SAMSUNG

KÄYTTÖOPAS

SM-L340
SM-L345F
SM-L350
SM-L355F
SM-L715F

Finnish. 06/2026. Rev.1.0

www.samsung.com

Sisältö

Aloittaminen

6 Tietoja Galaxy Watch9- / Galaxy Watch Ultra2 -laitteesta

7 Laitteen osat ja toiminnot

7 Kello

12 Langaton laturi

13 Akun lataaminen

13 Langaton lataus

13 Akun lataamista koskevia vihjeitä ja varotoimia

15 Virransäästötilan käyttäminen

16 Kellon pukeminen ranteeseen

16 Hihnan kiinnittäminen ja irrottaminen

17 Kellon asettaminen ranteeseen

18 Hihnaa koskevia vihjeitä ja varotoimia

19 Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten

21 Kellon käynnistäminen ja sammuttaminen

22 Kellon yhdistäminen puhelimeen

22 Galaxy Wearable -sovelluksen asentaminen

22 Kellon yhdistäminen puhelimeen Bluetoothin avulla

24 Etäyhteys

24 Verkkojen käyttäminen

24 Tilien lisääminen kelloosi

25 Näytön hallinta

25 Kosketusreuna

26 Näyttö

27 Näytön kokoonpano

28 Näytön käynnistäminen ja sammuttaminen

29 Näytön vaihtaminen

29 Sovellukset-näyttö

31 Lukitusnäyttö

31 Kello

31 Kellonäyttö

31 Kellotaulun vaihtaminen

33 Always On Display -toiminnon ottaminen käyttöön

34 Vain kello -tilan ottaminen käyttöön

34 Now bar -toiminnon käyttäminen

35 Ilmoitukset

35 Ilmoituspaneeli

35 Saapuvien ilmoitusten tarkasteleminen

36 Sovellusten valitseminen ilmoitusten vastaanottamista varten

36 Pikapaneeli

39 Tekstin kirjoittaminen

Sovellukset ja ominaisuudet

41 Sovellusten asentaminen ja hallinta

42 Viestit

43 Puhelin

43 Esittely

43 Puhelujen soittaminen

45 Toiminnot puhelujen aikana

45 Puhelujen vastaanottaminen

46 Yhteystiedot

47 Samsung Wallet

47 Esittely

47 Samsung Wallet -asetusten määrittäminen

47 Samsung Pay -palvelun käyttäminen

48 Lippujen käyttäminen

49 Samsung Health

49 Esittely

50 Energiapisteet

50 Päivittäinen aktiviteetti

52 Askeleet

53 Liikunta

62 Viikon harjoitukset

62 Juoksuvalmentaja

63 Päivittäinen kardiokuormitus

64 Uni

66 Lääkkeet

67 Ruoka

68 Kehon koostumus

72 Tunnelman tarkistus

72 Hengitysharjoitukset

72 Mietiskely

73 Kierron seuranta

75 Sydämen kunto

76 Elintoiminnot

77 Syke

79 Stressi

80 Veren happi

82 Vesi

83 Kuulo

84 AGEs-indeksi

86 Vaskulaarinen kuormitus

87 Antioksidantti-indeksi

88 Yhdessä

88 Aset.

89 Samsung Health Monitor

89 Esittely

90 Biometristen tietojen mittaamista koskevat varotoimet

95 Verenpaineen mittaamisen aloittaminen

97 EKG:n mittaamisen aloittaminen

100 Uniapneatoiminnon käyttämisen aloittaminen

101 GPS

102 Musiikki

102 Esittely

102 Musiikin käyttäminen

102 Kelloosi tallennettujen äänitiedostojen hallinta

103 Mediaohjain

103 Esittely

104 Musiikkisoittimen ohjaaminen

104 Videosoittimen ohjaaminen

105 Reminder

105 Kalenteri

106 Bixby

106 Sää

107 Hälytys

108 Maailmankello

108 Ajastin

109 Sekuntikello
109 Galleria
109 Esittely
109 Kelloosi tallennettujen kuvien hallinta
110 Kuvien katseleminen
111 Kellotaulun mukauttaminen
111 Kuvien poistaminen
112 Samsung Find
113 Hätäviestin lähettäminen
113 Esittely
113 Hätäpyynnön esiasetukset
114 Hätäviestin pyytäminen
115 Hätäviestin pyytäminen kaatumisen ja loukkaantumisen jälkeen
116 Sijaintitietojen jakamisen lopettaminen
117 Ääninauhuri
117 Laskin
117 Kompassi
119 Budsien ohjain
119 Kameraohjain
120 Samsung Global Goals
121 SmartThings
121 Syvyys (Galaxy Watch Ultra2)
122 Googlen sovellukset
122 Asetukset
122 Esittely
122 Samsung account
123 Yhteydet
126 Tilat ja rutiinit
128 Äänet ja värinä
128 Ilmoitukset
128 Näyttö
129 Akku
130 Painikkeet ja eleet
131 Health
131 Suojaus ja tietosuoja
132 Sijainti
132 Turvallisuus ja hätätilanteet
132 Tilit ja varmuuskopiointi
133 Google
133 Edistykselliset toiminnot
134 Laitteen ylläpito
134 Sovellukset
135 Yleiset
136 Helppokäyttöisyys
136 Ohjelmistopäivitys
137 Kellon tiedot

Galaxy Wearable -sovellus

138 Esittely
139 Omat kellotaulut
140 Pikapaneeli
140 Laatat
141 Sovellukset-näyttö
141 Kellon asetukset
141 Esittely
141 Etsi kelloni
143 Tilat ja rutiinit
143 Äänet ja värinä
143 Ilmoitukset
143 Näyttö
144 Akku
144 Painikkeet ja eleet
144 Health
144 Wallet

144 Turvallisuus ja hätätilanteet
145 Tilit ja varmuuskopiointi
146 Google
146 Edistykselliset toiminnot
147 Laitteen ylläpito
147 Sovellukset
147 Hallitse sisältöä
148 Liittymätilaukset (matkapuhelinverkkoyhteydellä varustetut mallit)
148 Yleiset
149 Helppokäyttöisyys
149 Ohjelmistopäivitys
149 Kellon tiedot
149 Kauppa

Käyttöön liittyviä huomautuksia

150 Tämän laitteen käyttöä koskevia varotoimia
152 Huomautuksia pakkauksen sisällöstä ja lisävarusteista
153 Laitteen veden- ja pölynpitävyyden ylläpitäminen
156 Ylikuumenemista koskevia varotoimia
156 Kellon puhdistaminen ja hoito
157 Ole varovainen, jos olet allerginen kellossa oleville aineille
157 Tämän tuotteen valmiustilan virrankulutustietojen löytäminen

Liite

158 Vianmääritys
162 Akun irrottaminen

Aloittaminen

Tietoja Galaxy Watch9- / Galaxy Watch Ultra2 -laitteesta

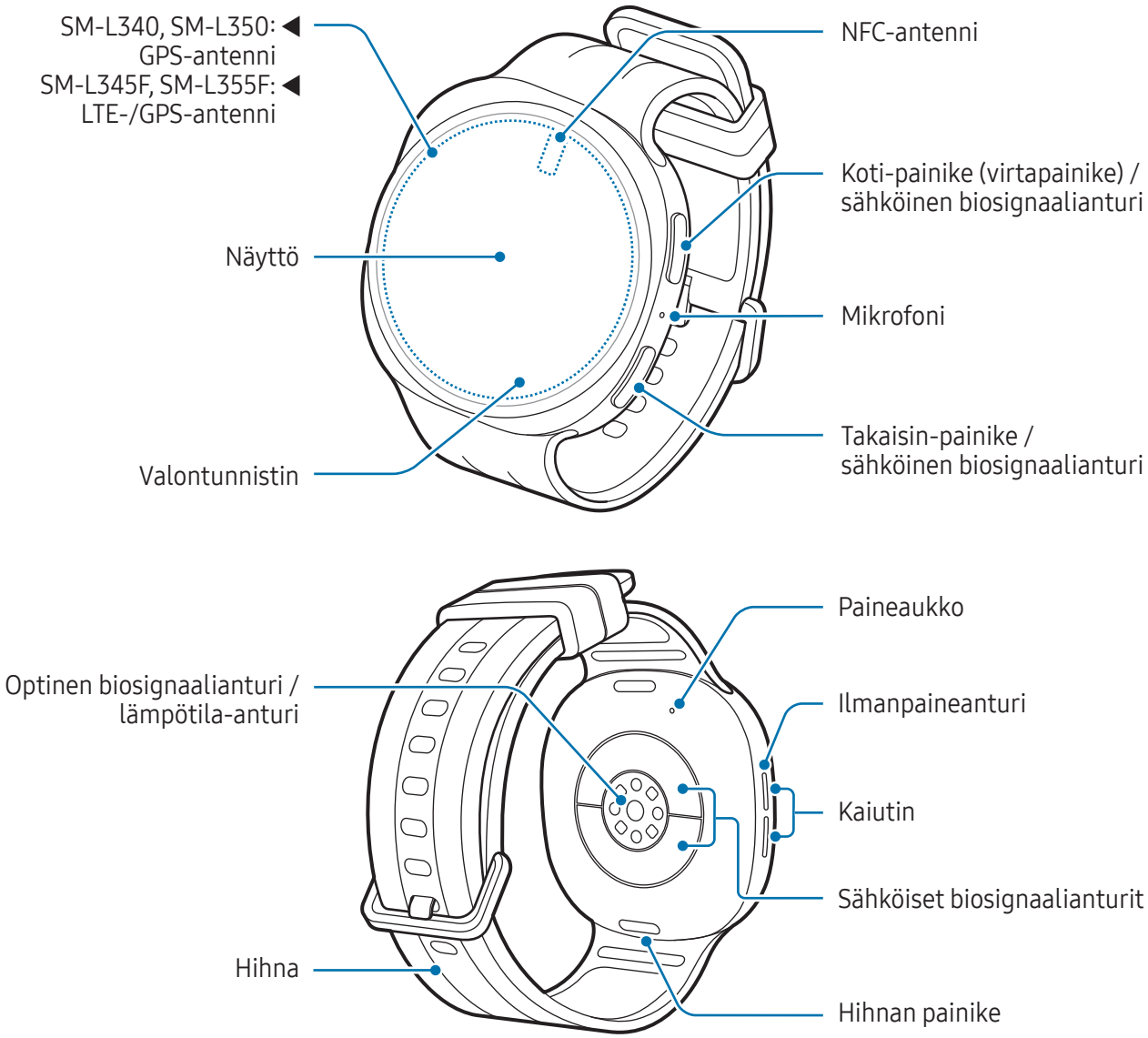
Galaxy Watch9- / Galaxy Watch Ultra2 -laite (kutsutaan tästä eteenpäin kelloksi) on älykello, jonka avulla voit analysoida liikuntasuoritteitasi ja hallita terveystietojasi ja joka mahdollistaa puhelujen soittamisen sekä musiikin toistamisen. Voit selailla eri toimintoja käyttämällä kosketusreunaa ja käynnistää ne napauttamalla näyttöä, ja voit myös vaihtaa kellotaulun haluamaksesi.

Voit käyttää kelloa, kun olet yhdistänyt sen puhelimeesi.

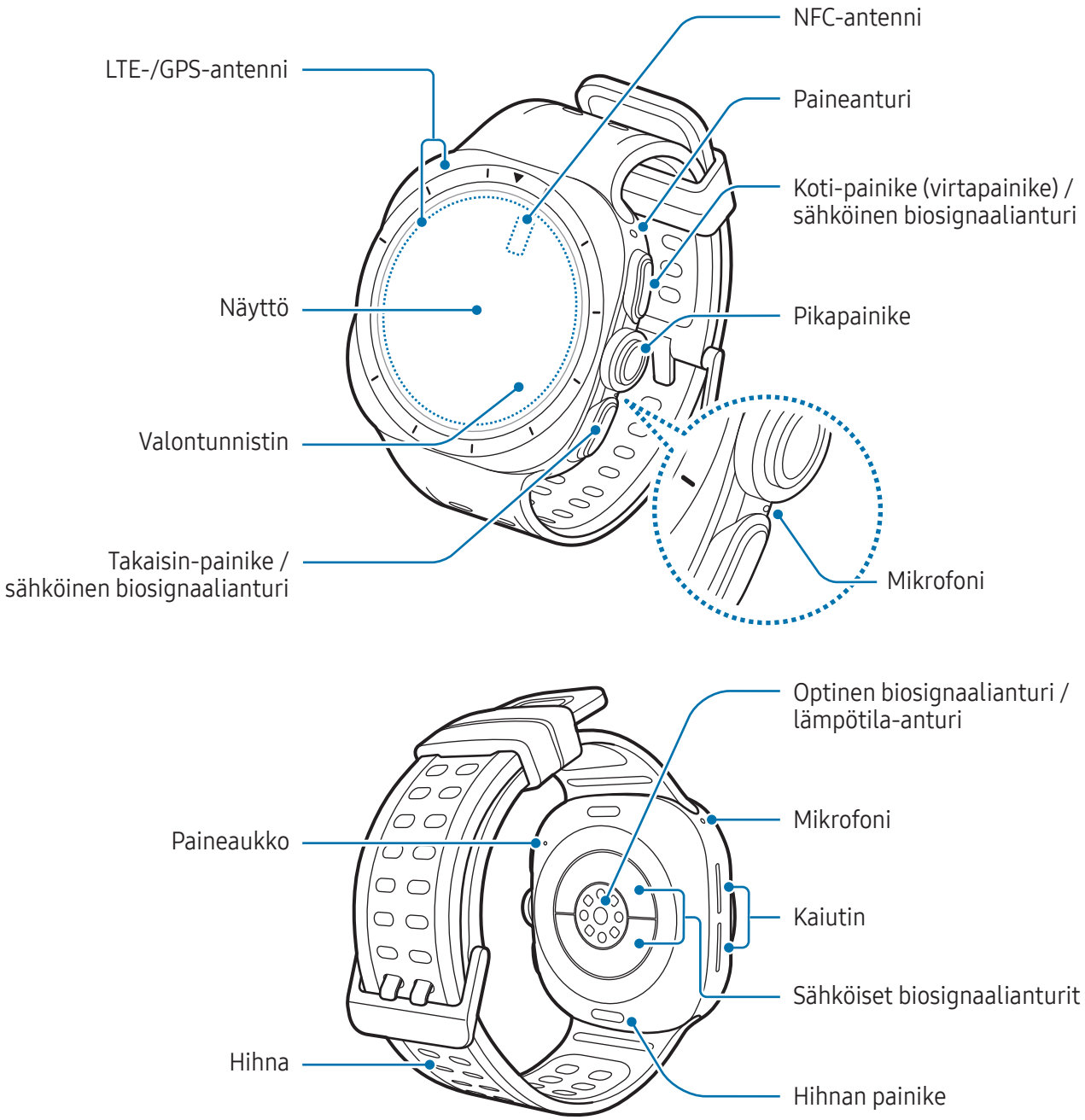
Laitteen osat ja toiminnot

Kello

► Galaxy Watch9:



▶ Galaxy Watch Ultra2:



- Käytä laitetta paikassa, jossa ei ole magneettisia häiriöitä, jotta laite toimii normaalisti.
- Laitteessasi ja joissakin lisävarusteissa (myydään erikseen) on magneetteja. Pidä se poissa luottokorttien, implantoitujen lääkinnällisten laitteiden ja muiden sellaisten laitteiden läheisyydestä, joihin magneetit voivat vaikuttaa. Pidä laitteesi yli 15 cm:n päässä lääkinnällisistä laitteista. Lopeta laitteesi käyttö, jos epäilet, että lääkinnällisessä laitteessasi on häiriöitä, ja ota yhteyttä lääkäriin tai lääkinnällisen laitteen valmistajaan.
- Jos sinulla on lääkinnällinen implantti sydämessäsi, älä aseta laitettasi implantoidun laitteen lähelle, kuten rintakehällesi tai takin sisätaskuun.
- Pidä turvallinen etäisyys magneettien vaikutuspiirissä olevien esineiden sekä laitteesi ja joidenkin magneetteja sisältävien lisävarusteiden (myydään erikseen) välissä. Tässä laitteessa olevat magneetit voivat vahingoittaa tai poistaa käytöstä esineitä, kuten luottokortteja, pankkikirjoja, kulkukortteja, tarkastuskortteja tai pysäköintikortteja.

- Käyttäessäsi kaiuttimia esimerkiksi mediatiedostojen toiston aikana älä sijoita kelloa korviesi lähelle.
- Varmista, että hihna pysyy puhtaana. Epäpuhtaudet, kuten pöly ja väriaineet, voivat jättää hihnaan tahroja, joita ei ehkä voi poistaa kokonaan.
- Älä työnnä teräviä esineitä kellon ulkoisiin aukkoihin. Sisäiset osat ja vedenkestävyys voivat vahingoittua.
- Älä käytä kelloa, jos jokin osa, kuten lasi tai akryylirunko, on rikkoutunut tai vaurioitunut, sillä se voi aiheuttaa vammoja. Käytä laitetta vasta, kun se on korjattu Samsung-huoltokeskuksessa tai valtuutetussa huoltokeskuksessa.
- Jos mikrofoniin tai kaiuttimeen pääsee pölyä tai vieraita aineita, kellon ääni voi hiljetä tai tietyt ominaisuudet eivät ehkä toimi. Jos yrität poistaa pölyn tai vieraat aineet terävällä esineellä, kello voi vahingoittua ja sen ulkonäkö voi muuttua.

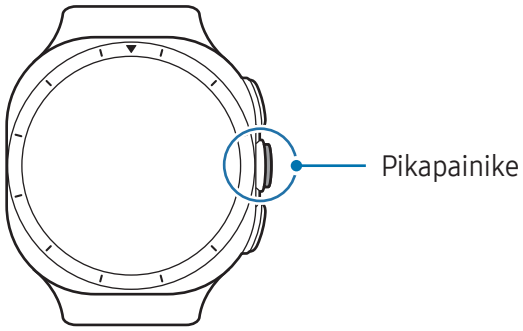
- Yhteysongelmia tai akkuvirran nopeaa kulumista voi ilmetä,
  - jos kiinnität metallisen tarran kellon antennin alueelle
  - jos käytät metallihihnaa
  - jos peität kellon antennialueen käsillä tai joillakin esineillä käyttäessäsi tiettyjä toimintoja, kuten puheluja tai mobiilidatayhteyttä.
- Jos paineaukko peitetään lisävarusteella, kuten tarralla, puhelujen tai median toiston aikana voi kuulua häiriööääniä.
- Älä peitä valontunnistimen aluetta lisävarusteilla, kuten tarroilla tai suojuksella. Muutoin tunnistimeen voi tulla toimintahäiriö.
- Varmista, ettei kellon mikrofoni ole peitettynä, kun puhut siihen.
- Paineaukko varmistaa, että kellon sisäiset osat ja tunnistimet toimivat oikein, kun kelloa käytetään ympäristössä, jossa ilmanpaine vaihtelee.
- Galaxy Watch Ultra2:ssa on kaksoismikrofoni, eli siinä on yhteensä kaksi mikrofonia.
- Tämän käyttöoppaan kuvissa näkyy Galaxy Watch Ultra2 -laite.

Koti-painikkeen tai takaisin-painikkeen käyttäminen

Painike	Toiminto
Koti-painike	• Jos kello on sammutettuna, käynnistä se painamalla jonkin aikaa. • Jos näyttö on sammutettuna, käynnistä näyttö painamalla tätä. • Painamalla kahdesti tai painamalla jonkin aikaa voit avata määrittämäsi sovelluksen tai toiminnon. Kun haluat vaihtaa sovellusta tai toimintoa, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Painikkeet ja eleet** ja valitse sitten haluamasi vaihtoehto kohdassa **Koti-painike**. • Avaa kellonäyttö painamalla, kun jokin muu näyttö on näkyvissä.
Takaisin-painike	• Jos näyttö on sammutettuna, käynnistä näyttö painamalla tätä. • Painamalla voit käynnistää määrittämäsi toiminnon. Kun haluat vaihtaa toimintoa, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Painikkeet ja eleet** ja valitse haluamasi vaihtoehto kohdassa **Takaisin-painike**.
Koti-painike + Takaisin-painike	• Painamalla samanaikaisesti voit tehdä ruudunkaappauksen. • Painamalla samanaikaisesti jonkin aikaa voit sammuttaa kellon.

Pikapainikkeen asetusten määrittäminen ja käyttäminen (Galaxy Watch Ultra2)

Pikapainike on koti- ja takaisin-painikkeiden välissä oleva pyöreä painike, jota painamalla voit käynnistää liikuntaan ja ulkoiluun tarvittavat toiminnot hetkessä.



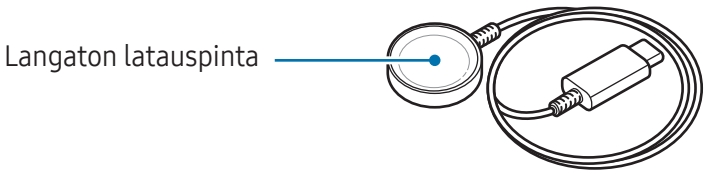
1 Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Painikkeet ja eleet**.

2 Valitse haluamasi toiminto kohdassa **Pikapainike**.

- **Toiminto**: Aseta pikapainike käynnistämään harjoitus tai toiminto. Valitsemasi toiminto määrittää, mitä tapahtuu, kun pikapainiketta painetaan. Jos et halua pikapainikkeen käynnistävän mitään toimintoja, kun painat sitä, valitse **Ei mitään**.
  - **Harjoitukset**: Voit asettaa painikkeen avaamaan harjoitusluettelon tai aloittamaan harjoituksen. Liikunnan aikana voit suorittaa yksityiskohtaisia toimenpiteitä eri harjoituksille painamalla pikapainiketta. Lisätietoja on kohdassa Pikapainikkeen käyttäminen harjoituksen aikana (Galaxy Watch Ultra2).
  - **Ominaisuudet**: Voit käynnistää toimintoja, kuten sekuntikellon avaamisen tai taskulampun ottamisen käyttöön.
- **Toiminnon käynnistystapa**: Voit asettaa pikapainikkeen avaamaan asettamasi harjoituksen tai toiminnon painamalla sitä kerran tai kahdesti.
- **Sireeni**: Aseta pikapainike soittamaan sireeniääni hätätilanteessa, kun sitä painetaan yli viisi sekuntia.

- Jos huomaat usein, että painikkeita painetaan tahattomasti vaatteidesi paksuuden, käsineidesi tai kellon sopivuuden vuoksi, kokeile jotakin seuraavista:
  - Katso kohtaa Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten ja pue kellosi uudelleen ranteeseesi.
  - Pue kello ranteeseesi siten, että painikkeet ovat vastakkaiseen suuntaan. Jos näyttö näkyy käänteisenä, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Yleiset** → **Suunta** ja määritä painikkeen sijainti todellista suuntaa vastaavaksi kohdassa **Painikkeen paikka**.

Langaton laturi



Älä jätä langatonta laturia alttiiksi vedelle, sillä langattomassa laturissa ei ole samaa vedenpitävyyttä kuin kellossa.

Akun lataaminen

Lataa akku, ennen kuin käytät kelloasi ensimmäisen kerran tai kun se on ollut pitkään käyttämättömänä.

Langaton lataus

Aseta kello langattomaan laturiin kohdistamalla kellosi takaosan keskikohta langattoman laturin keskikohtaan.

Lataustilan tarkistaminen

Voit tarkistaa lataustilan näytössä langattoman latauksen aikana. Jos lataustilaa ei näy näytössä, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Näyttö** ja ota **Näytä lataustiedot** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä.

Kello käynnistyy automaattisesti, kun aloitat latauksen, kun se on sammutettuna ja akun varaus on yli 10 %. Jos haluat ladata kellon ja pitää sen sammutettuna, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Akku** ja poista sitten **Aut. virrankytkentä** -kytkin käytöstä napauttamalla sitä. Voit tarkistaa lataustilan näytössä painamalla mitä tahansa painiketta, kun lataat kelloa sen ollessa sammutettuna.

Akun lataamista koskevia vihjeitä ja varotoimia

Käytä ainoastaan Samsungin hyväksymää ja nimenomaan kelloosi suunniteltua laturia ja kaapelia. Yhteensopimaton laturi tai kaapeli voi johtaa vakaviin henkilövahinkoihin tai vahingoittaa laitetta.

- Laturin liittäminen väärin voi vahingoittaa laitetta vakavasti. Takuu ei kata epäasianmukaisen käytön aiheuttamia vaurioita.
- Käytä vain kellon mukana toimitettua langatonta laturia. Kelloa ei voi ladata oikein kolmannen osapuolen langattomalla laturilla.
- Nopea lataus on käytettävissä vain, kun nopeaa latausta tukevaa mallia käytetään laitteelle erityisesti suunnitellun nopean langattoman laturin kanssa.
- Jos lataat kelloa, kun langaton laturi on märkä, laite voi vahingoittua. Kuivaa langaton laturi huolellisesti ennen kellon lataamista.

- Säästä energiaa irrottamalla laturi, kun sitä ei tarvita. Laturissa ei ole virtakytkintä, joten irrota laturi pistorasiasta sähkön säästämiseksi, kun laturia ei tarvita. Laturi on pidettävä lähellä pistorasiaa ja helposti saatavilla latauksen ajan.
- Galaxy Watch Ultra2 ja Galaxy Watch9 eivät tue langatonta virranjakotoimintoa.
- Kellossa on sisäinen langattoman latauksen kela. Voit ladata akun langattoman latausalustan avulla. Kelloa ei kuitenkaan voi joidenkin hihnojen rakenteen vuoksi ladata joillakin langattomilla latausalustoilla, kun hihna on kiinnitetty. Kun haluat ladata kellon langattomalla latausalustalla, irrota ensin hihna kellostasi. Langaton latausalusta myydään lisäksi erikseen. Lisätietoja saatavilla olevista langattomista latausalustoista on Samsungin sivustossa.
- Laturia käytettäessä on suositeltavaa käyttää hyväksyttyä laturia, joka takaa lataustehon.
- Jos kellon ja langattoman laturin välissä on esteitä, kello ei ehkä lataudu oikein. Tarkista ennen lataamista, onko laitteissa hikeä, nestettä tai pölyä.
- Jos akku on täysin tyhjä, kelloa ei voi käynnistää heti, kun langaton laturi liitetään siihen. Anna tyhjän akun latautua muutama minuutti ennen laitteen käynnistämistä.
- Jos käytät useita sovelluksia samanaikaisesti, verkkosovelluksia tai sovelluksia, jotka tarvitsevat yhteyden toiseen laitteeseen, akun varaus kuluu nopeasti. Lataa akku täyteen aina ennen tällaisten sovellusten käyttämistä, jotta vältät virran loppumisen datasiirron aikana.
- Kun langaton laturi kytketään toiseen virtalähteeseen, kuten tietokoneeseen tai monilatauskeskittimeen, kello ei ehkä lataudu oikein tai se saattaa latautua hitaasti tavallista pienemmän sähkövirran takia.
- Kelloa voi käyttää latauksen aikana, mutta akun lataaminen voi olla hidasta.
- Jos kellon virransyöttö on epävakaata, kun laitetta käytetään ja ladataan samanaikaisesti, näyttö ei ehkä toimi. Jos näin käy, irrota kello langattomasta laturista.

- Kello voi kuumentua latauksen aikana. Tämä on normaalia, eikä sen pitäisi vaikuttaa kellon käyttöikään eikä suorituskykyyn. Ennen kuin puet kellon ranteeseesi, anna sen jäähtyä jonkin aikaa, ennen kuin käytät sitä. Jos akku kuumenee tavallista voimakkaammin, laturi voi lopettaa lataamisen.
- Jos kello ei lataudu asianmukaisesti, vie kello sekä langaton laturi Samsung-huoltokeskukseen tai valtuutettuun huoltokeskukseen.
- Älä käytä taittunutta tai vahingoittunutta langattoman laturin johtoa. Jos langattoman laturin johto on vahingoittunut, lopeta sen käyttäminen.

Virransäästötilan käyttäminen

Voit pidentää akun käyttöaikaa ottamalla virransäästötilan käyttöön.

Avaa pikapaneeli vetämällä alaspäin näytön yläreunasta ja ota toiminto käyttöön napauttamalla Virransäästö-kuvaketta ( ). Voit myös napauttaa Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Akku** ja ottaa **Virransäästö**-kytkimen käyttöön napauttamalla sitä.

Virransäästötila otetaan käyttöön ja joitakin toimintoja voidaan rajoittaa.

Jos akkuvirta laskee tietyn tason alapuolelle, näkyviin tulee virransäästönäyttö. Ota virransäästötila käyttöön napauttamalla **Ota käytt.** Tällöin virransäästötila poistetaan käytöstä automaattisesti, kun kellon akun varaustaso on yli 15 %. Jos otat virransäästötilan käyttöön Asetukset-valikosta tai pikapaneelista, virransäästötilaa ei kuitenkaan poisteta käytöstä automaattisesti, vaikka kellon akun varaustaso olisi yli 15 %.

Kellon pukeminen ranteeseen

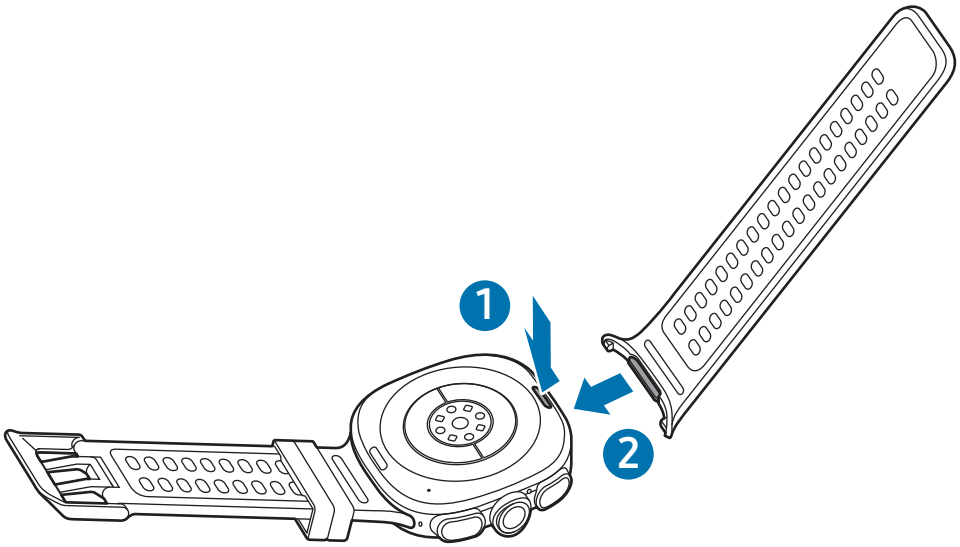
Hihnan kiinnittäminen ja irrottaminen

Kiinnitä hihna ennen kellon käyttämistä. Voit irrottaa hihnan kellosta ja vaihtaa sen uuteen.

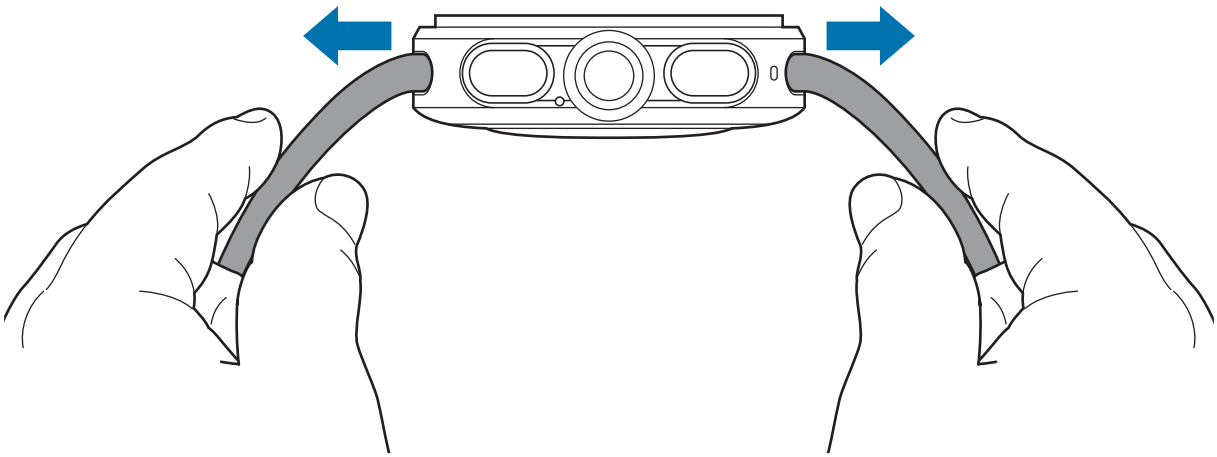
Varo vahingoittamasta sormenkynttäsi, kun kiinnität tai irrotat hihnaa.

- Toimitukseen sisältyvä hihna voi vaihdella alue- tai mallikohtaisesti.
- Toimitukseen sisältyvän hihnan koko voi vaihdella mallin mukaan. Käytä asianmukaista hihnaa, joka sopii laitteesi kokoon.

1 Aseta kellosi taustapuoli ja hihnan sisäpuoli ylöspäin. Kohdista hihna kellon kanssa niin, että ne ovat kohdakkain, ja kiinnitä hihna kelloon painaen samalla hihnan painiketta.



2 Vedä hihnan molemmista puolista varovasti ja varmista, että se on tiukasti kiinni eikä irtoa kellostasi.



Irrota hihna samalla, kun painat hihnan painiketta.

Kellon asettaminen ranteeseen

Aseta kellosi ranteesi ympärille. Sovita hihna ranteeseesi, työnnä tappi säätöreikään ja kiinnitä se sitten sulkemalla solki. Jos hihna on liian tiukalla, käytä reikää, jolla hihna on löysemmällä.

Älä taivuta hihnaa voimakkaasti. Muutoin kello voi vahingoittua.

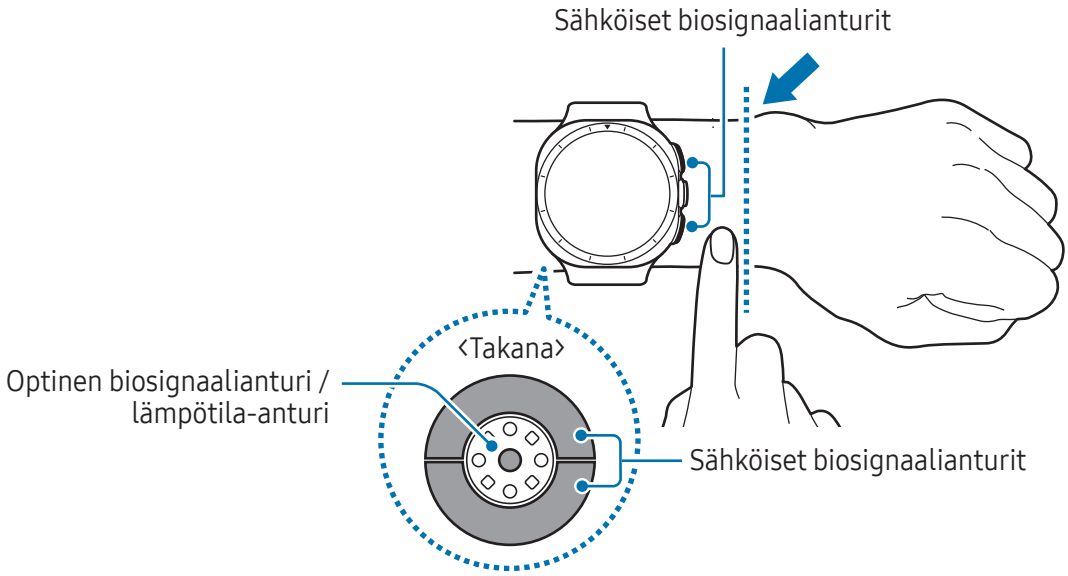
- Voit mitata fyysisen kuntosi tarkasti pukemalla kellon tiukasti käsivarren ympärille ranteen yläpuolelle. Lisätietoja on kohdassa Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten.
- Kun tietyt materiaalit koskettavat kellon takaosaa, kello voi materiaalin mukaan olettaa, että olet pukenut kellon ranteeseesi.
- Jos kellon taustaosan anturit eivät ole rannettasi vasten yli kymmeneen minuuttiin, kello voi olettaa, että et ole pukenut sitä ranteeseesi.

Hihnaa koskevia vihjeitä ja varotoimia

- Jotta mittaus olisi tarkkaa, käytä kelloa siten, että se on sopivan tiukasti ranteessasi. Löysää mittauksen jälkeen hihnaa, jotta ihollesi pääsee ilmaa. On suositeltavaa käyttää kelloa niin, että se ei ole liian löysällä eikä tiukalla ja tuntuu mukavalta normaaliolosuhteissa.
- Kun pidät kelloa päällesi puettuna pitkään tai rasittavan liikunnan aikana, kitka, paine, kosteus tai tietyt muut tekijät voivat aiheuttaa ihoärsytystä. Jos olet käyttänyt kelloa pitkään, poista se ranteestasi joksikin aikaa, jotta ihosi pysyy terveenä ja ranteesi saa levätä.
- Allergia, ympäristötekijät, muut tekijät tai ihon pitkäaikainen altistuminen saippualle tai hielle voivat aiheuttaa ihoärsytystä. Lopeta tällöin kellon käyttäminen heti ja odota oireiden helpottamista kahdesta kolmeen päivää. Jos oireet jatkuvat tai pahenevat, hakeudu lääkärin vastaanotolle.
- Varmista, että ihosi on kuiva, ennen kuin puet kellon päällesi. Jos pidät märkää kelloa päällesi puettuna kauan, se voi vaikuttaa ihoosi.
- Jos pidät kelloa päällesi puettuna vedessä, poista vieraat materiaalit iholtasi ja kellosta ja kuivaa ne huolellisesti, jotta välttäisit ihoärsytyksen.
- Älä käytä vedessä kellon lisäksi mitään lisävarusteita.
- Jos huomaat usein, että painikkeita painetaan tahattomasti vaatteidesi paksuuden, käsineidesi tai kellon sopivuuden vuoksi, kokeile jotakin seuraavista:
  - Katso kohtaa Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten ja pue kellosi uudelleen ranteeseesi.
  - Pue kello ranteeseesi siten, että painikkeet ovat vastakkaiseen suuntaan. Jos näyttö näkyy käänteisenä, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Yleiset** → **Suunta** ja määritä painikkeen sijainti todellista suuntaa vastaavaksi kohdassa **Painikkeen paikka**.

Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten

Kun haluat tarkkoja mittauksia, pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle ja jätä sormen leveyden verran välimatkaa ranteeseesi seuraavan kuvan mukaisesti.



- Jos kiinnität kellon liian tiukalle, voi ilmetä ihoärsytystä, ja jos kiinnität sen liian löysälle, voi ilmetä kitkaa.
- Älä katso suoraan optisen biosignaalianturin valoihin. Varmista, että lapset eivät katso suoraan valoihin. Muutoin näkösi voi vahingoittua.
- Jos kello alkaa tuntua kuumalta kosketettaessa, irrota se ja odota, että se on viilentynyt. Ihon pitkäaikainen altistaminen kellon kuumalle pinnalle voi aiheuttaa lieviä palovammoja.
- Poista kaikki vesi kellosta ja hihnasta ennen kehon koostumuksen ja EKG:n mittaamista.
- Jos optisessa biosignaalianturissa / lämpötila-anturissa on vettä, pölyä tai tahroja, mittaukset voivat olla epätarkkoja.
- Puhdista optinen biosignaalianturi / lämpötila-anturi pehmeällä liinalla tai pumpulipuikolla.

- Käytä sykemittaritoimintoa vain sykkeesi mittaamiseen. Ympäristö, mittausolosuhteet ja käyttäjän fysiologinen tila voivat aiheuttaa sen, että optisen biosignaalianturin tarkkuus on tavallista huonompi.
- Koska ympäristön matala lämpötila voi vaikuttaa mittaukseesi, pidä itsesi lämpimänä, kun tarkistat sykkeesi talvella tai kylmällä säällä.

- Tupakointi tai alkoholin nauttiminen ennen mittaamista voi aiheuttaa sen, että syke poikkeaa normaalista sykkeestäsi.
- Älä liiku, puhu, haukottele tai hengitä syvään sykettä mitatessasi. Muutoin sykkeen mittaus voi olla epätarkkaa.
- Jos sykkeesi on hyvin nopea tai hidas, mittaustulos voi olla epätarkka.
- Lasten sykettä mitattaessa mittaustulos ei ehkä ole tarkka.
- Jos sinulla on ohut ranne ja kello on löysällä, valo voi heijastua epätasaisesti ja aiheuttaa epätarkkoja sykemittauksia. Pidä tällöin kelloa käsivartesi sisäpinnalla.
- Jos sykkeenmittaus ei toimi oikein, siirrä kellon optista biosignaalianturia oikealle, vasemmalle, ylös tai alas ranteessasi tai käytä kelloa käsivartesi sisäpinnalla niin, että anturi koskettaa ihoasi.
- Jos optinen biosignaalianturi ja sähköiset biosignaalianturit ovat likaantuneet, pyyhi anturit puhtaiksi ja yritä uudelleen. Jos vieraat aineet estävät valon tasaisen heijastumisen, mittaustulos ei ehkä ole tarkka.
- Siinä ranteessa, jossa pidät kelloasi, mahdollisesti olevat tatuoinnit, jäljet tai karvat voivat vaikuttaa optiseen biosignaalianturiin. Ne voivat aiheuttaa sen, ettei kello tunnista olevansa ranteessasi, jolloin kellon ominaisuudet eivät ehkä toimi oikein. Käytä siksi kelloa ranteessa, joka ei häiritse kellon toimintoja.
- Mittausominaisuudet eivät ehkä toimi oikein tietyissä tilanteissa, kuten optisen biosignaalianturin valon estyessä ihon kirkkauden, ihonalaisen verenkierron ja anturialueen lian takia.
- Tarkkojen mittaustulosten saamiseksi käytä urheiluhihnaa. Urheiluhihna voidaan mallin mukaan myydä erikseen.
- Tarkkojen mittausten varmistamiseksi ranteesi ja painikkeen sijainnin on vastattava kellon asetuksia. Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Yleiset** → **Suunta** ja tarkista painikkeiden sijainti ja se, miten olet pukenut kellon ranteeseesi.

Kellon käynnistäminen ja sammuttaminen

Noudata kaikkia valtuutetun henkilöstön julkaisemia varoituksia ja ohjeita, kun olet paikassa, jossa langattomien laitteiden käyttöä on rajoitettu, kuten lentokoneessa tai sairaalassa.

Kellon käynnistäminen

Käynnistä kello pitämällä koti-painiketta painettuna muutama sekunti.

Kun käynnistät kellon ensimmäisen kerran tai palautat sen tehdasasetukset, näyttöön tulevat ohjeet opastavat kellon yhdistämisessä puhelimeesi. Lisätietoja on kohdassa Kellon yhdistäminen puhelimeen.

Kellon sammuttaminen

1 Paina koti-painiketta ja takaisin-painiketta jonkin aikaa samanaikaisesti. Voit myös avata pikapaneelin vetämällä alaspäin näytön yläreunasta ja napauttamalla Katkaise virta -kuvaketta ().

2 Napauta Katkaise virta -kuvaketta ().

Jos haluat asettaa kellon sammumaan, kun koti-painiketta painetaan jonkin aikaa, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta () → **Painikkeet ja eleet**, napauta **Pitkä painallus** kohdassa **Koti-painike** ja valitse sitten **Sammutusvalikko**.

Uudelleenkäynnistyksen pakottaminen

Jos kello on jumissa eikä vastaa, käynnistä se uudelleen pitämällä koti-painiketta ja takaisin-painiketta painettuina samanaikaisesti yli seitsemän sekunnin ajan.

Hätäpuhelut ja lääkinnälliset tiedot

Voit soittaa hätäpuhelun tai tarkistaa tallentamasi lääkinnälliset tiedot.

1 Paina koti-painiketta ja takaisin-painiketta jonkin aikaa samanaikaisesti. Voit myös avata pikapaneelin vetämällä alaspäin näytön yläreunasta ja napauttamalla Katkaise virta -kuvaketta ( ).

2 Napauta **Hätäpuhelu** tai **Terveystiedot**.

Kun haluat hallita lääkinnällisiä tietojasi ja hätäyhteyshenkilöitäsi, avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi ja napauta Kellon asetukset -kuvaketta ( ) → **Turvallisuus ja hätätilanteet**.

Kellon yhdistäminen puhelimeen

Galaxy Wearable -sovelluksen asentaminen

Kun haluat yhdistää kellosi puhelimeen, asenna Galaxy Wearable -sovellus puhelimeen.

Puhelimesi mukaan voit ladata Galaxy Wearable -sovelluksen seuraavista paikoista:

- Samsungin Android-puhelimet: **Galaxy Store**
- Muut Android-puhelimet: **Play Kauppa**

- Se on yhteensopiva Googlen mobiilipalveluja tukevien Android-puhelimien kanssa.
- Galaxy Wearable -sovellusta ei voi asentaa puhelimiin, jotka eivät tue synkronointia kellon kanssa. Varmista, että puhelimesi on yhteensopiva kellon kanssa.
- Et voi yhdistää kelloasi tablet-laitteeseen tai tietokoneeseen.

Kellon yhdistäminen puhelimeen Bluetoothin avulla

1 Käynnistä kello.

2 Valitse käytettävä kieli ja napauta OK-kuvaketta ( ).

3 Valitse maa tai alue ja napauta **Käynn. uud.**
Kello sammuu ja käynnistyy uudelleen, ja sitten näyttöön tulevat ohjeet kellon yhdistämisestä puhelimeesi.

4 Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi.
Jos Galaxy Wearable -sovelluksen versio ei ole uusin, päivitä Galaxy Wearable -sovellus uusimpaan versioon.

5 Napauta **Aloita**.

6 Vertaa puhelimessa ja kellossasi näkyviä numeroita. Jos ne ovat samat, napauta **Vahvista**.

7 Muodosta yhteys noudattamalla näyttöön tulevia ohjeita.
Kun yhteys on muodostettu, napauta **Aloita** ja noudata näytön ohjeita, niin saat tietoja kellon perustoiminnoista.

- Alkuasetusnäyttö voi olla erilainen eri alueilla.
- Alueen, mallin, puhelimen ja ohjelmistoversion mukaan voi olla, että yhdistämistapa poikkeaa tässä esitetystä.
- Kello on tavallisia puhelimia pienempi, joten verkkoyhteyden laatu voi olla huonompi kuin tavallisissa mobiililaitteissa etenkin alueilla, joilla signaali on heikko tai vastaanotto-olosuhteet ovat huonot. Kun Bluetooth-yhteyttä ei ole käytettävissä, matkapuhelinverkko- tai Internet-yhteys voi olla huono tai se voi katketa.
- Kun yhdistät kellosi puhelimeen ensimmäisen kerran tai sen tehdasasetusten palauttamisen jälkeen, kellon akku voi kulua tavallista nopeammin yhteystietojen ja muiden tietojen synkronoinnin aikana.
- Tuetut puhelimet ja ominaisuudet voivat vaihdella alueen, operaattorin tai laitteen valmistajan mukaan.
- Jos et voi muodostaa Bluetooth-yhteyttä kellon ja puhelimen välille, kellonäytön yläreunassa näkyy Yhteys puhelimeen katkaistu -kuvake ( ).

Kellon yhdistäminen uuteen puhelimeen

Voit yhdistää kellosi uuteen puhelimeen, joka käyttää samaa Google-tiliä kuin edellinen puhelimesi, palauttamatta kellon tietoja tehdasasetuksiin.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Yleiset** → **Siirrä kello uuteen puhelimeen** → OK-kuvake ( ).

2 Avaa **Wearable**-sovellus uudessa puhelimessasi ja muodosta yhteys kelloosi.

Jos haluat yhdistää kellosi uuteen puhelimeen kellon tehdasasetusten palauttamisen jälkeen, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) ja napauta **Yleiset** → **Nollaa**.

Etäyhteys

Kellosi ja puhelimesi yhdistetään Bluetoothin avulla. Voit synkronoida puhelimesi kellon kanssa, kun molemmat laitteet ovat etäyhteydessä toisiinsa, vaikka Bluetooth-yhteyttä ei olisi käytettävissä. Etäyhteys käyttää matkapuhelinverkkoa tai Wi-Fi-yhteyttä.

Jos tämä toiminto ei ole käytössä, avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi, napauta Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Edistykselliset toiminnot** → **Etäyhteys** ja ota sitten kytkin käyttöön napauttamalla sitä.

Verkkojen käyttäminen

Voit käyttää verkkoja, kuten Wi-Fi-, Bluetooth-, NFC- tai matkapuhelinverkkoa.

Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Yhteydet**, napauta haluamaasi verkkoa ja ota sitten kytkin käyttöön napauttamalla sitä. Kun et käytä verkkoa, poista kytkin käytöstä napauttamalla sitä.

Voit määrittää matkapuhelinverkon asetukset napauttamalla **Matkap.verkot** ja napauttamalla **Automaattinen**, **Aina käytössä** tai **Liittymätilaukset**. Jos et käytä verkkoa, napauta **Aina poistettu käytöstä**.

Joidenkin ominaisuuksien käyttömahdollisuus määräytyy mallin mukaan.

Tilien lisääminen kelloosi

Rekisteröi Samsung- tai Google-tilisi yhdistettyyn puhelimeesi ja lisää ne kelloosi, jotta voit käyttää kellon eri toimintoja.

Samsung-tilin rekisteröiminen kelloosi

Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi, napauta Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Tilit ja varmuuskopiointi** → **Samsung account**.

Google-tilin lisääminen kelloosi

Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi, napauta Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Tilit ja varmuuskopiointi** → **Google-tili** → **Lisää Google-tili** ja kopioi Google-tili älypuhelimesta kelloosi noudattamalla näytön ohjeita.

Näytön hallinta

Kosketusreuna

Kellosi näytön ympärillä on kosketusreuna. Voit ohjata kellon eri toimintoja pyyhkäisemällä kosketusreunaa myötä- tai vastapäivään.

Galaxy Watch9

Galaxy Watch Ultra2

- **Näyttöjen selaaminen**: Siirry muihin näyttöihin pyyhkäisemällä kosketusreunaa.
- **Siirtyminen kohteesta toiseen**: Siirry kohteesta toiseen pyyhkäisemällä kosketusreunaa.
- **Syöttöarvon säätäminen**: Säädä äänenvoimakkuutta tai kirkkautta pyyhkäisemällä kosketusreunaa. Kun säädät kirkkautta, voit lisätä näytön kirkkautta pyyhkäisemällä kosketusreunaa myötäpäivään.
- **Puhelimen tai hälytystoiminnon käyttäminen**: Vastaa saapuviin puheluihin tai hylkää hälytykset pyyhkäisemällä kosketusreunaa myötäpäivään. Voit hylätä saapuvat puhelut tai ottaa käyttöön hälytyksen torkkutoiminnon pyyhkäisemällä kosketusreunaa vastapäivään.

Jos kosketusreuna ei toimi, vie kello Samsung-huoltokeskukseen tai valtuutettuun huoltokeskukseen purkamatta sitä.

Näyttö

- Napauttaminen: Napauta näyttöä.
- Koskettaminen jonkin aikaa: Kosketa näyttöä noin kaksi sekuntia.
- Vetäminen: Kosketa kohdetta jonkin aikaa ja vedä se kohdepaikkaan.
- Kaksoisnapauttaminen: Kaksoisnapauta näyttöä.
- Pyyhkäiseminen: Pyyhkäise ylöspäin, alaspäin, vasemmalle tai oikealle.
- Levittäminen ja nipistäminen: Levitä näytössä kahta sormea kauemmas toisistaan tai nipistä niitä yhteen.

- Älä päästä näyttöä kosketuksiin muiden sähkölaitteiden kanssa. Staattisen sähkön purkaukset voivat aiheuttaa näyttöön toimintavirheitä.
- Älä napauta näyttöä millään terävällä esineellä äläkä paina sitä voimakkaasti sormella tai millään esineillä, jotta näyttö ei vahingoitu.
- Liikkumattomien kuvien käyttämistä näytön osissa tai koko näytössä pitkiä aikoja kerrallaan ei suositella. Muutoin kuvaan voi tulla jälkikuvia (kuvan ”palamista” näyttöön) tai haamukuvia.

- Kello ei ehkä tunnista kosketussyötteitä lähellä näytön reunoja, jotka ovat kosketussyöttöalueen ulkopuolella.
- Kosketuksen tunnistus ei ehkä ole käytettävissä, kun Vesilukko-tila on käytössä.

Näytön kokoonpano

Kellonäyttö on alkunäytön aloitustila, johon kuuluu useita sivuja.

Voit tarkastella laattoja tai avata ilmoituspaneelin pyyhkäisemällä näyttöä vasemmalle tai oikealle tai käyttämällä kosketusreunaa.

Käytettävissä olevat paneelit ja laatat sekä niiden järjestys voivat vaihdella ohjelmistoversion mukaan.

Laattojen hallinta

Voit lisätä pienoisohjelmia laattoihin, jolloin voit käyttää haluamiasi toimintoja helposti.

Napauta **Lisää laattoja** ja valitse pienoisohjelmat, jotka haluat lisätä.

Kun kosketat laattaa jonkin aikaa, kello siirtyy muokkaustilaan ja voit muuttaa laattojen järjestystä tai poistaa laattoja.

- **Laatan siirtäminen**: Kosketa laattaa jonkin aikaa ja vedä se haluamaasi paikkaan.
- **Laatan poistaminen**: Poista laatta napauttamalla Poista-kuvaketta (⊖) sen kohdalla.

Voit siirtyä muokkaustilaan koskettamalla laattaa jonkin aikaa ja napauttamalla **Muokkaa**, minkä jälkeen voit muuttaa pienoisohjelman paikkaa tai lisätä tai poistaa pienoisohjelman.

- **Pienoisohjelman siirtäminen**: Kosketa pienoisohjelmaa jonkin aikaa ja vedä se haluamaasi paikkaan.
- **Pienoisohjelman lisääminen tai poistaminen**: Napauta Lisää-kuvaketta (⊕) ja napauta lisättävää pienoisohjelmaa. Voit poistaa pienoisohjelman napauttamalla Poista-kuvaketta (⊖) poistettavan pienoisohjelman kohdalla.

Näytön käynnistäminen ja sammuttaminen

Näytön käynnistäminen

Käynnistä näyttö jollakin seuraavista tavoista:

- **Käynnistä näyttö näppäimillä**: Paina koti-painiketta tai takaisin-painiketta.
- **Käynnistä näyttö nostamalla rannettasi**: Nosta sitä rannettasi, johon kello on puettu. Jos näyttö ei käynnisty ranteen nostamisen jälkeen, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (), napauta **Näyttö** ja ota sitten **Herätä nostamalla rannetta** -kytkin **Näytön aktivointi** -kohdassa käyttöön napauttamalla sitä.
- **Käynnistä näyttö napauttamalla näyttöä**: Napauta näyttöä. Jos näyttö ei käynnisty napautettuasi näyttöä, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (), napauta **Näyttö** ja ota sitten **Herätä koskett. näyttöä** -kytkin **Näytön aktivointi** -kohdassa käyttöön napauttamalla sitä.

Näytön sammuttaminen

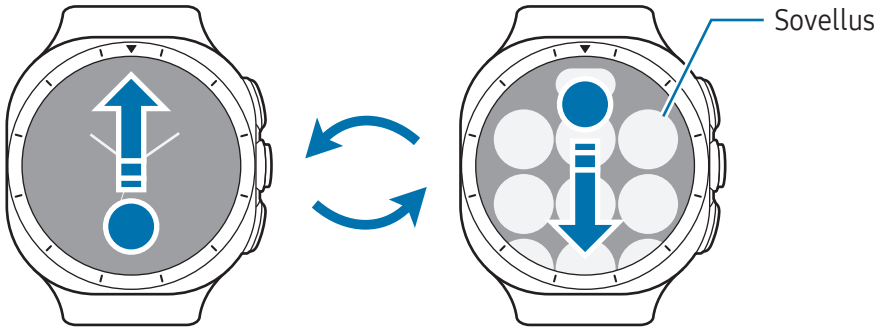
Voit sammuttaa näytön peittämällä näytön kämmenellä tai toisella kehosi osalla.

Näytön vaihtaminen

Siirtyminen kellonäytöstä Sovellukset-näyttöön ja päinvastoin

Avaa Sovellukset-näyttö pyyhkäisemällä kellonäytössä ylöspäin.

Palaa kellonäyttöön pyyhkäisemällä Sovellukset-näytössä yläreunasta alaspäin. Voit myös painaa koti-painiketta tai takaisin-painiketta.



Kellonäyttö Sovellukset-näyttö

Palaaminen edelliseen näyttöön

Voit palata edelliseen näyttöön pyyhkäisemällä näytössä oikealle tai painamalla takaisin-painiketta.

Sovellukset-näyttö

Sovellukset-näytössä näkyvät kaikkien niiden sovellusten kuvakkeet, jotka on asennettu kelloon.

Käytettävissä olevat sovellukset voivat vaihdella ohjelmistoversion mukaan.

Sovellusten avaaminen

Avaa sovellus napauttamalla sovelluksen kuvaketta Sovellukset-näytössä.

Voit avata sovelluksen viimeksi käytettyjen sovellusten luettelosta napauttamalla Sovellukset-näytössä Viimeksi käytetyt sovellukset -kuvaketta ( ).

Sovellusten sulkeminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Viimeksi käytetyt sovellukset -kuvaketta ( ).

2 Siirry suljettavan sovelluksen kohdalle käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä vasemmalle tai oikealle.

3 Sulje sovellus pyyhkäisemällä sen kohdalla ylöspäin.

Voit sulkea kaikki avatut sovellukset napauttamalla **Sulje kaikki**.

Sovellukset-näytön muokkaaminen

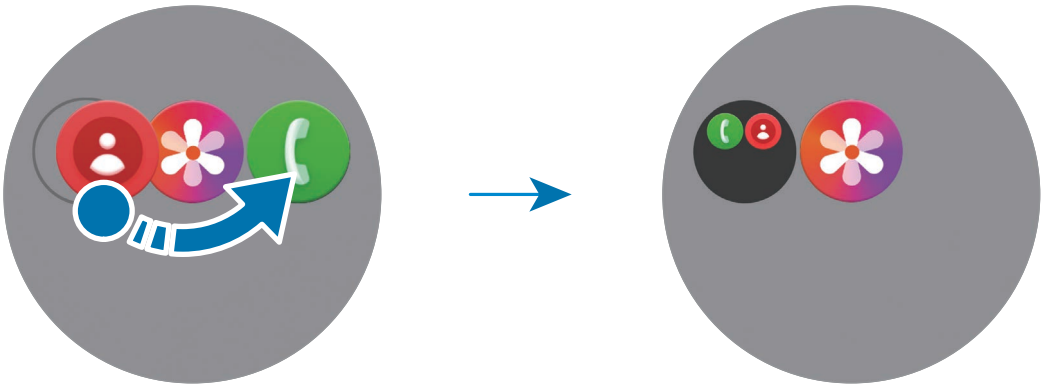
Kohteiden siirtäminen

Vedä kohde uuteen paikkaan.

Kansioiden luominen

Vedä sovellus toisen sovelluksen päälle.

Valitut sovellukset sisältävä uusi kansio luodaan. Napauta **Kansion nimi** ja anna kansion nimi.



Sovellukset-näytön näkymän asetusten määrittäminen

Voit valita vaihtoehdon, jolla sovellukset näytetään Sovellukset-näytössä ruudukko- tai luettelonäkymässä. Napauta Sovellukset-näytön alareunassa **Aseta näkymä** ja valitse haluamasi vaihtoehto kohdassa **Näkymä**.

Jos otat käyttöön **Näytä esiteltävät sovellukset käytön mukaan** -kytkimen napauttamalla sitä, saat Sovellukset-näytön yläreunaan suositeltuja sovelluksia sen mukaan, miten käytät kelloa.

Lukitusnäyttö

Näytön lukitustoiminnon avulla voit suojata tietosi, kuten kelloon tallennetut henkilökohtaiset tietosi. Kun tämä toiminto on otettu käyttöön, kello edellyttää lukituksen avaamista aina, kun sitä käytetään. Jos avaat lukituksen kerran kellon ollessa puettuna ranteeseesi, laite pysyy kuitenkin lukitsemattomana.

Näytön lukituksen määrittäminen

Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Suojaus ja tietosuoja** → **Lukitustapa** ja valitse lukitustapa.

- **Kuvio**: Avaa näytön lukitus piirtämällä vähintään neljä pistettä sisältävä kuvio.
- **PIN-koodi**: Avaa näytön lukitus antamalla numeroita sisältävä PIN-koodi.

Kello

Kellonäyttö

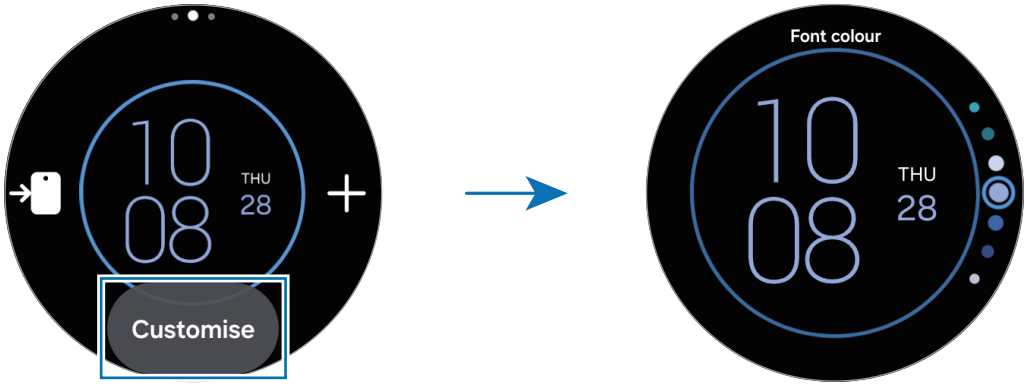
Voit näyttää nykyisen kellonajan tai tarkastella muita tietoja. Kun kellonäyttö ei ole näkyvissä, voit palata kellonäyttöön painamalla koti-painiketta.

Kellotaulun vaihtaminen

1 Kosketa kellonäyttöä jonkin aikaa ja napauta **Lisää kellotaulu**.

2 Käytä kosketusreunaa tai pyyhkäise näytössä ylös- tai alaspäin ja valitse sitten kellotaulu.
Jos napautat **Lisää kellotauluja Google Playssa**, voit ladata lisää kellotauluja.

3 Napauta **Mukauta**, jos haluat mukauttaa kellotaulua. Siirry muokattavaan kohteeseen pyyhkäisemällä näytössä vasemmalle tai oikealle, ja valitse sitten haluamasi väri ja muut kohteet käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä. Määritä lisäasetukset napauttamalla jokaista haluamaasi asetusaluetta.



Voit vaihtaa kellotaulun ja mukauttaa sitä myös puhelimestasi. Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi ja napauta **Omat kellotaulut**.

Heikon valaistuksen tilan ottaminen käyttöön

Kun otat Heikon valaistuksen tila kellotauluissa -asetuksen käyttöön, kellotaulujen kirkkautta ja värejä säädetään niin, että kellotaulu näkyy paremmin yöllä tai heikossa valaistuksessa ja vähentää silmien rasitusta.

Kosketa kellonäyttöä jonkin aikaa, napauta **Mukauta**, siirry **Heikon valaistuksen tila** -kohtaan pyyhkäisemällä näytössä vasemmalle tai oikealle ja aseta sitten Heikon valaistuksen tilaksi **Autom.** tai **Käyt.** napauttamalla näyttöä.

Heikon valaistuksen tilan tuki voi vaihdella kellotaulun mukaan.

Kellotaulun mukauttaminen kuvan avulla

Voit käyttää kuvaa kellotaulunasi, kun olet tuonut kuvan puhelimestasi. Lisätietoja kuvien tuomisesta puhelimesta on kohdassa Kelloosi tallennettujen kuvien hallinta.

1 Kosketa kellonäyttöä jonkin aikaa ja napauta **Lisää kellotaulu**.

2 Valitse **Valokuvat**-kohdassa **Valokuvat** tai **Valokuvatarra**.

3 Napauta **Mukauta**.

4 Siirry **Tausta**- tai **Valokuva**-kohtaan pyyhkäisemällä näytössä vasemmalle tai oikealle.

5 Napauta näyttöä, valitse kellotauluna käytettävä kuva ja napauta sitten **OK**.
Voit lähentää tai loitontaa kuvaa kaksoisnapauttamalla kuvaa, levittämällä kahta sormea erilleen tai nipistämällä kuvassa. Kun kuva on lähennettynä, voit tuoda kuvasta haluamasi osan näkyviin pyyhkäisemällä näyttöä.

Voit valita useita kuvia samanaikaisesti napauttamalla kuvaa jonkin aikaa, valitsemalla kuvia käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä vasemmalle tai oikealle ja napauttamalla sitten Valmis-kuvaketta ( ). Voit lisätä uusia kuvia kuvien valitsemisen jälkeen napauttamalla **Lisää valokuva**.

6 Napauta **OK**.

7 Pyyhkäise näyttöä, jos haluat vaihtaa muita kohteita, kuten lisäasetuksia, ja palaa edelliseen näyttöön.
Kuva tulee kellonäyttöön. Kun valitset kellotaulua varten **Valokuvat** ja lisäät vähintään kaksi kuvaa, lisäämäsi kuvat näkyvät vuorotellen, kun napautat näyttöä.

Always On Display -toiminnon ottaminen käyttöön

Voit asettaa kellonäytön ja joidenkin sovellusten näytön pysymään käynnissä aina kellon käytön aikana. Akku voi kuitenkin kulua tavallista nopeammin tämän toiminnon käytön aikana.

Jos et halua käyttää tätä toimintoa, avaa pikapaneeli vetämällä alaspäin näytön yläreunasta ja napauta Always On Display -kuvaketta ( ). Voit myös napauttaa Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Näyttö** ja poistaa **Always On Display** -kytkimen käytöstä napauttamalla sitä.

Vain kello -tilan ottaminen käyttöön

Vain kello -tilassa näkyvissä on vain aika, eikä mitään muita toimintoja voi käyttää.

Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Akku** → **Vain kello** ja napauta **Ota käytt.**

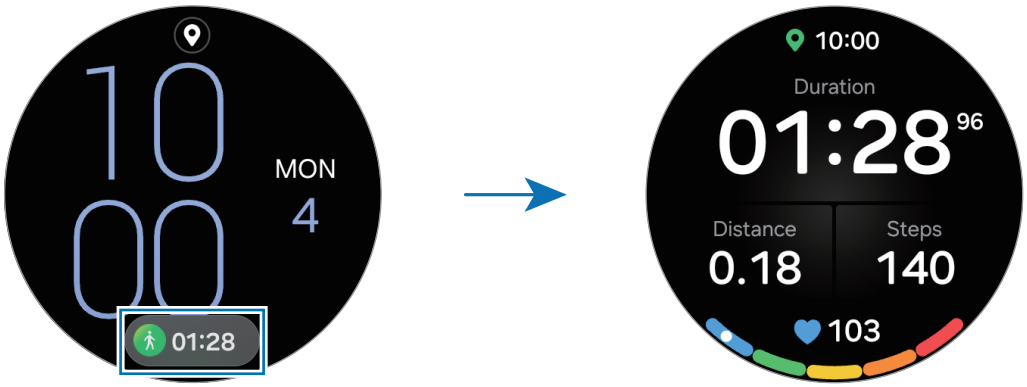
Voit poistaa vain kello -tilan käytöstä painamalla koti-painiketta jonkin aikaa. Voit myös asettaa kellon langattoman laturin päälle ja ladata sen tiettyyn tasoon. Kello sammuu ja käynnistyy sitten uudelleen.

Vain kello -tila tulee automaattisesti käyttöön, kun akun varaus on alle 1 %. Vain kello -tila poistuu käytöstä automaattisesti, kun akku on ladattu tiettyyn tasoon.

Now bar -toiminnon käyttäminen

Jos käytät joitakin toimintoja, kuten tallennat liikunta- tai puhemuistiota, ja avaat kellonäytön painamalla koti-painiketta, kellonäytön alareunaan tulee Now bar -toiminto, joka näyttää käytössä olevan toiminnon.

Napauttamalla Now bar -toimintoa voit palata käyttämäsi toiminnon näyttöön avaamalla sen suoraan.

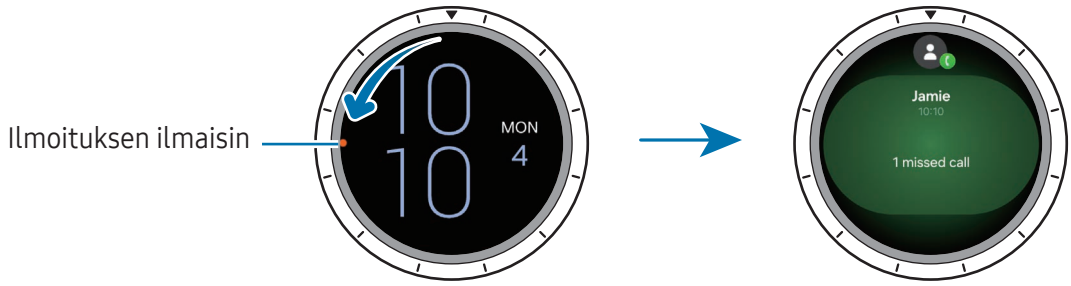


Ilmoitukset

Ilmoituspaneeli

Voit nähdä ilmoituspaneelissa ilmoitukset tapahtumista, kuten uusista viesteistä tai vastaamattomista puheluista. Pyyhkäise kosketusreunaa vastapäivään kellonäytössä. Voit avata ilmoituspaneelin myös pyyhkäisemällä näytössä oikealle.

Jos uusia ilmoituksia on olemassa, kellonäytössä näkyy oranssi ilmoitusilmaisin. Jos ilmoitusilmaisin ei tule näkyviin, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Ilmoitukset** → **Lisäasetukset** ja ota **Uusi ilmoitusten ilmaisin kellotaulussa** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä.



- Voit saada ilmoituksia vain, kun kello on puettuna ranteeseesi.
- Et voi vastaanottaa ilmoituksia kelloosi, kun käytät puhelintasi. Jos haluat tarkastella ilmoituksia kellossasi, vaikka käyttäisit puhelintasi, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ), napauta **Ilmoitukset** → **Puhelimen ilmoitukset kellossa** ja valitse sitten **Näytä aina molemmissa**.

Saapuvien ilmoitusten tarkasteleminen

Kun saat ilmoituksen, ilmoituksen tiedot, kuten sen tyyppi ja sen vastaanottoaika, tulevat näyttöön. Jos saat vähintään kolme ilmoitusta, voit tuoda lisää ilmoituksia näkyviin käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä vasemmalle tai oikealle.

Napauta ilmoitusta, jonka tietoja haluat tarkastella.

Ilmoitusten poistaminen

Pyyhkäise ylöspäin näytössä, kun tarkastelet ilmoitusta.

Sovellusten valitseminen ilmoitusten vastaanottamista varten

Voit valita puhelimen tai kellon sovelluksen, josta haluat vastaanottaa ilmoituksia kelloosi.

1 Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi.

2 Napauta Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Ilmoitukset** → **Sovellusilmoitukset**.

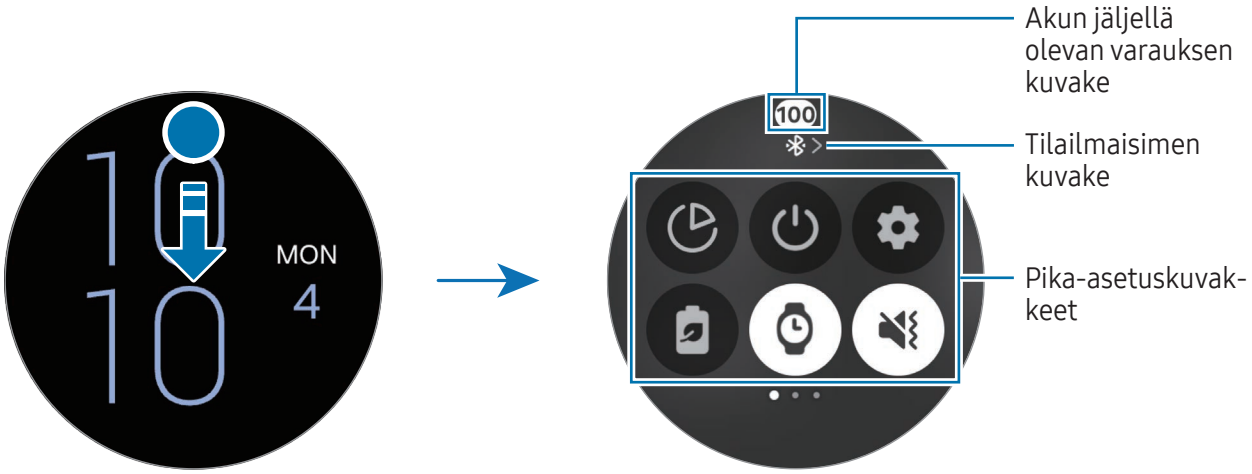
3 Napauta sovellusluettelossa kytkintä niiden sovellusten vieressä, joista haluat vastaanottaa ilmoituksia.

Pikapaneeli

Voit tarkastella kellon nykyistä tilaa ja määrittää asetukset pikapaneelista.

Voit avata pikapaneelin vetämällä alaspäin näytön yläreunasta. Voit sulkea pikapaneelin pyyhkäisemällä ylöspäin näytössä.

Siirry seuraavaan tai edelliseen pikapaneeliin käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä vasemmalle tai oikealle.



Tilailmaisinkuvakkeiden tarkasteleminen

Tilailmaisinkuvakkeet näkyvät pikapaneelin yläreunassa ja ilmaisevat kellon nykyisen tilan. Taulukossa on lueteltu yleisimmät kuvakkeet.

Kuvake	Merkitys
	Bluetooth-yhteys muodostettu
/	Signaalin voimakkuus
4G / LTE	LTE-verkkoyhteys
	Wi-Fi-yhteys muodostettu
	Kello ja puhelin etäyhdistetty
100	Akun varaustaso

- Jotkin tilailmaisinkuvakkeet, jotka ilmaisevat tiettyjä tilanteita, kuten joidenkin tilojen käytön tai kellon lataamisen, näkyvät myös kellonäytön yläreunassa. Voit piilottaa tilailmaisinkuvakkeet kellonäytössä napauttamalla Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (), napauttamalla **Edistykselliset toiminnot** → **Tilan ilmaisimet** ja valitsemalla sitten **Piilota 2 sekunnin kuluttua**.
- Tilailmaisinkuvakkeiden ulkoasu voi vaihdella alueen, operaattorin tai mallin mukaan.

Pika-asetuskuvakkeiden tarkasteleminen

Pika-asetuskuvakkeet näkyvät pikapaneelissa. Voit muuttaa perusasetuksia tai käynnistää toiminnon napauttamalla kuvaketta. Saat näkyviin lisää asetuksia koskettamalla pika-asetuskuvaketta jonkin aikaa.

Lisätietoja pikapaneelin pika-asetuskuvakkeiden lisäämisestä ja poistamisesta on kohdassa Pikapaneelin muokkaaminen.

Kuvake	Merkitys
	Avaa Tila-asetukset
	Virta-asetusten käyttäminen
	Avaa **Asetukset**
	Ota virransäästötila käyttöön

Kuvake	Merkitys
	Always On Display -toiminnon ottaminen käyttöön
	Ota käyttöön ääni, värinä tai äänetön tila
	Ota taskulamppu käyttöön
	Kirkkauden säätäminen
	Ota Älä häiritse -tila käyttöön
	Wi-Fi-verkkoon yhdistäminen
	Oman puhelimen etsintätoiminnon käynnistäminen
	Ota Vesilukko-tila käyttöön
	Ota Lentotila käyttöön
	Yhdistä Bluetooth-ääni
	Avaa Äänenvoimakkuus-asetukset
	Ota GPS-toiminto käyttöön
	Ota NFC-toiminto käyttöön
	Yhdistä matkapuhelinverkkoon (matkapuhelinverkkoyhteydellä varustetut mallit)
	Ota kosketusherkkyystoiminto käyttöön
	Yhdistä Bluetoothiin (matkapuhelinverkkoyhteydellä varustetut mallit)

- Toimintatilat-kuvake ( ) saattaa näkyä eri tavalla toimintatilan mukaan, ja voit poistaa tilan käytöstä napauttamalla kuvaketta, kun tila on käytössä.
- Pika-asetuskuvakkeet voivat näyttää erilaisilta yhdistetyn puhelimen ohjelmistoversion mukaan.

Pikapaneelin muokkaaminen

Siirry muokkaustilaan napauttamalla Muokkaa-kuvaketta (⊕), jos haluat muuttaa pika-asetuskuvakkeiden järjestystä tai lisätä tai poistaa pika-asetuskuvakkeen.

- **Pika-asetuskuvakkeen siirtäminen**: Kosketa pika-asetuskuvaketta jonkin aikaa ja vedä se haluamaasi paikkaan.
- **Pika-asetuskuvakkeen lisääminen**: Napauta Lisää-kuvaketta (⊕) lisättävän pika-asetuskuvakkeen kohdalla.
- **Pika-asetuskuvakkeen poistaminen**: Napauta Poista-kuvaketta (⊖) poistettavan pika-asetuskuvakkeen kohdalla.

Tekstin kirjoittaminen

Näppäimistö tulee näkyviin, kun syötät tekstiä.

- Tekstinsyöttönäytön ulkoasu voi vaihdella avattavan sovelluksen mukaan.
- Tekstin syöttäminen ei ole tuettua joillakin kielillä. Vaihda syöttökieli joksikin tuetuksi kieleksi tekstin syöttämistä varten.

Syöttökielen vaihtaminen

Vedä Syöttötilat ja -asetukset -kuvaketta (—) ylöspäin, napauta Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Syöttökielet** → **Kielten hallinta** ja valitse sitten käytettävät kielet. Jos valitset kaksi kieltä, voit vaihtaa syöttökieltä pyyhkäisemällä välilyöntinäppäimessä vasemmalle tai oikealle. Voit lisätä enintään kaksi kieltä.

Voit määrittää syöttökielet myös napauttamalla Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) ja napauttamalla **Yleiset** → **Samsung-näppäimistö** → **Syöttökielet** → **Kielten hallinta**.

Näppäimistön tyypin vaihtaminen

Vedä Syöttötilat ja -asetukset -kuvaketta (—) ylöspäin, napauta Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Syöttökielet**, valitse kieli ja valitse sitten haluamasi näppäimistötyyppi.

3 x 4 -näppäimistössä samassa näppäimessä on kolme tai neljä merkkiä. Voit kirjoittaa merkin napauttamalla vastaavaa näppäintä toistuvasti, kunnes haluamasi merkki on näkyvissä.

Sovellukset ja ominaisuudet

Sovellusten asentaminen ja hallinta

Osta ja lataa sovelluksia **Play Kauppa** -kaupasta.

- Rekisteröi Google-tili kelloosi, jotta voit käyttää Play Kauppa -sovellusta. Lisätietoja on kohdassa Google-tilin lisääminen kelloosi.
- Kun lataat sovelluksen puhelimeen ja jos kelloa varten on olemassa kumppanisovellus, se voidaan asentaa automaattisesti kelloon.

Sovellusten asennuksen poistaminen tai poistaminen käytöstä

Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi, napauta Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Sovellukset**, napauta sovellusta ja valitse sitten vaihtoehto.

- **Poista as.**: Poista ladattujen sovellusten asennus.
- **Poista käytöstä**: Poista käytöstä valitut oletussovellukset, joiden asennusta ei voi poistaa kellosta.

- Jotkin sovellukset eivät ehkä tue tätä toimintoa.
- Jotkin sovellukset voidaan poistaa koskettamalla sovellusta kellon Sovellukset-näytössä jonkin aikaa ja napauttamalla **Poista asennus**.

Viestit

Voit lukea viestejä ja vastata niihin kellon avulla.

Viestien lähettämisestä tai vastaanottamisesta voidaan veloittaa lisämaksu verkkovierailun aikana.

Androidin Viestit-sovellus saattaa olla käytettävissä alueen mukaan, ja oletusviestisovelluksen asetukset synkronoidaan yhdistetyn puhelimen kanssa.

Viestien tarkistaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Viestit-kuvaketta ().

Voit myös avata ilmoituspaneelin ja tarkastella uutta viestiä.

2 Selaa viestiluetteloa tai käytä kosketusreunaa ja valitse yhteyshenkilö, jonka kanssa käymäsi keskustelut haluat nähdä.

Voit näyttää viestin puhelimessasi napauttamalla **Näytä puhelim.**

Voit vastata viestiin napauttamalla viestin syöttökenttää ja kirjoittamalla viestin.

Viestin lähettäminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Viestit-kuvaketta ().

2 Napauta Uusi viesti -kuvaketta ().

3 Napauta **Vastaanottaja** tai napauta Numero-kuvaketta () ja anna viestin vastaanottaja tai puhelinnumero. Voit myös napauttaa Yhteystiedot-kuvaketta () ja valita viestin vastaanottajan yhteystietoluettelosta.

4 Napauta viestin syöttökenttää, kirjoita viesti tai valitse tekstimalli ja napauta sitten Lähetä teksti -kuvaketta () tai Lähetä-kuvaketta ().

Ääniviestin nauhoittaminen ja lähettäminen

Voit lähettää äänitiedoston sen jälkeen, kun olet nauhoittanut haluamasi viestin.

Napauta viestin syöttönäytössä Ääniviesti-kuvaketta () ja nauhoita viesti, jonka haluat lähettää. Lopeta tallennus napauttamalla Pysäytä-kuvaketta (). Lähetä ääniviesti napauttamalla Lähetä-kuvaketta ().

Viestien poistaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Viestit-kuvaketta ( ).

2 Selaa viestiluetteloa tai käytä kosketusreunaa ja valitse yhteyshenkilö, jonka kanssa käymäsi keskustelut haluat nähdä.

3 Kosketa viestiä jonkin aikaa ja napauta sitten **Poista**.
Viesti poistetaan sekä kellosta että yhdistetystä puhelimesta.

Puhelin

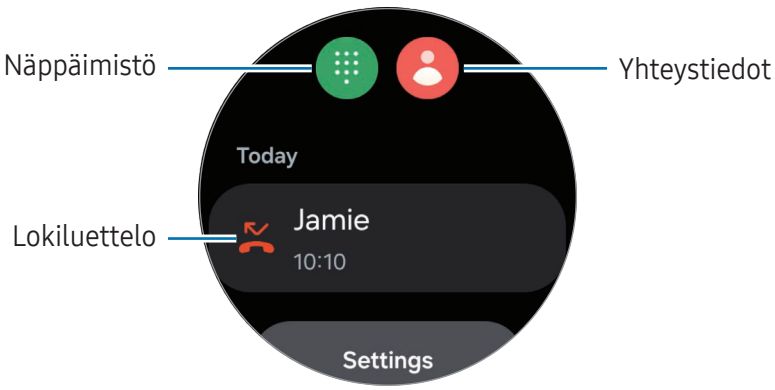
Esittely

Voit soittaa puheluja tai tarkistaa saapuvat puhelut ja vastaanottaa ne.

Ääni ei ehkä kuulu selvästi puhelun aikana, ja vain lyhyet puhelut ovat käytettävissä alueilla, joilla on heikko signaali.

Puhelujen soittaminen

Napauta Sovellukset-näytössä Puhelin-kuvaketta ( ).



Voit soittaa puheluja jollakin seuraavista tavoista:

- Napauta Numeronäppäimistö-kuvaketta (), anna numero numeronäppäimistöllä ja napauta sitten Soita-kuvaketta ().
- Napauta Yhteystiedot-kuvaketta (), käytä kosketusreunaa tai selaa yhteystietoluetteloa, valitse yhteystieto ja napauta sitten Soita-kuvaketta ().
- Käytä kosketusreunaa tai selaa lokiluetteloa, valitse lokimerkintä ja napauta sitten Soita-kuvaketta ().

Puhelujen soittamisessa käytettävän numeron valitseminen (matkapuhelinverkkoyhteydellä varustetut mallit)

Voit valita puheluja soitettaessa käytettäväksi numeroksi kellon numeron tai yhdistetyn puhelimen numeron. Jos kello on yhdistetty puhelimeen, joka tukee kahta SIM-korttia, voit valita myös puheluja soitettaessa käytettävän SIM-kortin.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Puhelin-kuvaketta ().

2 Napauta Näppäimistö-kuvaketta ().

3 Napauta Puhelujen SIM -kuvaketta () ja valitse haluamasi vaihtoehto.
   - **Puhelin**: Soita puhelut yhdistetyn puhelimen numerolla.
   - **SIM 1**: Soita puhelut yhdistetyn puhelimen SIM-kortin 1 numerolla.
   - **SIM 2**: Soita puhelut yhdistetyn puhelimen SIM-kortin 2 numerolla.
   - **Kello**: Soita puhelut kellon numerolla.

- Joidenkin toimintojen käyttömahdollisuus määräytyy yhdistetyn puhelimen mukaan.
- Voit valita käytettävän numeron myös valitsemalla lokimerkinnän ja koskettamalla Soita-kuvaketta () jonkin aikaa.

Ensisijaisen numeron asettaminen etukäteen

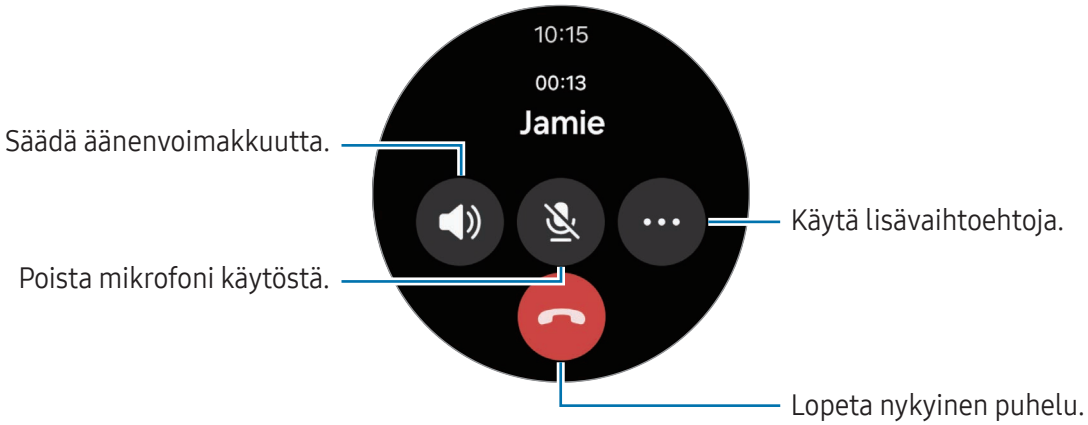
1 Napauta Sovellukset-näytössä Puhelin-kuvaketta ().

2 Napauta **Asetukset**.

3 Napauta **Ensisijainen numero** ja valitse haluamasi asetus.
   - **Puhelin**: Aseta puhelut soitettaviksi yhdistetyn puhelimen numerolla.
   - **Kello**: Aseta puhelut soitettaviksi kellon numerolla.
   - **Kysy aina**: Aseta laite kysymään aina, mitä numeroa soitettaessa käytetään.

Toiminnot puhelujen aikana

Seuraavat toiminnot ovat käytettävissä:



Näytön ulkoasu voi vaihdella mallin mukaan.

Puhelun soittaminen Bluetooth-kuulokemikrofonilla

Kun Bluetooth-kuulokemikrofoni on yhdistetty, puhelu ohjataan siihen.

Jos Bluetooth-kuulokemikrofonia ei ole yhdistetty, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Yhteydet** → **Bluetooth**. Kun käytettävissä olevien Bluetooth-laitteiden luettelo tulee näkyviin, valitse Bluetooth-kuulokemikrofoni, jota haluat käyttää.

Puhelujen vastaanottaminen

Puheluun vastaaminen

Puhelun saapuessa pyyhkäise kosketusreunaa myötäpäivään. Vaihtoehtoisesti voit vetää Vastaa-kuvakkeen (📞) suuren ympyrän ulkopuolelle.

Voit käydä puhelinkeskusteluja kellon sisäisen mikrofonin, kaiuttimen tai yhdistetyn Bluetooth-kuulokemikrofonin avulla.

Puhelun hylkääminen

Voit hylätä saapuvan puhelun ja lähettää soittajalle hylkäysviestin.

Puhelun saapuessa pyyhkäise kosketusreunaa vastapäivään. Vaihtoehtoisesti voit vetää Hylkää-kuvakkeen ( ) suuren ympyrän ulkopuolelle.

Kun haluat lähettää hylkäysviestin, vedä Lähetä pikahylkäysviesti -kuvaketta (—) ylöspäin ja valitse haluamasi viesti.

Vastaamattomat puhelut

Jos puhelu jää vastaamatta, ilmoituspaneeliin tulee ilmoitus vastaamattomasta puhelusta. Voit tarkastella vastaamatta jääneiden puhelujen ilmoituksia ilmoituspaneelissa. Voit tarkistaa vastaamattomat puhelut myös napauttamalla Puhelin-kuvaketta ( ) Sovellukset-näytössä.

Yhteystiedot

Voit soittaa puhelun tai lähettää viestin yhteyshenkilölle. Yhdistettyyn puhelimeesi tallennetut yhteystiedot tallennetaan myös kelloon.

Napauta Sovellukset-näytössä Yhteystiedot-kuvaketta ( ).

Puhelimen suosikkiyhteystietojen luettelo näkyy yhteystietoluettelon alussa.

Usein käytettyjen yhteystietojen valitseminen pienoisohjelmassa

Lisää usein käytetyt yhteystiedot **Yhteystiedot**-pienoisohjelmasta, jos haluat olla yhteydessä kyseisiin henkilöihin suoraan tekstiviestillä tai puhelulla. Kosketa **Yhteystiedot**-pienoisohjelmaa jonkin aikaa, napauta **Muokkaa** → Muokkaa-kuvake ( ), valitse haluamasi yhteystiedot ja napauta sitten **Valmis**.

- Tämän ominaisuuden käyttäminen edellyttää **Yhteystiedot**-pienoisohjelman lisäämistä laattaan. Lisätietoja on kohdassa Laattojen hallinta.
- Kahdesta neljään yhteystietoa voidaan lisätä **Yhteystiedot**-pienoisohjelman tyylin mukaan.

Samsung Wallet

Esittely

Voit käyttää Samsung Wallet -sovelluksen monia käteviä toimintoja. Voit esimerkiksi suorittaa maksun ja tarkistaa liput tai tarkastuskortit.

Lisätietoja esimerkiksi tätä toimintoa tukevista luottokorteista on osoitteessa www.samsung.com/samsung-wallet.

Napauta Sovellukset-näytössä Wallet-kuvaketta ( ) ja valitse haluamasi toiminto.

- Tämän sovelluksen käyttömahdollisuus määräytyy alueen, operaattorin, mallin ja yhdistetyn puhelimen mukaan.
- Joidenkin ominaisuuksien käyttömahdollisuus määräytyy alueen mukaan.

Samsung Wallet -asetusten määrittäminen

Kun käytät tätä sovellusta ensimmäisen kerran tai käynnistät sen uudelleen alkuperäisten tehdasasetusten palauttamisen jälkeen, määritä alkuasetukset noudattamalla näytön ohjeita.

1 Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi.

2 Napauta Kellon asetukset -kuvaketta ( ) → **Wallet** ja noudata näytön ohjeita.

Samsung Pay -palvelun käyttäminen

Kun rekisteröit kortteja Samsung Pay -palveluun, voit suorittaa sekä verkkomaksuja että offline-maksuja.

- Maksaminen Samsung Pay -palvelun avulla saattaa alueen mukaan edellyttää, että laitteesta on yhteys Wi-Fi- tai matkapuhelinverkkoon.
- Tämän toiminnon käyttömahdollisuus määräytyy alueen, operaattorin, mallin ja yhdistetyn puhelimen mukaan.
- Alkuasetusten määrityksen ja kortin rekisteröinnin vaiheet voivat määräytyä alueen, operaattorin tai mallin mukaan.

Korttien rekisteröiminen

Napauta Wallet-kuvaketta ( ) Sovellukset-näytössä ja suorita kortin rekisteröinti valmiiksi noudattamalla näytön ohjeita.

Maksujen suorittaminen

1 Paina takaisin-painiketta jonkin aikaa kellonäytössä tai Samsung Pay -aloitusnäytössä.

2 Anna määrittämäsi PIN-koodi tai piirrä määrittämäsi kuvio.

3 Selaa korttiluetteloa, valitse käytettävä kortti ja napauta sitten **MAKSA**.

4 Aseta kello kortinlukijan lähelle.
Kun kortinlukija on tunnistanut kortin tiedot, maksu käsitellään.

- Verkkoyhteys voi aiheuttaa sen, ettei maksuja käsitellä.
- Maksujen varmistusmenetelmä voi vaihdella kortinlukijoiden mukaan.

Maksujen peruuttaminen

Voit peruuttaa maksut menemällä samaan paikkaan, jossa olet suorittanut maksut.

Selaa korttiluetteloa ja valitse haluamasi kortti. Suorita maksun peruutus noudattamalla näytön ohjeita.

Lippujen käyttäminen

Lisää esimerkiksi elokuviin tai urheiluun liittyvät tarkastuskortit tai liput, jolloin voit käyttää niitä yhdessä paikassa.

Samsung Health

Esittely

Samsung Health tallentaa ja hallitsee aktiivisuuttasi ja unirytmiäsi 24-tuntisesti ja ohjaa sinua noudattamaan terveellistä elämäntapaa. Voit tallentaa ja hallita terveyteen liittyviä tietoja yhdistetyn puhelimen Samsung Health -sovelluksessa.

Kun olet harrastanut liikuntaa jatkuvasti tietyn ajan kello ranteessasi, harjoituksen automaattinen tunnistustoiminto otetaan käyttöön. Kello antaa ilmoituksen ja näyttää sinulle suoritettavia venyttelyliikkeitä, tai tuo näkyviin näytön, joka kehottaa sinua liikkumaan kevyesti, jos kello havaitsee, että olet ollut liikkumatta yli 50 minuuttia. Kun kellosi tunnistaa, että ajat autoa tai nukut, se ei ehkä anna sinulle ilmoituksia eikä näytä venyttelynäyttöä, vaikka olisit fyysisesti epäaktiivinen.

Lisätietoja on osoitteessa www.samsung.com/samsung-health.

- Samsung Health -sovelluksen toiminnot on tarkoitettu vain vapaa-aikaan, hyvinvointiin ja fyysisen kunnon parantamiseen liittyviin tarkoituksiin. Niitä ei ole tarkoitettu lääketieteelliseen käyttöön. Lue ohjeet huolellisesti ennen näiden toimintojen käyttämistä.
- Jos käytät Samsung Health -toimintoja, kun käytät kellosi kanssa toista päälle puettavaa laitetta, kuten Galaxy-sormusta, kaikkien päälle puettavien laitteiden tietojen integroiminen voi kestää jonkin aikaa, koska päälle puettavien laitteiden ja puhelimesi väliset synkronointiajat ovat erilaisia. Tämän takia puhelimesi Samsung Health -sovelluksessa ja kellossasi olevat mittaustiedot eivät ehkä vastaa toisiaan.
- Kellosi Samsung Health -sovelluksessa näkyvät toiminnot ja niiden järjestys saattavat muuttua sen mukaan, mitkä Samsung Health -sovelluksen asetukset ovat käytössä yhdistetyssä puhelimessasi.

Energiapisteet

Voit tarkistaa päivittäin mitattujen uni- ja toimintatietojen sekä unenaikaisen sykkeen tietojen kattavaan analyysiin perustuvat energiapisteesi ja saada ohjeita terveelliseen päivittäiseen elämään, jossa lepo ja toiminta ovat tasapainossa, yhdistetyssä puhelimessasi olevan Samsung Health -sovelluksen avulla.

Energiapisteet määritetään analysoimalla viimeaikaisia trendejä.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Energiapisteet** ja tarkista tämän päivän energiapisteesi sekä energiapisteisiisi liittyvät lisätiedot.
Jos haluat tarkastella Energiapisteet-toimintoon liittyviä yksityiskohtaisia tietoja yhdistetyssä puhelimessasi, napauta **Näytä puhelim.**

Energiapisteet-toiminto on käytettävissä, jos yhdistettyyn puhelimeen on asennettu Samsung Health -sovelluksen versio 6.27 tai uudempi.

Päivittäinen aktiviteetti

Voit tarkistaa nykyisen päivittäisen tilasi, kuten askeleet, aktiiviset ajat, aktiivisuuskalorit ja niiden tavoitteet sekä niihin liittyvät tiedot.

Päivittäisen aktiivisuutesi tarkasteleminen

Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ) ja napauta **Päivittäinen aktiviteetti**.

- **Askeleet**: Tarkista päivän aikana ottamiesi askelten määrä. Kun päivittäinen askeltavoitteesi lähestyy, kaavio kasvaa.
- **Aktiivinen aika**: Tarkista kokonaisaika, jonka olit fyysisesti aktiivinen päivän aikana. Kun lähestyt aktiivisen ajan tavoitettasi tekemällä kevyitä harjoituksia, kuten venytyksiä tai kävelyä, kaavio kasvaa.
- **Aktiviteettien kalorit**: Tarkista kokonaiskalorimäärä, jonka kulutit toiminnoissa päivän aikana. Kun päivittäinen aktiivisuuskalorien tavoitteesi lähestyy, kaavio kasvaa.

Voit tarkastella päivittäiseen aktiivisuuteen liittyviä lisätietoja käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin.

Päivittäisen aktiivisuustavoitteen asettaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Päivittäinen aktiviteetti** ja napauta **Aseta tavoitteita**.

3 Napauta **Liike**, **Aika**, **Kalorit** ja valitse jokaiselle kohteelle haluamasi aktiivisuusasetus.

4 Aseta tavoite käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä.

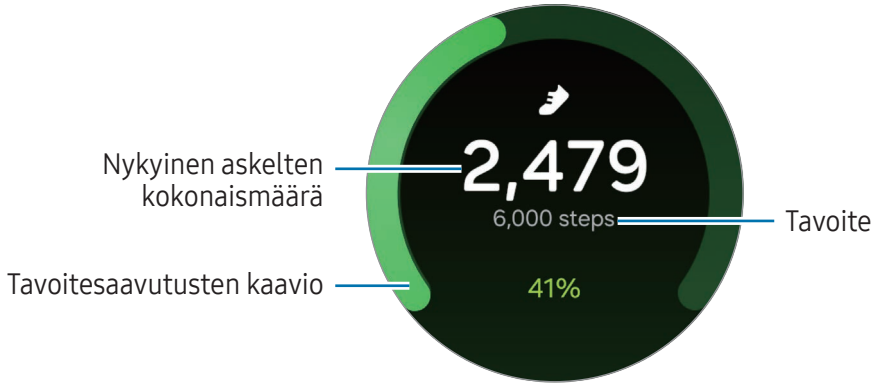
5 Napauta **Valmis**.

Askeleet

Kello laskee ottamiesi askelten määrän.

Askelmäärän mittaaminen

Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ) ja napauta **Askeleet**.



Voit tarkastella askelmäärään liittyviä lisätietoja käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin.

- Kun aloitat askelten määrän mittaamisen, askelten seurantaohjelma seuraa askeleitasi ja näyttää askelmäärän lyhyen viiveen kuluttua, koska kello tunnistaa tarkasti liikkeesi, kun olet kävellyt jonkin aikaa. Tietyn tavoitteen saavuttamisesta kertovan ilmoituksen tulossa näkyviin voi myös olla lyhyt viive tarkan askelmäärän saamisen takia.
- Jos käytät askelten seurantaohjelmaa matkustaessasi autossa tai junassa, tärinä voi vaikuttaa askelmäärään.
- Yksi kerros on noin 3 metriä. Mitatut kerrokset eivät ehkä vastaa todellisuudessa kiipeämiäsi kerroksia.
- Mitatut kerrokset eivät ehkä ole tarkkoja ympäristön, liikkeidesi ja rakennuksien olosuhteiden vuoksi.
- Mitatut kerrokset eivät ehkä ole tarkkoja, jos vettä (suihku ja vesiliikunta) tai vieraita aineita pääsee ilmanpaineanturiin/paineanturiin. Jos kellon päälle pääsee puhdistusnestettä, hikeä tai sadepisaroita, huuhtele kello puhtaalla vedellä ja kuivaa se ja ilmanpaineanturi/paineanturi huolellisesti ennen käyttöä.

Askeltavoitteen asettaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Askeleet** ja napauta **Aseta tavoite**.

3 Aseta tavoite käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä.

4 Napauta **Valmis**.

Liikunta

Kirjaa liikuntatietosi muistiin ja tarkista tulokset.

- Ennen kuin käytät tätä toimintoa, kysy neuvoa laillistetulta terveydenhuollon ammattilaiselta, kuten lääkäriltä, jos jokin seuraavista koskee sinua:
  - Jos sinulla on krooninen sairaus, kuten sydänsairaus tai korkea verenpaine.
  - Jos olet raskaana.
  - Jos ikäsi ei mahdollista itsenäistä liikuntaa.
- Jos tunnet huimausta, kipua tai hengitysvaikeuksia kuntoilun aikana, lopeta kuntoilu heti ja pyydä neuvoa terveydenhuollon ammattilaiselta, kuten lääkäriltä.
- Sykkeesi mitataan, kun aloitat liikunnan. Mittaustarkkuuden varmistamiseksi pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle. Lisätietoja on kohdassa Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten.
- Ole liikkumatta, kunnes sykkeesi näkyy näytössä, jotta mittaustulos olisi mahdollisimman tarkka.
- Esimerkiksi ympäristö, fyysinen tilasi tai kellon ranteeseenpukemistapa voi aiheuttaa tilapäisesti sen, ettei sykkeesi ole näkyvissä.

Ota huomioon seuraavat asiat, ennen kuin harrastat liikuntaa kylmällä säällä:

- Vältä kellon käyttämistä kylmällä säällä. Käytä kelloa sisällä mahdollisuuksien mukaan.
- Jos käytät kelloa ulkona kylmällä säällä, peitä kello hihalla ennen sen käyttämistä.

Harjoitusten aloittaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Liikunta**.

Voit aloittaa liikunnan suoraan **Kunto**-laatasta, kun olet lisännyt siihen harjoituksia.

3 Käytä kosketusreunaa tai pyyhkäise näytössä vasemmalle tai oikealle ja valitse haluamasi harjoitustyyppi.
Jos haluamaasi harjoitustyyppiä ei ole, napauta **Lisää** → **Valitse harjoitus** ja valitse haluamasi harjoitustyyppi. Voit myös lisätä harjoitustyypin Samsung Health -sovelluksesta puhelimeesi napauttamalla **Muokkaa puhelimessa**.

4 Aloita harjoitus napauttamalla Käynnistys-kuvaketta ( ).

5 Käytä kosketusreunaa tai pyyhkäise näytössä ylös- tai alaspäin, jolloin liikuntatietosi, kuten syke, matka tai aika, tulevat liikuntanäyttöön.
Voit toistaa musiikkia pyyhkäisemällä vasemmalle näytössä.

- Kun valitset vesiurheilulajin (kuten uinti tai snorkkelisukellus), Vesilukko-tila otetaan automaattisesti käyttöön eikä kosketustunnistus ehkä ole käytettävissä. Vesilukko-tila estää tahattomat toiminnot, kuten näytön napauttamisen tai syötteiden tekemisen, kun harjoittelet vedessä.
- Kun valitset **Allasuinti**- tai **Avovesiuinti**-vaihtoehdon, tallennettu arvo ei ehkä ole tarkka seuraavissa tilanteissa:
  - jos lopetat uimisen ennen määritetyn pisteen saavuttamista
  - jos vaihdat uintilajia kesken matkan
  - jos lopetat käsivarsiesi liikuttamisen ennen määritetyn pisteen saavuttamista
  - jos uit liikuttamatta käsiäsi
  - jos uit vain yhdellä kädellä
  - jos uit veden alla
  - jos nouset vedestä ja kävelet harjoituksen aloittamisen jälkeen
  - jos et keskeytä harjoitusta tai aloita sitä uudelleen, mutta lopetat harjoituksen levätessäsi.
- Kun Vesilukko-tila on käytössä, voit vaihtaa liikuntanäyttöä painamalla pikapainiketta. (Galaxy Watch Ultra2)

6 Pyyhkäise näytössä oikealle ja napauta **Valmis**. Voit myös painaa takaisin-painiketta jonkin aikaa. Kun haluat keskeyttää tai aloittaa uudelleen liikunnan, pyyhkäise näytössä oikealle ja napauta **Tauko** tai **Jatka**. Voit myös painaa takaisin-painiketta.

- Ennen kuin lopetat uimisen, poista Vesilukko-tila käytöstä koskettamalla koti-painiketta jonkin aikaa, varmista ilmanpaineanturin/paineanturin oikea toiminta ravistamalla kaikki vesi pois kellosta ja napauta sitten **OK**.
- Musiikin toisto jatkuu, vaikka lopettaisit liikunnan. Kun haluat lopettaa musiikin toiston, lopeta toisto ennen liikunnan lopettamista avaamalla **Musiikki**-sovellus tai **Mediaohjain**-sovellus.

7 Kun olet lopettanut liikunnan, käytä kosketusreunaa tai pyyhkäise ylös- tai alaspäin näytössä ja tarkastele liikuntatuloksiasi.

Usean harjoituksen suorittaminen

Voit kirjata erilaisia harjoituksia ja suorittaa kokonaisen rutiinin aloittamalla toisen harjoituksen heti nykyisen harjoituksen suorittamisen jälkeen.

Pyyhkäise näytössä oikealle harjoituksen aikana, napauta **Uusi** ja valitse sitten seuraava aloitettava harjoitustyyppi.

Ennen kuin lopetat uimisen, poista Vesilukko-tila käytöstä koskettamalla koti-painiketta jonkin aikaa, varmista ilmanpaineanturin/paineanturin oikea toiminta ravistamalla kaikki vesi pois kellosta ja napauta sitten **OK**.

Aiempien ennätysten rikkominen

Kun juokset tai pyöräilet samalla reitillä, voit tarkistaa edistymisesi vertaamalla aiempia ja nykyisiä tietojasi ja siten pysyä motivoituneena. Tämä toiminto on käytettävissä vain joissakin harjoituksissa, ja se kuvataan tässä käyttämällä esimerkkinä juoksua.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Liikunta**.

3 Valitse **Juoksu**.

4 Napauta Tavoite-kuvaketta ( ) näytön alareunassa.

5 Valitse **Kilpailu** kohdassa **Tavoite**.

6 Aloita liikunta valitsemalla **Viimeisimmät reitit** -kohdassa reitti, jota verrataan aiempiin tietoihin.

- Vain yli yhden kilometrin mittaiset harjoitukset ovat käytettävissä viimeisimmissä reiteissä.
- Jos et löydä reittiä, napauta **Päivitä** tai varmista, että olet enintään 30 metrin päässä aloituspisteestäsi, ja yritä uudelleen.
- Jos haluat näyttää reittihistoriasi, aloita harjoitus GPS-yhteyden muodostuttua.
- Vain 14 viimeisen päivän reitit näytetään.
- Jos reitti poikkeaa yli 10 % edellisistä tiedoista, tietoja ei verrata.

Monilajisten harjoitusten aloittaminen (Galaxy Watch Ultra2)

Voit kirjata ja tarkistaa monilajisen liikunnan, kuten triathlon-, duathlon- ja aquathlon-lajien, tulokset, joissa teet kaksi tai kolme juoksu-, pyöräily- ja uintiharjoitusta peräkkäin.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Liikunta**.

3 Valitse **Monilaji**.

4 Valitse monilajinen liikuntatyyppi ja napauta **Aloita**.
Harjoitus alkaa.
Voit vaihtaa harjoitusta painamalla pikapainiketta jonkin aikaa. Voit myös pyyhkäistä oikealle näytössä ja napauttaa **Seuraava** → Seuraava-kuvake ( ) tai valita **Monilaji** ja valita sitten seuraavan harjoituksen.

Jos haluat vaihtaa harjoitusta pikapainikkeella, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Painikkeet ja eleet** → **Toiminto** ja valitse **Samsung Health**.

Liikunta omien monilajisten harjoitusten lisäämisen jälkeen

Kellosi monilajisten oletusharjoitusten lisäksi voit lisätä omia monilajisia harjoituksia yhdistämällä ja muuttamalla juoksu-, pyöräily- ja uintijärjestystä haluamallasi tavalla.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ().

2 Napauta **Liikunta**.

3 Valitse **Monilaji**.

4 Napauta **Lisää** → **Lisää harjoitus**, valitse enintään kolme haluamaasi harjoitusta ja napauta **Lisää**.

5 Napauta **Tallenna** → **Aloita**.
Harjoitus alkaa ja oma monilajinen harjoituksesi lisätään luetteloon.
Voit vaihtaa harjoitusta painamalla pikapainiketta jonkin aikaa. Voit myös pyyhkäistä oikealle näytössä ja napauttaa **Seuraava** → Seuraava-kuvake () tai valita **Monilaji** ja valita sitten seuraavan harjoituksen.

Jos haluat vaihtaa harjoitusta pikapainikkeella, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta () → **Painikkeet ja eleet** → **Toiminto** ja valitse **Samsung Health**.

Toistuvien harjoitusten aloittaminen

Kun suoritat toistuvia harjoituksia, kuten kyykkyjä tai maastanostoja, kello laskee äänimerkillä, miten monta kertaa toistat liikettä. Tässä kuvauksessa käytetään esimerkkinä kyykkyjä.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ().

2 Napauta **Liikunta**.

3 Valitse **Kyykyt**.

4 Napauta Käynnistys-kuvaketta () ja asetu oikeaan asentoon aloittamista varten seuraamalla näytössä näkyvää asentoa.
Laskenta alkaa äänimerkillä.

Jos et pääse kellossa näkyvään asentoon tai jos asentosi muuttuu harjoituksen aikana, laskenta ei ehkä käynnisty tai se voi olla virheellinen.

5 Käytä kosketusreunaa tai pyyhkäise näytössä ylös- tai alaspäin, jolloin liikuntatietosi, kuten syke, toistojen määrä tai kalorit, tulevat liikuntanäyttöön.
Voit toistaa musiikkia pyyhkäisemällä vasemmalle näytössä.

6 Lepää, kun olet suorittanut sarjan. Jos haluat siirtyä seuraavaan sarjaan lepäämättä, napauta **Ohita**.
Harjoitus alkaa, kun asetut oikeaan asentoon sen aloittamista varten noudattamalla näytössä näkyvää asentoa.

7 Pyyhkäise näytössä oikealle ja napauta **Valmis**. Voit myös painaa takaisin-painiketta jonkin aikaa.
Kun haluat keskeyttää tai aloittaa uudelleen liikunnan, pyyhkäise näytössä oikealle ja napauta **Tauko** tai **Jatka**. Voit myös painaa takaisin-painiketta.

Musiikin toisto jatkuu, vaikka lopettaisit liikunnan. Kun haluat lopettaa musiikin toiston, lopeta toisto ennen liikunnan lopettamista avaamalla **Musiikki**-sovellus tai **Mediaohjain**-sovellus.

8 Kun olet lopettanut liikunnan, käytä kosketusreunaa tai pyyhkäise ylös- tai alaspäin näytössä ja tarkastele liikuntatuloksiasi.

Liikunta oman harjoituksen lisäämisen jälkeen

Kellosi oletusliikuntatyyppien lisäksi voit lisätä omia harjoituksiasi sekä mitata kuluneen ajan ja kulutettujen kalorien määrän ja tarkastella sitten liikunnan tuloksia.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Liikunta**.

3 Napauta **Lisää** → **Luo uusi harjoitus**.

4 Anna nimi ja määritä oma harjoituksesi.
- **Tallennettavat tiedot**: Valitse tallennettavat harjoitustiedot.
- **Luokka**: Valitse harjoituksellesi luokka.

5 Napauta **Tallenna**.
Harjoituksesi lisätään.

6 Valitse lisäämäsi harjoitus ja aloita.

Omien rutiinien luominen

Voit luoda liikuntarutiinejasi yhdistämällä haluamiasi eri harjoituksia sekä lämmittelyä ja lepojaksoja. Voit esimerkiksi luoda liikuntarutiinin, joka vuorottelee korkean ja matalan rasittavuuden harjoitusten välillä ja luo intervalliharjoituksen.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Liikunta**.

3 Napauta **Lisää** → **Luo harjoitusrutiini**.

4 Anna nimi ja määritä oma rutiinisi.

- **Lämmittely**: Lisää rutiiniin lämmittelyharjoituksia ja aloita lämmittely ennen harjoituksen aloittamista.
- **Lisää harjoitus**: Valitse rutiiniisi lisättävä harjoitus.
- **Hengähdys**: Lisää rutiiniin viilentävä harjoitus liikunnan jälkeen.
- **Lisää taukoja**: Lisää lepojaksoja harjoitusten väliin.
- **Piirit**: Aseta rutiinin toistojen määrä.

5 Napauta **Tallenna**.
Rutiinisi lisätään.

6 Valitse lisäämäsi rutiini ja aloita.

Pikapainikkeen käyttäminen harjoituksen aikana (Galaxy Watch Ultra2)

Jos olet määrittänyt pikapainikkeen toiminnon Samsung Health -sovelluksessa, voit käynnistää harjoituksesi ja hallita sitä pikapainikkeella.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) ja napauta **Painikkeet ja eleet** → **Toiminto**.

2 Valitse **Samsung Health**.
Voit valita pikapainikkeella aloitettavan harjoituksen tai avattavan harjoitusluettelon napauttamalla Asetukset-kuvaketta ( ).

3 Aloita valittu harjoitus tai avaa harjoitusluettelo painamalla pikapainiketta.

4 Kun liikunta on alkanut, voit ohjata liikuntaa painamalla pikapainiketta:
Jos haluat muuttaa kunkin harjoituksen pikapainikeasetuksia, napauta Sovellukset-näytössä Terveys-kuvaketta ( ) → **Liikunta**, valitse haluamasi liikuntatyyppi, napauta Asetukset-kuvaketta ( ) → **Pikapainiketoiminto** ja valitse sitten haluamasi vaihtoehto.
- Voit keskeyttää harjoituksen tai jatkaa sitä painamalla pikapainiketta harjoituksen aikana tai vaihtamalla harjoitusnäyttöä.
- Voit tallentaa kierroksen manuaalisesti painamalla pikapainiketta juoksun aikana.
- Voit siirtyä seuraavaan harjoitukseen painamalla pikapainiketta jonkin aikaa monilajisten harjoitusten tai rutiiniharjoitusten aikana. Jos kyseessä on viimeinen harjoitus, voit lopettaa liikunnan.

Kuntoilun määrittäminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Liikunta** ja valitse haluamasi harjoitustyyppi.

3 Napauta Asetukset-kuvaketta ( ) tai Tavoite-kuvaketta ( ) jokaisen liikuntatyypin alapuolella ja määritä eri liikunta-asetukset.
- **Tavoite**: Ota harjoituksen tavoiteominaisuus käyttöön ja aseta se.
- **Keskeytä, kun tavoite saavutettu**: Aseta kello keskeyttämään harjoitus automaattisesti, kun tavoite saavutetaan.
- **Tarkista asento ennen aloittamista**: Ota asentotarkistus käyttöön tai poista se käytöstä ennen harjoituksen aloittamista.
- **Palaa samaa reittiä takaisin**: Aseta laite antamaan navigointiohjeet, joilla voit palata lähtöpisteeseen. Tämä ominaisuus on käytettävissä harjoituksen aloittamisen jälkeen. (Galaxy Watch Ultra2)
- **Väliaikaopas**: Aseta kierrostavoite ja vastaanota ilmoitus, kun tavoitteeksi asettamasi kierros saavutetaan.

  Voit tallentaa kierroksen manuaalisesti painamalla takaisin-painiketta kahdesti juoksun tai pyöräilyn aikana.
- **Syke**: Aseta sykevyöhykkeet ja vastaanota ilmoitukset, jotka muistuttavat sinua harjoittelemaan tavoitesykevyöhykkeelläsi.
- **Ravinto**: Aseta ravinnonnauttimispiste, niin saat ilmoituksen, kun saavut asettamaasi pisteeseen.
- **Näyttö aina päällä**: Aseta näyttö käynnistymään aina liikunnan aikana.
- **Harjoitusnäyttö**: Aseta liikunnan aikana näkyviin tulevat näytöt.

- **Autom. tauko**: Aseta kellon liikuntatoiminto siirtymään taukotilaan automaattisesti, kun lopetat liikunnan.
- **Ääniopas**: Ota ääniohje käyttöön, jos haluat tarkistaa tavoitteen ja kierrokset äänen avulla.
- **Pikapainiketoiminto**: Valitse toiminto, joka suoritetaan, kun painat pikapainiketta harjoituksen aikana. (Galaxy Watch Ultra2)
- **Sykealueet**: Valitse, miten sykevyöhykkeet lasketaan harjoituksen aikana.
- **Harjoituksen aikainen virransäästö**: Pidennä liikuntatietojesi tallennusaikaa asettamalla kellosi ottamaan liikunnan virransäästötila käyttöön aina, kun aloitat harjoituksen. Joitakin toimintoja kuitenkin rajoitetaan. (Galaxy Watch Ultra2)
- **Tunnista harjoitukset autom.**: Ota automaattinen harjoitusten tunnistustoiminto käyttöön ja määritä sen asetukset. Lisätietoja on kohdassa Harjoitusten automaattinen tunnistustoiminto.
- **Rata**: Valitse ratasi, kun juokset urheilukentällä.
- **Pituus**: Määritä altaan pituus.
- **Tarvikkeet**: Kytke pyöräilyn lisävarusteet kelloosi Bluetooth-yhteyden kautta. (Galaxy Watch Ultra2)

- Voit myös muuttaa tiettyjä asetuksia juuri ennen harjoituksen aloittamista tai harjoituksen aikana. Napauta näytön Asetukset-kuvaketta (⚙) juuri ennen liikunnan aloittamista. Voit myös pyyhkäistä harjoituksen aikana näytössä oikealle ja napauttaa **Aset.**
- Valittavissa olevat harjoituksen asetusvaihtoehdot voivat vaihdella liikunnan tyypin mukaan.

Harjoitusten automaattinen tunnistustoiminto

Kun olet harrastanut liikuntaa tietyn ajan kello ranteessasi, se tunnistaa liikkumisesi automaattisesti ja tallentaa liikunnan tiedot, kuten liikunnan tyypin, keston ja kulutettujen kalorien määrän.

Kun lopetat yli 90 sekunniksi, kello tunnistaa harjoituksen lopettamisen automaattisesti ja tallennus päättyy.

- Voit tarkistaa, mitä harjoituksia harjoitusten automaattinen tunnistustoiminto tukee. Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta (🏃) ja napauta **Aset.** → **Tunnist. aktiviteetit**.
  Jos harjoituksia ei tunnisteta automaattisesti, ota tämä toiminto käyttöön napauttamalla liikuntatyypin kytkintä kohdassa **Tunnist. aktiviteetit**.
- Harjoitusten automaattinen tunnistustoiminto mittaa esimerkiksi liikuntaan käytetyn ajan ja kulutetut kalorit kiihtyvyysanturin ja optisen biosignaalianturin avulla. Kävelytapasi, liikuntarutiinisi ja elämäntapasi voivat aiheuttaa sen, etteivät mittaustulokset ole tarkkoja.

Viikon harjoitukset

Voit tarkastella liikuntahistoriaasi, joka on lajiteltu päivämäärän ja liikuntatyypin mukaan.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ().

2 Napauta **Viikon harjoitukset**.

3 Voit tarkastella koko liikuntahistoriaasi käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä.

Juoksuvalmentaja

Voit hankkia suositellun juoksuvalmentajaohjelman, joka sopii juoksutasollesi parhaiten. Voit saada valmennusviestejä harjoituksesi aikana.

Juoksutason mittaaminen

Ennen kuin alat harjoitella juoksuvalmentajan kanssa, mittaa juoksutasosi suorittamalla juoksutesti.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ().

2 Napauta **Juoksuvalmentaja**.

3 Napauta **Seuraava**.
Samsung Health -sovellus avautuu yhdistetyssä puhelimessasi.

4 Napauta **Etsi juoksutasosi**.

5 Anna tarvittavat tiedot noudattamalla näytön ohjeita ja napauta **Seuraava**.

6 Napauta kellosi näytössä **Aloita** → OK-kuvake () → Käynnistys-kuvake () ja käynnistä juoksutesti.
Kun testi on valmis, voit tarkistaa mitatun juoksutason.

Harjoittelu Juoksuvalmentajan kanssa

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ().

2 Napauta **Juoksuvalmentaja**.

3 Napauta haluamaasi harjoitusta ja napauta **Aloita** → Käynnistys-kuvake ().
Saat valmennusviestejä oikean rytmityksen varmistamiseksi harjoittelun aikana.

Päivittäinen kardiokuormitus

Päivittäinen kardiokuormitus on mittari, joka ilmaisee sydämeesi päivittäisten aktiviteettien ja liikunnan kautta kohdistuvan rasituksen määrän. Samsung Health -sovelluksen kohtalaisen tai rasittavan fyysisen toiminnan ja syketietojen (enimmäissyke ja leposyke) avulla kellosi laskee kardiokuormituksesi kertymän koko päivän aikana. Jos **Tarvitaan lepoa** -ilmoitus näkyy kardiokuormituksen kertymän sijaan, voit tarkistaa arvioidun ajan, joka tarvitaan kehosi täydelliseen palautumiseen.

Jotta päivittäinen kardiokuormitus voidaan mitata tarkasti, sinun on annettava todellinen pituutesi, painosi ja sukupuolesi Samsung Health -sovelluksen profiiliin yhdistetyssä puhelimessa ja annettava myös todellinen syntymäaikasi Samsung-tililläsi.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Päivittäinen kardiokuormitus** ja tarkista päivittäisen kardiokuormituksen mittaustulokset näytöstä.
Jos haluat tarkastella päivittäisen kardiokuormituksen toimintoon liittyviä yksityiskohtaisia tietoja yhdistetyssä puhelimessasi, napauta **Näytä puhelim.**

Harjoittelutavoitteen asettaminen

Päivittäisen kardiokuormituksen tavoitealuetta säädetään automaattisesti viimeisimmän aktiviteetti- ja harjoitustavoitteesi mukaan.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Päivittäinen kardiokuormitus** ja napauta **Näytä puhelim.**
Samsung Health -sovellus avautuu yhdistetyssä puhelimessasi.

3 Napauta Lisää vaihtoehtoja -kuvaketta ( ) → **Aseta tav.** ja valitse haluamasi harjoitustavoite.

Uni

Voit analysoida untasi ja tallentaa sen tiedot mittaamalla sykkeesi ja liikkeesi nukkumisen aikana.

Tämä ominaisuus on tarkoitettu vain yleisen hyvinvointisi ja kuntosi tarkkailuun. Älä siis käytä sitä lääketieteellisiin tarkoituksiin, kuten oireiden diagnosointiin, hoitoon tai sairauksien ehkäisyyn.

- Unirytmin neljä tilaa (hereillä, REM-uni, kevyt, syvä) analysoidaan unenaikaisten liikkeidesi ja sykemuutostesi perusteella. Voit tarkastella jokaista mitattua unitilaa yhdistetyssä puhelimessa näkyvässä kaaviossa.
- Voit tarkastella yksityiskohtaista unianalyysia vain, kun kello on yhdistetty puhelimeesi.
- Ennen mittaamista lataa kellon akku niin, että sen varaustaso on yli 30 %.
- Mittaustarkkuuden varmistamiseksi pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle. Lisätietoja on kohdassa Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten.

Unen mittaaminen

1. Nuku kello ranteeseen puettuna.
   Kello alkaa mitata untasi.
2. Napauta herättyäsi Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).
3. Napauta **Uni**.
4. Tarkastele mitattuun uneen liittyviä tietoja käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä.

Kuorsauksen tunnistustoiminnon käyttäminen

1. Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).
2. Napauta **Aset.** → **Uni**.
3. Napauta **Kuorsauksen tunnistus**.
   Samsung Health -sovellus avautuu yhdistetyssä puhelimessasi.
4. Ota kytkin käyttöön napauttamalla sitä.

5 Valitse **Aina** kohdasta **Tunnista kuorsaus**, jos haluat mitata kuorsauksen aina nukkuessasi.

6 Liitä puhelimesi laturiin ja aseta puhelimen mikrofoni siten, että se on sinua kohti, ennen kuin alat nukkua.
Kuorsauksesi mitataan yhdessä muiden unitietojen kanssa, kun nukut kello ranteessasi.

- Kuorsauksen tunnistustoiminto voidaan ottaa käyttöön yhdistetyn puhelimen Samsung Health -sovelluksessa (versio 6.18 tai uudempi versio).
- Kuorsausta ei ehkä mitata, jos et aseta kuorsauksen tunnistustoiminnon asetukseksi vaihtoehtoa **Aina**; jos et liitä puhelintasi laturiin, ennen kuin alat nukkua; tai jos et aseta puhelimen mikrofonia niin, että se on sinua kohti, ennen kuin alat nukkua.

Ihon lämpötilan käyttäminen unitoiminnon aikana

Voit tallentaa ihon lämpötilan muutokset unesi aikana ja saada apua parhaan nukkumisympäristön luomisessa.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Aset.** → **Uni**.

3 Ota **Ihon lämpötila** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä.
Ihosi lämpötila mitataan yhdessä muiden unitietojesi kanssa, kun nukut kello ranteessasi.

- Jos ihosi lämpötilaa mitataan jatkuvasti nukkuessasi, akun varaus kuluu tavallista nopeammin.
- Kello voi mitata ihon lämpötilaa, vaikka et nukkuisi, koska kello tunnistaa unitilaksi myös kirjan lukemisen tai television tai elokuvien katselemisen.
- Pue kello tiukasti ranteeseesi ja varmista, että ranteen ja kellon väliin ei jää tilaa, kun käännyt nukkuessasi.
- Jos käytät kellosi kanssa toista päälle puettavaa laitetta, kuten Galaxy-sormusta, unen aikana mitattuja ihon lämpötilatietoja ei integroida, ja Galaxy-sormuksella mitatut tiedot näytetään.

Lääkkeet

Voit tallentaa ja hallita lääkkeitäsi ja saada muistutuksia määritettyinä ajankohtina. Voit myös tarkastella ja hallita tietoja lääkkeistä, jotka on tallennettu yhdistetyn puhelimen Samsung Health -sovellukseen.

Tämän ominaisuuden käyttömahdollisuus määräytyy alueen mukaan.

Lääketietojen lisääminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ().

2 Napauta **Lääkkeet** → **Lisää puhelimella**.
Samsung Health -sovellus avautuu yhdistetyssä puhelimessasi.

3 Napauta **Anna lääkkeen nimi** ja anna lääkkeen nimi. Jos käyttämääsi lääkettä ei löydy, napauta **Lisää mukautettuja lääkkeitä**, anna sen nimi manuaalisesti ja napauta sitten **Tallenna**.
Jos sinulla on resepti, napauta **Käytä reseptin kuvaa** tai **Skannaa resepti kameralla** ja lisää lääke.

4 Anna esimerkiksi lääkkeen tiedot ja muoto, ottamisaikataulu ja muistutustyyli noudattamalla näytön ohjeita ja vie lisäys loppuun napauttamalla **Tallenna**.

Otetun lääkkeen tallentaminen

Kun valitset **Muistutuksen tyyli** -asetukseksi **Normaali** tai **Voimakas**, voit saada hälytyksen sovittuna lääkkeenottoaikana. Tallenna ottamasi lääke vetämällä Ota-kuvake () suuren ympyrän ulkopuolelle. Voit myös pyyhkäistä kosketusreunaa vastapäivään.

Kun **Kevyt** valitaan **Muistutuksen tyyli** -asetukseksi, ilmoituspaneeliin tulee lääkeilmoitus. Napauta ilmoituspaneelia ja napauta **Ota**.

Tarvittaessa otettavien lääkkeiden tietojen lisääminen

Voit lisätä tiedot lääkkeestä, jonka ottoaikataulu on **Tarpeen mukaan**.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ().

2 Napauta **Lääkkeet** → **Kirjaa tarvittaessa otettava lääke**.

3 Napauta **Ottoaika**.

4 Napauta syöttökenttää, aseta aika, jolloin lääke otettiin, käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin, ja napauta sitten **Tallenna**.

5 Napauta ottamasi lääkkeen kuvaketta kohdassa **Tarvittaessa otettavat lääkkeet** ja napauta **Ota**.

Jos haluat muuttaa lääkkeen annostusta, napauta lääkkeen nimeä, säädä annostusta ja napauta sitten **Tallenna**.

Lokien poistaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Lääkkeet** ja napauta **Poista kirjatut kohteet**.

3 Valitse poistettavat tiedot ja napauta **Poista**.

Ruoka

Voit tallentaa päivän aikana nauttimasi kalorimäärän ja helpottaa painonhallintaa vertaamalla määrää tavoitemäärääsi.

Kalorimäärän tallentaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Ruoka**.

3 Napauta **Anna**, napauta aterian tyyppiä näytön yläreunassa ja valitse vaihtoehto.

4 Aseta nautittujen kalorien määrä käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin ja napauta sitten **Valmis**.

5 Tarkista tänään nauttimiesi kalorien määrä.
Voit tarkastella nautittuihin kaloreihin liittyviä lisätietoja käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin.

Lokien poistaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Ruoka** ja napauta **Poista**.

3 Valitse poistettavat tiedot ja napauta **Poista**.

Nautittujen kalorien tavoitemäärän määrittäminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Ruoka** ja napauta **Aseta tavoite**.

3 Aseta tavoite käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä.

4 Napauta **Valmis**.

Kehon koostumus

Voit mitata kehosi koostumuksen, kuten luustolihasmassan tai rasvamassan.

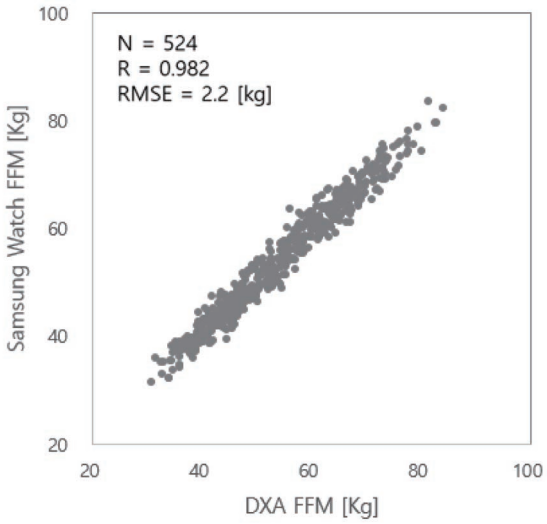
- Tämä ominaisuus on tarkoitettu vain yleisen hyvinvointisi ja kuntosi tarkkailuun. Älä siis käytä sitä lääketieteellisiin tarkoituksiin, kuten oireiden diagnosointiin, hoitoon tai sairauksien ehkäisyyn.
- Älä mittaa kehosi koostumusta, jos sinulla on implantoitu sydämentahdistin, defibrillaattori tai jokin muu elektroninen laite elimistössäsi.
- Kehon koostumusta mitattaessa kehon läpi kulkee pieni sähkövirta. Vaikka se on vaaraton ihmisille, älä mittaa kehon koostumusta, jos olet raskaana.

- Mittaustarkkuuden varmistamiseksi pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle. Lisätietoja on kohdassa Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten.
- Jotta kehon koostumus voidaan mitata tarkasti, sinun on annettava todellinen pituutesi, painosi ja sukupuolesi Samsung Health -sovelluksen profiiliin yhdistetyssä puhelimessa ja annettava myös todellinen syntymäaikasi Samsung-tililläsi. Jos kehon koostumuksen mittaustulokset ovat epätarkkoja, tarkista käyttäjäprofiilisi puhelimen Samsung Health -sovelluksessa ja muokkaa sitä.

- Ammattimaisista kehon koostumuksen mittauslaitteista poiketen kello, jota on pidettävä ranteessa, mittaa ylävartalon koostumuksen ja tuottaa arvioimalla tulokset koko kehon koostumuksesta.

  Siksi kehon koostumuksen mittaustulokset voivat olla epätarkkoja seuraavissa tapauksissa:

  - jos ylä- ja alavartalosi koostumus on liian epätasapainoinen
  - jos olet erittäin lihava
  - jos olet hyvin lihaksikas.
- Kello käyttää kehon koostumuksen mittaamisessa biosähköistä impedanssianalyysia (BIA), jolla on yli 98 prosentin vastaavuus verrattuna kultaisena standardina pidettävään röntgenabsorptiometriaan (DXA).



Ota huomioon seuraavat asiat ennen kehosi koostumuksen mittaamista:

- Jos olet alle 20-vuotias, tulokset eivät ehkä ole tarkkoja, kun mittaat kehon koostumusta.
- Voit saada tarkempia kehon koostumuksen tuloksia, jos noudatat seuraavia mittausehtoja:
  - mittaus samaan aikaan päivästä (suositellaan mittaamista aamulla)
  - mittaus tyhjällä vatsalla
  - mittaus WC:ssä käynnin jälkeen
  - mittaus muulloin kuin kuukautisten aikana
  - mittaus ennen liikuntaa, suihkuun menoa, saunaan menoa tai muuta ruumiinlämpöä nostavaa toimintaa
  - mittaus kaulakorujen ja muiden metalliesineiden poistamisen jälkeen
  - kellon mukana toimitetun hihnan käyttö metallihihnan sijaan.

Kehon koostumuksen mittaaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

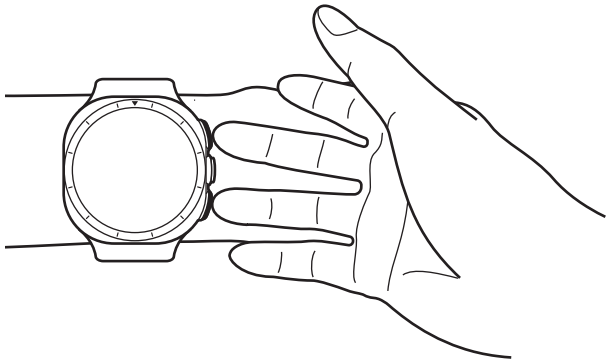
2 Napauta **Kehon koostumus**.

3 Napauta **Mittaa**.

Voit tarkastella yksityiskohtaisia ohjeita kehosi koostumuksen mittaamiseen napauttamalla **Mittausohjeet**.

4 Anna painosi ja napauta **Vahvista**.

5 Aloita kehon koostumuksen mittaus asettamalla kaksi sormea koti- ja takaisin-painikkeille noudattamalla näytön ohjeita.



Oikea asento kehon koostumuksen mittaamiseen, kun kello on vasemmassa ranteessasi ja painikkeet oikealla puolella

Oikea mittausasento

- Aseta molemmat käsivartesi rintakehän tasolle, mutta älä kosketa niillä vartaloasi.
- Varmista, että koti- ja takaisin-painikkeille asetetut sormet eivät pääse koskettamaan toisiaan. Älä myöskään kosketa kellon muita osia painikkeita lukuun ottamatta.
- Pysy vakaana äläkä liiku, jotta mittaustulokset ovat tarkkoja.
- Signaalissa voi olla katkoja, kun sormesi on kuiva. Jos näin käy, kostuta sormesi iho esimerkiksi ihovoiteella ja mittaa kehon koostumus sitten.
- Mittaustulokset eivät ehkä ole tarkkoja ihon kuivuuden tai karvojen takia.
- Pyyhi kellon takaosa puhtaaksi ennen mittausta, jotta mittaustulokset ovat tarkkoja.

6 Tarkastele kehon koostumuksen mittaustuloksia näytössä.

Voit tarkastella kehon koostumukseen liittyviä lisätietoja käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin.

Tunnelman tarkistus

Voit seurata mielialaasi arjessasi ja etsiä mielentilaan vaikuttavia tekijöitä.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Tunnelman tarkistus**.

3 Napauta **Tarkista** ja tallenna mielentilasi noudattamalla näytön ohjeita.

Hengitysharjoitukset

Pidä kehosi ja mielesi rentoina seuraamalla kellosi tarjoamia hengitysharjoituksia.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Hengitysharjoitukset**.

3 Napauta **Aloita** ja valitse haluamasi hengitysharjoitus.

4 Aloita hengitysharjoitus noudattamalla näytön ohjeita.
Kun haluat lopettaa hengitysharjoituksen, napauta Pysäytä-kuvaketta ( ) → OK-kuvake ( ).

Mietiskely

Vähennä ahdistuneisuutta ja hallitse stressiä seuraamalla kellosi tarjoamia meditointi-istuntoja.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Mietiskely**.

3 Napauta **Aloita** ja valitse haluamasi meditointi-istunto.

4 Aloita istunto puheopastuksella tai musiikilla.
Kun haluat lopettaa istunnon, napauta Pysäytä-kuvaketta ( ) → OK-kuvake ( ).

Kierron seuranta

Aloita kuukautiskiertosi seuranta antamalla kiertosi tiedot. Kun syötät tietosi, voit saada ennustetietoja, kuten seuraavan ennustetun kuukautispäivämäärän. Ihosi lämpötilaa unen aikana voidaan käyttää ennustetietojen parantamiseen, jos siihen liittyvä toiminto on tuettu alueellasi.

Kun kuukautisten ennakointi ihon lämpötilan avulla on tuettu

- Kierron seuranta on käytettävissä kierron ja kuukautisten ennustamiseen. EI OLE TARKOITETTU RASKAUDENEHKÄISYYN.
- Jos käytät tällä hetkellä hormonaalista ehkäisyä tai saat hormonihoitoa ovulaation estämiseksi, tämä toiminto ei ole hyödyllinen ovulaation seurannassa.
- Nämä tiedot on tarkoitettu vain henkilökohtaiseen käyttöön.
- Ennusteet voivat vaihdella kellon käytön, syöttötietojen, ympäristöolosuhteiden ja muiden tekijöiden mukaan.
- Ennusteiden tarkkuuden parantamiseksi on suositeltavaa käyttää kelloa ranteessa vähintään neljä tuntia yöunen aikana viisi kertaa viikossa.
- Ei ole tarkoitettu minkään sairauksien diagnosointiin, parantamiseen, lieventämiseen, hoitoon tai estämiseen.
- Älä tulkitse tehtyjä ennusteita äläkä ryhdy kliinisiin toimiin niiden perusteella keskustelematta pätevän terveydenhuollon ammattilaisen kanssa.
- Tätä toimintoa ei ole tarkoitettu alle 18-vuotiaille käyttäjille.
- Käyttömahdollisuus voi vaihdella maan, alueen, operaattorin, kellon mallin tai yhdistetyn puhelimen mukaan.

Kun kuukautisten ennakointi ihon lämpötilan avulla ei ole tuettu

- Tämä ominaisuus on tarkoitettu vain kuukautiskierron hallintaan ja seurantaan. Älä siis käytä sitä lääketieteellisiin tarkoituksiin, kuten oireiden diagnosointiin tai sairauksien hoitoon tai ehkäisyyn.
- Tätä toimintoa ei ole tarkoitettu käytettäväksi raskauden suunnitteluun tai ehkäisyyn.
- Ennustetut päivämäärät ovat vain viitteellisiä ja henkilökohtaisia. Ennustetut päivämäärät voivat poiketa todellisista päivämääristä.
- Alle 18-vuotiaiden tulisi käyttää tätä ominaisuutta huoltajan kanssa.
- Älä tee lääkinnällisiä päätöksiä ennustettujen päivämäärien perusteella keskustelematta lääkärin kanssa. Älä myöskään käytä Samsung Health -sovelluksesta saatuja tietoja tai ryhdy lääkinnälliseen toimeen keskustelematta lääkärin kanssa.

- Ota kierron seurantatoiminto käyttöön puhelimesi Samsung Health -sovelluksessa, jotta voit käyttää tätä toimintoa kellossasi.
- Ennustetut päivämäärät eivät ehkä ole tarkkoja, jos käytät parhaillaan ehkäisyä tai saat hormonihoitoa ovulaation estämiseksi. (Vain, kun kuukautisten ennakointi ihon lämpötilan avulla ei ole tuettu)
- Ennustetut päivämäärät voivat vaihdella syöttötietojen mukaan. (Vain, kun kuukautisten ennakointi ihon lämpötilan avulla ei ole tuettu)

Kiertotietojesi antaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Kierron seuranta**.

3 Napauta **Anna kuukaut.**

4 Napauta syöttökenttää, määritä kuukautisten alkamispäivä käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin, ja napauta sitten **Tallenna**.

5 Tarkista nykyinen kuukautiskiertositilaa tai seuraa tulevaa kiertoasi.
Voit tarkastella kierron seurantaan liittyviä lisätietoja käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin.

Kuukautiskierron ennustaminen ihon lämpötilan mittaamisen avulla

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Aset.**

3 Napauta **Ennusta kuukaut. ihon lämpötilasta**.
Samsung Health -sovellus avautuu yhdistetyssä puhelimessasi, ja **Ennusta kuukaut. ihon lämpötilasta** -toiminto otetaan käyttöön.

- Jos käytät kellosi kanssa toista päälle puettavaa laitetta, kuten Galaxy-sormusta, mitattuja ihon lämpötilatietoja ei integroida, ja voit valita, millä päälle puettavalla laitteella kuukautiskiertosi ennustetaan ihosi lämpötilamittauksen avulla, suoraan yhdistetyn puhelimen Samsung Health -sovelluksessa.
- Tämän ominaisuuden käyttömahdollisuus määräytyy alueen mukaan.

Sydämen kunto

Voit tarkkailla yleistä sydämesi kuntoa analysoimalla päivittäistä untasi, kohtalaisia tai rasittavia aktiviteettejasi, kehosi painoindeksiä (BMI) ja vaskulaarisen kuormituksesi tietoja.

Tämä ominaisuus on tarkoitettu vain yleisen hyvinvointisi ja kuntosi tarkkailuun. Älä siis käytä sitä lääketieteellisiin tarkoituksiin, kuten oireiden diagnosointiin, hoitoon tai sairauksien ehkäisyyn.

Ennen tämän toiminnon käyttämistä tarvitset unitietosi, vaskulaarisen kuormituksen tietosi ja painoindeksitietosi Samsung Health -sovelluksesta.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Sydämen kunto** ja tarkista sydämesi kuntopisteet tältä päivältä.
Tarkastele sydämesi kuntopisteisiin liittyviä lisätietoja käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä.

Elintoiminnot

Voit seurata elintoimintojasi ja tarkastella yleistä terveyttäsi unen aikana mitattujen tietojen, kuten sykkeen, sykkeen vaihtelun, hengitystaajuuden, ihon lämpötilan ja veren hapen avulla.

Tämä ominaisuus on tarkoitettu vain yleisen hyvinvointisi ja kuntosi tarkkailuun. Älä siis käytä sitä lääketieteellisiin tarkoituksiin, kuten oireiden diagnosointiin, hoitoon tai sairauksien ehkäisyyn.

Ota Elintoiminnot-toiminto käyttöön puhelimesi Samsung Health -sovelluksessa, jotta voit käyttää tätä toimintoa kellossasi.

Perustason asettaminen ennen elintoimintojen mittaamista

Voit seurata elintoimintojesi suhteellisia muutoksia sen jälkeen, kun olet määrittänyt perustason jokaiselle elintoimintojen mittaamiseen käytettävälle ilmaisimelle.

Kun haluat asettaa eri ilmaisinten perustasoalueen, nuku kellon ranteessasi yli seitsemän yötä. Jos nukut usein, voit määrittää perustason tarkemmin. Tarkka mittaaminen edellyttää vähintään yhden tunnin unta.

Jos unitiedot on jo tallennettu kelloosi, perustaso määritetään kyseisten tietojen avulla.

Elintoimintojesi mittaaminen nukkuessasi

1 Nuku kello ranteeseen puettuna.

Elintoimintosi mitataan automaattisesti, kun nukut kello ranteessasi.

2 Napauta herättyäsi Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

3 Napauta **Elintoiminnot** ja tarkista elintoimintojesi tämänpäiväiset muutokset verrattuna perustasoon.

- Pue kello tiukasti ranteeseesi ja varmista, että ranteen ja kellon väliin ei jää tilaa, kun käännyt nukkuessasi.
- Jos mitatut elintoiminnot ovat määritetyn perustasoalueen ulkopuolella, voit saada ilmoituksia.

Syke

Mittaa ja tallenna sykkeesi.

Kellon sykkeen seurantaohjelma on tarkoitettu vain kunnon parantamiseen ja viitteellisten tietojen saamiseen liittyviin tarkoituksiin, eikä sitä ole tarkoitettu sairauksien diagnosointiin eikä sairauksien parantamiseen, lieventämiseen, hoitoon tai estämiseen.

Mittaustarkkuuden varmistamiseksi pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle. Lisätietoja on kohdassa Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten.

Ota huomioon seuraavat asiat ennen sykkeen mittaamista:

- Lepää viisi minuuttia ennen mittaamista.
- Jos mittaustulos poikkeaa odotetusta sykkeestä huomattavasti, lepää 30 minuuttia ja mittaa sitten uudelleen.
- Talvella tai muutoin kylmässä ilmassa pidä itsesi lämpimänä sykettä mitatessasi.
- Tupakointi tai alkoholin nauttiminen ennen mittaamista nopeuttaa sykettä ja voi aiheuttaa sen, että syke poikkeaa normaalista sykkeestäsi.
- Älä puhu, haukottele tai hengitä syvään sykettä mitatessasi. Muutoin sykkeen mittaus voi olla epätarkkaa.
- Sykkeenmittauksen tulokset voivat vaihdella mittausmenetelmän ja -ympäristön mukaan.
- Jos anturi ei toimi, tarkista kellon sijainti ranteessasi ja varmista, ettei mikään peitä anturia. Jos anturin sama ongelma jatkuu, vie laite Samsung-huoltokeskukseen tai valtuutettuun huoltokeskukseen.

Sykkeen mittaaminen manuaalisesti

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Syke**.

3 Aloita sykkeesi mittaaminen napauttamalla **Mittaa**.

4 Voit tarkastella mitattua sykettä näytössä.
Voit tarkastella sykkeeseen liittyviä lisätietoja käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin.

Sykemittauksen asetusten muuttaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Syke**.

3 Napauta **Aset.** ja valitse mittaustapa **Mittaus**-kohdassa.
- **Mittaa jatkuvasti**: Sykettäsi mitataan jatkuvasti.
- **10 min välein, liikkumatta**: Sykkeesi mitataan kymmenen minuutin välein levätessäsi.
- **Vain manuaal.**: Sykkeesi mitataan manuaalisesti vain, kun **Mittaa**-painiketta napautetaan.

Sykehälytyksen asettaminen

Voit saada hälytyksen, kun sykkeesi on suurempi tai pienempi kuin asettamasi leposykearvo yli kymmenen minuutin ajan.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Syke**.

3 Napauta **Aset.** ja aseta sykealue **Sykehälytys**-kohdassa.
- **Korkea syke**: Aseta laite vastaanottamaan hälytys, kun sykkeesi on jatkuvasti nopeampi kuin määrittämäsi sykearvo.
- **Matala syke**: Aseta laite vastaanottamaan hälytys, kun sykkeesi on jatkuvasti hitaampi kuin määrittämäsi sykearvo.

Stressi

Tarkista stressitasosi käyttämällä kellosi keräämiä biotietoja ja vähennä stressiäsi noudattamalla kellon tarjoamia mindfulness-toimintoja.

- Mitä useammin mittaat stressitasoasi, sitä tarkempia tulokset ovat kertyneiden tietojen ansiosta.
- Mitattu stressitasosi ei välttämättä ole yhteydessä tunnetasoosi.
- Stressitasoasi ei ehkä mitata, kun nukut, suoritat harjoituksia, liikut paljon tai heti sen jälkeen, kun olet lopettanut harjoittelun.
- Mittaustarkkuuden varmistamiseksi pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle. Lisätietoja on kohdassa Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten.
- Tämän ominaisuuden käyttömahdollisuus määräytyy alueen mukaan.

Stressitason mittaaminen manuaalisesti

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Stressi**.

3 Aloita stressitasosi mittaaminen napauttamalla **Mittaa**.
Tarkista mitattu stressitaso näytöstä.

Stressin vähentäminen Mindfulness-toiminnoilla

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Stressi**.

3 Napauttamalla suositeltuja toimintoja **Mindfulness**-kohdassa voit tallentaa mielialasi, harjoitella hengittämistä tai aloittaa meditoinnin.

Stressin mittauksen asetusten muuttaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Stressi**.

3 Napauta **Aset.** ja valitse mittaustapa **Mittaus**-kohdassa.

- **Mittaa jatkuvasti**: Stressitasoasi mitataan jatkuvasti. Voit saada varoituksen myös silloin, kun stressitasosi on **Suuri** pitkään.
- **Vain manuaal.**: Stressitasosi mitataan manuaalisesti vain, kun **Mittaa**-painiketta napautetaan.

Veren happi

Voit mitata veresi happitason ja tarkistaa, kuljettaako veresi happea oikein elimistösi eri osiin.

Tämä ominaisuus on tarkoitettu vain yleisen hyvinvointisi ja kuntosi tarkkailuun. Älä siis käytä sitä lääketieteellisiin tarkoituksiin, kuten oireiden diagnosointiin, hoitoon tai sairauksien ehkäisyyn.

Ota huomioon seuraavat asiat ennen veren happitason mittaamista:

- Lepää viisi minuuttia ennen mittaamista.
- Talvella tai muutoin kylmässä ilmassa pidä itsesi lämpimänä veren happitasoa mitatessasi.
- Veren happitason mittauksen tulokset voivat vaihdella mittausmenetelmän ja -ympäristön mukaan.

Veren happitason mittaaminen manuaalisesti

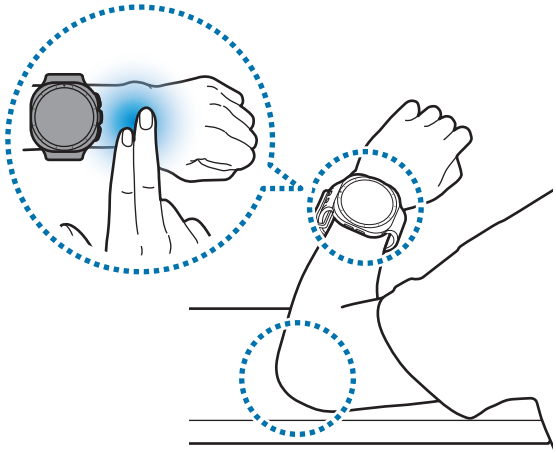
1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Veren happi**.

3 Aloita veresi happitason mittaaminen napauttamalla **Mittaa**.

Oikea mittausasento

- Kun haluat tarkkoja mittauksia, pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle ja jätä kahden sormen leveyden verran välimatkaa ranteeseesi. Pidä lisäksi kyynärpäätäsi pöydällä ja aseta ranteesi lähelle sydäntäsi.



- Älä liiku, ja pysy oikeassa asennossa, kunnes mittaus on valmis.
- Voit tarkastella yksityiskohtaisia ohjeita veresi hapen mittaamiseen napauttamalla **Mittausohjeet**.
- Jos veren happea ei mitata oikein, löysennä hihnaa vähintään yhden reiän verran ja siirrä kello lähemmäs kyynärpäätä. Mittaustarkkuuden varmistamiseksi pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle. Varmista ennen mittausta, että kello on tiukalla, mutta et tunne epämukavuutta.

4 Tarkista mitattu veren happitaso näytöstä. Jos veresi happipitoisuus levossa on välillä 95 %–100 %, sitä pidetään normaalina.

Veren happitason mittaaminen nukkumisen aikana

Voit asettaa veren happitason mitattavaksi jatkuvasti nukkumisen aikana.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Aset.** → **Uni**.

3 Ota **Veren happi** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä.
Unenaikainen veren happi mitataan yhdessä muiden unitietojen kanssa, kun nukut kello ranteessasi.

- Jos veresi happea mitataan jatkuvasti unesi aikana, akun varaus kuluu tavallista nopeammin.
- Optisen biosignaalianturin välkkymisen aiheuttama valo näkyy veren happea mitattaessa.
- Kello voi mitata veren happea, vaikka et nukkuisi, koska kello tunnistaa unitilaksi myös kirjan lukemisen tai television tai elokuvien katselemisen.
- Pue kello tiukasti ranteeseesi ja varmista, että ranteen ja kellon väliin ei jää tilaa, kun käännyt nukkuessasi.

Vesi

Tallenna ja seuraa, miten paljon vettä olet juonut.

Vedenkulutuksen tallentaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Vesi**.

3 Napauta **+ 250 ml** joka kerta, kun juot vettä.
Jos lisäsit vahingossa väärän arvon, valitse **Poista**, valitse poistettavat tiedot ja napauta sitten **Poista**.

Voit muuttaa kupin tilavuutta napauttamalla **Aseta kupin koko** ja muuttamalla sen haluamaksesi tilavuudeksi.

Kulutuksen tavoitemäärän asettaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Vesi** → **Aseta tavoite**.

3 Aseta päivittäinen tavoite käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä.

4 Napauta **Valmis**.

Kuulo

Voita mitata ja tarkkailla ympäristön ääniä reaaliaikaisesti. Voit saada hälytyksiä, kun kuuloosi mahdollisesti vaikuttavaa melua havaitaan tai kun päivittäinen äänialtistusraja on saavutettu.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Kuulo**.

3 Napauta **Aset.** ja ota **Äänen valvonta** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä.
Kello alkaa mitata äänialtistustasi.

Äänialtistushälytyksen asettaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Kuulo**.

3 Napauta **Aset.** ja napauta **Altistumishälytykset**-kohdassa niiden hälytystoimintojen kytkintä, jotka haluat ottaa käyttöön.

- **Voimakkaan äänen hälytykset**: Aseta laite antamaan hälytys, kun ympäristön äänenvoimakkuus ylittää asettamasi desibelitason.
- **Päivärajoituksen hälytykset**: Aseta laite antamaan hälytys, kun ympäristön ääni saavuttaa päivittäisen äänialtistuksen rajan.

AGEs-indeksi

Kehittyneet glykaation lopputuotteet (AGE:t) ovat kemiallisia aineita, joita elimistö tuottaa liittämällä proteiineja tai rasvoja sokereihin. Niitä kertyy useimpiin kehon osiin, kuten elimiin, verisuoniin, niveliin ja verkkokalvoihin. Ne aiheuttavat ikääntymistä ja kroonisia sairauksia. Myös paljon sokeria sisältävä ruokavalio ja huonot elämäntavat (kuten tupakointi, liikkumattomuus, unen puute) voivat kiihdyttää AGE:iden tuotantoa ja kertymistä. Viimeaikaiset tutkimukset ovat osoittaneet, että AGEs-indeksi muuttuu hitaasti kuuden kuukauden kuluessa, mutta korkeampi indeksiluku liittyy ennenaikaiseen ikääntymiseen ja kroonisiin sairauksiin. Galaxy Watch Ultra2 ja Galaxy Watch9 voivat mitata kertyneiden AGE:iden AGEs-indeksin iholta optisen biosignaalianturin avulla. Tarkista AGEs-indeksisi mittaamalla se, kun nukut.

- Tämä ominaisuus on tarkoitettu vain yleisen hyvinvointisi ja kuntosi tarkkailuun. Älä siis käytä sitä lääketieteellisiin tarkoituksiin, kuten oireiden diagnosointiin, hoitoon tai sairauksien ehkäisyyn. Pyydä lääkäriltä lisätietoja terveysongelmistasi.
- Älä mittaa AGEs-indeksiä ranteesta, jossa on iho-ongelmia tai avoimia haavoja.
- Kello käyttää valontunnistimia, jotka toimivat turvallisuusmääräysten rajoissa. Valoherkälle iholle voi kuitenkin aiheutua valosta haittavaikutuksia, kuten ihon värimuutoksia tai ihottumia. Älä mittaa AGEs-indeksiä, jos sinulla on valoherkkyyden oireita.
- Valolle herkistäviä ainesosia sisältävä kosmetiikka voi herkistää ihoasi ultraviolettisäteille (UV-säteille). Älä mittaa AGEs-indeksiä, jos käytät kosmetiikkaa, joka sisältää seuraavia ainesosia:
  - retinoideja (esim. retinolia tai tretinoiinia)
  - alfahydroksihappoa (AHA)
  - beetahydroksihappoa (BHA)
  - eteerisiä öljyjä (esimerkiksi sitrusöljyä)
  - lääkeaineita tai kasvirohdosuutteita.
- Jos et halua mitata AGEs-indeksiäsi, napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ) → **Aset.** ja poista **AGEs-indeksi**-kytkin käytöstä kohdassa **Mittaus** napauttamalla sitä.

Ota huomioon seuraavat asiat ennen AGEs-indeksin mittaamista lepotilassa:

Voit saada tarkempia AGEs-indeksituloksia, kun käytät kelloa nukkumaan mennessä, jos noudatat seuraavia mittausehtoja:

- Varmista, että ranne, jossa kello on, on kuiva ja puhdas.
- Varmista, että kellon takana olevat anturit ovat puhtaat.
- Siinä ranteessa, jossa pidät kelloasi, mahdollisesti olevat tatuoinnit, arvet tai karvat voivat vaikuttaa optiseen biosignaalianturiin. Harkitse kellon pitämistä kohdassa, jossa ei ole näitä häiriöiden aiheuttajia, tai toisessa ranteessa.
- Älä käytä suuria määriä alkoholia ennen nukkumaanmenoa.

Kehittyneiden glykaation lopputuotteiden (AGE:iden) mittaaminen lepotilassa

1 Nuku kello ranteeseen puettuna.

AGEs-indeksisi mitataan yhdessä muiden unitietojesi kanssa, kun nukut kello ranteessasi.

2 Napauta herättyäsi Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

3 Napauta kohtaa **AGEs-indeksi**.

4 Tarkastele mitattuja AGEs-indeksin tuloksia näytössä.

Jos haluat tarkastella aiempia mittauksia ja tietoja yhdistetyssä puhelimessasi, napauta **Näytä puhelim.**

- Optisen biosignaalianturin välkkymisen aiheuttama valo näkyy AGEs-indeksiä mitattaessa.
- Kello voi mitata AGEs-indeksin, vaikka et nukkuisi, koska kello tunnistaa unitilaksi myös kirjan lukemisen tai television tai elokuvien katselemisen.
- Pue kello tiukasti ranteeseesi ja varmista, että ranteen ja kellon väliin ei jää tilaa, kun käännyt nukkuessasi.

Vaskulaarinen kuormitus

Voit seurata yleistä terveyttäsi ja elintapojasi seuraamalla vaskulaarisen kuormituksesi trendejä.

Tämä ominaisuus on tarkoitettu vain yleisen hyvinvointisi ja kuntosi tarkkailuun. Älä siis käytä sitä lääketieteellisiin tarkoituksiin, kuten oireiden diagnosointiin, hoitoon tai sairauksien ehkäisyyn.

- Ota vaskulaarinen kuormituksen seurantatoiminto käyttöön puhelimesi Samsung Health -sovelluksessa, jotta voit käyttää tätä toimintoa kellossasi.
- Tämä ominaisuus voi olla eriniminen eri maissa/alueilla.

Ota huomioon seuraavat asiat ennen vaskulaarisen kuormituksen mittaamista lepotilassa:

Voit saada tarkempia vaskulaarisen kuormituksen tuloksia, kun käytät kelloa nukkumaan mennessä, jos noudatat seuraavia mittausehtoja:

- Varmista, että ranne, jossa kello on, on kuiva ja puhdas.
- Varmista, että kellon takana olevat anturit ovat puhtaat.
- Kun haluat tarkkoja mittauksia, pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle ja jätä kahden sormen leveyden verran välimatkaa ranteeseesi.
- Siinä ranteessa, jossa pidät kelloasi, mahdollisesti olevat tatuoinnit, arvet tai karvat voivat vaikuttaa optiseen biosignaalianturiin. Harkitse kellon pitämistä kohdassa, jossa ei ole näitä häiriöiden aiheuttajia, tai toisessa ranteessa.
- Älä juo, syö tai harjoita liikuntaa suuria määriä ennen nukkumaanmenoa.

Perustason asettaminen ennen vaskulaarisen kuormituksen mittaamista

Voit seurata suhteellisia muutoksia vaskulaarisessa kuormituksessasi perustason asettamisen jälkeen mittaamalla vaskulaarisen kuormituksen.

Kun käytät tätä toimintoa ensimmäistä kertaa, nuku kellon ranteessasi yli kolme yötä seuraavien 14 päivän aikana. Tarkka mittaaminen edellyttää vähintään kolmen tunnin jatkuvaa unta. Jos muutat elämäntapaasi, esimerkiksi jos alat harrastaa liikuntaa tai alat ottaa jotakin lääkettä, nollaa perustasosi viimeisintä terveydentilaasi vastaavaksi.

- Säilytä normaali elämäntapasi, kun asetat perustason, jotta voit mitata terveydentilasi tarkasti.
- Perustasosi tallennetaan vain kelloosi, eikä sitä synkronoida yhdistetyn puhelimesi kanssa. Jos siirryt toisen kellon käyttöön, sinun on asetettava perustaso uudelleen.

Vaskulaarisen kuormituksen mittaaminen unen aikana

1 Nuku kello ranteeseen puettuna.

Vaskulaarinen kuormituksesi mitataan automaattisesti, kun nukut kello ranteessasi.

2 Napauta herättyäsi Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

3 Napauta **Vaskulaarinen kuormitus** ja tarkista vaskulaarisen kuormituksen tämänpäiväiset muutokset verrattuna perustasoon.

Jos haluat tarkastella Vaskulaarinen kuormitus -toimintoon liittyviä yksityiskohtaisia tietoja yhdistetyssä puhelimessasi, napauta **Näytä puhelim.**

Pue kello tiukasti ranteeseesi ja varmista, että ranteen ja kellon väliin ei jää tilaa, kun käännyt nukkuessasi.

Antioksidantti-indeksi

Voit tarkistaa oksidatiivisen stressitasosi mittaamalla antioksidantti-indeksisi.

Tämä ominaisuus on tarkoitettu vain yleisen hyvinvointisi ja kuntosi tarkkailuun. Älä siis käytä sitä lääketieteellisiin tarkoituksiin, kuten oireiden diagnosointiin, hoitoon tai sairauksien ehkäisyyn.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Antioksidantti-indeksi**.

3 Irrota kello ranteestasi ja napauta **Mittaa**.

4 Napauta **OK**.

5 Paina peukalosi tiukasti kellon taustapuolella keskellä olevaa optista biosignaalianturia vasten.

Voit tarkastella mittauksen etenemistä yhdistetyn puhelimesi Samsung Health -sovelluksessa.

6 Tarkastele antioksidantti-indeksin mittaustuloksia näytössä.

Jos haluat tarkkoja mittauksia, odota vähintään kymmenen sekuntia mittausten välillä.

Yhdessä

Vertaa askeltietoja Samsung Health -sovelluksen Yhdessä-toimintoa käyttävien ystäviesi kanssa. Kun aloitat askelhaasteen ystäviesi kanssa, voit tarkastella haasteen tilaa kellossasi.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Yhdessä**.
Jos haluat tarkastella Yhdessä-toimintoon liittyviä yksityiskohtaisia tietoja yhdistetyssä puhelimessasi, napauta **Näytä puhelim.**

Ota Yhdessä-toiminto käyttöön puhelimesi Samsung Health -sovelluksessa, niin näet Yhdessä-tiedot kellossasi.

Aset.

Voit määrittää erilaisia liikuntaan ja kuntoon liittyviä asetuksia.

Napauta Sovellukset-näytössä Health-kuvaketta ( ) ja napauta **Aset.**

- **Yleiset**: Aseta laite vastaanottamaan ilmoituksia, jotka kannustavat sinua saavuttamaan päivittäiset aktiivisuustavoitteesi, ja vastaanottamaan ilmoituksia, kun onnistut.
- **Mittaus**: Määritä sykkeesi ja stressisi mittaustapa, määritä äänivalvonta ja ota käyttöön tai poista käytöstä muita ominaisuuksia, joita voidaan mitata unen aikana.
- **Kierron seuranta**: Ota käyttöön toiminto, joka ennustaa kuukautiskiertoasi mittaamalla ihon lämpötilaa nukkuessasi.
- **Tunnista harjoitukset autom.**: Määritä harjoitusten automaattisen tunnistuksen asetukset, kuten tunnistettavien liikuntatyyppien valinta.
- **Passiivinen aika**: Ota toiminto käyttöön, jos haluat vastaanottaa ilmoituksia 50 minuutin käyttämättömyyden jälkeen, ja määritä aika ja päivät, jolloin haluat ilmoituksen.
- **Muuta näkyväksi muille laitteille**: Anna muille laitteille lupa löytää kellosi.
- **Jaa tietoja laitteiden ja palveluiden kanssa**: Aseta tiedot jaettaviksi muiden yhdistettyjen terveysalustasovellusten, harjoituslaitteiden ja televisioiden kanssa.

Joidenkin ominaisuuksien käyttömahdollisuus määräytyy alueen, operaattorin tai mallin mukaan.

Samsung Health Monitor

Esittely

Voit mitata biometrisiä tietoja, kuten verenpainetta tai EKG:tä, milloin tahansa kellosi Samsung Health Monitor -sovelluksella, joka sisältää sekä optisen biosignaalianturin että sähköisen biosignaalianturin. Voit tarkastella mittaushistoriaa Samsung Health Monitor -sovelluksessa puhelimessasi, sillä kellosi ja yhdistetty puhelimesi on synkronoitu automaattisesti.

Hallitse terveyttäsi järjestelmällisemmin lääkärin kanssa mittaustulostesi perusteella.

- Jos et ole asentanut Samsung Health Monitor -sovellusta yhdistettyyn puhelimeesi, avaa **Health Monitor** -sovellus kellossasi ja lataa se puhelimella noudattamalla näytön ohjeita.
- Samsung Health Monitor -sovellusta tuetaan vain Samsung-puhelimissa.
- Alle 22-vuotiaat henkilöt eivät voi käyttää Samsung Health Monitor -sovellusta biometristen tietojen mittaamiseen.
- Tämän sovelluksen käyttömahdollisuus määräytyy alueen mukaan.

Biometristen tietojen mittaamista koskevat varotoimet

Yleiset varotoimet

- Samsung Health Monitor -sovellusta ei voi käyttää lääkinnällisiin tarkoituksiin, kuten kohonneen verenpaineen tai sydänsairauksien diagnosointiin. Älä milloinkaan käytä tätä sovellusta lääkärin lääketieteellisen arvion tai hoidon korvaamiseen. Hätätilanteessa ota heti yhteys lähimpään sairaalaan.
- Älä muuta lääkitystäsi tai sen annostusta tai käyttöä ilman lääkärin lupaa.
- Samsung Health Monitor -sovelluksen antamat lukemat ja tulokset ovat vain viitteellisiä. Älä milloinkaan käytä niitä lääkinnällisten päätösten tekemiseen ilman lääkärin lupaa.
- Mittaustarkkuuden varmistamiseksi pue kello tiukasti käsivartesi ympärille ranteen yläpuolelle. Lisätietoja on kohdassa Kellon pukeminen tarkkoja mittauksia varten.
- Yhdistä kellosi aina puhelimeen kotonasi tai muussa turvallisessa paikassa Bluetooth-yhteydellä turvallisuussyistä. Yhteyden muodostaminen puhelimeen julkisella paikalla ei ole suositeltavaa.

Verenpaineen mittaamista koskevat varotoimet

- Ennen mittaamista valmistele mukava tuoli ja pöytä, joille voit laskea käsivartesi ja puhelimesi.
- Istuudu valmistelemaasi mukavaan tuoliin selkä tuettuna ja suorana.
- Aseta käsivartesi mukavasti pöydälle, kun mittaat verenpainetta.
- Lepää vähintään viisi minuuttia mukavassa asennossa ennen verenpaineen mittaamista.
- Mittaa verenpaine hiljaisessa paikassa sisätiloissa.
- Älä mittaa verenpainetta fyysisen toiminnan aikana.
- Pysy paikallasi äläkä puhu, kun aloitat verenpaineen mittaamisen, äläkä liiku tai puhu, ennen kuin mittaus on valmis.
- Älä mittaa verenpainetta, kun olet lähellä voimakkaita sähkökenttiä tuottavia koneita, kuten magneettikuvauslaitteita, röntgenlaitteita, sähkömagneettisia varkaudenestojärjestelmiä tai metallinilmaisimia.
- Älä mittaa verenpainetta hoitojen, kuten leikkausten tai defibrillaation, aikana.
- Mittaa verenpaine ympäristössä, jonka lämpötila on 12 °C–40 °C ja suhteellinen kosteus 30 %–90 %.
- Vältä alkoholia, kofeiinia sisältäviä ruokia, tupakointia, liikuntaa ja kylpyyn menemistä 30 minuuttia ennen verenpaineen mittaamista.
- Varmista, että ranteesi on kuiva verenpainetta mitatessasi, äläkä mittaa sitä, jos olet levittänyt ihovoidetta tai hikoilet voimakkaasti.
- Älä hengitä syvään tai hitaasti tarkoituksellisesti, vaan hengitä tavalliseen tapaan verenpainetta mitatessasi.
- Jos olet raskaana, älä tarkista verenpainettasi Samsung Health Monitor -sovelluksella, sillä tulokset eivät ehkä ole tarkkoja.

- Älä mittaa verenpainetta Samsung Health Monitor -sovelluksella, jos sinulla on jokin seuraavista:
  - rytmihäiriö
  - taustalla oleva sydänsairaus tai aiempi sydänkohtaus
  - verenkiertoelimistön tai ääreisverisuonten sairaus
  - sydämen läppävika (aorttaläpän sairaus)
  - sydänlihassairaus
  - muu sydän- tai verisuonitauti
  - munuaisten vajaatoiminnan loppuvaihe (ESRD)
  - diabetes
  - neurologinen toimintahäiriö (esimerkiksi tärinä)
  - veren hyytymishäiriö tai verenohennuslääkkeen käyttö.
- Älä käytä verenpaineen mittauksessa rannetta, jossa on tatuointeja tai merkkejä, koska tatuoinnit tai merkit voivat vaikuttaa optiseen biosignaalianturiin.
- Samsung Health Monitor -sovellus kalibroi ja mittaa verenpaineen sen käsivarren lukemien perusteella, jossa verenpainemittari on. Jos käsivarsiesi verenpaineessa on suuri ero (yli 10 mmHg), ota yhteys lääkäriin.
- Älä käytä verenpaineesi mittaamisessa kelloa, joka on kalibroitu toiselle henkilölle.
- Samsung Health Monitor -sovelluksen verenpaineen mittausalue on seuraava: Jos kalibrointi on tehty, systolinen verenpaine on 80 mmHg–170 mmHg ja diastolinen verenpaine 50 mmHg–110 mmHg. Mittaustilanteessa systolinen verenpaine on 70 mmHg–180 mmHg ja diastolinen verenpaine 40 mmHg–120 mmHg.
- Signaaliin voivat vaikuttaa henkilön ihon kirkkaus, veren määrä ihon alla ja anturin puhtaus.

EKG:n mittaamista koskevat varotoimet

- Ennen mittaamista valmistele mukava tuoli ja pöytä, joille voit laskea käsivartesi ja puhelimesi.
- Istuudu valmistelemaasi mukavaan tuoliin selkä tuettuna ja suorana.
- Aseta käsivartesi mukavasti pöydälle, kun mittaat EKG:tä.
- Lepää vähintään viisi minuuttia mukavassa asennossa ennen EKG:n mittaamista.
- Mittaa EKG hiljaisessa paikassa sisätiloissa.
- Älä mittaa EKG:tä fyysisen toiminnan aikana.
- Pysy paikallasi äläkä puhu, kun aloitat EKG:n mittaamisen, äläkä liiku tai puhu, ennen kuin mittaus on valmis.
- Älä mittaa EKG:tä, kun olet lähellä voimakkaita sähkökenttiä tuottavia koneita, kuten magneettikuvauslaitteita, röntgenlaitteita, sähkömagneettisia varkaudenestojärjestelmiä tai metallinilmaisimia.
- Älä mittaa EKG:tä hoitojen, kuten leikkausten tai defibrillaation, aikana.
- Mittaa EKG ympäristössä, jonka lämpötila on 12 °C–40 °C ja suhteellinen kosteus 30 %–90 %.
- Varmista, että ranteesi ei ole liian kuiva EKG:tä mitatessasi. Voit saada tarkemmat EKG-signaalit, kun anturia koskettava iho on kostea ja lievästi hikinen tai ihovoiteinen.
- Jos sinulla on implantoitu sydämentahdistin, defibrillaattori tai jokin muu elektroninen laite kehon sisällä, älä mittaa EKG:tä.
- Jos sinulla on jokin muu rytmihäiriö kuin eteisvärinä, älä mittaa EKG:tä Samsung Health Monitor -sovelluksella.
- Samsung Health Monitor -sovellus ei tunnista sydänkohtauksia. Jos sinulla on epäilyttäviä sydänkohtauksen oireita, ota heti yhteyttä lääkäripäivystykseen.
- Voit saada tarkempia EKG-tuloksia, jos noudatat seuraavia mittausehtoja:
  - mittaus kaulakorujen ja muiden metalliesineiden poistamisen jälkeen
  - kellon mukana toimitetun hihnan käyttö metallihihnan sijaan.

Uniapneatoiminnon käyttöä koskevat varotoimet

- Älä käytä uniapneatoimintoa, jos sinulla on jo todettu uniapnea.
- Älä käytä Samsung Health Monitor -sovelluksen uniapneatoimintoa, jos sinulla on todettu jokin seuraavista sairauksista:
  - Liikkumiseen liittyvät sairaudet: Parkinsonin tauti, vapina tai jaksoittainen yöllinen raajaliikehäiriö (PLMS).
  - Sydänsairaudet: Sydämen vajaatoiminta (CHF), eteisvärinä
  - Keuhkosairaudet: Keuhkoahtaumatauti (COPD), keuhkoputkentulehdus, keuhkoemfyseema, keuhkofibroosi
- Älä käytä uniapneatoimintoa, jos olet alle 22-vuotias.
- Älä käytä uniapneatoimintoa, jos olet raskaana tai sinulla on tilapäisiä hengitysoireita flunssan, allergioiden, astman tai muiden sairauksien vuoksi, sillä tulokset voivat olla epätarkkoja.
- Älä muuta lääkeannostasi tai -aikatauluasi uniapneariskin tunnistustulosten perusteella keskustelematta lääkärin kanssa.
- Kello ei havaitse kaikkia obstruktiivisen uniapnean tapauksia. Kello havaitsee merkkejä kohtalaisesta tai vaikeasta obstruktiivisesta uniapneasta, mutta ei havaitse sentraalista uniapneaa.
- Valvontaviranomaiset eivät ole hyväksyneet kelloa happikyllästeisyyden mittauslaitteeksi.
- Samsung Health Monitor -sovelluksen uniapneatoiminto on esiseulontatyökalu, jota ei ole tarkoitettu korvaamaan pätevän terveydenhuollon ammattilaisen tekemää diagnoosia tai hoitoa. Jos vointisi on huono, ota yhteys lääkäriin, vaikka kello ei havaitsisi uniapnean merkkejä.

Verenpaineen mittaamisen aloittaminen

Esiasetukset ennen verenpaineen mittaamista

Anna profiilisi Samsung Health Monitor -sovelluksessa ja kalibroi kello ennen verenpaineen mittaamista. Jos et anna profiilia, et voi mitata verenpainettasi, ja jos et kalibroi kelloa tai jos joku muu kalibroi sen, lukemat eivät kelpaa.

Kalibroi kello mansetin sisältävällä verenpainemittarilla, kun mittaat verenpainetta ensimmäistä kertaa Samsung Health Monitor -sovelluksella kellon ostamisen jälkeen. Kalibroi se uudelleen ensimmäisen kalibroinnin jälkeen 28 päivän välein. Mansetin sisältävä verenpainemittari myydään erikseen.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health Monitor -kuvaketta ( ).

2 Napauta **Verenpaine** → **Avaa sovellus**.
Samsung Health Monitor -sovellus avautuu puhelimessasi.

3 Lue käyttöehdot ja napauta **Hyväksy**.

4 Anna profiilitietosi, kuten nimesi, sukupuolesi ja syntymäpäiväsi, ja napauta **Jatka**.

5 Napauta **Kalibroi kello**.

6 Pue verenpainemittarin mansetti sen käsivarren yläosaan, jossa kello ei ole. Katso verenpainemittarin käyttöoppaasta lisätietoja mansetin oikeasta pukemisesta.

7 Suorita kalibrointi noudattamalla näytön ohjeita.

Verenpaineen mittaaminen

Voit mitata verenpaineen käyttämällä kellon optista biosignaalianturia ilman muita lääkinnällisiä laitteita, kuten mansetin sisältävää verenpainemittaria, kalibroinnin jälkeen.

Sinun on pidettävä kelloa samassa ranteessa kuin kalibroitaessa.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health Monitor -kuvaketta ().

2 Napauta **Verenpaine** → **Mittaa** → **OK**.
Tarkista mitattu systolinen ja diastolinen verenpaine ja syke näytöstä.

Verenpainelukemien tarkistaminen

Tarkista kellon näytön lukemat verenpaineesi mittaamisen jälkeen. Voit tarkastella aikaisempia lukemia ja tietoja yhdistetyn puhelimen Samsung Health Monitor -sovelluksessa. Jaa, poista ja hallitse tuloksia puhelimen Samsung Health Monitor -sovelluksessa.

Jos lukemat ovat epätavallisen korkeita tai matalia ja tunnet joitakin epätavallisia fyysisiä oireita, ota heti yhteyttä lähimpään sairaalaan ja pyydä lääkinnällisiä neuvoja. Jos kyseessä ei ole hätätilanne, mittaa vähintään kaksi kertaa uudelleen.

EKG:n mittaamisen aloittaminen

Esiasetukset ennen EKG:n mittaamista

Anna profiilisi Samsung Health Monitor -sovelluksessa ennen EKG:n mittaamista. Jos et anna profiiliasi, et voi mitata EKG:täsi.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health Monitor -kuvaketta ( ).

2 Napauta **EKG** → **OK**.
Samsung Health Monitor -sovellus avautuu puhelimessasi.

3 Lue käyttöehdot ja napauta **Hyväksy**.

4 Anna profiilitietosi, kuten nimesi, sukupuolesi ja syntymäpäiväsi, ja napauta **Jatka**.

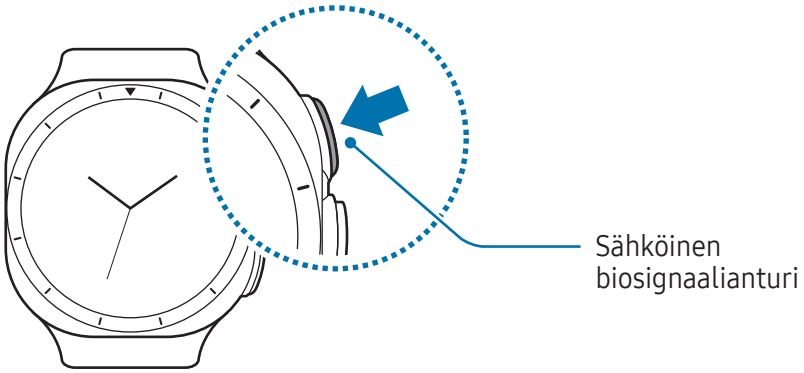
5 Napauta **Määritä EKG** ja valmistaudu EKG:n mittaamiseen noudattamalla näytön ohjeita.

EKG:n mittaaminen

Hallitse terveyttäsi tarkistamalla sydämen tila etukäteen EKG-mittaustulosten avulla.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health Monitor -kuvaketta ( ).

2 Napauta **EKG** → **OK** ja aseta sormi kevyesti sähköisen biosignaalianturin päälle. Älä jätä tilaa ranteen ja kellon väliin.



Mittaaminen alkaa ja EKG-aalto tulee näyttöön.

3 Tarkastele mitattuja EKG-tuloksia näytössä. Napauta **Lisää oireita**, valitse muut fyysiset oireet, joita tunnet, ja napauta sitten **Tallenna**.

EKG-tulosten tarkasteleminen

Tarkastele tuloksia ja EKG-aaltoa kellossa ja yhdistetyn puhelimen Samsung Health Monitor -sovelluksen näytössä EKG:n mittaamisen jälkeen. EKG-aallossa näkyy sydämen sykerytmi ja sähköinen toiminta, ja se on jaettu useaan osaan. Jaa EKG-kaavio ja tulokset lääkärisi kanssa, jotta saat tarkan diagnoosin yksityiskohtaisemman tarkastuksen kautta, jos EKG-aallosta ja lukemista löytyy poikkeavia tuloksia.

Voit tarkastella aikaisempia tuloksia ja tietoja yhdistetyn puhelimen Samsung Health Monitor -sovelluksessa. Jaa, poista ja hallitse tuloksia puhelimen Samsung Health Monitor -sovelluksessa.

- **Sinusrytmi**: Normaali sykerytmi, joka on välillä 50–100 lyöntiä minuutissa.
- **Eteisvärinä**: Rytmihäiriötyyppi, jossa sydän sykkii epäsäännöllisesti. Ota yhteyttä lääkäriisi.
- **Eteisvärinä ja korkea syke**: Kun syke on 100–150 lyöntiä minuutissa ja EKG-aalto lajitellaan luokkaan **Eteisvärinä**. Ota yhteyttä lääkäriisi.
- **Korkea syke**: Kun syke on 100–150 lyöntiä minuutissa ja EKG-aalto lajitellaan luokkaan **Sinusrytmi**. Ota yhteys lääkäriin, jos tuloksesi viittaavat jatkuvasti luokkaan **Korkea syke** ja leposykkeesi on epätavallisen korkea.
- **Epävarma**: Tulos ei ole **Sinusrytmi** eikä **Eteisvärinä** ja täyttää jonkin seuraavista ehdoista:
  - Ennenaikaiset kammioiden supistukset (PVC).
  - Kun syke on alle 50 tai yli 150 lyöntiä minuutissa.
  - Kun syke on epäsäännöllinen, mutta kyseessä ei ole **Eteisvärinä**.

- **Huono mittaustulos**: Näkyy, kun EKG-mittaustuloksen analysoinnissa käytettyjä signaaleja ei mitata oikein. Suorita tällöin mittaus uudelleen.

Ota yhteyttä lääkäriisi, jos **Epävarma** tai **Huono mittaustulos** tulee jatkuvasti näkyviin ja tunnet joitakin epätavallisia fyysisiä oireita.

- Jos **Huono mittaustulos** tulee jatkuvasti näkyviin, pyyhi sähköinen biosignaalianturi ja mittaa EKG:si uudelleen. Signaalissa voi olla katkoksia, jotka johtuvat anturia vasten olevan ihon kuivuudesta tai ranteen karvoituksesta. Jos näin käy, kostuta ihoasi esimerkiksi ihovoiteella tai aja karvat ja mittaa EKG sitten.
- Jos EKG-aalto näkyy ylösalaisin, EKG:si analysointi ei ehkä toimi oikein. Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) ja napauta **Yleiset** → **Suunta** ja tarkista sen ranteen asetukset, jossa käytät kelloa, ja painikkeiden sijainti. Pue sitten kellosi oikean suuntaisesti ja mittaa EKG uudelleen.

Sydämen epäsäännöllisen rytmin ilmoitustoiminnon käyttäminen

Jos kellosi havaitsee peräkkäisiä epäsäännöllisiä sydämenlyöntejä sydämen epäsäännöllisestä rytmistä ilmoittavan toiminnon avulla, se tunnistaa luokkaan **Eteisvärinä** viittaavat epäsäännölliset sydämen rytmijaksot. Tällöin kello näyttää ilmoituksen, että se on havainnut sydämen epäsäännöllisen rytmin, ja kehottaa sinua tekemään EKG-mittauksen. Tämän toiminnon avulla voit saada apua sydämesi kuntoon liittyvien mahdollisten riskien käsittelyyn.

Napauta **Suorita EKG**, kun sydämen epäsäännöllisen rytmin näyttö tulee näkyviin, ja mittaa EKG.

- EKG-mittauksen mukaan voit ottaa tämän toiminnon käyttöön tai poistaa sen käytöstä puhelimesi Samsung Health Monitor -sovelluksessa.
- Tämän ominaisuuden käyttömahdollisuus määräytyy alueen mukaan.

Uniapneatoiminnon käyttämisen aloittaminen

Esiasetukset ennen uniapneatoiminnon käyttöä

Anna profiilisi Samsung Health Monitor -sovelluksessa ennen uniapneatoiminnon käyttämistä. Jos et anna profiiliasi, et voi käyttää uniapneatoimintoa.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health Monitor -kuvaketta ( ).

2 Napauta **Uniapnea** → **OK**.
Samsung Health Monitor -sovellus avautuu puhelimessasi.

3 Lue käyttöehdot ja napauta **Hyväksy**.

4 Anna profiilitietosi, kuten nimesi, sukupuolesi ja syntymäpäiväsi, ja napauta **Jatka**.

5 Napauta **Seuraava** ja valmistaudu uniapneatoiminnon käyttöön noudattamalla näytön ohjeita.

Uniapneatoiminnon käyttäminen

Voit hallita terveyttäsi tarkistamalla mahdolliset uniapneaoireet kotona käymättä lääkärillä.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Health Monitor -kuvaketta ( ).

2 Napauta **Uniapnea** → **Jatka** ja ota toiminto käyttöön napauttamalla **Uniapneatoiminto**-kytkintä.

3 Napauta **OK** ja nuku kello ranteeseesi puettuna kaksi yötä seuraavien kymmenen päivän aikana.

- Ennen nukkumaanmenoa lataa kellon akku niin, että sen varaustaso on yli 30 %.
- Uniapnean tarkka havaitseminen edellyttää vähintään neljän tunnin jatkuvaa unta.

Uniapneariskin tunnistuksen tulosten tarkistaminen

Kello mittaa veren hapen suhteellisen laskun unen aikana ja havaitsee sen avulla hengityshäiriöt, jotka voivat olla merkki uniapneasta. Saatat saada ilmoituksen, jos kellosi havaitsee merkkejä kohtalaisesta tai vaikeasta obstruktiivisesta uniapneasta kahden onnistuneen unenaikaisen mittauksen jälkeen.

Jos saat ilmoituksen, että kellosi on havainnut merkkejä kohtalaisesta tai vaikeasta obstruktiivisesta uniapneasta, kerro siitä lääkärille jatkotutkimuksia varten. Vaikka uniapneasta ei löytyisi merkkejä, ota yhteys lääkäriin, jos tunnet olosi epämukavaksi.

Voit tarkastella tuloksia yhdistetyn puhelimen Samsung Health Monitor -sovelluksessa.

Älä käytä uniapneatoimintoa uudelleen, ennen kuin olet keskustellut lääkärin kanssa.

- Jokainen unitietojen analyysi voi kestää jopa 90 minuuttia tai kauemmin.
- Samsung Health Monitor -sovelluksen uniapneatoiminto ei ole terveydentilan seurannan väline, joten odota vähintään 30 päivää, ennen kuin käytät sitä uudelleen, vaikka sinulla ei mielestäsi olisikaan terveysongelmia.

GPS

Kellossa on GPS-antenni, joten voit tarkistaa sijaintitietosi reaaliaikaisesti ilman yhteyttä puhelimeen.

Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Sijainti** ja ota kytkin käyttöön napauttamalla sitä.

- Kun kellosi ja puhelin on yhdistetty, tämä toiminto käyttää puhelimesi GPS-toimintoa. Ota puhelimen sijaintitoiminto käyttöön, jotta voit käyttää GPS-anturia.
- Kellosi GPS-antennia käytetään Samsung Health -toimintoa ja terveysalustasovelluksia käytettäessä, vaikka kellosi olisi yhdistetty puhelimeesi.
- GPS-signaali voi heiketä olosuhteissa, joissa signaalille on esteitä alavilla alueilla, kuten rakennusten välissä, tai sisätiloissa, metsäisessä tai mäkisessä maastossa, veden alla tai huonolla säällä.

Musiikki

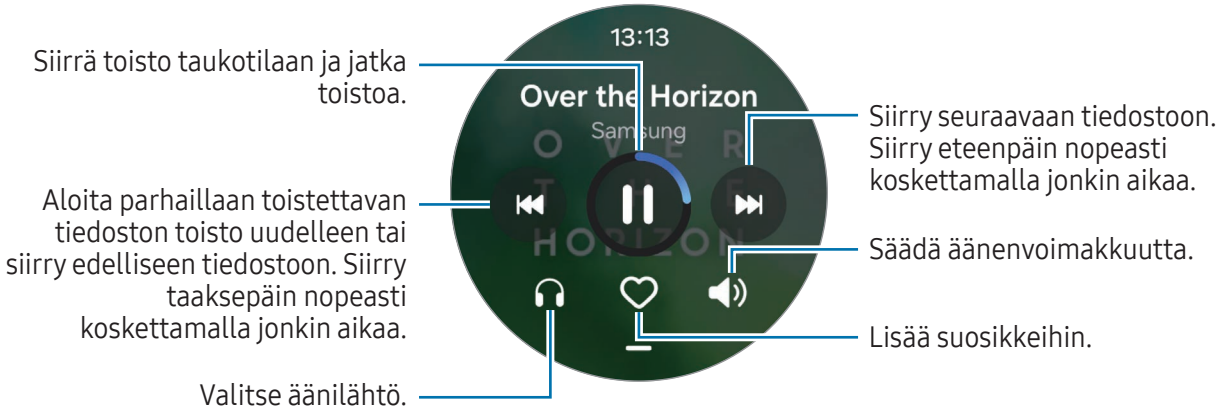
Esittely

Voit kuunnella kelloosi tallennettua musiikkia.

Musiikin käyttäminen

Napauta Sovellukset-näytössä Musiikki-kuvaketta ( ).

Avaa Kirjasto-näyttö vetämällä Jono ja asetukset -kuvaketta (—) ylöspäin ja napauttamalla **Kirjasto**. Kirjastonäytössä voit tarkastella soittolistaa ja järjestää musiikin kappaleittain, albumeittain ja esittäjittäin.



Kelloosi tallennettujen äänitiedostojen hallinta

Voit tarkastella kellossasi olevia äänitiedostoja tyypin mukaan luokiteltuina ja hallita niitä lisäämällä tai poistamalla niitä tarpeen mukaan. Voit synkronoida äänitiedostot automaattisesti puhelimestasi kelloosi.

1 Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi.

2 Napauta Kellon asetukset -kuvaketta ( ) → **Hallitse sisältöä**.

3 Valitse **Kellossa olevat kappaleet**.
Kelloosi tallennetut äänitiedostot tulevat näkyviin luokan mukaan järjestettyinä.
- Voit lähettää äänitiedostoja puhelimestasi kelloosi napauttamalla Lisää-kuvaketta (+), valitsemalla äänitiedostot ja napauttamalla sitten **Lisää kelloon**.
- Voit poistaa kelloosi tallennettuja äänitiedostoja koskettamalla poistettavaa tiedostoa jonkin aikaa ja napauttamalla **Poista**.

Voit synkronoida puhelimessasi olevat äänitiedostot kellosi kanssa kuuden tunnin välein ottamalla **Aut. synkronointi** -kytkimen käyttöön napauttamalla sitä. Napauta sitten **Synkr. soittolistat**, valitse kelloosi tuotavat soittolistat ja napauta sitten **Valmis**. Valitut soittolistat synkronoidaan automaattisesti kelloosi, kun sen akun jäljellä oleva varaus on yli 15 % ja kun kellon virransäästötila on poissa käytöstä.

Jos **Synkr. soittolistat** -toiminto ei tule näkyviin, varmista, että Samsung Music -sovellus on asennettu puhelimeesi.

Mediaohjain

Esittely

Voit ohjata kelloosi tai yhdistettyyn puhelimeen asennettua mediasovellusta musiikin ja videoiden toistossa.

Voit avata tämän sovelluksen automaattisesti kellostasi, kun toistat musiikkia tai videoita yhdistetyssä puhelimessa, napauttamalla Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Edistykselliset toiminnot** ja ottamalla **Käynnistä mediasäätimet autom.** -kytkimen käyttöön napauttamalla sitä.

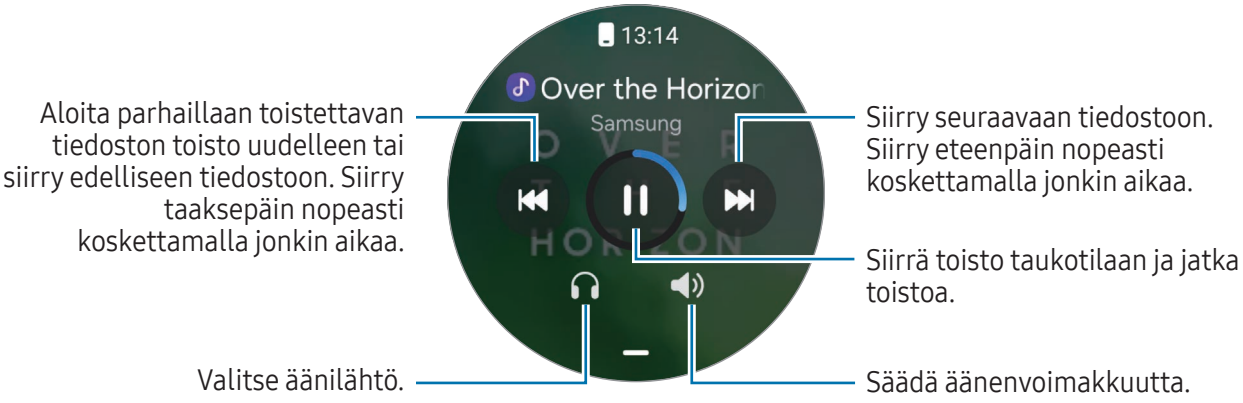
Musiikkisoittimen ohjaaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Mediaohjain-kuvaketta ( ).

2 Valitse **Puhelin** tai **Kello**.

Kun valitset **Puhelin**, musiikki toistetaan yhdistetyn puhelimen musiikkisovelluksesta ja voit ohjata musiikkisoitinta kellollasi.

Kun valitset **Kello**, musiikki toistetaan kellon musiikkisovelluksesta ja voit kuunnella musiikkia kellon kaiuttimesta tai yhdistetystä Bluetooth-kuulokemikrofonista.



Videosoittimen ohjaaminen

1 Aloita videon toisto yhdistetyssä puhelimessa.

2 Napauta Sovellukset-näytössä Mediaohjain-kuvaketta ( ).

Voit ohjata videosoitinta kellollasi.

Reminder

Voit tallentaa tehtäviä muistutuksiksi ja vastaanottaa ilmoituksia määrittämäsi ehdon mukaisesti.

- GPS-toiminnon on oltava käytössä, jotta sijaintimuistutuksia voi käyttää. Sijaintimuistutusten käyttömahdollisuus määräytyy mallin mukaan.
- Kaikki kellosi muistutukset synkronoidaan yhdistetyn puhelimen kanssa automaattisesti, jolloin voit vastaanottaa hälytykset ja tarkistaa ne myös puhelimessa.

Reminder-sovelluksen käyttäminen

Napauta Sovellukset-näytössä Reminder-kuvaketta ( ).

- Voit luoda muistutuksia napauttamalla Kirjoita muistutus -kuvaketta ( ).
- Voit viimeistellä muistutukset napauttamalla Valmis-kuvaketta ( ) tai valitsemalla muistutuksen ja napauttamalla **Valmis**.
- Voit palauttaa muistutuksia napauttamalla Siirtymisruutu-kuvaketta ( ) → **Valmis**, valitsemalla palautettavan muistutuksen ja napauttamalla sitten **Palauta**.
- Voit poistaa muistutuksen koskettamalla muistutusta jonkin aikaa ja napauttamalla **Poista**.

Kalenteri

Voit lisätä tapahtumia, jolloin voit hallita aikatauluasi tavallista tehokkaammin.

Napauta Sovellukset-näytössä Kalenteri-kuvaketta ( ) → Lisää tapahtuma -kuvake ( ).

Bixby

Bixby on käyttöliittymä, jonka avulla voit käyttää kelloasi tavallista kätevämmin.

Voit puhua Bixbylle. Bixby käynnistää haluamasi ominaisuuden tai näyttää haluamasi tiedot. Lisätietoja on osoitteessa www.samsung.com/bixby.

- Varmista, ettei kellon mikrofoni ole peitettynä, kun puhut siihen.
- Bixby on saatavilla vain tietyillä kielillä, ja tietyt toiminnot eivät ehkä ole saatavilla omalla alueellasi.

Bixbyn aktivoiminen

Paina koti-painiketta jonkin aikaa ja sano Bixbylle, mitä haluat. Kun haluat käyttää tätä toimintoa, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (), napauta **Painikkeet ja eleet**, napauta **Pitkä painallus** kohdassa **Koti-painike** ja valitse sitten **Bixby**.

Voit myös sanoa aktivointilauseen, kuten ”Hi, Bixby” tai ”Bixby”, ja sanoa sitten, mitä haluat.

Aktivointilauseen määrittäminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta () ja napauta **Edistykselliset toiminnot** → **Bixby**.

2 Napauta **Puheaktivointi** → **Aktivointi-ilmaus** ja valitse haluamasi aktivointilause.

Sää

Voit tarkastella kellossa säätä paikkakunnilla, jotka on määritetty yhdistetyssä puhelimessa.

Napauta Sovellukset-näytössä Sää-kuvaketta ().

Voit tarkastella säätietoja, kuten säätä kellonajoittain tai viikoittain, käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin.

Jos haluat lisätä toisen kaupungin säätiedot, napauta **Sijaintien hallinta** → **Hallitse puhelim.** ja lisää kaupunki yhdistetystä puhelimesta.

Hälytys

Aseta ja hallitse kellon ja puhelimen hälytyksiä erikseen.

Kun kellosi on yhdistetty puhelimeesi Bluetoothin avulla, voit tarkastella kaikkia puhelimessasi olevia hälytysluetteloita kellosta.

Hälytysten asettaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Hälytys-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Lisää kelloon**, jos haluat asettaa hälytyksiä, jotka aktivoituvat vain kellossasi.
Voit lisätä hälytyksen myös yhdistetystä puhelimesta napauttamalla **Lisää puhelimella**.

3 Napauta syöttökenttää, määritä hälytysaika käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä ja napauta **Seuraava**.

4 Määritä muut hälytysasetukset, kuten hälytyksen aktivoitumispäivä ja toistuvuus, ja napauta **Tallenna**.
Tallennettu hälytys lisätään hälytysluetteloon.

Voit ottaa hälytykset käyttöön tai poistaa ne käytöstä napauttamalla kytkintä hälytyksen vieressä hälytysten luettelossa.

Hälytysten sammuttaminen

Sammuta hälytys vetämällä Hylkää-kuvake ( ) suuren ympyrän ulkopuolelle. Voit myös pyyhkäistä kosketusreunaa myötäpäivään.

Jos haluat käyttää torkkutoimintoa, vedä Torkku-kuvake ( ) suuren ympyrän ulkopuolelle. Voit myös pyyhkäistä kosketusreunaa vastapäivään.

Hälytyksen poistaminen

Kosketa hälytystä hälytysluettelossa jonkin aikaa ja napauta sitten **Poista**.

Maailmankello

Napauttamalla Sovellukset-näytössä Maailmankello-kuvaketta ( ) voit tarkastella puhelimesta lisättyjä maailmankelloja.

Jos haluat lisätä maailmankellon, napauta **Lisää puhelimella**. Jos taas olet lisännyt maailmankelloja, napauta **Hallitse puhelim.** ja lisää tai poista sitten maailmankello yhdistetyssä puhelimessa.

Ajastin

Ajastimen asettaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Ajastin-kuvaketta ( ).

2 Napauta Mukauta-kuvaketta ( ).

3 Napauta syöttökenttää, määritä kesto käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin näytössä ja napauta Käynnistys-kuvaketta ( ).

Jos valitset esiasetuksen, ajastin käynnistyy heti. Saat myös näkyviin lisää esiasetuksia käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin.

Ajastimen hylkääminen

Kun ajastinaika on päättynyt, vedä Hylkää-kuvake ( ) suuren ympyrän ulkopuolelle. Voit myös pyyhkäistä kosketusreunaa myötäpäivään.

Voit käynnistää ajastimen uudelleen vetämällä Toista-kuvakkeen ( ) suuren ympyrän ulkopuolelle. Voit myös pyyhkäistä kosketusreunaa vastapäivään.

Sekuntikello

1 Napauta Sovellukset-näytössä Sekuntikello-kuvaketta ().

2 Valitse haluamasi sekuntikellotyyli käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä vasemmalle tai oikealle.
Voit vaihtaa sekuntikellon tyyliä koskettamalla näyttöä jonkin aikaa.

3 Voit ajoittaa tapahtuman napauttamalla **Käynnistä**-vaihtoehtoa tai Käynnistä-kuvaketta ().
Voit tallentaa kierrosajat tapahtuman ajan mittauksen aikana napauttamalla **Kierros** tai napauttamalla Kierros-kuvaketta ().

4 Voit pysäyttää ajanoton napauttamalla **Lopeta** tai napauttamalla Lopeta-kuvaketta ().
- Voit aloittaa ajan mittauksen uudelleen napauttamalla **Jatka** tai napauttamalla Jatka-kuvaketta ().
- Voit tyhjentää kierrosajat napauttamalla **Nollaa** tai napauttamalla Nollaa-kuvaketta ().

Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta () → **Painikkeet ja eleet** → **Toiminto** ja valitse **Sekuntikello**, jos haluat käynnistää ja ohjata sekuntikelloa suoraan pikapainikkeella. Käytön aikana voit pysäyttää ajastimen tai jatkaa sitä painamalla pikapainiketta, ja voit tallentaa kierrosajan painamalla sitä kahdesti. Kun se on pysäytettynä, voit poistaa kaikki kierrosajat painamalla pikapainiketta jonkin aikaa. (Galaxy Watch Ultra2)

Galleria

Esittely

Voit käyttää kelloosi tallennettuja tai puhelimesi kanssa synkronoituja kuvia, albumeja ja tarinoita. Voit myös mukauttaa kellotaulua kuvien avulla.

Kelloosi tallennettujen kuvien hallinta

Voit tarkastella kellossasi olevia kuvia tyypin mukaan luokiteltuina ja hallita niitä lisäämällä tai poistamalla niitä tarpeen mukaan. Voit synkronoida kuvat automaattisesti puhelimestasi kelloosi.

1 Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi.

2 Napauta Kellon asetukset -kuvaketta () → **Hallitse sisältöä**.

3 Valitse **Kellossa olevat kuvat**.
Kelloosi tallennetut kuvat tulevat näkyviin luokan mukaan järjestettyinä.
- Voit lähettää kuvan puhelimestasi kelloosi napauttamalla Lisää-kuvaketta (+), valitsemalla kuvan ja napauttamalla sitten **Valmis**.
- Voit poistaa kelloosi tallennettuja kuvia koskettamalla poistettavaa tiedostoa jonkin aikaa ja napauttamalla **Poista** → **Valmis**.

Voit synkronoida puhelimessasi olevat kuvat kellosi kanssa kuuden tunnin välein ottamalla **Synkronoi albumit automaattisesti** -kytkimen käyttöön napauttamalla sitä. Napauta sitten **Synkronoitavat albumit**, valitse kelloon tuotavat albumit ja napauta sitten **Valmis**. Valitut albumit synkronoidaan automaattisesti kelloosi, kun sen akun jäljellä oleva varaus on yli 15 % ja kun kellon virransäästötila on poissa käytöstä.

Kuvien katseleminen

Voit tarkastella ja hallita kelloosi tallennettuja kuvia.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Galleria-kuvaketta ( ).

2 Valitse luokka.

3 Selaa luetteloa käyttämällä kosketusreunaa tai pyyhkäisemällä näytössä ylös- tai alaspäin ja valitse kuva.

Lähentäminen tai loitontaminen

Kun tarkastelet kuvaa, lähennä tai loitonna kuvaa kaksoisnapauttamalla, levittämällä kahta sormea erilleen tai nipistämällä niitä yhteen kuvan kohdalla.

Kun kuva näkyy suurennettuna, voit katsella kuvan muita osia selaamalla näyttöä eri suuntiin.

Kellotaulun mukauttaminen

Voit katsella kuvia kellotaulussasi sen jälkeen, kun olet mukauttanut sitä kuvilla. Lisätietoja on kohdassa Kellotaulun mukauttaminen kuvan avulla.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Galleria-kuvaketta ().

2 Kosketa käytettävää kuvaa jonkin aikaa.
Jos haluat valita lisää kuvia, käytä reunaa tai pyyhkäise näytössä vasemmalle tai oikealle ja valitse kuvat.

3 Napauta Lisää puhelimeen -kuvaketta () ja valitse kellotaulun tyyppi.

Kuvien poistaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Galleria-kuvaketta ().

2 Poista kuva koskettamalla sitä jonkin aikaa.
Jos haluat valita lisää poistettavia kuvia, käytä reunaa tai pyyhkäise näytössä vasemmalle tai oikealle ja valitse muut poistettavat kuvat.
Jos haluat valita kaikki kuvat, napauta **Kaikki**.

3 Napauta Poista-kuvaketta ().

Samsung Find

Jos kadotat puhelimen tai muun päälle puettavan laitteen, joka on rekisteröity samaan Samsung-tiliin kuin kellosi, voit etsiä sen kellosi avulla. Voit myös tarkistaa muiden esimääritettyjen henkilöiden sijainnin tai jakaa oman sijaintisi heidän kanssaan.

Jos tämä sovellus ei toimi oikein, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Sovellukset** → **Sovellusluettelo** → **Samsung Find** → **Käyttöoikeudet** → **Sijainti** ja valitse **Aina**.

Ihmisten etsiminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Etsi-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Ihmiset**.

3 Valitse luettelosta henkilö, jonka haluat etsiä.
Henkilön sijainti näkyy kartalla. Saat henkilön tarkan sijainnin näkyviin napauttamalla Lisää-kuvaketta ( ).

Omien laitteiden etsiminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Etsi-kuvaketta ( ).

2 Napauta **Laitteet**.

3 Valitse luettelosta laite, jonka haluat etsiä.
Laitteesi sijainti näkyy kartalla. Saat tarkan osoitteen näkyviin napauttamalla Lisää-kuvaketta ( ).

Hätäviestin lähettäminen

Esittely

Hätätilanteessa, esimerkiksi kun olet loukkaantunut kaaduttuasi, voit soittaa hätäpuhelun ja lähettää aiemmin rekisteröidyille yhteyshenkilöille hätäviestin, joka sisältää sijaintitietosi. Voit myös määrittää kellosi näyttämään lääkinnälliset tietosi hätäviestin lähettämisen jälkeen.

- Jos kellon GPS-ominaisuus ei ole käytössä ja sitä tarvitaan sijaintitietojesi lähettämiseen, se otetaan automaattisesti käyttöön sijainnin selvittämistä varten.
- Sijaintialueesi tai tilanteesi mukaan voi olla, että sijaintitietojasi ei lähetetä.

Hätäpyynnön esiasetukset

Lääkinnällisten tietojen syöttäminen

Syötä lääketieteelliset tietosi, kuten nimesi ja veriryhmäsi. Nämä tiedot ovat käytettävissä suoraan kellossasi hätätilanteen aikana.

1 Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi ja napauta Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Turvallisuus ja hätätilanteet**.

2 Napauta **Terveystiedot**, syötä tietosi ja napauta sitten **Tallenna**.

Kun lähetät hätäviestin, syötetyt lääketieteelliset tiedot näkyvät kellosi hätänäytössä.

Hätäyhteyshenkilöiden rekisteröinti

Voit lisätä yhteyshenkilöt, jotka voivat auttaa sinua, kun lähetät hätäviestin.

1 Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi ja napauta Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Turvallisuus ja hätätilanteet**.

2 Napauta **Hätäyhteyshenkilöt**.

3 Napauta **Lisää hätäyhteyshenkilö**, valitse yhteystiedoistasi haluamasi yhteyshenkilöt ja napauta sitten **Valmis**.

Hätäviestin pyytäminen

Hätäviestipyynnön määrittäminen

1 Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi ja napauta Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Turvallisuus ja hätätilanteet**.

2 Napauta **Hätäpuhelu** ja määritä hätäpyyntö.

- Voit valita yhteyshenkilön hätäpuhelun soittamista varten napauttamalla **Hätänumero, johon soittaa** ja valitsemalla yhteyshenkilön tai kirjoittamalla sen manuaalisesti.
- Jos haluat lähettää hätäyhteyshenkilöille hätäviestin, joka sisältää nykyisen sijaintisi, ota **Lähetä hätäviesti hätäyhteyshenk.** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä. Lisätietoja niiden hätäyhteyshenkilöiden määrittämisestä, joille lähetetään viesti, on kohdassa Hätäyhteyshenkilöiden rekisteröinti.
- Jos haluat soittaa hätäpuhelun automaattisesti ja lähettää hätäviestin hätäpyyntönäytössä näkyvän ajastinajan kuluttua, poista **Vaadi pyyhkäisyä soittamiseen** -kytkin käytöstä napauttamalla sitä ja aseta ajastinaika, jonka kuluttua hätäpyyntö lähetetään, napauttamalla **Takaisinlaskenta**.

Hätäpyynnön lähettäminen

1 Paina hätätilanteessa kellon koti-painiketta viisi kertaa.

2 Vedä Hätäpuhelu-kuvake (SOS) suuren ympyrän ulkopuolelle. Voit myös pyyhkäistä kosketusreunaa vastapäivään.
Hätäyhteyshenkilöllesi soitetaan.

3 Kun puhelu on soitettu, vedä Aloita jako -kuvake (SOS) suuren ympyrän ulkopuolelle. Voit myös pyyhkäistä kosketusreunaa vastapäivään.
Nykyinen sijaintisi jaetaan hätäyhteyshenkilöiden kanssa, ja hätänäyttö tulee näkyviin kelloosi.

- Jos et halua soittaa puhelua tai jakaa nykyistä sijaintiasi, vedä Peruuta-kuvake (✕) hätäpyyntönäytössä suuren ympyrän ulkopuolelle. Voit myös pyyhkäistä kosketusreunaa myötäpäivään.
- Jos **Lähetä hätäviesti hätäyhteyshenk.** -toiminto on poissa käytöstä, nykyisen sijaintisi sisältävää viestiä ei lähetetä hätäyhteyshenkilöille.

Sireenin soittaminen (Galaxy Watch Ultra2)

Hätätilanteessa voit soittaa sireenin ääntä saadaksesi jonkun henkilön huomion, kertoaksesi missä olet ja pyytääksesi apua. Kun hätänäyttö tulee näkyviin kelloosi hätäpyynnön jälkeen, voit soittaa sireenin ääntä napauttamalla **Käynnistä sireeni**.

Voit soittaa sireenin myös painamalla pikapainiketta jonkin aikaa. Paina pikapainiketta viisi sekuntia, jolloin ajastin käynnistyy ennen sireenin äänen soittoa. Voit peruuttaa sireenin äänen soiton ajastimen ajan kuluessa painamalla mitä tahansa kellosi painiketta tai napauttamalla Peruuta-kuvaketta (). Voit pysäyttää sireenin äänen soiton sen alettua painamalla Pysäytä-kuvaketta () tai painamalla pikapainiketta yli kolme sekuntia. Jos sireenin ääntä ei soiteta, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (), napauta **Painikkeet ja eleet** ja ota sitten **Sireeni**-kytkin käyttöön napauttamalla sitä.

Hätäviestin pyytäminen kaatumisen ja loukkaantumisen jälkeen

Kaatumisen ja loukkaantumisen jälkeisen hätäviestin määrittäminen

1 Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi ja napauta Kellon asetukset -kuvaketta () → **Turvallisuus ja hätätilanteet**.

2 Napauta **Rajun kaatumisen tunnistus**, ota kytkin käyttöön napauttamalla sitä ja aseta sitten hätäpyyntö lähetettäväksi, kun olet loukkaantunut kaaduttuasi.

- Kun haluat määrittää olosuhteet, joissa kellosi tulkitsee sinun olevan loukkaantunut kaatumisen takia, napauta **Milloin kaatumiset tunnistetaan**.
- Voit valita yhteyshenkilön hätäpuhelun soittamista varten napauttamalla **Hätänumero, johon soittaa** ja valitsemalla yhteyshenkilön tai kirjoittamalla sen manuaalisesti.
- Jos haluat kaaduttuasi ja loukkaannuttuasi lähettää hätäyhteyshenkilöille hätäviestin, joka sisältää nykyisen sijaintisi, ota **Lähetä hätäviesti hätäyhteyshenk.** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä. Lisätietoja niiden hätäyhteyshenkilöiden määrittämisestä, joille lähetetään viesti, on kohdassa Hätäyhteyshenkilöiden rekisteröinti.

Hätäpyynnön lähettäminen kaatumisen ja loukkaantumisen jälkeen

Kun ilmenee voimakas isku, kello havaitsee kaatumisen aiheuttaman loukkaantumisen käsivartesi liikkeen kautta. Jos mitään liikettä ei havaita yli 30 sekunnin kuluttua kaatumisen jälkeen, siihen tulee näkyviin hälytys ja se soittaa äänen ja värisee. Jos vastausta ei saada 60 sekunnin kuluttuakaan, hätäpuhelu soitetaan ja hätäviesti lähetetään aiemmin rekisteröidylle yhteyshenkilölle automaattisesti ajastinajan päättymisen jälkeen.

- Jos teet hyppyjä sisältävää harjoitusta, kello voi tulkita sinun kaatuneen ja loukkaantuneen. Peruuta tällöin hälytys, jotta hätäviestiä ei lähetetä.
- Jos **Lähetä hätäviesti hätäyhteyshenk.** -toiminto on poissa käytöstä, nykyisen sijaintisi sisältävää viestiä ei lähetetä hätäyhteyshenkilöille.
- Jos haluat soittaa hätäpuhelun ja lähettää hätäviestin manuaalisesti voimakkaan kaatumisen jälkeen, avaa **Wearable** -sovellus puhelimessasi, napauta Kellon asetukset -kuvaketta ( ) → **Turvallisuus ja hätätilanteet** → **Rajun kaatumisen tunnistus** ja ota sitten **Vaadi pyyhkäisyä soittamiseen** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä.

Sijaintitietojen jakamisen lopettaminen

Kun jaat sijaintitietosi, Hätäilmoitus-kuvake ( ) näkyy kellonäytössä ja voit tarkastella jakamisen tilaa ilmoituspaneelissa.

Jos haluat lopettaa sijaintitietojesi jakamisen, napauta ilmoituspaneelia ja napauta **Lopeta jako** → OK-kuvake ( ).

Jos et lopeta hätäviestien lähettämistä, laite lähettää sijaintitietosi sisältäviä lisäviestejä jatkuvasti aiemmin rekisteröidyille yhteyshenkilöille 15 minuutin välein 24 tunnin ajan ensimmäisen hätäviestin lähettämisestä. Viesti lähetetään kuitenkin vain, kun nykyinen sijaintisi on jonkin matkan päässä siitä sijainnista, josta viimeinen viesti lähetettiin.

Ääninauhuri

Voit äänittää tai toistaa puhemuistioita.

Napauta Sovellukset-näytössä Ääninauhuri-kuvaketta (), aloita tallennus napauttamalla Tallenna-kuvaketta () ja lopeta sitten tallennus napauttamalla Pysäytä-kuvaketta ().

- Kellossasi olevat tallennetut äänitiedostot voidaan transkriboida tekstiksi tallennustilan mukaan.
- Voit tarkistaa yhdistetyssä puhelimessasi olevat äänitiedostot, jotka synkronoidaan automaattisesti kellostasi.

Laskin

Voit suorittaa laskutoimituksia.

Napauta Sovellukset-näytössä Laskin-kuvaketta ().

Kompassi

Voit käyttää kelloasi kompassina. Voit myös lisätä välietappeja, tarkistaaksesi jokaisen välietapin etäisyyden ja suunnan ja saada opastusta reitin seurantaa varten reitin tallennustoiminnon avulla.

1 Napauta Sovellukset-näytössä Kompassi-kuvaketta ().

2 Napauta näytön keskikohtaa, napauta **Kalibroi** ja kalibroi kompassi heiluttamalla rannetta, jossa pidät kelloa.

Jos haluat nähdä lisätietoja, kuten nykyisen osoitteen, korkeuden tai pituusasteen, napauta kompassinäytön keskikohtaa ja napauta **Ota Sijainti käyttöön** → **Hyväksyn** → **Jatka**.

- Magneettisten aineiden, kuten langattoman laturin, läheisyys voi vaikuttaa kellon sisäiseen kompassianturiin ja heikentää sen tarkkuutta. Magneettisia aineita sisältävä metallihihna voi lisäksi vaikuttaa kellon sisäiseen kompassianturiin magneettivuon kautta sen mukaan, miten käytät hihnaa.
- Magneettiset häiriöt voivat vaikuttaa kompassianturiin, mikä huonontaa tarkkuutta, vaikka kompassi olisi kalibroitu tiiviisti rakennetussa kaupungissa, rakennuksen sisällä tai suljetussa sisätilassa, kuten pysäköintihallissa, tai auton sisällä.

Välietappitoiminnon käyttäminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Kompassi-kuvaketta ( ).

2 Vedä Avustajapaneeli-kuvaketta (—) ylöspäin ja napauta Lisää välietappi -kuvaketta ( ).

3 Valitse välietapin kuvake ja napauta **Tallenna**.
Jos napautat näytön yläreunassa olevaa syöttökenttää, voit muuttaa välietapin nimeä.

Voit palata lisäämääsi välietappiin vetämällä kompassinäytössä Avustajapaneeli-kuvaketta (—) ylöspäin, napauttamalla Välietapit-kuvaketta ( ) ja napauttamalla sitten haluamasi välietapin vieressä olevaa Navigoi-kuvaketta ( ). Jos et löydä välietappia, varmista, että se on 80 kilometrin etäisyydellä nykyisestä sijainnistasi, ja yritä uudelleen.

Välietappien poistaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Kompassi-kuvaketta ( ).

2 Vedä Avustajapaneeli-kuvaketta (—) ylöspäin ja napauta Välietappi-kuvaketta ( ).

3 Valitse poistettava välietappi ja napauta **Poista** → OK-kuvake ( ).

Reitin tallentaminen ja takaisinseuranta

1 Napauta Sovellukset-näytössä Kompassi-kuvaketta ( ).

2 Vedä Avustajapaneeli-kuvaketta (—) ylöspäin ja napauta Tallenna reitti -kuvaketta ( ).
Reittisi näkyy kompassinäytössä.

3 Palaa aloituspisteeseen vetämällä Avustajapaneeli-kuvaketta (—) ylöspäin ja napauttamalla Takaisinseuranta-kuvaketta ( ).
Seuraa tallennettua reittiä kompassinäytössä.

4 Poista tallennettu reitti vetämällä Avustajapaneeli-kuvaketta (—) ylöspäin ja napauttamalla Poista reitti -kuvaketta ( ) → OK-kuvake ( ).

Tämä ominaisuus on optimoitu liikuntaan ja ulkoiluun, kuten kävelyyn, juoksuun, vaellukseen tai pyöräilyyn.

Budsien ohjain

Voit tarkistaa kelloon yhdistettyjen Galaxy Buds -nappikuulokkeiden akun tilan ja muuttaa niiden asetuksia.

Napauta Sovellukset-näytössä Budsien ohjain -kuvaketta ( ).

Kameraohjain

Voit etäohjata kelloon yhdistetyn puhelimen kameroita ja ottaa kuvia tai kuvata videoita etäältä.

Tämän sovelluksen käyttömahdollisuus määräytyy yhdistetyn puhelimen mukaan.

Valokuvan ottaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Kameraohjain-kuvaketta ( ).
Kamera-sovellus avautuu yhdistetyssä puhelimessa.

2 Katso esikatselunäyttöä ja ota kuva napauttamalla Ota kuva -kuvaketta ( ).

Videon kuvaaminen

1 Napauta Sovellukset-näytössä Kameraohjain-kuvaketta ( ).

Kamera-sovellus avautuu yhdistetyssä puhelimessa.

2 Vaihda kuvaustila videoksi napauttamalla Video-kuvaketta ( ) ja aloita videon kuvaaminen napauttamalla Aloita kuvaus -kuvaketta ( ).

Voit tehdä videosta ruudunkaappauksen tallennuksen aikana napauttamalla Tee ruudunkaappaus -kuvaketta ( ).

3 Lopeta videon kuvaaminen napauttamalla Lopeta tallennus -kuvaketta ( ).

Samsung Global Goals

Yhdistyneiden kansakuntien yleiskokouksen vuonna 2015 asettamat maailmanlaajuiset kestävän kehityksen tavoitteet koostuvat tavoitteista, joilla pyritään luomaan kestävä yhteiskunta. Näillä tavoitteilla on mahdollista poistaa köyhyys, torjua eriarvoisuutta ja pysäyttää ilmastonmuutos.

Samsung Global Goalsin avulla saat lisätietoja maailmanlaajuisista tavoitteista ja voit liittyä tulevaisuuden parantamiseen pyrkivään liikkeeseen.

SmartThings

Voit hallita kellosi avulla älylaitteita ja esineiden internetin (IoT) tuotteita, jotka on yhdistetty puhelimeesi.

1 Napauta Sovellukset-näytössä SmartThings-kuvaketta ().

2 Napauta **Kaikki rutiinit** tai **Kaikki laitteet** ja valitse sitten hallittava laite tai rutiini.

Jos haluat lisätä rutiineja tai laitteita, napauta **Näytä puhelimessa** ja lisää ne yhdistetyssä puhelimessa.

Jos et ole asentanut SmartThings-sovellusta yhdistettyyn puhelimeen tai jos kellon ja puhelimen SmartThings-sovelluksen versiot eivät täsmää, et voi käyttää tätä sovellusta. Lataa sovelluksen uusin versio puhelimeesi, kun napautat **Näytä puhelimessa**.

Syvyys (Galaxy Watch Ultra2)

Voit tarkistaa tiedot, kuten sukellusajan, syvyyden, veden lämpötilan ja enimmäissyvyyden vedenalaisen toiminnan aikana, kun käytät kelloasi.

Napauta Sovellukset-näytössä Syvyys-kuvaketta ().

- Jos haluat avata tämän sovelluksen automaattisesti veden alla kellossasi, napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta () → **Edistykselliset toiminnot** → **Käynnistä autom. sukellettaessa** ja valitse **Syvyys**. Voit myös asettaa **Syvyys**-kohdassa pisteen, jossa sovellus avataan automaattisesti.
- Kun kellosi havaitsee, että olet veden alla, Vesilukko-tila otetaan automaattisesti käyttöön eikä kosketustunnistus ehkä ole käytettävissä. Vesilukko-tila estää tahattomat toiminnot, kuten näytön napauttamisen tai syötteiden tekemisen, kun harjoittelet vedessä.

Mittayksikön vaihtaminen

Voit muuttaa veden syvyyden ja lämpötilan mittayksiköitä.

Napauta Sovellukset-näytössä Syvyys-kuvaketta () → **Asetukset**, valitse haluamasi vaihtoehto ja muuta mittayksiköitä.

Googlen sovellukset

Google tarjoaa joitakin sovelluksia kelloon. Joidenkin sovellusten käyttäminen edellyttää Google-tiliä.

- **Maps**: Etsi sijaintisi kartasta ja käytä etsintää GPS:n avulla.
- **Viestit**: Lähetä ja vastaanota viestejä kellossasi tai puhelimessasi.
- **Assistant**: Käytä kellon toimintoja tai etsi tietoja äänesi avulla.
- **Gemini**: Viesti Geminin kanssa, jos haluat käyttää eri toimintoja, kuten etsiä tietoja tai kirjoittaa sisältöä.

- Joidenkin sovellusten käyttömahdollisuus määräytyy operaattorin tai mallin mukaan.
- Google-sovellusten käyttäminen edellyttää, että kellosi on yhdistetty Wi-Fi- tai matkapuhelinverkkoon. Matkapuhelinverkkoyhteydellä varustetut mallit voivat käyttää sovellusta suoraan itse, kun taas Wi-Fi-mallit edellyttävät Bluetooth-yhteyttä puhelimeesi.

Asetukset

Esittely

Voit muokata toimintojen ja sovellusten asetuksia. Voit määrittää kellosi käyttötapojesi perusteella määrittämällä eri asetukset.

Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ).

Joidenkin Asetukset-näytön ominaisuuksien käyttömahdollisuus määräytyy alueen, operaattorin tai mallin mukaan.

Samsung account

Rekisteröi Samsung-tili yhdistetyssä puhelimessasi tai tarkastele aiemmin rekisteröityä Samsung-tiliä.

Napauta Asetukset-näytössä **Samsung account**.

Yhteydet

Wi-Fi

Voit ottaa Wi-Fi-toiminnon käyttöön ja muodostaa yhteyden Wi-Fi-verkkoon.

1 Napauta Asetukset-näytössä **Yhteydet** → **Wi-Fi** ja ota kytkin käyttöön napauttamalla sitä.

2 Valitse verkko Wi-Fi-verkkojen luettelosta.
Salasanaa vaativien verkkojen kohdalla näkyy lukkokuvake.

3 Napauta **Yhdistä**.

Jos et voi muodostaa yhteyttä Wi-Fi-verkkoon, käynnistä kellon Wi-Fi-toiminto tai langaton reititin uudelleen.

Bluetooth

Voit muodostaa yhteyden puhelimeen Bluetoothin avulla. Voit yhdistää myös muita Bluetooth-laitteita, kuten Bluetooth-kuulokemikrofonin.

Napauta Asetukset-näytössä **Yhteydet** → **Bluetooth**.

Varotoimia Bluetooth-toiminnon käyttöön

- Samsung ei vastaa Bluetooth-yhteydellä lähetettyjen tai vastaanotettujen tietojen mahdollisesta menettämisestä, sieppaamisesta tai väärinkäytöstä.
- Pidä aina huoli siitä, että jaat ja vastaanotat tietoa vain sellaisista laitteista, joihin luotat ja jotka on suojattu asianmukaisesti. Laitteiden välillä olevat esteet saattavat lyhentää toimintaetäisyyttä.
- Kaikki laitteet eivät ole välttämättä yhteensopivia laitteesi kanssa, kuten laitteet, jotka eivät ole Bluetooth SIG:n testaamia tai hyväksymiä.
- Bluetooth-ominaisuutta ei saa käyttää laittomiin tarkoituksiin (esimerkiksi tiedostojen piraattikopiointiin tai tietoliikenteen luvattomaan kuunteluun kaupallisissa tarkoituksissa). Samsung ei vastaa Bluetooth-ominaisuuden laittoman käytön seurauksista.

NFC ja kontaktittomat maksut

Tällä toiminnolla voit tarvittavien sovelluksien lataamisen jälkeen maksaa maksuja ja ostaa liikenne- tai tapahtumalippuja.

Napauta Asetukset-näytössä **Yhteydet** → **NFC ja kontaktittomat maksut**.

Kellossa on sisäinen NFC-antenni. Käsittele kelloa huolellisesti, jotta NFC-antenni ei vahingoitu.

Maksaminen NFC-toiminnon avulla

Ennen kuin voit maksaa NFC-toiminnon avulla, sinun on rekisteröidyttävä mobiilimaksupalveluun. Ota yhteys palveluntarjoajaan rekisteröitymistä tai lisätietojen saamista varten.

1 Napauta Asetukset-näytössä **Yhteydet** → **NFC ja kontaktittomat maksut** ja ota kytkin sitten käyttöön napauttamalla sitä.

2 Kosketa kellon NFC-antennialueella NFC-kortinlukijaa.

Voit asettaa oletussovelluksen napauttamalla Asetukset-näytössä **Yhteydet** → **NFC ja kontaktittomat maksut** → **Oletuslompakkosovellus** ja valitsemalla sitten sovelluksen.

Maksupalvelujen luettelossa ei ehkä ole kaikkia käytettävissä olevia maksusovelluksia.

Lentotila

Voit asettaa kellon poistamaan käytöstä kellon kaikki langattomat toiminnot. Voit käyttää ainoastaan niitä toimintoja, jotka eivät käytä verkkopalveluita.

Napauta Asetukset-näytössä **Yhteydet** ja ota sitten **Lentotila**-kytkin käyttöön napauttamalla sitä.

Noudata lentoyhtiön sääntöjä ja lentokoneen henkilökunnan ohjeita. Jos laitteen käyttäminen on sallittua, käytä sitä aina lentotilassa.

Matkap.verkot (matkapuhelinverkkoyhteydellä varustetut mallit)

Voit hallita matkapuhelinverkkoja mukauttamalla asetuksia.

Napauta Asetukset-näytössä **Yhteydet** → **Matkap.verkot** ja valitse haluamasi verkkoyhteysasetus.

- **Automaattinen**: Aseta kellon matkapuhelinverkkoyhteys otettavaksi käyttöön automaattisesti, kun Bluetooth-yhteys puhelimeesi katkeaa.

  - Kun kello yhdistetään puhelimeen Bluetoothin kautta, kellon matkapuhelinverkkoyhteys poistetaan käytöstä akkuvirran säästämistä varten. Tällöin et voi vastaanottaa kellon numeroon saapuvia viestejä ja puheluja.
  - Kun Bluetooth-yhteys puhelimeen katkaistaan, kellon matkapuhelinverkkoyhteys muodostetaan automaattisesti. Tällöin voit vastaanottaa kellon numeroon saapuvat viestit ja puhelut.

- **Aina käytössä**: Aseta laite käyttämään aina kellon matkapuhelinverkkoyhteyttä riippumatta siitä, onko yhteys puhelimeen olemassa.
- **Aina poistettu käytöstä**: Aseta laite olemaan käyttämättä kellon matkapuhelinverkkoyhteyttä.
- **Liittymätilaukset**: Tilaa operaattorin liittymätilaus tai lisäpalveluja.

- Joidenkin verkkoyhteyttä vaativien palvelujen käyttömahdollisuus voi määräytyä operaattorin mukaan.
- Jos et ole tilannut operaattorin matkapuhelinliittymää, kellon matkapuhelinverkko poistetaan käytöstä akkuvirran säästämistä varten, eikä verkkopalveluja ehkä voi käyttää.

Datankäyttö (matkapuhelinverkkoyhteydellä varustetut mallit)

Voit seurata datakäytön määrää ja mukauttaa rajoitusasetuksia. Aseta kello poistamaan mobiilidatayhteys automaattisesti käytöstä, kun mobiilidatan käytölle määritetty raja on saavutettu.

Napauta Asetukset-näytössä **Yhteydet** → **Datankäyttö**.

- **Aloita laskutusjakso**: Aseta tilauksesi datakäytön kuukausittainen alkamispäivä.
- **Aseta datankäyttörajoitus**: Ota käyttöön tai poista käytöstä toiminto, joka poistaa automaattisesti käytöstä mobiilidatayhteyden, kun mobiilidatan käytölle määritetty raja on saavutettu.
- **Datankäyttörajoitus**: Aseta mobiilidatan raja.

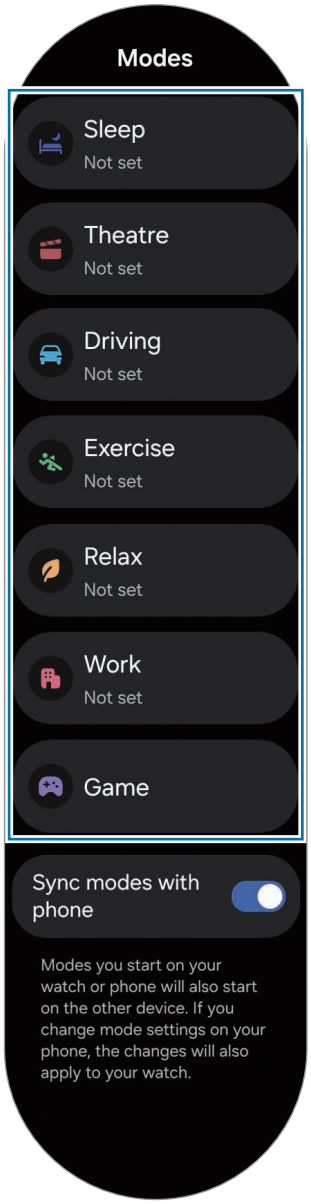
Tilat ja rutiinit

Toimintatilojen käyttäminen

Voit ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä tilat, jotka synkronoivat tiedot yhdistetyn puhelimen kanssa, nykyisen aktiivisuuden tai sijainnin perusteella.

Napauta Asetukset-näytössä **Tilat ja rutiinit** → **Tilat**.

1 Valitse haluamasi tila.



2 Napauta **Ota käyttöön**.

Automaattisesti suoritettavat tilat otetaan käyttöön, kun yhdistetyssä puhelimessa lisätyt ehdot havaitaan.

Jos haluat muuttaa tila-asetuksia, napauta **Aseta puhelim.** ja määritä asetukset yhdistetyssä puhelimessa.

Jos tilasynkronointi ei toimi yhdistetyn puhelimesi ja kellosi välillä, ota **Synkronoi tilat puhelimen kanssa** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä. Yhdistetyssä puhelimessa lisätyt uudet tilat tai muutetut tila-asetukset synkronoidaan kellon kanssa, tilojen toimintatila mukaan lukien.

Vain jotkin tilat ovat käytettävissä, jos **Synkronoi tilat puhelimen kanssa** -toiminto on poissa käytöstä tai jos yhdistetyssä puhelimessa on eri ohjelmistoversio.

Rutiinien käyttäminen

Voit ottaa yhdistettyyn puhelimeen synkronoitavat manuaaliset rutiinit käyttöön tai poistaa ne käytöstä. Voit esimerkiksi muuttaa ääniasetuksiasi.

Napauta Asetukset-näytössä **Tilat ja rutiinit** → **Rutiinit**.

1 Valitse haluamasi rutiini ja napauta sitten **Käynnistä**.

Jos rutiineja ei ole, napauta **Lisää puhelimella**, ja lisää manuaalinen rutiini yhdistettyyn puhelimeen.

2 Lopeta rutiinien suorittaminen napauttamalla **Pysäytä**.

Jos haluat muuttaa rutiinien asetuksia, napauta **Aseta puhelim.** ja määritä asetukset yhdistetyssä puhelimessa.

Yhdistetyn puhelimen ohjelmistoversio voi aiheuttaa sen, ettei tämä toiminto ole tuettu.

Äänet ja värinä

Voit muuttaa ääni- ja värinäasetuksia.

Napauta Asetukset-näytössä **Äänet ja värinä**.

- **Ääni** / **Värinä** / **Mykistä**: Aseta kello käyttämään äänitilaa, värinätilaa tai äänetöntä tilaa.
- **Värinä ja ääni**: Aseta kello värisemään ja toistamaan ääni.
- **Värinä**: Aseta värinän kesto ja voimakkuus.
- **Puhelun värinä**: Muuta puhelun värinäasetuksia.
- **Ilmoitusvärinä**: Muuta ilmoituksen värinäasetuksia.
- **Järjestelmän värinä**: Valitse toiminnot, joista saat värinäpalautteen.
- **Voimakkuus**: Säädä äänenvoimakkuutta.
- **Soittoääni**: Vaihda puhelun soittoääni.
- **Ilmoitusääni**: Muuta ilmoitusääntä.
- **Järjestelmän äänet**: Ota äänet käyttöön tietyissä toiminnoissa.

Ilmoitukset

Muuta ilmoitusasetuksia.

Napauta Asetukset-näytössä **Ilmoitukset**.

Näyttö

Voit muuttaa näyttöasetuksia.

Napauta Asetukset-näytössä **Näyttö**.

- **Kirkkaus**: Säädä näytön kirkkautta.
- **Mukautuva kirkkaus**: Aseta kello seuraamaan kirkkaussäätöjä ja käyttämään niitä automaattisesti samantapaisissa valaistusolosuhteissa.
- **Always On Display**: Aseta kellonäyttö ja joidenkin sovellusten näyttö pysymään käynnissä aina kellon käytön aikana. Akku voi kuitenkin kulua tavallista nopeammin tämän toiminnon käytön aikana.

- **Näytön aktivointi**: Valitse, miten näyttö käynnistetään. Lisätietoja on kohdassa Näytön käynnistäminen.
- **Näytön aikakatk.**: Määritä, kuinka kauan kello odottaa ennen näytön taustavalon sammuttamista.
- **Sovellus näkyy**: Aseta aika, jonka mukaisesti viimeksi käytetty sovellus pidetään käynnissä, kun näyttö sammutetaan. Jos käynnistät näytön uudelleen asettamasi ajan kuluessa näytön sammuttamisen jälkeen, viimeksi käyttämäsi sovelluksen näyttö tulee näkyviin kellonäytön sijaan.
- **Fontti**: Aseta näytön fonttityyli.
- **Kosketusherkkyys**: Lisää näytön kosketusherkkyyttä, jolloin sitä voi käyttää käsineet kädessä.
- **Näytä lataustiedot**: Aseta kello näyttämään lataustiedot, kun näyttö on sammutettuna lataamisen aikana.

Akku

Voit tarkistaa akun jäljellä olevan varauksen ja kellon käyttöajan. Jos akkuvirta on vähissä, voit vähentää akkuvirran kulutusta ottamalla virransäästötilan käyttöön.

Napauta Asetukset-näytössä **Akku**.

- **Virransäästö**: Voit pidentää akun käyttöaikaa ottamalla virransäästötilan käyttöön.
- **Rajoita terveystoimintoja**: Voit pidentää akun käyttöaikaa poistamalla joitakin Samsung Health -toimintoja käytöstä, kun virransäästötila on käytössä.
- **Akun käyttö**: Tarkastele, mitä sovelluksia olet käyttänyt sen jälkeen, kun viimeksi latasit kellosi täyteen, ja kuinka paljon akkua ne ovat käyttäneet.
- **Lepotilassa olevat sovellukset**: Valitse sovellukset, jotka pidetään levossa taustalla. Lepäävät sovellukset toimivat taustalla vain ajoittain akun käyttöajan pidentämistä varten.
- **Vain kello**: Näytössä näkyy vain kello, ja kaikki muut toiminnot ovat poissa käytöstä akun varauksen kulumisen vähentämistä varten. Saat kellon näkyviin painamalla koti-painiketta. Voit poistaa vain kello -tilan käytöstä painamalla koti-painiketta jonkin aikaa. Voit myös asettaa kellon langattoman laturin päälle ja ladata sen tiettyyn tasoon. Kello sammuu ja käynnistyy sitten uudelleen.
- **Akun suojaus**: Aseta kello lopettamaan lataaminen, kun akku saavuttaa tietyn varaustason, ja jatkamaan lataamista, kun se laskee tietyn tason alapuolelle.

- **Näytä lataustiedot**: Aseta kello näyttämään lataustiedot, kun näyttö on sammutettuna lataamisen aikana.
- **Aut. virrankytkentä**: Aseta kello käynnistymään automaattisesti, kun käynnistät latauksen kellon ollessa sammutettuna ja akun varauksen ollessa yli 10 %.

Jäljellä oleva käyttöaika näyttää ajan, joka on jäljellä, ennen kuin akkuvirta loppuu. Jäljellä oleva käyttöaika voi vaihdella kellon asetusten ja käyttöolojen mukaan.

Painikkeet ja eleet

Voit ottaa Painikkeet ja eleet -toiminnon käyttöön ja määrittää asetukset.

Napauta Asetukset-näytössä **Painikkeet ja eleet**.

- **Pikapainike**: Voit valita sovelluksen tai toiminnon, joka käynnistetään pikapainikkeella. Lisätietoja on kohdassa Pikapainikkeen asetusten määrittäminen ja käyttäminen (Galaxy Watch Ultra2). (Galaxy Watch Ultra2)
- **Koti-painike**: Valitse sovellus tai toiminto, joka käynnistetään, kun koti-painiketta painetaan kahdesti tai painetaan jonkin aikaa.
- **Takaisin-painike**: Voit valita sovelluksen tai toiminnon, joka käynnistetään painamalla takaisin-painiketta.
- **Nosta puhuaksesi**: Aseta laite käynnistämään avustajatoiminto, kun nostat rannetta, jossa kello on.
- **Kaksoisnipistä/ravista**: Aseta käynnistettäviksi toimintoja, kuten puheluihin vastaaminen tai hälytysten vahvistaminen, kun kaksoisnapautat sen käden peukalolla ja etusormella, jossa pidät kelloa. Voit myös hylätä puhelut tai hälytykset kiertämällä samaa rannetta kahdesti.
- **Kop kop**: Aseta laite käynnistämään valittu toiminto, kun taivutat kahdesti ylös ja alas sitä rannetta, jossa kello on.
- **Eleiden opetusohjelmat**: Tarkastele eleisiin liittyviä lisätietoja ja harjoittele niitä.

Health

Voit määrittää erilaisia liikuntaan ja kuntoon liittyviä asetuksia.

Napauta Asetukset-näytössä **Health**.

- **Yleiset**: Aseta laite vastaanottamaan ilmoituksia, jotka kannustavat sinua saavuttamaan päivittäiset aktiivisuustavoitteesi, ja vastaanottamaan ilmoituksia, kun onnistut.
- **Mittaus**: Määritä sykkeesi ja stressisi mittaustapa, määritä äänivalvonta ja ota käyttöön tai poista käytöstä muita ominaisuuksia, joita voidaan mitata unen aikana.
- **Kierron seuranta**: Ota käyttöön toiminto, joka ennustaa kuukautiskiertoasi mittaamalla ihon lämpötilaa nukkuessasi.
- **Tunnista harjoitukset autom.**: Määritä harjoitusten automaattisen tunnistuksen asetukset, kuten tunnistettavien liikuntatyyppien valinta.
- **Passiivinen aika**: Ota toiminto käyttöön, jos haluat vastaanottaa ilmoituksia 50 minuutin käyttämättömyyden jälkeen, ja määritä aika ja päivät, jolloin haluat ilmoituksen.
- **Muuta näkyväksi muille laitteille**: Anna muille laitteille lupa löytää kellosi.
- **Jaa tietoja laitteiden ja palveluiden kanssa**: Aseta tiedot jaettaviksi muiden yhdistettyjen terveysalustasovellusten, harjoituslaitteiden ja televisioiden kanssa.

Suojaus ja tietosuoja

Voit tarkistaa kellon suojaus- ja yksityisyystilan ja muuttaa asetuksia.

Napauta Asetukset-näytössä **Suojaus ja tietosuoja**.

- **Lukitustapa**: Vaihda näytön lukitustapa. Lisätietoja on kohdassa Lukitusnäyttö.
- **Ranteen tunnistus**: Aseta kello tunnistamaan, onko kello puettuna ranteeseesi.
- **Salasanat, todentamisavaimet ja automaattinen täyttö**: Vaihda haluamasi palvelu tai hallitse kaikkia salasanojen, todentamisavainten ja automaattisen täytön palveluita.
- **Tietosuoja**: Muuta yksityisyysasetuksia ja hanki mukautettu palvelu kiinnostustesi kohteiden ja kellosi käyttötavan mukaan.

Sijainti

Voit muuttaa sijaintitietojen käytön asetuksia.

Napauta Asetukset-näytössä **Sijainti**.

- **Sovellusten käyttöoikeudet**: Tarkastele luetteloa sovelluksista, joilla on oikeus käyttää kellon sijaintitietoa ja muokata käyttöoikeusasetuksia.
- **Sijaintipalvelut**: Tarkastele sijaintipalveluja, joita kellosi käyttää.

Turvallisuus ja hätätilanteet

Hallitse lääkinnällisiä tietojasi ja hätäyhteyshenkilöitäsi. Voit myös asettaa hätäviestin lähetettäväksi hätätilanteessa. Lisätietoja on kohdassa Hätäviestin lähettäminen.

Napauta Asetukset-näytössä **Turvallisuus ja hätätilanteet**.

- **Terveystiedot**: Tarkastele yhdistetyssä puhelimessasi määritettyjä lääkinnällisiä tietoja.
- **Hätäyhteyshenkilöt**: Tarkastele yhdistetyssä puhelimessasi määritettyjä hätäyhteyshenkilöitä.
- **Hätäpuhelu**: Aseta hätäviesti pyydettäväksi, kun kellon koti-painiketta painetaan hätätilanteessa viisi kertaa.
- **Rajun kaatumisen tunnistus**: Aseta hätäviesti pyydettäväksi, kun kello havaitsee voimakkaan kaatumisen.
- **Hätäjako**: Lähetä hätäyhteyshenkilöille viesti, joka sisältää sijaintitietosi ja akun alhaisen varaustason varoituksen.
- **Langattomat hätäilmoitukset**: Muuta hätätoimintojen asetuksia, kuten langattomia hätäilmoituksia.

Tilit ja varmuuskopiointi

Voit käyttää kellon eri toimintoja sen jälkeen, kun olet rekisteröinyt Samsung- tai Google-tilisi yhdistetyssä puhelimessasi ja lisännyt ne kelloosi. Voit myös varmuuskopioida kellosi tiedot yhdistettyyn puhelimeesi tai palauttaa ne siitä Smart Switch -toiminnolla.

Napauta Asetukset-näytössä **Tilit ja varmuuskopiointi**.

- **Tilit**: Rekisteröi Samsung- tai Google-tilisi yhdistettyyn puhelimeesi ja kopioi se kelloosi. Lisätietoja on kohdassa Tilien lisääminen kelloosi.
- **Varmuuskopioi**: Varmuuskopioi kellosi tiedot ja asetukset Samsung Cloudiin Smart Switch -toiminnolla ja palauta ne myöhemmin. Lisätietoja on kohdassa Kellon tietojen varmuuskopioiminen tai palauttaminen.

Google

Voit muuttaa Google-asetuksia.

Napauta Asetukset-näytössä **Google**.

- **Digitaalinen avustaja**: Käytä kellon toimintoja tai etsi tietoja äänesi avulla.
- **Tilit**: Tarkista yhdistettyyn puhelimeesi rekisteröity Google-tili ja lisää se kelloosi.
- **Salasanat**: Synkronoi muilla laitteilla Google-tiliin tallennetut salasanat kellosi kanssa. Voit myös kirjautua automaattisesti sovelluksiin ja sivustoihin suoraan kellostasi.

Edistykselliset toiminnot

Voit ottaa lisäasetukset käyttöön.

Napauta Asetukset-näytössä **Edistykselliset toiminnot**.

- **Yhteyden katkaisuhälytykset**: Aseta hälytykset vastaanotettaviksi, kun kello menettää Bluetooth-yhteyden puhelimeesi sen ollessa puettuna ranteeseesi.
- **Vesilukitus**: Ota Vesilukko-tila käyttöön, ennen kuin menet veteen. Kosketuksen tunnistus ei ehkä ole käytettävissä, kun Vesilukko-tila on käytössä.
- **Tilan ilmaisimet**: Muuta kellonäytön yläreunassa olevien tilailmaisinkuvakkeiden näyttöasetuksia.
- **Now barin tyyli**: Määritä, miten Now bar -toiminto näytetään eri sovelluksissa kellonäytön alareunassa.
- **Käynnistä autom. sukellettaessa**: Valitse, mikä syvyysmittarisovellus avautuu automaattisesti vedenalaisissa toiminnoissa, kun kello on ranteessasi, ja määritä sen avautumisehdot. (Galaxy Watch Ultra2)
- **Käynnistä mediasäätimet autom.**: Aseta **Mediaohjain**-sovellus avautumaan automaattisesti kellossa, kun musiikkia tai videota toistetaan yhdistetyssä puhelimessa.
- **Näytä Now bar, kun mediaa toistetaan puhelimella**: Aseta Now bar näytettäväksi kellonäytön alareunassa, kun musiikkia tai videota toistetaan yhdistetyssä puhelimessa.
- **Bixby**: Bixby on käyttöliittymä, jonka avulla voit käyttää kelloa tavallista kätevämmin. Lisätietoja on kohdassa Bixby.

Laitteen ylläpito

Laitteen ylläpitotoiminto tarjoaa yleiskatsauksen kellosi akun, tallennustilan ja muistin tilasta.

Napauta Asetukset-näytössä **Laitteen ylläpito**.

- **Akku**: Tarkista akun jäljellä oleva varaus ja kellon käyttöaika. Jos akkuvirta on vähissä, voit vähentää akkuvirran kulutusta ottamalla virransäästötilan käyttöön. Lisätietoja on kohdassa Akku.
- **Tallennustila**: Tarkista käytetty ja käytettävissä oleva tallennustila ja vapauta tallennustilaa napauttamalla **Hallitse puhelimessa** ja poistamalla tarpeettomat tiedostot niiden tarkistamisen jälkeen.

  Todellinen käytettävissä olevan sisäisen tallennustilan määrä on pienempi kuin ilmoitettu määrä, koska käyttöjärjestelmä ja oletussovellukset käyttävät osan tallennustilasta. Käytettävissä oleva kapasiteetti voi muuttua, kun päivität kellon.
- **Muisti**: Tarkista muistin käyttötilanne tai vapauta muistia pysäyttämällä taustasovellukset napauttamalla **Tyhjennä nyt**.

Sovellukset

Määritä kellon sovellusten asetukset.

Napauta Asetukset-näytössä **Sovellukset**.

- **Valitse oletussovellukset**: Valitse saman tyyppisten ominaisuuksien oletussovellukset.
- **Terveystunnistinpalvelu**: Tarjoaa toiminnon biometristen anturitietojen jakamiseen muiden yhdistettyjen terveyssovellusten kanssa.
- **Sovellusluettelo**: Hallitse kellon sovelluksia. Voit myös tarkastella sovellusten käyttötietoja ja poistaa tarpeettomien sovellusten asennuksen tai poistaa ne käytöstä.
- **Käyttöoik. hallinta**: Tarkastele kaikkien sovellusten, myös järjestelmäsovellusten, käyttöoikeusluetteloa ja muuta niiden käyttöoikeusasetuksia.
- **Samsungin sovelluspäivitykset**: Tarkista joidenkin valmiiksi asennettujen Samsung-sovellusten päivitykset.

Yleiset

Voit mukauttaa kellosi yleisiä asetuksia. Voit myös yhdistää kellosi uuteen puhelimeen tai palauttaa kellon tehdasasetukset.

Napauta Asetukset-näytössä **Yleiset**.

- **Kosketuslevy**: Muuta kosketusreunan asetuksia.
- **Teksti puheeksi**: Voit muuttaa teksti puheeksi -toimintojen asetuksia, kuten kieltä ja nopeutta, joita käytetään TalkBack-toiminnon ollessa käytössä.
- **Päivä ja aika**: Aseta päivämäärä ja kellonaika manuaalisesti.

  Katkaise kellosi ja puhelimen välinen yhteys, jotta voit käyttää tätä toimintoa, sillä se on synkronoitu yhdistetyn puhelimen kanssa.
- **Samsung-näppäimistö**: Muuta Samsung-näppäimistön asetuksia.
- **Näppäimistöluettelo ja oletus**: Valitse oletusarvoisesti käytettävä näppäimistö ja muuta näppäimistön asetuksia.
- **Pikavastaukset**: Määritä kello käyttämään emoji-vastauksia, mukautettuja vastauksia ja ehdotettuja vastauksia, jotka on synkronoitu yhdistetyn puhelimen kanssa.
- **Suunta**: Aseta kello mukautumaan käyttämääsi ranteeseen, olipa se vasen tai oikea, ja painikkeiden suuntaan, kun olet pukenut kellosi ranteeseesi.
- **Siirrä kello uuteen puhelimeen**: Yhdistä kellosi uuteen puhelimeen, joka käyttää samaa Google-tiliä kuin edellinen puhelimesi, palauttamatta kellon tietoja tehdasasetuksiin. Lisätietoja on kohdassa Kellon yhdistäminen uuteen puhelimeen.
- **Nollaa**: Poista kaikki kellossa olevat tiedot.

Helppokäyttöisyys

Voit määrittää useita asetuksia, jotka lisäävät kellon helppokäyttöisyyttä.

Napauta Asetukset-näytössä **Helppokäyttöisyys**.

- **Käyttämäsi toiminnot**: Tarkista käyttämäsi helppokäyttötoiminnot.

  Tämä toiminto on näkyvissä vain helppokäyttötoimintoa käytettäessä.

- **Näköön liittyvät parannukset**: Mukauta asetuksia, jotka tekevät laitteen käytöstä helpompaa näkörajoitteisille.
- **TalkBack**: Ota käyttöön TalkBack, joka tuottaa äänipalautteet. Ohjeita tämän toiminnon käyttöön saat napauttamalla kohtaa **Asetukset** → **Esittely** tai **Ohje**.
- **Kuuloon liittyvät parannukset**: Mukauta asetuksia, jotka tekevät laitteen käytöstä helpompaa kuulorajoitteisille.
- **Vuorovaikutus ja näppäryys**: Mukauta asetuksia, jotka tekevät laitteen käytöstä helpompaa liikuntarajoitteisille.
- **Helppokäyttöisyyden pikavalinnat**: Aseta laite avaamaan helppokäyttötoiminnot suoraan, kun koti-painiketta painetaan kaksi tai kolme kertaa.
- **Asennetut sovellukset**: Tarkastele kelloon asennettuja helppokäyttöisyyspalveluja.

Ohjelmistopäivitys

Voit päivittää kellosi laiteohjelmiston firmware over-the-air (FOTA) -palvelun avulla. Voit myös muuttaa päivitysasetuksia.

Napauta Asetukset-näytössä **Ohjelmistopäivitys**. Napauta **Hae päivityksiä** ja tarkista tai asenna päivitykset manuaalisesti.

Kun haluat muuttaa automaattisen päivityksen asetusta, ota **Päivitä automaattisesti** -kytkin käyttöön tai poista se käytöstä napauttamalla sitä.

Kellon tiedot

Voit tarkastella kellon lisätietoja.

Napauta Asetukset-näytössä **Kellon tiedot**.

- **Tilatiedot**: Tarkastele tietoja, kuten Wi-Fi-verkon MAC-osoitetta, Bluetooth-osoitetta ja sarjanumeroa.
- **Lakisääteiset tiedot**: Tarkastele kelloon liittyviä oikeudellisia tietoja. Voit myös lähettää kellon diagnostiikkatiedot Samsungille.
- **Ohjelmistotiedot**: Tarkastele ohjelmistoversiota ja suojaustilaa.
- **Akun tiedot**: Tarkista akun tiedot, kuten akun kapasiteetti.

Galaxy Wearable -sovellus

Esittely

Voit tarkistaa kellon akun jäljellä olevan varauksen ja määrittää asetukset Galaxy Wearable -sovelluksella.

Avaa **Wearable**-sovellus puhelimessasi.

Voit etsiä asetuksia hakusanojen avulla napauttamalla Haku-kuvaketta (). Voit etsiä asetuksia myös valitsemalla tunnisteen **Ehdotukset**-kohdassa.

Kun haluat määrittää Galaxy Wearable -sovelluksen, napauta Lisää asetuksia -kuvaketta () → **Sovellusasetukset**.

- Jotta voit käyttää Galaxy Wearable -sovellusta, sinun on yhdistettävä kellosi puhelimeen. Lisätietoja on kohdassa Kellon yhdistäminen puhelimeen.
- Yhdistetyn puhelimen tyypin, operaattorin tai mallin mukaan voi olla, etteivät jotkin ominaisuudet ole käytettävissä.

Laiteyhteyksien hallinta

Voit hallita erilaisia laiteyhteyksiä, kuten puhelimeen liitettyjen päälle puettavien laitteiden tarkistamista tai uuden laitteen yhdistämistä Galaxy Wearable -sovelluksella.

Yhdistetyn laitteen hallinta

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Lisää asetuksia -kuvaketta (⋮) → **Kaikki laitteet**.

Parhaillaan yhdistettynä olevat laitteet ja aiemmin yhdistetyt laitteet näkyvät luettelossa.

- Jos haluat katkaista parhaillaan yhdistettynä olevan laitteen yhteyden puhelimeen, napauta Katkaise yhteys -kuvaketta (🔗) luettelossa yhdistetyn laitteen vieressä.
- Jos haluat yhdistää aiemmin yhdistetyn laitteen uudelleen, valitse laite luettelosta ja napauta **Yhdistä**.

Uuden laitteen lisääminen ja laitteiden poistaminen

1 Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Lisää asetuksia -kuvaketta (⋮) → **Kaikki laitteet**.

2 Napauta Lisää uusi laite -kuvaketta (+) ja yhdistä uusi päälle puettava laite noudattamalla näytön ohjeita.
Uusi päälle puettava laite yhdistetään ja lisätään luetteloon.

Jos haluat poistaa päälle puettavia laitteita luettelosta, napauta Poista laitteita -kuvaketta (🗑), valitse laite ja napauta sitten **Poista**.

Omat kellotaulut

Voit muuttaa kellonäytössä näkyvän kellon tyyppiä.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä **Omat kellotaulut**. Napauta Lisää kellotauluja -kuvaketta (+), valitse haluamasi kellotaulu luokista ja napauta sitten **Käytä**.

Napauttamalla Mukauta-kuvaketta (✎) voit muuttaa näytön värejä tai osia, kuten kellon osoittimia ja valitsimia, ja jopa valita kellonäytössä näytettävät kohteet.

Pikapaneeli

Valitse kellon pikapaneelissa näytettävät pika-asetuskuvakkeet. Voit myös muuttaa pika-asetuskuvakkeiden järjestystä.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä **Pikapaneeli**.

Pika-asetuskuvakkeiden lisääminen tai poistaminen

Voit lisätä pika-asetuskuvakkeen napauttamalla Lisää-kuvaketta (⊕) lisättävän pika-asetuspainikkeen kohdalla **Käytettävissä olevat painikkeet** -kohdassa ja napauttamalla sitten **Tallenna**. Jos haluat poistaa kuvakkeen, napauta Poista-kuvaketta (⊖) poistettavan pika-asetuskuvakkeen kohdalla ja napauta **Tallenna**.

Pika-asetuskuvakkeiden järjestyksen muuttaminen

Kosketa siirrettävää kuvaketta jonkin aikaa, vedä se haluamaasi paikkaan ja napauta sitten **Tallenna**.

Laatat

Voit mukauttaa ja hallita kellon laattoja ja pienoisohjelmia.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä **Laatat**.

Laattojen lisääminen tai poistaminen

Napauta Lisää laattoja -kuvaketta (+), valitse lisättävät pienoisohjelmat ja napauta sitten **Tallenna**.

Jos haluat poistaa pienoisohjelman, napauta Poista-kuvaketta (⊖) poistettavien pienoisohjelmien kohdalla ja napauta **Tallenna**. Jos laatassa ei ole pienoisohjelmaa, se poistetaan automaattisesti.

Järjestyksen muuttaminen

Kosketa siirrettävän laatan yläreunaa jonkin aikaa, vedä se haluamaasi paikkaan ja napauta sitten **Tallenna**.

Jos haluat muuttaa pienoisohjelman paikkaa laatassa, kosketa siirrettävää laattaa jonkin aikaa, vedä se haluamaasi paikkaan ja napauta sitten **Tallenna**.

Sovellukset-näyttö

Voit muuttaa sovellusten järjestystä Sovellukset-näytössä ja muuttaa sovellusten järjestelytyyliä. Voit myös asettaa Sovellukset-näytön näyttämään esitellyt sovellukset sen mukaan, miten käytät kelloa.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä **Sovellukset-näyttö**.

Kun haluat muuttaa sovellusten järjestystä, kosketa siirrettävää sovellusta jonkin aikaa, vedä se haluamaasi paikkaan.

Kellon asetukset

Esittely

Voit tarkastella kellosi tilaa ja määrittää kellosi asetukset.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (☰).

Etsi kelloni

Jos kadotat kellosi, voit etsiä sen Galaxy Wearable -sovelluksen, SmartThings-sovelluksen SmartThings Find -toiminnon tai yhdistettyyn puhelimeen asennetun Samsung Find -sovelluksen avulla.

- SmartThings Find -toiminnon ja Samsung Find -sovelluksen tuki voi vaihdella yhdistetyn puhelimen ohjelmistoversion mukaan.
- Näyttö saattaa vaihtua automaattisesti kellosi etsimistä varten, jos SmartThings Find -toiminto tai yhdistetyn puhelimen Samsung Find -sovellus sisältää kyseiset toiminnot. Jos sekä SmartThings Find -toiminto että Samsung Find -sovellus ovat tuettuja, Samsung Find -sovellus avataan.

Etsiminen Galaxy Wearable -sovelluksen avulla

1 Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (☰) → Etsi kelloni -kuvake ( ).

2 Napauta **Aloita**.
Kello toistaa äänen ja värisee, ja näyttö käynnistyy.

Jos haluat lopettaa äänen ja värinän käytön, vedä Hylkää hälytys -kuvake ( ) suuren ympyrän ulkopuolelle kellossa. Voit myös käyttää kosketusreunaa. Voit lopettaa sen myös napauttamalla puhelimessa **Pysäytä**.

Kellon etähallinta

Jos kellosi katoaa tai varastetaan, napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta ( ) → Etsi kelloni -kuvake ( ), napauta **Määritä suojaus** ja hallitse sitten kelloasi etäyhteydellä.

- **Lukitse kello**: Lukitse kello etäyhteydellä niin, ettei sitä voi käyttää luvattomasti. Voit käyttää tätä toimintoa, kun puhelimesi on yhdistetty kelloosi Bluetooth- tai etäyhteydellä. Kun kellosi on lukittu, avaa lukitus manuaalisesti antamalla esimääritetty PIN-koodi, tai yhdistä uudelleen kellosi puhelimeesi Bluetooth-yhteydellä, jolloin sen lukitus avataan automaattisesti.
- **Nollaa kello**: Kaikki kelloosi tallennetut tiedot poistetaan. Kun kello on palautettu, et voi palauttaa tietoja tai käyttää Etsi kelloni -toimintoa, joten on suositeltavaa varmuuskopioida tiedot turvallisesti napauttamalla **Varmuuskopioi tiedot**.

Etsiminen SmartThings Find -toiminnolla SmartThings-sovelluksesta tai Samsung Find -sovelluksesta

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta ( ) → Etsi kelloni -kuvake ( ).

SmartThings Find -näyttö, joka on käytettävissä SmartThings-sovelluksen kautta, tulee näkyviin tai Samsung Find -sovellus avataan puhelimessa, minkä jälkeen voit tarkistaa kadonneen kellosi sijainnin. Voit etsiä sen myös seuraamalla kellosta kuuluvaa ääntä.

Jotta voit etsiä kellosi Samsung Find -sovelluksen avulla, Samsung Find -sovelluksen niiden ominaisuuksien, jotka liittyvät offline-tilassa olevien laitteiden etsimiseen, on oltava käytössä.

Tilat ja rutiinit

Voit asettaa kellosi ja puhelimesi tila-asetukset synkronoitaviksi.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Tilat ja rutiinit**.

- **Synkronoi tilat puhelimen kanssa**: Aseta kellosi ja puhelimesi tila-asetukset synkronoitaviksi. Kun tämä toiminto otetaan käyttöön, yhdistetyssä puhelimessasi lisätyt uudet tilat tai muutetut tila-asetukset synkronoidaan kellon kanssa, tilojen toimintatila mukaan lukien.

Yhdistetyn puhelimen ohjelmistoversion mukaan voi olla, että vain jotkin tilojen synkronointiasetukset ovat tuettuja.

Äänet ja värinä

Voit muuttaa ääni- ja värinäasetuksia.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Äänet ja värinä**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Äänet ja värinä.

Ilmoitukset

Muuta ilmoitusasetuksia.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Ilmoitukset**. Lisätietoja muista kuin mainituista ominaisuuksista on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Ilmoitukset.

- **Synkr. Älä häiritse puh. kanssa**: Aseta kellosi ja puhelimesi Älä häiritse -asetukset synkronoitaviksi.

Näyttö

Voit muuttaa näyttöasetuksia.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Näyttö**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Näyttö.

Akku

Voit tarkistaa akun jäljellä olevan varauksen ja kellon käyttöajan. Jos akkuvirta on vähissä, voit vähentää akkuvirran kulutusta ottamalla virransäästötilan käyttöön.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Akku**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Akku.

Painikkeet ja eleet

Voit ottaa Painikkeet ja eleet -toiminnon käyttöön ja määrittää asetukset.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Painikkeet ja eleet**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Painikkeet ja eleet.

Health

Voit määrittää erilaisia liikuntaan ja kuntoon liittyviä asetuksia.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Health**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Health.

Wallet

Voit käyttää Samsung Wallet -sovelluksen monia käteviä toimintoja.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Wallet**.

Tämän ominaisuuden käyttömahdollisuus määräytyy alueen tai yhdistetyn puhelimen mukaan.

Turvallisuus ja hätätilanteet

Hallitse lääkinnällisiä tietojasi ja hätäyhteyshenkilöitäsi. Voit myös asettaa hätäviestin lähetettäväksi hätätilanteessa.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Turvallisuus ja hätätilanteet**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdissa Turvallisuus ja hätätilanteet ja Hätäviestin lähettäminen.

Tilit ja varmuuskopiointi

Voit käyttää kellon eri toimintoja sen jälkeen, kun olet rekisteröinyt Samsung- tai Google-tilisi yhdistetyssä puhelimessasi ja lisännyt ne kelloosi. Voit myös varmuuskopioida kellosi tiedot yhdistettyyn puhelimeesi tai palauttaa ne siitä Smart Switch -toiminnolla.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (☰) → **Tilit ja varmuuskopiointi**.

- