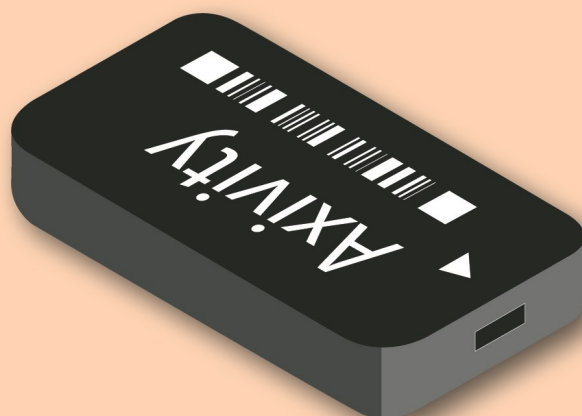


PRŮVODCE

měření aktivity



- Co najdete v balíčku
- Příprava
- Jak připevnit akcelerometr
- Důležité poznámky
- Co dělat, když je hotovo
- Pomoc

Co najdete v balíčku

Informační dopis



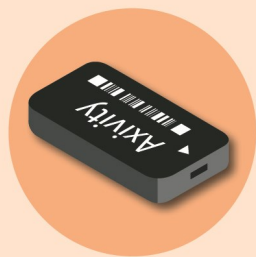
Tato brožura
s informacemi



Karta
respondenta



Akcelerometr



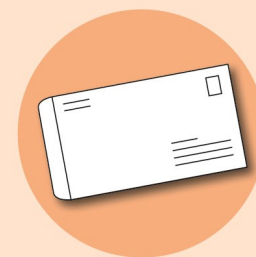
Tři kusy lékařské
adhezivní pásky



Tři gázové
polštářky



Zpětná obálka



Použijte tuto předplacenou obálku
k vrácení akcelerometru a karty
respondenta zpět do SC&C.

K připevnění akcelerometru budete potřebovat:

- akcelerometr
- 1 x kus adhezivní pásky
- 1 x gázový polštářek

Akcelerometr by měl být připevněn na horní části stehna (zepředu). Není důležité, zda na pravé, či na levé noze.



Jak připevnit akcelerometr

Krok 1

Před samotným připevněním se prosím **posad'te**.

Vyberte si, zda jej připevníte na levé nebo pravé stehno.

Krok 2

Nejprve vezměte gázové čtvereček a umístěte jej do horní části vybraného stehna přímo **na kůži**.

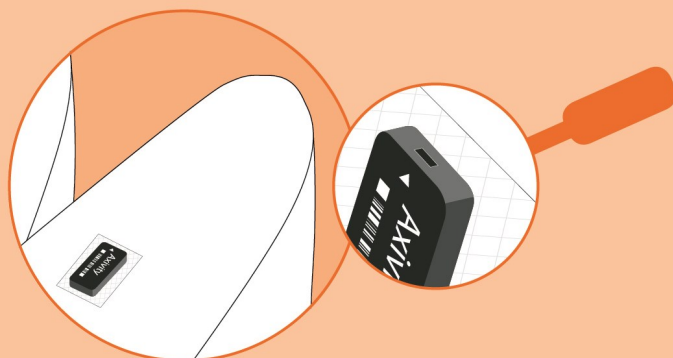
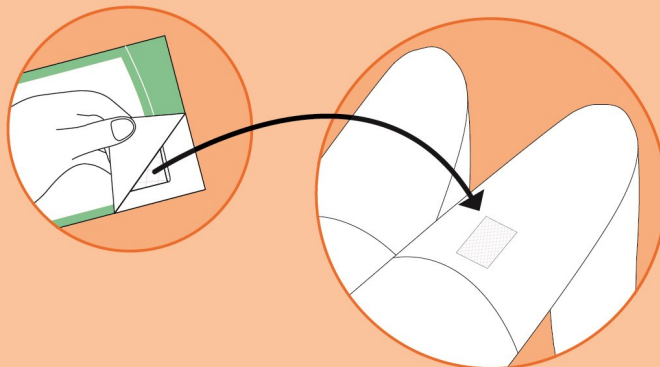
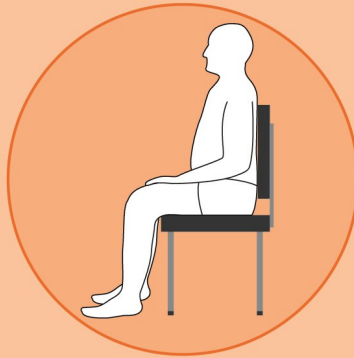
Umístěte ho do horní části přední strany vybraného stehna.

