安卓手机：
 1. 请用您的手机从华硕官网 (https://www.asus.com.cn/VivoWatch/VivoWatch-BP-HC-A04/HelpDesk_BIOS/) 下载apk 文件，或扫描下方二维码来下载 apk 文件。



2. 点击该 apk 来安装 ASUS HealthConnect App。
 - iOS 手机
 1. 在您的手机上登入 Apple ID。
 2. 开启 App Store。
 3. 搜寻 ASUS HealthConnect App，然后安装专属 app。

初次配对



- 配对前请开启手机的蓝牙功能。
- 请确认 ASUS VivoWatch BP 在距离手机 3 米内。

1. 按住主页按钮约 2 秒将 ASUS VivoWatch BP 开机。
2. 开启 ASUS HealthConnect App。
3. 依照手机与 ASUS VivoWatch BP 上的画面指示完成配对程序。



与其他设备配对或再次配对



- 配对前请开启手机的蓝牙功能。
- 请确认 ASUS VivoWatch BP 在距离手机 3 米内。

1. 在今天画面中，点击左上角的手表图标。

手表图标



2. 从设备画面中，点击左下角的配对图标。
3. 从可用清单中选择 ASUS VivoWatch BP（或其他华硕 Vivo 系列穿戴式设备，如华硕 VivoWatch 与 Vivobaby），然后点击 OK 开始配对。



配对



校正 ASUS VivoWatch BP

使用 ASUS VivoWatch BP 记录健康趋势之前，您必须先用其他可靠的量测装置为 ASUS VivoWatch BP 进行校正。建议为 ASUS VivoWatch BP 校正两到三次以求最准确的结果，详细步骤请参照 ASUS HealthConnect App 上的说明。

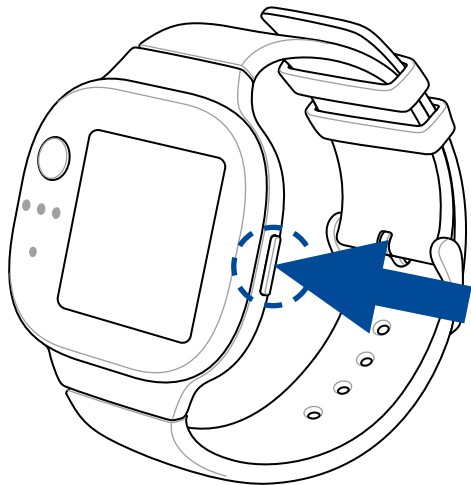


您也可以点击主画面中的  进入校正画面，然后进入设置菜单。

浏览 ASUS VivoWatch BP

将 ASUS VivoWatch BP 解锁

按下主页按钮将 ASUS VivoWatch BP 解锁。解锁后便可以卷动浏览 ASUS VivoWatch BP 的功能。



未活动一段时间后，ASUS VivoWatch BP 会返回主画面并锁定以避免误触。

浏览 ASUS VivoWatch BP 功能

左右滑动以浏览 ASUS VivoWatch BP 的功能。



您可以按下主页按钮返回主画面。

查看所选功能的更多信息

上下滑动以查看所选 ASUS VivoWatch BP 功能的更多信息或变更表面。



并非所有功能皆提供额外信息。

ASUS VivoWatch BP 功能

ASUS VivoWatch BP 会显示您每日活动状态、运动时间以及睡眠品质信息，以协助您展开更健康的生活。



本手册中的屏幕画面仅供参考。

主画面

ASUS VivoWatch BP 主画面显示时间、日期以及 ASUS VivoWatch BP 的状态。



图标	说明
	锁定
	电量
	已连线
	闹钟

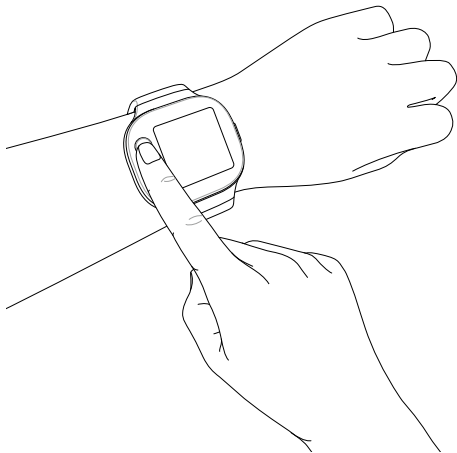


上下滑动以变更表面。

量测画面

此画面可让您量测健康趋势。从主画面向右滑动进入量测画面。

要量测您健康趋势请滑动屏幕到此画面，然后将手指放在微电感测器与光学心率感测器（绿灯）上。



ASUS VivoWatch BP 使用 PPG 光学心率感测器搭配微电感测器，可让您量测健康趋势，其中的脉波传递指数（Pulse Transit Time, PTT Index）是一种情绪压力指数，主要是通过推估的血流速度来提供您情绪压力状态变化的参考，但您配戴的方式会影响量测准确度。

