

สารบัญ

เริ่มต้นการใช้งาน

การสวมใส่สายรัดข้อมือ	1
การปรับหรือการเปลี่ยนสายรัด	1
การจับคู่สายรัดข้อมือกับโทรศัพท์ของคุณ	2
การเปิด/ปิดและการรีเซ็ตสายรัดข้อมือ	3
การชาร์จสายรัดข้อมือของคุณ	3
ไอคอน	5
การควบคุมหน้าจอสายรัดข้อมือ	8
การปรับความสว่างของหน้าจอ	9
การตั้งค่าโซนเวลาและภาษา	10
การดูข้อมูล, ที่อยู่ MAC และหมายเลขลำดับ	10
การตรวจสอบข้อมูลระบบ	11
การอัปเดตสายรัดข้อมือ	11
การคืนค่าสายรัดข้อมือเป็นการตั้งค่าเริ่มต้นจากโรงงาน	11

การจัดการแอป

การแจ้งเตือนข้อความ	12
การดูข้อความ	13
การลบข้อความ	14
สายเรียกเข้า	14
การถ่ายภาพระยะใกล้	15
การใช้ตัวจับเวลา	15
การตั้งค่าตัวตั้งเวลา	15
การตั้งค่าการปลุก	16
การซิงค์การปลุกจากโทรศัพท์ของคุณ	17
รายงานสภาพอากาศ	17
การค้นหาโทรศัพท์โดยใช้สายรัดข้อมือ	17
การเปลี่ยนหน้าปัดนาฬิกา	18

การออกกำลังกายแบบมีอาชีวะ

การเริ่มออกกำลังกาย	19
การบันทึกข้อมูลกิจกรรมประจำวัน	20

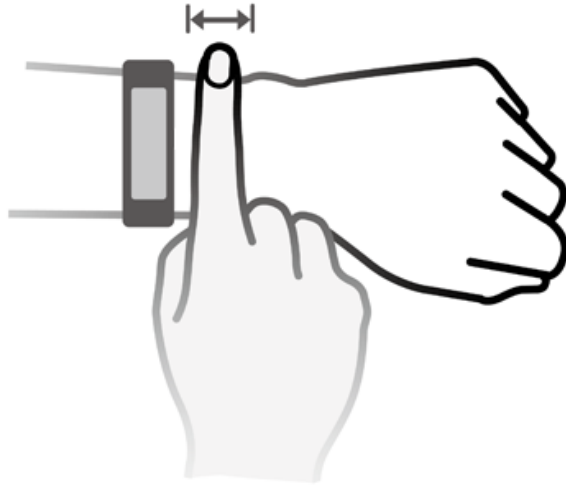
สุขภาพและความฟิต

การวัดอัตราการเต้นของหัวใจ	21
ติดตามการนอนหลับ	22
การแจ้งเตือนกิจกรรม	23

เริ่มต้นการใช้งาน

การสวมใส่สายรัดข้อมือ

เพื่อให้มั่นใจว่าการติดตามกิจกรรมและการนอนหลับและการตรวจวัดอัตราการเต้นของหัวใจทำงานอย่างเหมาะสม ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณสวมสายรัดข้อมืออย่างถูกต้อง ตามที่แสดงในภาพด้านล่างนี้



สายของสายรัดข้อมือใช้การออกแบบหัวเข็มขัดเป็นรูปตัว U เพื่อไม่ให้สายร่วงหล่นง่าย ในการสวมใส่สายรัดข้อมือ ให้สอดปลายสายรัดด้านหนึ่งเข้าไปในหัวเข็มขัดรูปตัว U จากนั้นรัดสายรัดให้แน่น ส่วนปลายอีกด้านหนึ่งจงใจออกแบบให้โค้งงอได้เพื่อเพิ่มความทนทานในการสวมใส่

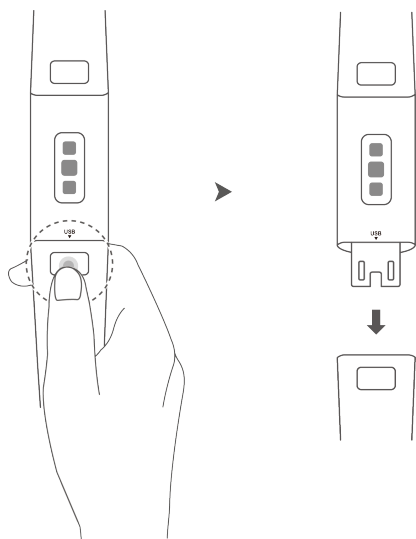
- สายรัดข้อมือของคุณทำจากวัสดุที่ปลอดภัยในการใช้งาน หากคุณรู้สึกกระคายเคืองผิวหนังขณะสวมใส่สายรัดข้อมือ ให้หยุดใช้งานและปรึกษาแพทย์
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณสวมใส่สายรัดข้อมืออย่างถูกต้องเพื่อความสบายสูงสุด

การปรับหรือการเปลี่ยนสายรัด

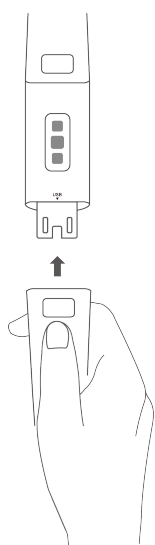
การปรับสายรัด: สายรัดมีสลักรูปตัว U เพียงแค่ปรับรูที่คุณใช้เพื่อทำให้สายรัดแน่นขึ้นหรือหลวมลง

การเปลี่ยนสายรัด:

- การถอดสายรัด: กดปุ่มปลดเร็วค้างไว้เพื่อถอดสายรัดทั้งสองส่วน



- การติดตั้งสายรัด: เสียบสายรัดจากส่วนปลายและทิศทางที่ถูกต้อง



การจับคู่สายรัดข้อมือกับโทรศัพท์ของคุณ

เมื่อใช้สายรัดข้อมือของคุณในครั้งแรก ให้เสียบปลั๊กสายรัดข้อมือเข้ากับแหล่งจ่ายไฟ และสายรัดข้อมือจะเปิดโดยอัตโนมัติ สายรัดข้อมือจะเข้าสู่โหมดการจับคู่บลูทูธโดยค่าเริ่มต้น

- ❗ สายรัดข้อมือของคุณจะสามารถจับคู่กับโทรศัพท์ที่ใช้ Android 4.4 หรือใหม่กว่า หรือ iOS 9.0 หรือใหม่กว่าเท่านั้น และควรตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณได้เปิดใช้งานบลูทูธบนโทรศัพท์แล้วก่อนที่จะเริ่มจับคู่

• สำหรับผู้ใช้ Android:

- 1 ค้นหาและติดตั้งแอป Huawei Health เวอร์ชันล่าสุดใน App Store บนโทรศัพท์ของคุณ (สำหรับผู้ใช้อุปกรณ์ Huawei ให้ค้นหาและติดตั้งแอป Huawei Health ผ่าน AppGallery)
- 2 เปิดแอป Huawei Health ไปที่ **อุปกรณ์ > เพิ่ม > สายรัดข้อมืออัจฉริยะ** และเลือกชื่อของสายรัดข้อมือ
- 3 แตะ **จับคู่** และแอป Huawei Health จะเริ่มค้นหาสายรัดข้อมือ จากนั้นเลือกชื่ออุปกรณ์ที่ต้องการจากรายชื่ออุปกรณ์ที่ใช้งานได้ และอุปกรณ์จะเริ่มจับคู่ด้วยตนเอง

- ❗ เมื่อคุณเปิดสายรัดข้อมือในครั้งแรกหรือจับคู่สายรัดข้อมือกับโทรศัพท์หลังจากรีเซ็ตเป็นค่าเริ่มต้นจากโรงงาน คุณจะได้รับแจ้งให้เลือกภาษาก่อนที่จะทำการจับคู่ หลังจากสายรัดข้อมือจับคู่กับโทรศัพท์แล้ว สายรัดข้อมือจะปรับให้เข้ากับภาษาของระบบในโทรศัพท์ของคุณ

4 สายรัดข้อมือจะสั่นเมื่อได้รับคำขอการจับคู่ แต่  เพื่อยืนยันการจับคู่

- หน้าจอสายรัดข้อมือจะแสดงไอคอนเมื่อการจับคู่เสร็จสิ้น และจะใช้เวลาซิงค์ข้อมูลสำคัญจากโทรศัพท์ (เช่น วันที่และเวลา) ประมาณ 2 วินาที
- หรือมีเซนเซอร์หน้าจอสายรัดข้อมือจะแสดงไอคอนที่ต่างกันเพื่อแจ้งให้คุณทราบว่าการจับคู่ล้มเหลว จากนั้นกลับไปหน้าจอเริ่มต้น 2 วินาทีหลังจากนั้น

• สำหรับผู้ใช้ iOS:

- 1 ค้นหาและติดตั้งแอป Huawei Health ใน App Store บนโทรศัพท์ของคุณ
- 2 เปิดแอป Huawei Health และ **อุปกรณ์** จากนั้นไปที่ **เพิ่ม** > **สายรัดข้อมืออัจฉริยะ** และแตะชื่อของสายรัดข้อมือ
- 3 แอป Huawei Health จะค้นหาสายรัดข้อมือโดยอัตโนมัติ เลือกอุปกรณ์ที่ต้องการจากรายชื่ออุปกรณ์บลูทูธที่มี และการจับคู่จะเริ่มขึ้นอัตโนมัติ
 - เมื่อคุณเปิดสายรัดข้อมือในครั้งแรกหรือจับคู่สายรัดข้อมือหลังจากรีเซ็ตเป็นค่าเริ่มต้นจากโรงงาน คุณจะได้รับการแจ้งเตือนให้เลือกภาษาก่อนที่จะทำการจับคู่ หลังจากสายรัดข้อมือจับคู่กับโทรศัพท์แล้ว สายรัดข้อมือจะแสดงภาษาที่ตั้งไว้ในโทรศัพท์ของคุณ

4 สายรัดข้อมือจะสั่นเมื่อได้รับคำขอการจับคู่ แต่  เพื่อยืนยันการจับคู่

5 เมื่อโทรศัพท์แสดงคำขอการจับคู่บลูทูธ แต่ **จับคู่** เพื่อเริ่มการจับคู่

การเปิด/ปิดและการรีเซ็ต สายรัดข้อมือ

การเปิดสายรัดข้อมือ

สายรัดข้อมือของคุณจะเปิดโดยอัตโนมัติเมื่อคุณชาร์จสายรัดข้อมือ

การปิดสายรัดข้อมือ

ปิดนี้บนหน้าจอจอนกระทั้พบ มากกว่า จากนั้นไปที่ **ระบบ** > **ปิด** หลังจากที่คุณได้อ่านข้อความแจ้งเตือน

แล้ว ให้แตะ 

- ในการเปิดสายรัดข้อมือของคุณหลังจากที่ปิดไป เพียงเสียบสายรัดข้อมือเข้ากับแหล่งจ่ายไฟ แล้วสายรัดข้อมือของคุณจะเปิดโดยอัตโนมัติ

การรีเซ็ตสายรัดข้อมือ

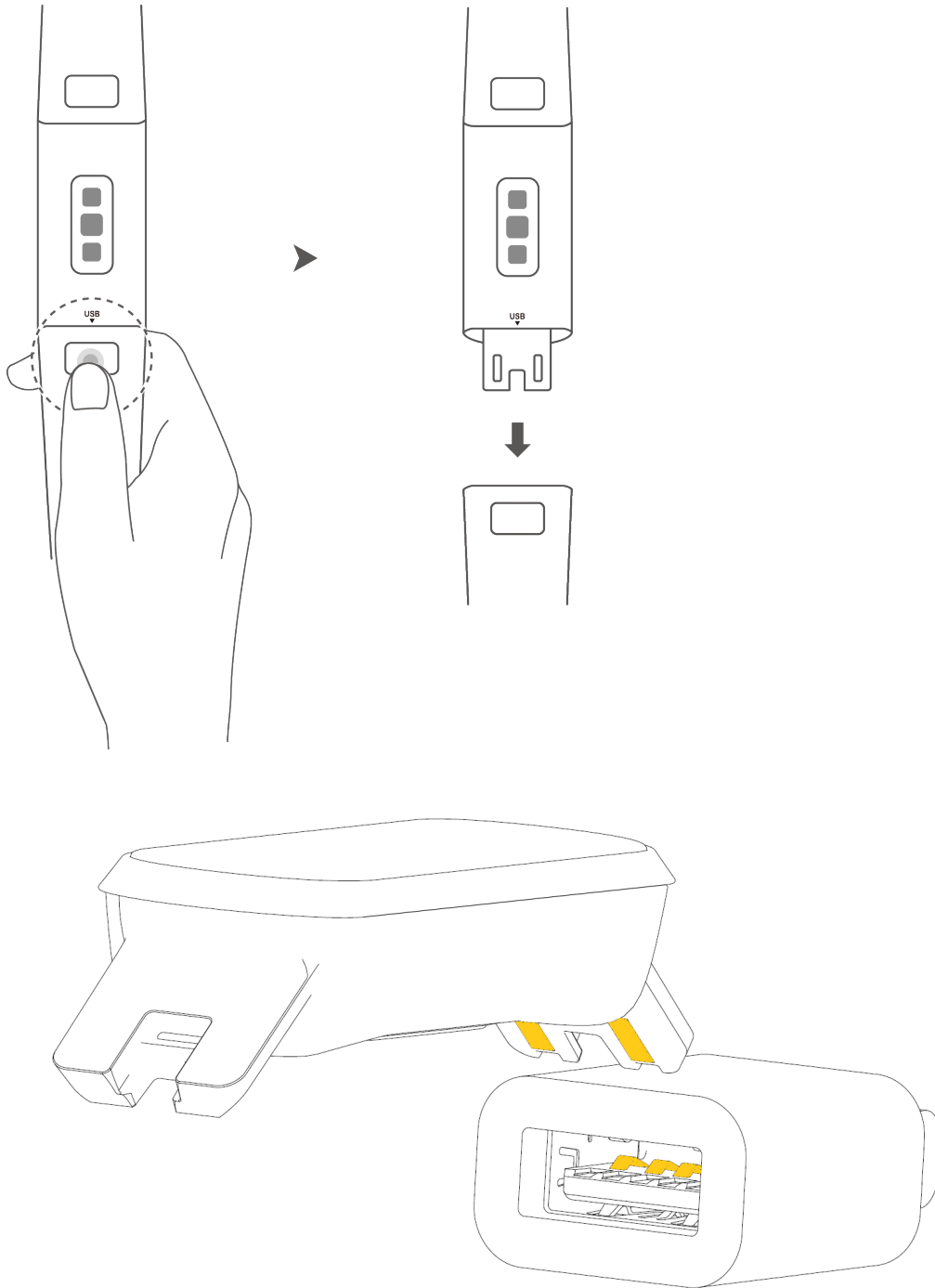
ปิดนี้บนหน้าจอจอนกระทั้พบ มากกว่า จากนั้นไปที่ **ระบบ** > **เริ่มต้นใหม่**

การชาร์จสายรัดข้อมือของคุณ

กดปุ่มปลดเร็วค้างไว้บนสายรัดข้อมือที่ยาวกว่าเพื่อถอดตัวเรือนสายรัดออกจากสายรัด เสียบตัวเรือนสายรัดข้อมือเข้ากับแหล่งจ่ายไฟที่มีพอร์ต USB โดยตรง

ตรวจสอบส่วนปลายที่ชาร์จของตัวเรือนสายรัดข้อมือ และดูว่าด้านใดที่มีแถบโลหะ เสียบตัวเรือนสายรัดข้อมือเข้ากับพอร์ตการชาร์จที่เป็น USB อย่างระมัดระวังเพื่อให้หน้าสัมผัสโลหะหันเข้าตรงกลางของพอร์ต USB

(แทนที่จะหันเข้าหาที่กันของพอร์ต) ตัวเรือนสายรัดจะสั่นเพื่อบ่งบอกว่ากำลังได้รับการชาร์จอย่างถูกต้อง หากไม่มีการสั่น ให้ขยับตัวเรือนสายรัดในตำแหน่งที่ต่างกัน และลองอีกครั้ง



- ❗ ก่อนที่จะชาร์จ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าพอร์ตการชาร์จและส่วนที่เป็นโลหะแห้งและสะอาด เพื่อป้องกันการลัดวงจรหรือความเสี่ยงอื่นใด
- หากหน้าจอสายรัดข้อมือมีแสงวูบวาบหรือกลายเป็นสีดำ ให้เชื่อมต่อตัวเรือนสายรัดเข้ากับแหล่งจ่ายไฟเพื่อรีเซ็ตสายรัดข้อมือ
- ใช้ที่ชาร์จของ Huawei ที่มีแรงดันไฟฟ้าขาออกที่กำหนดไว้ที่ 5 V และกระแสไฟฟ้าขาออกที่กำหนดไว้ที่ 1 A หรือสูงกว่า หรือใช้คอมพิวเตอร์เพื่อชาร์จสายรัดข้อมือของคุณ การใช้ที่ชาร์จที่ไม่ใช่ของ Huawei อาจทำให้ชาร์จได้ช้าลงและอาจทำให้สายรัดข้อมือของคุณร้อนขึ้นได้ โปรดใช้ความระมัดระวังเมื่อใช้ที่ชาร์จที่ไม่ใช่ของ Huawei โปรดซื้อที่ชาร์จของแท้ของ Huawei จากช่องทางการค้าปลีกที่เป็นทางการของ Huawei


เวลาในการชาร์จ: ใช้เวลาประมาณ 100 นาทีในการชาร์จสายรัดข้อมือของคุณจนเต็มในอุณหภูมิห้อง 25°C เมื่อไอคอนแบตเตอรี่เต็ม หมายความว่าสายรัดข้อมือชาร์จเต็มแล้ว

- ❗ เพื่อรักษาความปลอดภัยของแบตเตอรี่ กระแสไฟสำหรับการชาร์จจะลดลงอย่างมากเมื่ออุณหภูมิโดยรอบต่ำเกินไป ซึ่งหมายความว่าต้องใช้เวลาริชาร์จนานขึ้น ขอแนะนำให้คุณชาร์จสายรัดข้อมือของคุณในสภาพแวดล้อมที่มีอุณหภูมิโดยรอบสูงกว่า 20°C

การตรวจสอบระดับแบตเตอรี่:

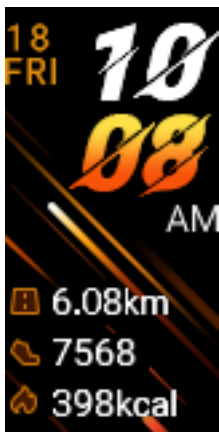


- หากหน้าจอเปิดอยู่ เพียงแตะที่หน้าจอเพื่อตรวจสอบแบตเตอรี่
- หรือไปที่ **มากกว่า > แบตเตอรี่** เพื่อตรวจสอบแบตเตอรี่
- คุณยังสามารถเปิดแอป Huawei Health บนโทรศัพท์ที่เชื่อมต่อและแตะ **อุปกรณ์** เพื่อดูระดับแบตเตอรี่
- ❗ ระดับแบตเตอรี่จะแสดงเป็นเปอร์เซ็นต์เลขจำนวนเต็ม

การแจ้งเตือนแบตเตอรี่ต่ำ

หากระดับแบตเตอรี่ต่ำกว่า 10% สายรัดข้อมือของคุณจะสั่นและหน้าจอสายรัดข้อมือจะแสดง  เพื่อแจ้งเตือนให้คุณชาร์จสายรัดข้อมือของคุณโดยเร็วที่สุด

ไอคอน




หน้าปัดนาฬิกาที่ติดตั้งไว้ล่วงหน้า:

		
---	---	---

- ❗ รูปลักษณะที่แท้จริงอาจแตกต่างออกไป หน้าปัดนาฬิกาอาจเปลี่ยนแปลงได้ และหน้าปัดนาฬิกาข้างต้นมีไว้เพื่อการอ้างอิงเท่านั้น

เมนูระดับที่ 1:

บันทึกกิจกรรม 	อัตราการเต้นของหัวใจ 	การนอนหลับ 
--	---	---







การออกกำลังกาย	ข้อความ	เพิ่มเติม
		

i เพอร์เซ็นต์ที่แสดงภายใต้ การติดตามรายวัน บ่งบอกถึงความก้าวหน้าสู่เป้าหมายของคุณ

บันทึกกิจกรรม:




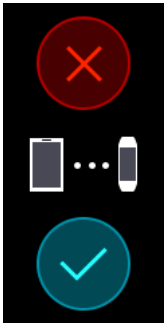
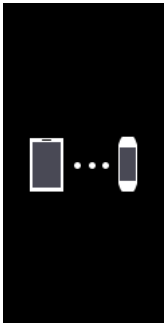
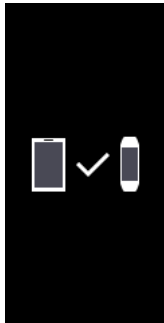
จำนวนก้าว	แคลอรีที่เผาผลาญ	ระยะทาง
		
กิจกรรมที่มีความเข้มข้นปานกลาง-ถึงสูง	เวลาที่ยืน	-
		

โหมดการออกกำลังกาย:


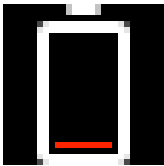
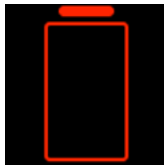
การวิ่งกลางแจ้ง	การวิ่งในร่ม	การเดินกลางแจ้ง
		
การเดินในร่ม	การปั่นจักรยานกลางแจ้ง	การปั่นจักรยานในร่ม
		
เครื่องเดินวงรี	เครื่องกรรเชียงบก	อื่นๆ
		

i การปั่นจักรยานกลางแจ้งต้องใช้ GPS และ EMUI 5.0 หรือใหม่กว่า (หรือ iOS 9.0 หรือใหม่กว่า) จะมีการซ่อนไอคอนการปั่นจักรยานกลางแจ้งบนสายรัดข้อมือของคุณหากโทรศัพท์ของคุณไม่ตรงตามข้อกำหนดเหล่านี้

การเชื่อมต่อและการจับคู่:





<p>ไม่ได้เชื่อมต่อบลูทูธ</p> 	<p>เชื่อมต่อบลูทูธแล้ว</p> 	<p>เชื่อมต่อกับบลูทูธ</p> 
<p>คำขอการจับคู่ครั้งแรก</p> 	<p>กำลังจับคู่</p> 	<p>จับคู่แล้ว</p> 

แบตเตอรี่:

























<p>กำลังชาร์จ</p> 	<p>แบตเตอรี่ต่ำ</p> 	<p>แบตเตอรี่ต่ำมาก</p> 
--	--	---

อื่นๆ:

<p>ข้อความแจ้งเตือนกิจกรรม</p> 	<p>กำลังอัปเดต</p> 	<p>อัปเดตไม่สำเร็จ</p> 
<p>กำลังคลายความกดดัน</p> 	<p>นาฬิกาปลุก</p> 	<p>ค้นหาโทรศัพท์</p> 
<p>ข้อความที่ยังไม่ได้อ่าน</p> 	<p>ถ่ายภาพ</p> 	<p>ยืนยัน</p> 

ยกเลิก 	สิ้นสุด 	หยุดชั่วคราว 
เริ่ม 	-	-

สภาพอากาศ:

มีแดด 	มีเมฆมาก 	มีเมฆครึ้ม 	มีฝนปรอยๆ 
พายุฝนฟ้าคะนอง 	พายุลูกเห็บ 	ฝนตกเล็กน้อย 	ฝนตก 
พายุฝนรุนแรง 	หิมะตกปรอยๆ 	หิมะตกเล็กน้อย 	หิมะตก 
หิมะตกหนัก 	พายุหิมะ 	พายุฝุ่น 	ฝุ่นละออง 
ทราย 	พายุทราย 	หมอกควัน 	ไม่มีข้อมูล 
มีหมอก 	ฝนเยือกแข็ง 	ฝนตกหนัก 	ฝนตกหนักถึงมีพายุ 

การควบคุมหน้าจอสายรัดข้อมือ

สายรัดข้อมือของคุณมีหน้าจอสัมผัสแบบเต็มหน้าจอและสามารถตรวจจับการบิดนิ้วขึ้น ลง และไปทางขวาได้ รวมทั้งเมื่อคุณแตะหน้าจอค้างไว้ หน้าจอทำงานร่วมกับปุ่มหน้าหลักเพื่อให้คุณใช้สายรัดข้อมือได้ง่ายยิ่งขึ้น

ขั้นตอน	ฟังก์ชัน	หมายเหตุ
แตะปุ่มหน้าหลักเมื่อหน้าจออยู่	กดปุ่มหน้าจอหลัก	มีในบางกรณีที่ฟังก์ชันนี้ไม่ทำงาน เช่น ระหว่างการออกกำลังกายหรือการโทร
แตะปุ่มหน้าหลักเมื่อหน้าจอปิดอยู่	กดปุ่มปิดหน้าจอ	การแตะปุ่มหน้าหลักเมื่อหน้าจอปิดเป็นเวลาน้อยกว่า 10 วินาทีจะนำคุณกลับมาที่หน้าจอล่าสุด หากหน้าจอปิดเป็นเวลามากกว่า 10 วินาที ระบบจะนำคุณมาที่หน้าจอหลัก
ปัดนิ้วไปทางขวาจากหน้าจอหลัก	กดปุ่มข้อความบนสายรัดข้อมือของคุณ	คุณ将会เห็นเฉพาะข้อความที่บันทึกอยู่บนสายรัดข้อมือของคุณเท่านั้น หน้าจอนี้มีไว้สำหรับลบข้อความ
ปัดนิ้วไปทางขวามือบนหน้าจอหลัก	กดปุ่มที่หน้าจอหน้าอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน้าจอหลัก	-
ปัดนิ้วขึ้นหรือลงบนหน้าจอระดับที่ 1	เรียกดูฟิเจอร์	-
แตะที่หน้าจอ	เลือกและยืนยัน	-
แตะหน้าจอหลักค้าง	เปลี่ยนหน้าปัดนาฬิกา	-

การปลุกหน้าจอ

ในการปลุกหน้าจอ ให้แตะปุ่มหน้าหลัก ยกข้อมือของคุณ หรือหมุนข้อมือเข้าหาตัวเอง หน้าจอจะสลับอีกครั้งหลังผ่านไป 5 วินาทีหากคุณไม่ได้ดำเนินการใดๆ

- คุณสามารถเปิดใช้งาน **ยกข้อมือขึ้นเพื่อให้หน้าจอทำงาน** ในแอป Huawei Health
 - ระยะเวลาสูงสุดที่หน้าจอของสายรัดข้อมือสามารถเปิดค้างไว้ได้คือ 5 นาที หากต้องการขยายระยะเวลาที่หน้าจอเปิดค้างไว้ที่เวลา ให้ดำเนินการดังต่อไปนี้: ไปที่ **มากกว่า > เปิดหน้าจอ** และจากนั้นเปิดใช้งาน **หน้าจอจะสลับหลัง 5 นาที** ขณะนี้หน้าจอจะปิดโดยอัตโนมัติหลังผ่านไปห้านาที การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เป็นการเปลี่ยนแปลงชั่วคราว คุณจะต้องขยายเวลาอีกครั้งหลังจากที่คุณปลุกหน้าจอ

การสลับระหว่างหน้าจอ

ในการสลับระหว่างหน้าจอเมื่อหน้าจอเปิดอยู่ ให้หมุนข้อมือของคุณหรือปัดนิ้วไปทิศทางใดก็ได้บนหน้าจอ

- คุณสามารถเปิดใช้งาน **หมุนเพื่อเปลี่ยนหน้าจอ** ในแอป Huawei Health

การปิดหน้าจอ

- ลดข้อมือของคุณลงหรือหมุนข้อมือออกจากตัวคุณ
- หน้าจอจะปิดโดยอัตโนมัติหากไม่ได้ใช้งานสายรัดข้อมือเป็นเวลา 5 วินาที

การปรับความสว่างของหน้าจอ

ค้นหาหน้าจอ **มากกว่า** จากนั้นไปที่ **ความสว่าง > ความสว่าง** และปรับความสว่างของหน้าจอ

- i** มีระดับของความสว่างอยู่ห้าระดับสำหรับสายรัดข้อมือ ความสว่างของหน้าจอตั้งไว้ที่ระดับ 3 โดยค่าเริ่มต้น ระดับ 5 คือสว่างที่สุด ขณะที่ระดับ 1 คือมืดที่สุด

คุณสามารถเปิดใช้งาน **ลดค่าความสว่าง** เพื่อตั้งค่าให้สายรัดข้อมือหรือแสงลงในตอนกลางคืนตั้งแต่วันที่ 20:00 น. ถึง 06:00 น. ของวันถัดไปโดยอัตโนมัติ

การตั้งค่าโซนเวลาและภาษา

หลังจากสายรัดข้อมือซิงค์กับโทรศัพท์ของคุณแล้ว การตั้งค่าโซนเวลาและภาษาในโทรศัพท์ของคุณจะซิงค์กับสายรัดข้อมือโดยอัตโนมัติ

หากคุณเปลี่ยนภาษา ภูมิภาค เวลา หรือรูปแบบเวลาบนโทรศัพท์ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะซิงค์กับสายรัดข้อมืออัตโนมัติ トラバドที่สายรัดข้อมือยังเชื่อมต่ออยู่กับโทรศัพท์

- i 1** หากสายรัดข้อมือรองรับข้อมูลภาษาและภูมิภาคบนโทรศัพท์ ภาษาบนสายรัดข้อมือจะตรงกันกับภาษาที่แสดงบนโทรศัพท์ของคุณ
- 2** หากสายรัดข้อมือรองรับภาษาบนโทรศัพท์แต่ไม่รองรับภูมิภาค สายรัดข้อมือจะแสดงภาษาเดียวกันกับที่แสดงบนโทรศัพท์ของคุณ ตัวอย่างเช่น หากภาษาที่แสดงบนโทรศัพท์เป็นภาษาโปรตุเกสแบบบราซิล สายรัดข้อมือจะแสดงภาษาโปรตุเกสแบบยุโรปแทน
- 3** หากสายรัดข้อมือของคุณไม่รองรับภาษาบนโทรศัพท์ สายรัดข้อมือจะแสดงภาษาอังกฤษโดยค่าเริ่มต้น
- 4** หากภาษาของระบบบนโทรศัพท์คือภาษาจีนดั้งเดิม สายรัดข้อมือจะแสดงเป็นภาษาจีนประยุกต์

การดูชื่อบลูทูธ, ที่อยู่ MAC และหมายเลขลำดับ

การดูชื่อบลูทูธ:

วิธีที่ 1: เชื่อมต่อสายรัดข้อมือกับโทรศัพท์ของคุณโดยใช้แอป Huawei Health ชื่ออุปกรณ์ที่แสดงในแอปคือชื่อที่จะแสดงเมื่อใช้บลูทูธ

วิธีที่ 2: บนสายรัดข้อมือของคุณ ไปที่ **มากกว่า > ระบบ > เกี่ยวกับ** จะมีชื่ออุปกรณ์แสดงอยู่บนหน้าจอสายรัดข้อมือ นี่คือนามที่คุณจะเห็นเมื่อใช้บลูทูธ

การดูที่อยู่ MAC:

วิธีที่ 1: ไปที่ **มากกว่า > ระบบ > เกี่ยวกับ** บนสายรัดข้อมือของคุณ ที่อยู่ MAC จะแสดงขึ้นเป็นอักขระตัวอักษรและตัวเลข 12 ตัวถัดจาก **MAC:**

วิธีที่ 2: ตรวจสอบที่ด้านหลังของสายรัดข้อมือสำหรับที่อยู่ MAC อักขระตัวอักษรและตัวเลข 12 ตัวคือที่อยู่ MAC ของสายรัดข้อมือ

วิธีที่ 3: หากสายรัดข้อมือของคุณเชื่อมต่อกับโทรศัพท์ผ่านแอป Huawei Health ให้เปิดแอป Huawei Health แตะ **อุปกรณ์** และจากนั้นแตะชื่ออุปกรณ์ของคุณ ข้อมูลถัดจาก **เรียกคืนการตั้งค่าเริ่มต้นจากโรงงาน** คือที่อยู่ MAC

การดูหมายเลขลำดับ:

บนสายรัดข้อมือของคุณ ไปที่ **มากกว่า > ระบบ > เกี่ยวกับ** และปัดนิ้วขึ้นจากด้านล่างของหน้าจอ คุณจะเห็นหมายเลขลำดับของสายรัดข้อมือ ซึ่งมีอักขระตัวอักษรและตัวเลข 16 ตัวถัดจาก **SN:**

การตรวจสอบข้อมูลระบบ

วิธีที่ 1: ตรวจสอบบนสายรัดข้อมือของคุณ

ในการตรวจสอบเวอร์ชันของสายรัดข้อมือ ให้ไปที่ **มากกว่า > ระบบ** และแตะ **เกี่ยวกับ**


วิธีที่ 2: ตรวจสอบผ่านแอป Huawei Health

หากสายรัดข้อมือของคุณเชื่อมต่อกับแอป Huawei Health ให้เปิดแอปและแตะ **อุปกรณ์** และอุปกรณ์ของคุณ จากนั้นแตะ **การอัปเดตเฟิร์มแวร์** เพื่อตรวจสอบเวอร์ชันของสายรัดข้อมือ

การอัปเดตสายรัดข้อมือ


วิธีที่ 1: เชื่อมต่อสายรัดข้อมือกับโทรศัพท์โดยใช้แอป Huawei Health เปิดแอป Huawei Health และแตะ **อุปกรณ์** จากนั้นแตะชื่ออุปกรณ์ของคุณ และ **การอัปเดตเฟิร์มแวร์** และปฏิบัติตามคำแนะนำบนหน้าจอเพื่ออัปเดตสายรัดข้อมือของคุณ

วิธีที่ 2:

- **สำหรับผู้ใช้อุปกรณ์ Android:** เปิดแอป Huawei Health และแตะ **อุปกรณ์** จากนั้นแตะชื่ออุปกรณ์ เปิดใช้งาน **อัปเดตอุปกรณ์อัตโนมัติผ่าน Wi-Fi** หากการอัปเดตพร้อมใช้งาน การแจ้งเตือนจะปรากฏขึ้นบนสายรัดข้อมือของคุณ ทำตามคำแนะนำบนหน้าจอเพื่ออัปเดตสายรัดข้อมือ
 - **สำหรับผู้ใช้อุปกรณ์ iOS:** เปิดแอป Huawei Health แล้วแตะรูปภาพโปรไฟล์ที่มุมซ้ายบน และ **การตั้งค่า** และเปิดใช้งาน **อัปเดตอุปกรณ์อัตโนมัติผ่าน Wi-Fi** หากการอัปเดตพร้อมใช้งาน การแจ้งเตือนจะปรากฏขึ้นบนสายรัดข้อมือของคุณ ทำตามคำแนะนำบนหน้าจอเพื่ออัปเดตสายรัดข้อมือ
-  ระหว่างการอัปเดต สายรัดข้อมือจะยกเลิกการเชื่อมต่อจากบลูทูธอัตโนมัติ แต่จะเชื่อมต่อใหม่เมื่อทำการอัปเดตเสร็จสิ้น

การคืนค่าสายรัดข้อมือเป็นการตั้งค่าเริ่มต้นจากโรงงาน

วิธีที่ 1: โดยใช้สายรัดข้อมือ

ปัดนิ้วบนหน้าจอจนกระทั่งพบ **มากกว่า** จากนั้นไปที่ **ระบบ > ตั้งค่าเริ่มต้น** และแตะ  การรีเซ็ตสายรัดข้อมือจะล้างข้อมูลทั้งหมดจากสายรัดข้อมือ โปรดใช้ความระมัดระวังเมื่อทำการรีเซ็ตสายรัดข้อมือของคุณ

วิธีที่ 2: โดยใช้แอป Huawei Health

เปิดแอป Huawei Health และแตะ **อุปกรณ์** และจากนั้นแตะอุปกรณ์ของคุณ และ **เรียกคืนการตั้งค่าเริ่มต้นจากโรงงาน**

การจัดการแอป

การแจ้งเตือนข้อความ

เปิดใช้งานการแจ้งเตือน

เมื่อเปิดใช้งานแล้ว สายรัดข้อมือจะสามารถซิงค์ข้อความที่แสดงในแถบสถานะของโทรศัพท์กับสายรัดข้อมือของคุณ

สายรัดข้อมือของคุณสามารถแสดงการแจ้งเตือนจากแอปดังต่อไปนี้: SMS, อีเมล, ปฏิทิน และแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียต่างๆ

- 1 อัปเดตสายรัดข้อมือของคุณและแอป Huawei Health ให้เป็นเวอร์ชันล่าสุด
- 2 ตั้งค่าแอป Huawei Health เป็นแอปที่ได้รับการป้องกันเพื่อให้มั่นใจว่าแอปสามารถทำงานในพื้นที่หลังได้
- 3 สำหรับผู้ใช้ Android: เปิดแอป Huawei Health และ **อุปกรณ์** จากนั้นแตะอุปกรณ์ของคุณ และ **การแจ้งเตือน** และเปิดใช้งาน **การแจ้งเตือน** เปิดสวิตช์สำหรับแอปที่คุณต้องการรับการแจ้งเตือน
ในขณะเดียวกัน ให้เปิดใช้งานการแจ้งเตือนในการตั้งค่าโทรศัพท์เพื่อรับการแจ้งเตือนจากแอป ตัวอย่างเช่น ผู้ใช้ที่มีโทรศัพท์ที่ใช้ EMUI 8.1.0 ควรดำเนินการดังต่อไปนี้: ไปที่ **การตั้งค่า > แอป & การแจ้งเตือน > Notifications management** แตะแอปที่คุณต้องการจะรับการแจ้งเตือน และเปิดใช้งาน **Allow notifications** และ **Display in the status bar**

← Notifications

Notifications



Enable to allow apps to send notifications to your wearable

APPS



Messages



QQ



WeChat



HiBoard



Calendar



- 4 สำหรับผู้ใช้ iOS: เปิดแอป Huawei Health และ **อุปกรณ์** จากนั้นแตะชื่ออุปกรณ์ของคุณ เปิดใช้งาน **การแจ้งเตือน** เปิดสวิตช์สำหรับแอปที่คุณต้องการรับการแจ้งเตือน
ในขณะเดียวกัน ให้เปิดใช้งานการแจ้งเตือนในการตั้งค่าโทรศัพท์สำหรับแอปที่คุณต้องการรับการแจ้งเตือน

- **i** สายรัดข้อมือของคุณจะไม่แจ้งเตือนข้อความใหม่ในระหว่างออกกำลังกายหรือในโหมดแบตเตอรี่ต่ำเป็นพิเศษ หลังจากคุณออกกำลังกายเสร็จหรือปิดใช้งานโหมดแบตเตอรี่ต่ำเป็นพิเศษ ให้ปิดนี้บนหน้าจอหลักของสายรัดข้อมือในทิศทางใดก็ได้ (ยกเว้นไปทางซ้าย) เพื่อดูข้อความใหม่
- หากคุณเปิดใช้งาน **ห้ามรบกวนเมื่อไม่ได้สวมใส่** คุณจะได้รับข้อความใหม่ต่อเมื่อสวมใส่สายรัดข้อมือเท่านั้น
- หากคุณกำลังใช้แอปการสนทนา แอปจะไม่ส่งข้อความแบบพุชไปที่สายรัดข้อมือ ตัวอย่างเช่น แอปจะไม่ส่งข้อความบนหน้าจอการสนทนาใน WhatsApp ไปที่สายรัดข้อมือของคุณ
- สายรัดข้อมือของคุณรองรับข้อความแจ้งเตือนการยกเลิกการเชื่อมต่อบลูทูธ เปิดใช้งานฟีเจอร์นี้บนหน้าจอรายละเอียดอุปกรณ์ในแอป Huawei Health หลังจากเปิดใช้งานฟีเจอร์ข้อความแจ้งเตือนการยกเลิกการเชื่อมต่อบลูทูธแล้ว สายรัดข้อมือของคุณจะสั่นเมื่อยกเลิกการเชื่อมต่อบลูทูธ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายรัดข้อมือของคุณเชื่อมต่อกับโทรศัพท์อย่างถูกต้อง

ปิดใช้งานการแจ้งเตือน

- การปิดใช้งานการแจ้งเตือนในแอป Huawei Health:
 - **สำหรับผู้ใช้อุปกรณ์ Android:** เปิดแอป Huawei Health และ **อุปกรณ์** จากนั้นแตะอุปกรณ์ของคุณ และ **การแจ้งเตือน** จากนั้นเปิดใช้งาน **การแจ้งเตือน**
 - **สำหรับผู้ใช้อุปกรณ์ iOS:** เปิดแอป Huawei Health และ **อุปกรณ์** จากนั้นแตะอุปกรณ์ของคุณ ปิดใช้งาน **การแจ้งเตือน**
- คุณสามารถเปิดใช้งาน **ห้ามรบกวน** บนหน้าจอรายละเอียดอุปกรณ์ในแอป Huawei Health ได้ และเมื่อเปิดใช้งานโหมดนี้แล้ว สายรัดข้อมือของคุณจะไม่สั่นหรือเปิดหน้าจอเพื่อแจ้งให้ทราบว่าข้อความขาเข้าในระหว่างช่วงเวลาที่กำหนดไว้ นอกจากนี้ การยกข้อมือเพื่อปลุกหน้าจอจะไม่สามารถใช้งานได้เมื่อเปิดใช้งาน **ห้ามรบกวน** ด้วยเช่นกัน ดังนั้น เพื่อไม่ให้พลาดข้อความสำคัญ เราไม่แนะนำให้ปิดใช้งานโหมดห้ามรบกวน
- **i** สายรัดข้อมือของคุณจะได้รับการแจ้งเตือนเท่านั้นและจะไม่ส่งการแจ้งเตือนแบบพุชใดๆ เมื่ออยู่ในโหมดห้ามรบกวนหรือโหมดสลีป ปิดนี้บนหน้าจอหลักของสายรัดข้อมือในทิศทางใดก็ได้ (ยกเว้นไปทางซ้าย) เพื่อดูข้อความใหม่

การดูข้อความ

คุณสามารถรับการแจ้งเตือนบนสายรัดเมื่อการแจ้งเตือนแอปใหม่แสดงขึ้นบนแถบสถานะของโทรศัพท์ เปิดหน้าจอสายรัดข้อมือของคุณเพื่อดูข้อความ ข้อความขาเข้าจะแสดงขึ้นบนหน้าจอสายรัดข้อมือโดยตรงหากหน้าจอสายรัดข้อมือเปิดอยู่

ไอคอนการแจ้งเตือนข้อความที่ยังไม่ได้อ่านจะแสดงขึ้นที่มุมขวาบนของหน้าจอสายรัดข้อมือหรือบนหน้าจอหลังจากที่คุณแตะหน้าจอหลัก ปิดนี้ไปทางขวาบนหน้าจอหลัก หรือปิดนี้ขึ้นหรือลงที่รายการแอปของสายรัดข้อมือเพื่อเข้าสู่หน้าจอข้อความเพื่อดูข้อความที่ยังไม่ได้อ่าน

- คุณสามารถดูเนื้อหาของหนึ่งข้อความได้โดยตรงเมื่อมีเพียงข้อความเดียวที่แสดงขึ้น หรือแตะเพื่อเลือกข้อความที่คุณต้องการอ่าน
- คุณสามารถปัดนิ้วไปทางขวาบนหน้าจอรายละเอียดข้อความที่ยังไม่ได้อ่านของสายรัดข้อมือเพื่อออกจากการดูหนึ่งข้อความ และลบข้อความออกจากศูนย์ข้อความที่ยังไม่ได้อ่าน
- คุณสามารถบันทึกข้อความที่ยังไม่ได้อ่านบนสายรัดข้อมือได้สูงสุด 10 ข้อความ หากมีข้อความที่ยังไม่ได้อ่านมากกว่า 10 ข้อความ ข้อความก่อนหน้านี้จะถูกเขียนทับ ข้อความหนึ่งรายการสามารถแสดงขึ้นบนหน้าจอได้มากที่สุดสองหน้าจอ ปัดนิ้วบนหน้าจอเพื่อดูข้อความ คุณสามารถดูเนื้อหาที่เหลืออยู่บนโทรศัพท์ได้
- ข้อความที่ทำเครื่องหมายว่าอ่านแล้วจะไม่สามารถดูบนสายรัดข้อมือได้อีกต่อไป หากต้องการดูประวัติข้อความ โปรดตรวจสอบโทรศัพท์ของคุณ
- คุณไม่สามารถปัดนิ้วไปทางขวาบนหน้าจอหลักของสายรัดข้อมือได้เมื่อไม่มีข้อความที่แคช เนื่องจากข้อความที่ยังไม่ได้อ่านจะถูกซ่อนไว้โดยอัตโนมัติ

การลบข้อความ

เมื่อมีข้อความขาเข้าใหม่ ให้ปัดนิ้วบนหน้าจอหลักของสายรัดข้อมือ (ยกเว้นไปทางซ้าย) เพื่อดูข้อความที่ยังไม่ได้อ่าน

ลบหนึ่งข้อความ: ปัดนิ้วไปทางขวาบนหน้าจอแสดงเนื้อหาข้อความ

ลบข้อความทั้งหมด: แตะ **ลบทั้งหมด** ที่ด้านล่างของรายการข้อความเพื่อลบข้อความที่ยังไม่ได้อ่านทั้งหมด

ผู้ใช้ Android: ข้อความจากแอปโซเชียลมีเดียของบุคคลที่สามและข้อความตัวอักษรจะถูกลบโดยอัตโนมัติเมื่ออ่านหรือถูกลบจากโทรศัพท์ของคุณ

ผู้ใช้ iOS: ข้อความจะถูกลบโดยอัตโนมัติเมื่ออ่านหรือถูกลบจากโทรศัพท์ของคุณ

สายเรียกเข้า

สายรัดข้อมือของคุณจะสั่นและเปิดหน้าจอขึ้นเพื่อแจ้งให้คุณทราบว่ามีสายเรียกเข้า พร้อมกับแสดงชื่อผู้ติดต่อและหมายเลขด้วยเช่นกัน แตะไอคอนปฏิเสธสายหรือปัดนิ้วขึ้นจากด้านล่างบนสายรัดข้อมือของคุณเพื่อปฏิเสธสาย หรือแตะหน้าจอสายรัดข้อมือหรือปุ่มหน้าหลักเพื่อละเว้น/ปิดเสียงสายโทรศัพท์

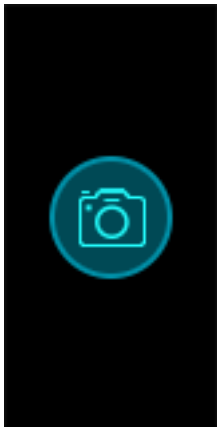
หากคุณไม่ได้ดำเนินการใดๆ ในระหว่างที่มีสายเรียกเข้า สายรัดข้อมือจะแสดงข้อความเพื่อแจ้งให้คุณทราบว่าไม่มีสายที่ไม่ได้รับ ให้ปัดนิ้วไปทางขวาบนหน้าจอหลักเพื่อล้างข้อความ

- หน้าจอสายรัดข้อมือจะยังคงเปิดอยู่ในขณะที่แจ้งให้คุณทราบว่ามีสายเรียกเข้า
- สายรัดข้อมือของคุณสามารถทำเครื่องหมายสายที่ไม่ทราบได้ ฟีเจอรันี่ใช้งานได้เมื่อสายรัดข้อมือจับคู่กับโทรศัพท์ที่ใช้ EMUI 4.0 หรือใหม่กว่าเท่านั้น
- สายรัดข้อมือของคุณจะสั่นและเปิดหน้าจอขึ้นเพื่อแจ้งให้คุณทราบว่ามีสายเรียกเข้าในระหว่างออกกำลังกาย
- เมื่อจับคู่สายรัดข้อมือกับโทรศัพท์ Android ของคุณ ให้แตะหน้าจอสายรัดข้อมือหรือปุ่มหน้าหลักเพื่อกลับไปยังหน้าจอหลักและละเว้นสายเรียกเข้า การปิดเสียงสายโทรศัพท์รองรับเฉพาะบน iOS เท่านั้น หากต้องการใช้ฟีเจอรันี่ ให้แตะหน้าจอสายรัดข้อมือหรือปุ่มหน้าหลัก สายรัดข้อมือของคุณจะแสดงหน้าจอการปิดเสียงและหน้าจอหลักหลังจากนั้นสองวินาที ดำเนินการเพื่อปิดเสียงสายโทรศัพท์

การถ่ายภาพระยะไกล

i พีเจอรี่นี้ใช้งานได้บนโทรศัพท์ Huawei ที่ใช้งานระบบ EMUI 8.1 หรือใหม่กว่าเท่านั้น

- 1 หลังจากเชื่อมต่อสายรัดข้อมือของคุณกับโทรศัพท์แล้ว ให้เปิดกล้องถ่ายรูปในโทรศัพท์ของคุณ และหน้าจอสายรัดข้อมือจะเปิดขึ้นและแสดงไอคอนกล้องถ่ายรูปดังที่แสดงด้านล่าง




- 2 แตะไอคอนกล้องบนหน้าจอสายรัดข้อมือเพื่อถ่ายภาพในโทรศัพท์ของคุณ สายรัดข้อมือจะกลับไปหน้าจอชัตเตอร์ของกล้องถ่ายรูปสองวินาทีหลังถ่ายภาพ

- i** 1 หน้าจอสายรัดข้อมือจะปิดโดยอัตโนมัติหากไม่มีการดำเนินการใดๆ บนหน้าจอชัตเตอร์ของกล้องถ่ายรูปเป็นเวลาห้าวินาที
- 2 จากหน้าจอชัตเตอร์ของกล้องถ่ายรูป แตะปุ่มหน้าหลักเพื่อกลับไปยังหน้าจอหลัก หรือปัดนิ้วไปทางขวามือบนหน้าจอสายรัดข้อมือเพื่อไปยังหน้าจอก่อนหน้านี้
- 3 หากต้องการออกจากหน้าจอชัตเตอร์ของกล้องถ่ายรูป ให้ปิดแอปกล้องถ่ายรูปบนโทรศัพท์หรือยกเลิกการเชื่อมต่อโทรศัพท์จากสายรัดข้อมือ




การใช้ตัวจับเวลา

ในการใช้ฟังก์ชันตัวจับเวลาบนสายรัดข้อมือของคุณ ให้ดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้:

- 1 แตะ **มากกว่า** และจากนั้นเลือก **ตัวจับเวลา**







- 2 แตะ  เพื่อเริ่มการจับเวลา ตัวจับเวลาสามารถจับเวลาได้ถึง "59:59.9" เมื่อถึงตัวเลขดังกล่าวแล้ว ตัวจับเวลาจะหยุดด้วยตัวเอง

- 3 ขณะที่ตัวจับเวลาทำงาน คุณสามารถ:

- แตะ  เพื่อหยุดจับเวลา
- แตะ  เพื่อจับเวลาต่อ
- แตะ  เพื่อสิ้นสุดการจับเวลาและรีเซ็ตตัวจับเวลาไปที่ "00:00.0"
- ปัดนิ้วไปทางขวาเพื่อกลับไปยังหน้าจอ **มากกว่า** โดยที่ไม่ต้องหยุดจับเวลา


การตั้งค่าตัวตั้งเวลา

ในการใช้ตัวตั้งเวลาบนสายรัดข้อมือ ให้ดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้:


- 1 หากต้องการใช้ฟังก์ชันนี้ ไปที่ **มากกว่า > ตัวตั้งเวลา** บนหน้าจอสายรัดข้อมือของคุณ
 - 2 การตั้งค่าตัวตั้งเวลา
 - เมื่อใช้ฟังก์ชันตัวตั้งเวลาเป็นครั้งแรก ให้เข้าถึงหน้าจอการตั้งค่าตัวตั้งเวลาของสายรัดข้อมือ และตั้งค่า ชั่วโมง นาฬิกา และวินาที โดยที่ช่วงค่าของชั่วโมงคือ 0-11 ขณะที่ช่วงค่าของนาฬิกาและวินาทีคือ 0-59
 - หากเคยใช้ฟังก์ชันตัวตั้งเวลาก่อนหน้านี้แล้ว ให้เปิดหน้าจอตัวตั้งเวลาที่คุณเข้าถึงครั้งสุดท้าย และแตะ  และตั้งค่าชั่วโมง นาฬิกา และวินาที
 - 3 แตะ  เพื่อเริ่มตัวตั้งเวลา
 - 4 แตะ  เพื่อหยุดตั้งเวลาชั่วคราว และแตะ  เพื่อสิ้นสุดการตั้งเวลา
 - 5 สายรัดข้อมือของคุณจะสั่นและหน้าจอจะเปิดเพื่อแจ้งให้คุณทราบเมื่อถึงเวลาที่ตั้งไว้ ปิดนี้ไปทางขวาบนหน้าจอหรือแตะ  เพื่อปิดตัวตั้งเวลา หากไม่มีการดำเนินการใดๆ ตัวตั้งเวลาจะปิดอัตโนมัติหลังจากผ่านไป 1 นาที
-  เมื่อเปิดใช้งานตัวตั้งเวลา หน้าจอการตั้งเวลาที่กำลังดำเนินอยู่จะแสดงขึ้นเมื่อคุณกลับสู่หน้าจออื่นอีกครั้งจากหน้าจอหลัก

การตั้งค่าการปลุก

คุณสามารถใช้แอป Huawei Health เพื่อตั้งการปลุกอัจฉริยะหรือการปลุกแจ้งเตือนเหตุการณ์สำหรับสายรัดข้อมือที่เชื่อมต่ออยู่ได้

- การปลุกอัจฉริยะจะดังขึ้นภายใต้สองเงื่อนไข ซึ่งก็คือจะต้องอยู่ใกล้เวลาที่ตั้งไว้และคุณต้องอยู่ในช่วงหลับตื้น การปลุกชนิดนี้ช่วยให้ร่างกายของคุณค่อยๆ ปรับตัวกับการตื่นนอนและช่วยให้คุณตื่นขึ้นมาแล้วรู้สึกสดชื่นยิ่งขึ้น
-  ฟีเจอร์การปลุกอัจฉริยะใช้งานได้เฉพาะเมื่อไม่ได้เปิดใช้งาน **HUAWEI TruSleep™** อยู่เท่านั้น
- การปลุกแจ้งเตือนเหตุการณ์จะดังขึ้นเสมอในเวลาที่กำหนดไว้ หากคุณตั้งแท็กสำหรับการปลุกแจ้งเตือนเหตุการณ์ สายรัดข้อมือจะแสดงแท็ก ไม่เช่นนั้น จะแสดงเฉพาะเวลาเท่านั้น

สำหรับผู้ใช้อุปกรณ์ Android:

- 1 เปิดแอป Huawei Health แตะ **อุปกรณ์** แตะอุปกรณ์ของคุณ และจากนั้นไปที่ **เตือน > การแจ้งเตือนแบบอัจฉริยะ** หรือ **เตือน > การแจ้งเตือนเหตุการณ์**
- 2 ตั้งเวลาการปลุก การวนซ้ำ และการปิดเสียงเตือนชั่วคราวภายใต้ **การปลุกอัจฉริยะ**
- 3 แตะ  ที่มุมบนขวาเพื่อบันทึกการตั้งค่าของคุณ
- 4 ปิดนี้ลงบนหน้าจอหลักของแอป Huawei Health เพื่อตรวจสอบให้แน่ใจว่าการตั้งค่าการปลุกซิงค์กับสายรัดข้อมือของคุณแล้ว

สำหรับผู้ใช้อุปกรณ์ iOS:

- 1 เปิดแอป Huawei Health และแตะ **อุปกรณ์**
- 2 แตะชื่อบลูทูธของสายรัดข้อมือจากรายการอุปกรณ์
- 3 ไปที่ **เตือน > การแจ้งเตือนแบบอัจฉริยะ** หรือ **เตือน > การแจ้งเตือนเหตุการณ์**

4 ตั้งเวลาการปลุก การวนซ้ำ และการปิดเสียงเตือนชั่วคราวภายใต้ การปลุกอัจฉริยะ

5 แตะ **บันทึก**

6 ปัดนิ้วลงบนหน้าจอหลักของแอป Huawei Health เพื่อตรวจสอบให้แน่ใจว่าการตั้งค่าการปลุกซิงค์กับสายรัดข้อมือของคุณแล้ว

- เมื่อสายรัดข้อมือส่งเสียง แตะปุ่มหน้าหลักบนสายรัดข้อมือของคุณเพื่อปลุกซ้ำหรือแตะค้างไว้เพื่อปิดเสียงปลุก การแตะปลุกซ้ำหมายความว่า การปลุกจะดังขึ้นในอีก 10 นาที
- หากคุณไม่ได้ดำเนินการใดๆ หลังการปลุกดังขึ้น การปลุกจะเปลี่ยนเป็นปลุกซ้ำโดยอัตโนมัติ หลังการปลุกซ้ำ 3 ครั้ง การปลุกจะปิดโดยอัตโนมัติ

การซิงค์การปลุกจากโทรศัพท์ของคุณ

คุณสามารถซิงค์การปลุกจากโทรศัพท์กับสายรัดข้อมือของคุณ (โทรศัพท์ต้องใช้งาน EMUI 8.1 ขึ้นไป) เมื่อการปลุกบนโทรศัพท์ของคุณดังขึ้น คุณยังสามารถปิดหรือนอนต่อได้โดยใช้สายรัดข้อมือ

- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายรัดข้อมือเชื่อมต่อกับโทรศัพท์ผ่านแอป Huawei Health
- หากคุณไม่สามารถซิงค์การปลุกจากโทรศัพท์ของคุณได้ ให้ยกเลิกการเชื่อมต่อทั้งสองอุปกรณ์ก่อนเชื่อมต่อใหม่และลองอีกครั้ง

รายงานสภาพอากาศ

ตรวจสอบว่าคุณกำลังใช้ธีมของสายรัดข้อมือที่แสดงสภาพอากาศจากหน้าจอหลัก เมื่อตั้งค่าเสร็จเรียบร้อยแล้ว คุณจะเห็นรายงานสภาพอากาศล่าสุดบนสายรัดข้อมือของคุณ:

1 เปิดใช้งาน **รายงานสภาพอากาศ** บนหน้าจอรายละเอียดอุปกรณ์ในแอป Huawei Health

2 ตรวจสอบให้แน่ใจว่า GPS และตำแหน่งที่เปิดใช้งานในแผงการแจ้งเตือนและ Huawei Health ได้รับการอนุญาตสำหรับตำแหน่งแล้ว
สำหรับผู้ใช้ที่ใช้โทรศัพท์เวอร์ชันต่ำกว่า EMUI 9.0 ให้เลือก **ใช้ GPS, WLAN และเครือข่ายโทรศัพท์มือถือ** หรือ **Use WLAN and mobile networks** สำหรับโหมดการหาตำแหน่งแทน **ใช้ GPS เท่านั้น**

- หากตั้งค่าเสร็จเรียบร้อยแล้ว คุณจะเห็นสภาพอากาศและอุณหภูมิแสดงบนสายรัดข้อมือของคุณ แต่หากไม่สามารถซิงค์ได้ สภาพอากาศและอุณหภูมิจะไม่ปรากฏขึ้น
- ข้อมูลสภาพอากาศที่แสดงบนสายรัดข้อมือของคุณมาจากแอป Huawei Health และอาจแตกต่างจากสิ่งที่แสดงบนโทรศัพท์ของคุณเล็กน้อย เนื่องจากข้อมูลดังกล่าวมาจากผู้ให้บริการรายอื่น
- คุณสามารถสลับระหว่างอุณหภูมิ °C เซลเซียสและ °F ฟาเรนไฮต์ภายใต้ **รายงานสภาพอากาศ** ในแอป Huawei Health ได้

การค้นหาโทรศัพท์โดยใช้สายรัดข้อมือ

เข้าถึงหน้าจอ **มากกว่า** และแตะ **การหาโทรศัพท์** ภาพเคลื่อนไหวจะแสดงบนหน้าจอ หากโทรศัพท์ของคุณอยู่ในระยะของบลูทูธ โทรศัพท์จะส่งเสียงเรียกเข้า (แม้จะใช้งานในโหมดเงียบ) เพื่อแจ้งให้คุณทราบว่าโทรศัพท์อยู่ที่ใด

- เมื่อต้องการใช้พีเจอรี่นี้ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายรัดข้อมือเชื่อมต่อกับโทรศัพท์ และแอป Huawei Health ทำงานอยู่ในพื้นหลังหรือพื้นหน้า
- พีเจอรี่ค้นหาโทรศัพท์จะทำงานเป็นเวลา 15 วินาที หากโทรศัพท์ไม่ตอบสนองหลังจากผ่านไป 30 วินาที สายรัดข้อมือจะปิดหน้าจอ

การเปลี่ยนหน้าปัดนาฬิกา

สายรัดข้อมือของคุณมาพร้อมหน้าปัดนาฬิกาหลายรูปแบบเพื่อให้คุณสลับระหว่างหน้าปัดต่างๆ ได้ คุณสามารถเลือกหน้าปัดนาฬิกาที่เหมาะสมที่สุดสำหรับคุณได้ ในการเปลี่ยนหน้าปัดนาฬิกา ให้ดำเนินการดังต่อไปนี้:

- **วิธีที่ 1:** แตะหน้าจอหลักค้างไว้จนกระทั่งสายรัดข้อมือของคุณสั่น หน้าจอหลักจะดูเหมือนว่าซูมออก เมื่อหน้าจอหลักซูมออกแล้ว คุณสามารถปัดนิ้วผ่านลวดลายต่างๆ บนสายรัดข้อมือของคุณเพื่อเลือกหน้าปัดได้
 - **วิธีที่ 2:** ไปที่ **มากกว่า > Themes** จากนั้นรอให้เริ่มแสดงหน้าจอหลักในรูปแบบซูมออก จากนั้นปัดนิ้วผ่านลวดลายต่างๆ จนกว่าคุณจะพบหน้าปัดที่คุณต้องการ จากนั้นแตะเพื่อเลือกหน้าปัด
 - **วิธีที่ 3 :** เปิดแอป Huawei Health ไปที่ **หน้าปัดนาฬิกา > มากกว่า** และแตะ **ติดตั้ง** ภายใต้หน้าปัดนาฬิกาที่คุณต้องการ หน้าปัดนาฬิกาของคุณจะสลับไปยังหน้าปัดนาฬิกาที่เลือกโดยอัตโนมัติเมื่อได้รับการติดตั้งแล้ว หรือแตะหน้าปัดนาฬิกาที่ติดตั้งแล้วและแตะ **ตั้งเป็นค่าเริ่มต้น** เพื่อตั้งหน้าปัดนาฬิกาปัจจุบันเป็นหน้าปัดนาฬิกาที่คุณต้องการ
- หน้าจอหน้าปัดนาฬิกาไม่มีในโทรศัพท์ iOS ในการดาวน์โหลดหน้าปัดนาฬิกาแบบใหม่ ขอแนะนำให้คุณจับคู่สายรัดข้อมือของคุณกับโทรศัพท์ Android เป็นการชั่วคราว เมื่อหน้าปัดนาฬิกาที่ดาวน์โหลดซึ่งค้กับนาฬิกาของคุณแล้ว ให้จับคู่นาฬิกากับโทรศัพท์ iOS ของคุณกลับอีกครั้ง
 - พีเจอรี่หน้าปัดนาฬิกามีเฉพาะในบางประเทศและภูมิภาคเท่านั้น สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม โปรดติดต่อสายด่วน Huawei ในพื้นที่

การลบหน้าปัดนาฬิกา:

คุณสามารถลบได้เฉพาะหน้าปัดนาฬิกาที่ดาวน์โหลดในแอป Huawei Health เท่านั้น ซึ่งสามารถทำได้โดยแตะที่หน้าปัดนาฬิกาที่ติดตั้ง จากนั้นแตะ  ที่มุมบนขวา

การออกกำลังกายแบบมืออาชีพ

การเริ่มออกกำลังกาย

- 1 กดปุ่มขึ้นหรือลงบนหน้าจอหลักของสายรัดข้อมือเพื่อค้นหาหน้าจอ การออกกำลังกาย
- 2 กดปุ่มขึ้นหรือลงบนหน้าจอเพื่อเลือกชนิดการออกกำลังกาย สายรัดข้อมือรองรับโหมดการออกกำลังกายดังต่อไปนี้ การวิ่งกลางแจ้ง การวิ่งในร่ม การเดินกลางแจ้ง เดินภายในอาคาร การขี่จักรยานกลางแจ้ง การขี่จักรยานในอาคาร เดินสายพานรูปไข่ เดินแกว่งแขน และ อื่นๆ
 - i** การขี่จักรยานกลางแจ้ง รองรับบนโทรศัพท์ที่มีฟังก์ชัน GPS เท่านั้น (โทรศัพท์ที่ใช้ EMUI 5.0 หรือใหม่กว่า หรือ iOS 9.0 หรือใหม่กว่า) จะมีการซ่อนไอคอนการปั่นจักรยานกลางแจ้งบนสายรัดข้อมือของคุณหากโทรศัพท์ของคุณไม่ตรงตามข้อกำหนดเหล่านี้
- 3 คุณสามารถตั้งเป้าหมายในการออกกำลังกายต่างๆ ได้ เช่น ระยะทาง ระยะเวลา หรือแคลอรีที่เผาผลาญ รวมทั้งการแจ้งเตือนสำหรับช่วงระยะห่างแบบกำหนดเอง หลังจากที่ตั้งเป้าหมายของคุณแล้ว ให้แตะไอคอนที่ด้านล่างของหน้าจอ และสายรัดข้อมือของคุณจะเริ่มบันทึกการออกกำลังกาย
 - i** หากคุณตั้งค่าการแจ้งเตือนช่วงระยะห่าง สายรัดข้อมือของคุณจะทำงานและสั่นในช่วงระยะห่างแต่ละช่วง
 - การวิ่งกลางแจ้ง / การเดินกลางแจ้ง / การวิ่งในร่ม / เดินภายในอาคาร : การแจ้งเตือนช่วงระยะห่างตั้งไว้ที่ 1 กม. โดยค่าเริ่มต้น คุณสามารถกำหนดระยะทางหรือสลับเป็นช่วงระยะห่างตามเวลาได้ใน **แจ้งเตือน** หรือปิดใช้งานโดยไปที่ **แจ้งเตือน** และเลือก **ไม่มี**
 - การปั่นจักรยานกลางแจ้ง: การแจ้งเตือนช่วงระยะห่างตั้งไว้ที่ 3 กม. โดยค่าเริ่มต้น คุณสามารถกำหนดระยะทางหรือสลับเป็นช่วงระยะห่างตามเวลาได้ใน **แจ้งเตือน** หรือปิดใช้งานโดยไปที่ **แจ้งเตือน** และเลือก **ไม่มี**
 - อื่นๆ / การขี่จักรยานในอาคาร / เดินสายพานรูปไข่ / เดินแกว่งแขน : การช่วงระยะห่างการแจ้งเตือนตั้งไว้ที่ 10 นาที โดยค่าเริ่มต้น คุณสามารถกำหนดเวลาได้ใน **แจ้งเตือน** หรือปิดใช้งานโดยไปที่ **แจ้งเตือน** และเลือก **ไม่มี**
- 4 หากต้องการดูข้อมูลการออกกำลังกายบนสายรัดข้อมือของคุณระหว่างการออกกำลังกายเมื่อนำจอเปิดอยู่ ให้กดปุ่มขึ้นหรือลงบนหน้าจอ หากต้องการหยุดการออกกำลังกายชั่วคราว ให้แตะปุ่มหน้าหลักค้างไว้เป็นเวลา 2 วินาที จากนั้นแตะปุ่มที่เกี่ยวข้องในหน้าจอที่เด้งขึ้นมาเพื่อเริ่มออกกำลังกายต่อหรือสิ้นสุดการออกกำลังกาย

-  เพื่อเริ่มออกกำลังกายต่อ

-  เพื่อสิ้นสุดการออกกำลังกายและดูข้อมูลการออกกำลังกายของคุณ

- i • จะไม่มีการบันทึกการออกกำลังกายหากระยะทางในการออกกำลังกายน้อยกว่า 100 เมตร
- การออกกำลังกายจะไม่ได้รับการบันทึกหากใช้เวลาน้อยกว่า 1 นาทีเมื่อคุณกำลังใช้โหมด การขี่จักรยานกลางแจ้ง การขี่จักรยานในอาคาร อื่นๆ เดินสายพานรูปไข่ หรือ เดินแกว่งแขน
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณได้แตะไอคอนสิ้นสุดหลังจากที่เสร็จสิ้นการออกกำลังกายแล้ว เพื่อยืดอายุการใช้งานแบตเตอรี่
- ในระหว่างการออกกำลังกาย สายรัดข้อมือของคุณจะสั่นและหน้าจอจะทำงานหากมีสายเรียกเข้า เมื่อมีข้อความใหม่ ข้อความจะได้รับการบันทึกในพื้นที่หลัง คุณสามารถปัดนิ้วไปทางขวาบนหน้าจอหลักเพื่อดูข้อความใหม่หลังจากที่การออกกำลังกายของคุณสิ้นสุดลงแล้ว

การบันทึกข้อมูลกิจกรรมประจำวัน

สวมใส่สายรัดข้อมืออย่างเหมาะสมและสายรัดข้อมือของคุณจะบันทึกข้อมูลกิจกรรมโดยอัตโนมัติ รวมทั้งจำนวนก้าว ระยะทางการออกกำลังกาย และปริมาณแคลอรีที่เผาผลาญ

ดำเนินการวิธีใดวิธีหนึ่งต่อไปนี้เพื่อดูข้อมูลกิจกรรมประจำวันของคุณ:

วิธีที่ 1: ดูข้อมูลกิจกรรมประจำวันบนสายรัดข้อมือ

ปัดนิ้วบนหน้าจอสายรัดข้อมือและสลับเป็นหน้าจอ **กิจกรรม** ปัดนิ้วขึ้นหรือลงที่หน้าจอเพื่อดูจำนวนก้าว ปริมาณแคลอรีที่เผาผลาญ ระยะทางการออกกำลังกาย ระยะเวลาของกิจกรรมการออกกำลังกายระดับปานกลาง-สูง และเวลาที่ลุกขยับ

วิธีที่ 2: ดูข้อมูลกิจกรรมประจำวันผ่านแอป Huawei Health

ดูข้อมูลกิจกรรมของคุณอย่างละเอียดบนหน้าจอหลักในแอป Huawei Health

- i • เมื่อต้องการดูข้อมูลกิจกรรมประจำวันในแอป Huawei Health ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายรัดข้อมือของคุณเชื่อมต่อกับโทรศัพท์โดยใช้แอป Huawei Health แล้ว
- ข้อมูลการออกกำลังกายของคุณจะรีเซ็ตที่เวลา 24:00 น. ทุกคืน

การวัดอัตราการเต้นของหัวใจ

การวัดอัตราการเต้นของหัวใจของคุณด้วยตนเอง

- 1 ยกแขนค้างไว้หนึ่งๆ และตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายรัดข้อมือของคุณเปิดอยู่อย่างถูกต้อง
- 2 ปิดน้ำขึ้นหรือลงบนหน้าจอหลักจนกระทั่งพบ **อัตราการเต้นหัวใจ**
- 3 แตะเพื่อเริ่มการวัดอัตราการเต้นของหัวใจของคุณ และตรวจสอบอัตราการเต้นของหัวใจปัจจุบันของคุณ
- 4 การวัดแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 45 วินาที และอัตราการเต้นของหัวใจที่แสดงขึ้นจะอัปเดตทุก 3 วินาที
- 5 ในระหว่างการวัด คุณสามารถกดปุ่มหน้าหลักหรือปิดน้ำไปทางขวาบนหน้าจอเพื่อหยุดการวัดได้
ข้อความแสดงข้อผิดพลาดจะแจ้งเตือนเมื่อคุณไม่ได้สวมใส่สายรัดข้อมือหรือสวมใส่ไม่ถูกต้อง
 - เพื่อให้แน่ใจถึงความแม่นยำในการวัดอัตราการเต้นของหัวใจ ให้สวมใส่สายรัดข้อมืออย่างถูกต้อง และตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายรัดแน่นดีแล้ว ตรวจสอบว่าตัวเรือนสายรัดสัมผัสกับผิวหนังของคุณโดยตรง
 - อยู่ในหนึ่งที่สุดเท่าที่ทำได้ในระหว่างการวัด
 - ข้อมูลอัตราการเต้นของหัวใจจากการวัดด้วยตนเองจะไม่ซิงค์กับแอป Huawei Health
 - การวัดจะถูกขัดจังหวะหากคุณปิดน้ำไปทางขวาบนหน้าจอสายรัดข้อมือ ได้รับสายเรียกเข้า หรือการปลุกดังขึ้น

การวัดอัตราการเต้นของหัวใจระหว่างการออกกำลังกาย

สายรัดข้อมือของคุณแสดงอัตราการเต้นของหัวใจของคุณในระหว่างการออกกำลังกาย

หลังจากที่คุณเริ่มการออกกำลังกาย ให้ปิดน้ำบนหน้าจอสายรัดข้อมือเพื่อตรวจสอบอัตราการเต้นของหัวใจและโซนอัตราการเต้นหัวใจของคุณ อัตราการเต้นของหัวใจที่แสดงขึ้นจะอัปเดตทุก 5 วินาที

คุณสามารถตั้งขีดจำกัดสูงสุดสำหรับอัตราการเต้นของหัวใจและโซนเป้าหมายของคุณบนสายรัดข้อมือสำหรับโหมดการออกกำลังกายแต่ละชนิดได้ ในระหว่างการออกกำลังกาย หากอัตราการเต้นของหัวใจของคุณเกินค่าที่คุณตั้งไว้ในแอป Huawei Health ("220 - อายุของคุณ" โดยค่าเริ่มต้น) สายรัดข้อมือของคุณจะสั่นเพื่อแจ้งเตือนให้คุณทราบ แตะปุ่มหน้าหลักหรือปิดน้ำไปทางขวาบนหน้าจอเพื่อเลิกแสดงการแจ้งเตือน

หลังจากที่เสร็จสิ้นการออกกำลังกายแล้ว คุณสามารถตรวจสอบอัตราการเต้นของหัวใจโดยเฉลี่ย อัตราการเต้นหัวใจสูงสุด และโซนอัตราการเต้นหัวใจจากการออกกำลังกายบนหน้าจอผลลัพธ์ได้

คุณสามารถดูกราฟที่แสดงอัตราการเต้นของหัวใจตลอดช่วงของการออกกำลังกาย อัตราการเต้นหัวใจสูงสุด และอัตราการเต้นของหัวใจโดยเฉลี่ยสำหรับการออกกำลังกายแต่ละชนิดได้บนหน้าจอบันทึกการออกกำลังกายในแอป Huawei Health

- i • หากคุณถอดสายรัดข้อมือออกจากข้อมือของคุณในระหว่างการออกกำลังกาย สายรัดข้อมือจะไม่แสดงอัตราการเต้นของหัวใจสำหรับช่วงเวลานั้นๆ อย่างไรก็ตาม สายรัดข้อมือจะตรวจสอบอัตราการเต้นของหัวใจของคุณต่อไป สายรัดข้อมือจะบันทึกอัตราการเต้นของหัวใจของคุณต่อเมื่อคุณสวมใส่สายรัดข้อมือกลับอีกครั้ง
- หากสายรัดข้อมือของคุณเชื่อมต่อกับโทรศัพท์ สายรัดข้อมือจะเริ่มวัดอัตราการเต้นของหัวใจของคุณในเวลาจริงเมื่อคุณเริ่มออกกำลังกายในแอป Huawei Health

การตรวจสอบอัตราการเต้นของหัวใจอย่างต่อเนื่อง

เมื่อคุณเชื่อมต่อสายรัดข้อมือกับโทรศัพท์โดยใช้แอป Huawei Health คุณสามารถเปิดใช้งาน **การตรวจวัดอัตราการเต้นของหัวใจอย่างต่อเนื่อง** ในแอปได้ ฟิเจอร์นี้ปิดใช้งานอยู่โดยค่าเริ่มต้น

ความถี่ของการวัด

- 1 จะมีการวัดอัตราการเต้นของหัวใจขณะพักทุก 10 นาทีเมื่อตรวจพบว่าคุณไม่ได้เคลื่อนไหวอยู่จริงๆ (เช่น การนั่ง)
- 2 จะมีการวัดอัตราการเต้นของหัวใจทุก 10 นาทีในระหว่างกิจกรรมที่มีความเข้มข้นปานกลาง (เช่น เมื่อคุณกำลังเดิน)
- 3 จะมีการวัดอัตราการเต้นของหัวใจทุกวินาทีในระหว่างกิจกรรมที่มีความเข้มข้นสูง (เช่น เมื่อคุณกำลังวิ่ง) โดยจะใช้เวลาประมาณ 6 ถึง 10 วินาทีเพื่อวัดและแสดงค่าอัตราการเต้นของหัวใจครั้งแรก ซึ่งความล่าช้าในครั้งแรกนี้แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

การวัดอัตราการเต้นของหัวใจขณะพัก

อัตราการเต้นของหัวใจขณะพักคือตัวชี้วัดทั่วไปของสุขภาพหัวใจ และหมายถึงอัตราการเต้นของหัวใจที่วัดในสถานะที่นิ่งสงบ ไม่เคลื่อนไหว และไม่หลับ

เพื่อให้สายรัดข้อมือของคุณตรวจสอบอัตราการเต้นของหัวใจขณะพักของคุณอยู่เสมอ ให้เปิดใช้งาน **การตรวจวัดอัตราการเต้นของหัวใจอย่างต่อเนื่อง** ในแอป Huawei Health

- i • หากคุณปิดใช้งาน **การตรวจวัดอัตราการเต้นของหัวใจอย่างต่อเนื่อง** ข้อมูลอัตราการเต้นของหัวใจในแอปจะไม่สามารถรับการอัปเดตได้
- เวลาที่ดีที่สุดในการวัดอัตราการเต้นของหัวใจขณะพักคือหลังจากที่คุณตื่นนอนในตอนเช้าทันที อุปกรณ์ไม่สามารถตรวจพบเวลาที่เหมาะสมที่สุดที่แน่นอนเพื่อตรวจสอบอัตราการเต้นของหัวใจขณะพักของคุณได้ ดังนั้นอัตราการเต้นของหัวใจขณะพักอาจไม่แสดงตลอดเวลาในแอป และอาจแตกต่างกันไปจากค่าจริงเล็กน้อย

ติดตามการนอนหลับ

สายรัดข้อมือของคุณจะรวบรวมข้อมูลการนอนหลับและระบุสถานะการนอนหลับของคุณเมื่อสวมสายรัดข้อมือขณะนอนหลับ และสามารถตรวจพบว่าคุณกำลังหลับและตื่นโดยอัตโนมัติ ไม่ว่าคุณจะอยู่ในสถานะครึ่งหลับครึ่งตื่นหรือหลับลึก คุณสามารถซิงค์และดูข้อมูลการนอนหลับโดยละเอียดได้ในแอป Huawei Health คุณสามารถเปิดใช้งาน **HUAWEI TruSleep™** ในแอป Huawei Health

สายรัดข้อมือใช้เทคโนโลยีการติดตามการนอนหลับ HUAWEI TruSleep™ เพื่อตรวจสอบว่าคุณอยู่ในสถานะหลับลึก ครึ่งหลับครึ่งตื่น ช่วงการหลับแบบ REM (Rapid Eye Movement) หรือตื่นได้อย่างถูกต้อง และให้การประเมินคุณภาพการนอนหลับและคำแนะนำในการปรับปรุงคุณภาพการนอนหลับของคุณ

i การเปิดใช้งาน TruSleep อาจลดอายุการใช้งานแบตเตอรี่ของสายรัดข้อมือเล็กน้อย

การแจ้งเตือนกิจกรรม

เมื่อมีการเปิดใช้งาน **การแจ้งเตือนกิจกรรม** สายรัดข้อมือจะตรวจวัดกิจกรรมของคุณตลอดวันในช่วงที่เพิ่ม (ตั้งค่าไว้ 1 ชั่วโมงตามค่าเริ่มต้น) สายรัดข้อมือของคุณจะสั่นและเปิดหน้าจอเพื่อแจ้งเตือนคุณให้แน่ใจว่าคุณมีสมดุลของกิจกรรมและการพักผ่อนที่ดีตลอดวัน

ปิดใช้งาน **การแจ้งเตือนกิจกรรม** ในแอป Huawei Health ถ้าคุณพบว่าการแจ้งเตือนนั้นรบกวน

- i** • สายรัดข้อมือของคุณจะไม่สั่นเพื่อแจ้งเตือนคุณให้เคลื่อนไหวไปรอบ ๆ ถ้าคุณได้เปิดใช้งาน **ห้ามรบกวน** สำหรับสายรัดข้อมือของคุณในแอป Huawei Health
- สายรัดข้อมือของคุณจะไม่สั่นเมื่อตรวจพบว่าคุณกำลังนอนหลับอยู่
- สายรัดข้อมือของคุณจะส่งการแจ้งเตือนตั้งแต่ 08:00 น. ถึง 12:00 น. และตั้งแต่ 14:00 น. ถึง 20:00 น. เท่านั้น