Krok 3

Nyní položte **akcelerometr** na gázový polštářek.

Prosím ujistěte se, že akcelerometr je **umístěn správně**:

Položte jej popsanou stranou nahoru tak, aby šipka na akcelerometru směřovala k vašemu **koleni**.



Jak připevnit akcelerometr

Krok 4

Nyní potřebujete zelenou pásku k připevnění gázového čtverečku a akcelerometru. Páska je velmi tenká a má dvě odnímatelné ochranné fólie, každou na jedné straně. Na zadní straně je napsáno “REMOVE FIRST”.

Tuto popsanou fólii odstraňte jako první a uvolněte tak lepidlo na stranu pásky.

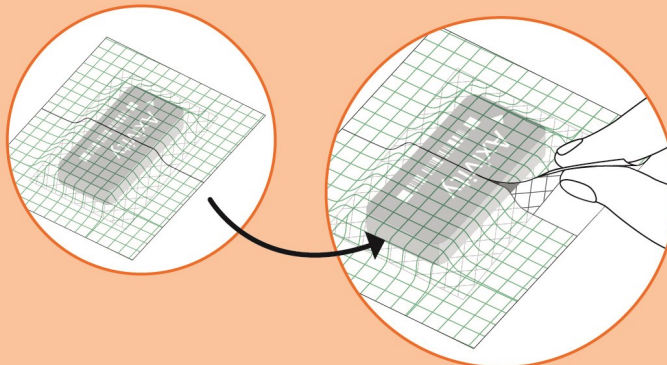
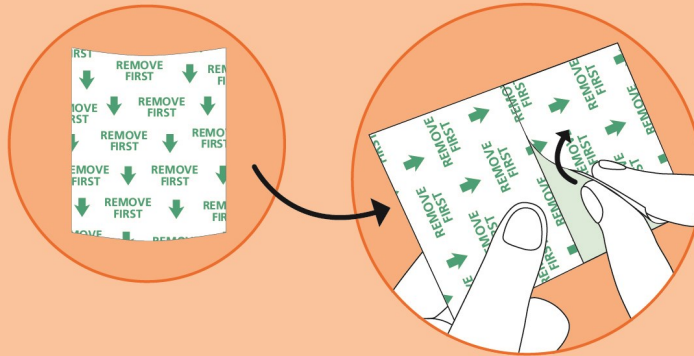
Krok 5

Nyní **přelepte pásku přes gázový polštářek s akcelerometrem na vaší kůži**. Vše by nyní mělo pevně držet na vašem stehně.

Nyní můžete **odstranit druhou ochrannou fólii** ze zelené pásky.

Krok 6

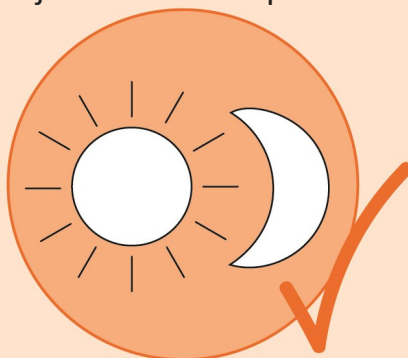
Prosím, **zaznamenejte do karty respondeta datum připevnění akcelerometru**.



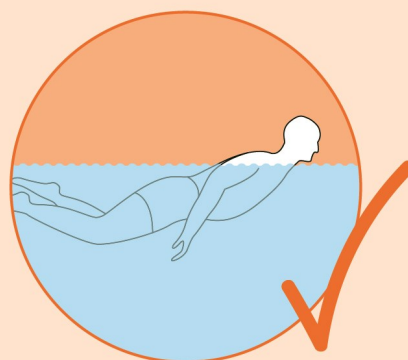
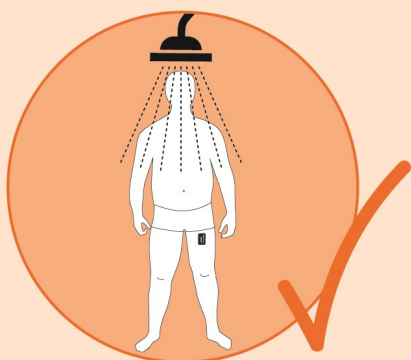
Důležité poznámky

Prosím noste akcelerometr nepřetržitě po dobu 8 dní.

Nechte si jej **přípevněný po celou dobu (ve dne i v noci)**. Pokud je to možné, nepřerušujte měření odlepením akcelerometru.



Páska, kterou jste akcelerometr přilepili na své stehno je vodotěsná. (pokud nejste ve vodě déle než hodinu). **Nemusíte si tedy akcelerometr sundávat ani při sprše, koupeli nebo plavání.**

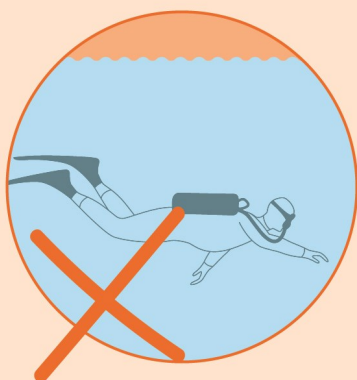


Jak připevnit akcelerometr



Akcelerometr si sundejte pouze v případě, že jdete potápět nebo saunovat.

Obálka obsahuje náhradní kusy pásky a gázové čtverečky. V případě, že si budete muset akcelerometr sundat, můžete je tedy pak připevnit zpět.

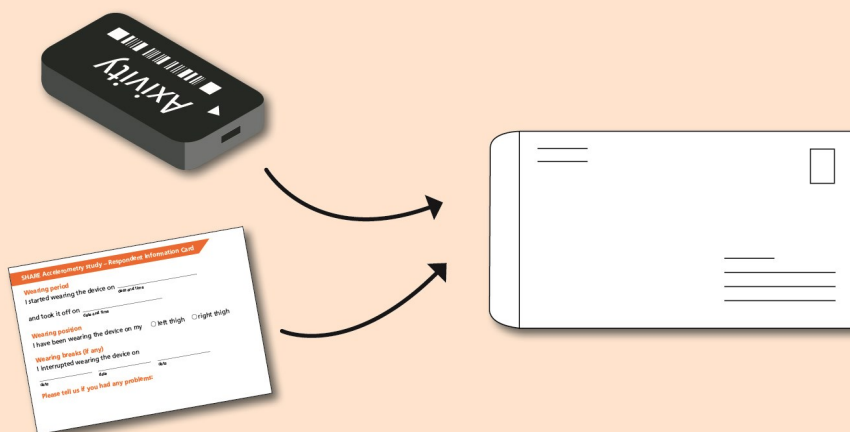


Pokud budete nuceni akcelerometr sundat, poznamenejte to prosím do **karty respondenta**.



Co dělat, když je hotovo

- Ujistěte se, že jste akcelerometr nosili po dobu 8 dní
- Odlepte zařízení ze svého stehna
- Vložte akcelerometr do zpětné obálky
- Zznamenejte datum ukončení měření do karty respondenta
- Vložte kartu respondenta do zpětné obálky
- Odešlete obálku zpět do SC&C – za odeslání nic neplatíte



Potřebujete pomoc?



- Máte problém s nošením akcelerometru?
- Máte otázky ohledně měření?
- Máte otázky ohledně akcelerometru nebo měření jako takového?

Filip Oliva [SC&C]:

Tel.: 222 511 221