请依照以下说明获得更准确的量测结果：

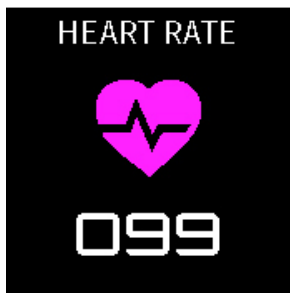
- 依照正常方式将表面向上配戴 ASUS VivoWatch BP，ASUS VivoWatch BP 的底部碰触皮肤并让 ASUS VivoWatch BP 远离腕骨。
- 配戴 ASUS VivoWatch BP 应以舒适为原则。请勿配戴过紧。
- 量测健康趋势时将手指“轻轻的”放在微电感测器上并盖住绿光。
- 量测时请保持不动以获得更准确的健康趋势量测结果。



- PPG 心率感测器的准确度会因为量测条件与环境而有差异。若 PPG 心率感测器有脏污，请擦拭干净并再试一次。
- 请勿直视 PPG 心率感测器，感测器的光线可能会伤害您的眼睛。
- 勿让孩童直视 PPG 心率感测器光线。
- 本产品所提供的健康趋势记录不适用于诊断、治疗或减轻疾病、其他症状等用途及用于临床或医疗用途，相关记录仅供参考，如有相关疾病建议至医院寻求医生正确的治疗及诊断。。

心率画面

此画面会显示您目前的心率。ASUS VivoWatch BP 上的 PPG 感测器会自动侦测您目前心率。



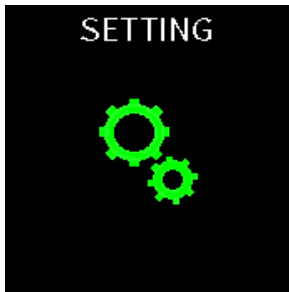
请依照下列步骤取得更准确的量测结果：

1. 依照正常方式将表面向上配戴ASUS VivoWatch BP，ASUS VivoWatch BP 的底部碰触皮肤并让 ASUS VivoWatch BP 远离腕骨。
2. 配戴 ASUS VivoWatch BP 应以舒适为原则。请勿配戴过紧。
3. 在您体温升高至正常温度后，即可透过心率感测器获得最准确的心率数值。

设置

此画面可让您在 ASUS VivoWatch BP 上直接变更设置。从主画面向右滑动三次以进入设置画面。

在设置画面上下滑动以查看可调整的设置，如下表所示。

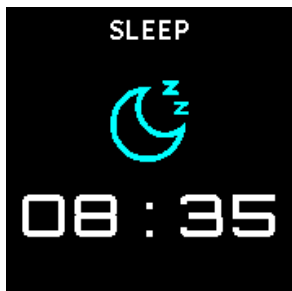


设定	说明
闹钟	开启或关闭闹钟。
时间	调整时间。
个人资料	调整个人信息。 输入您的正确个人信息以求更准确的健康趋势量测结果。
语言	变更手表上的语系。
亮度	调整 ASUS VivoWatch BP 背光亮度。此调整仅在光线较暗时才会看出效果。
关于	检视关于手表的更多信息，如固件版本、序列号、电子标签等。

活动画面

ASUS VivoWatch BP 会自动记录您的日常活动并将其显示于屏幕上。在主画面向左滑动以进入活动画面。

您可以查看您的日常活动如行走步数、消耗卡路里、睡眠时间以及您的最适睡眠时间等记录。



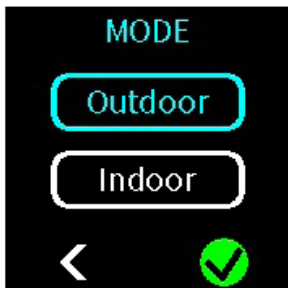
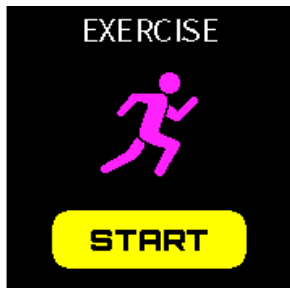
上下滑动以查看其他活动。

运动画面

此画面可让您记录运动历程。当您开始运动模式，ASUS VivoWatch BP 将会记录目前运动的信息并显示所记录的信息。

进入运动模式

要进入运动模式，左右滑动至运动画面，然后点击 START 进入运动模式。



GPS 定位方式：

1. 在运动模式下，选择 Outdoor（室外）开启 GPS 功能后，在您开始运动前请先在户外空旷处等待 GPS 讯号锁定。
2. GPS 讯号锁定后，手表会显示 **GPS** 图示。

从运动画面中，左右滑动以查看目前运动历程中的即时心率、运动时间、卡路里、步数与距离信息。

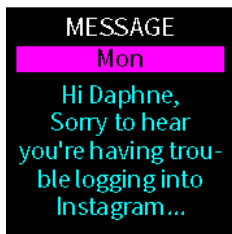
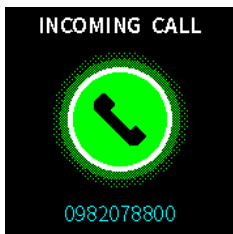
离开运动模式

要离开运动模式，请在运动画面中向上滑动，然后点击 END 离开运动模式。



通知

当您的配对手机收到来电或信息，ASUS VivoWatch BP 将会震动并显示来电号码或信息预览。



提醒

ASUS VivoWatch BP 也会显示起身行走与服药提醒以协助您展开更健康的生活。



更新 ASUS VivoWatch BP

透过华硕 HealthConnect App 更新

1. 开启 ASUS HealthConnect App。
2. 在今天画面中，点击左上角的手表图标。

手表图标



3. 从设备画面中，点击右下角的更新图标。当固件更新完成时将会跳出通知信息。



使用电脑工具更新

1. 将 ASUS VivoWatch BP 置于充电座中，然后使用 USB 数据线将充电座与电脑连接。
2. 从 ASUS VivoWatch BP 支持网站下载最新固件。
3. 开启“.exe”文件并依照指示更新固件。

附录

「产品之限用物质含有情况」之相关信息，请参考下表。

单元	限用物质及其化学符号					
	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr ⁺⁶)	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
印刷电路板及 电子组件	—	○	○	○	○	○
外壳	○	○	○	○	○	○
液晶屏幕	—	○	○	○	○	○
表带	○	○	○	○	○	○
其他及其配件	—	○	○	○	○	○

○：系指该项限用物质之百分比含量未超出百分比含量基准值。

—：系指该项限用物质为排除项目。

REACH

谨遵守 REACH (Registration, Evaluation, Authorisation, and Restriction of Chemicals) 管理规范，我们会将产品中的化学物质公告在华硕 REACH 网站，详细请参考 <http://csr.asus.com/english/REACH.htm>。

华硕产品回收服务

华硕产品回收服务源自于我们会以最高标准保护环境的承诺。我们深信我们有责任为华硕产品爱用者提供产品、电池或是其他零组件，包括包装彩盒等回收方案。关于回收服务细节请造访网站：<http://csr.asus.com/chinese/index.aspx>。

废弃物处理



请勿将 ASUS VivoWatch BP 当作一般垃圾丢弃。本产品零组件设计为可回收利用。这个打叉的垃圾桶标志表示本产品（电器、电子设备与含汞电池）不应视为一般垃圾丢弃，请依照您所在地区有关废弃电子产品的处理方式处理。



请勿将电池当作一般垃圾丢弃。这个标志表示电池不应视为一般垃圾丢弃。

可移除电池注意事项

- 安装错误型号的电池可能会有爆炸风险。
- 电池与其组件必须回收或做适当废弃物处理。

版权说明

Copyright ©ASUSTeK Computer Inc. All rights reserved. 华硕电脑股份有限公司保留所有权利。本用户手册包括但不限于其所包含的所有信息受到著作权法之保护，未经华硕电脑股份有限公司（以下简称「华硕」）许可，不得任意地仿制、拷贝、誊抄、转译或为其他利用。

免责声明

本用户手册是以「现况」及「以目前明示的条件下」的状态提供给您。在法律允许的范围内，华硕就本用户手册，不提供任何明示或默示的担保及保证，包括但不限于商业适销性、特定目的之适用性、未侵害任何他人权利及任何得使用本用户手册或无法使用本用户手册的保证，且华硕对因使用本用户手册而获取的结果或透过本用户手册所获得任何信息的准确性或可靠性不提供担保。

台端应自行承担使用本用户手册的所有风险。台端明确了解并同意，华硕、华硕之授权人及其各该主管、董事、员工、代理人或关系企业皆无须为您因本用户手册、或因使用本用户手册、或因不可归责于华硕的原因而无法使用本用户手册或其任何部分而可能产生的衍生、附随、直接、间接、特别、惩罚或任何其他损失（包括但不限于利益损失、业务中断、资料遗失或其他金钱损失）负责，不论华硕是否被告知发生上开损失之可能性。

由于部分国家或地区可能不允许责任的全部免除或对前述损失的责任限制，所以前述限制或排除条款可能对您不适用。

台端知悉华硕有权随时修改本用户手册。本产品规格或驱动程序一经改变，本用户手册将会随之更新。本用户手册更新的详细说明请您访问华硕的客户服务网 <http://support.asus.com>，或是直接与华硕信息产品技术支持专线 400-600-6655 联络。

于本用户手册中提及之第三人产品名称或内容，其所有权及智慧财产权皆为各别产品或内容所有人所有且受现行智慧财产权相关法令及国际条约之保护。当下列两种情况发生时，本产品将不再受到华硕之保固及服务：

- (1) 本产品曾经过非华硕授权之维修、规格更改、零件替换或其他未经过华硕授权的行为。
- (2) 本产品序列号模糊不清或丧失。

华硕的联络信息

华硕电脑（上海）有限公司 ASUSTEK COMPUTER (SHANGHAI)
CO., LTD

市场信息

地址：上海市闵行区金都路5077
号

电话：+86-21-54421616

传真：+86-21-54420099

互联网：[http://www.asus.com.
cn/](http://www.asus.com.cn/)

技术支持

电话：400-600-6655

在线支持：[http://www.asus.com.
cn/support](http://www.asus.com.cn/support)

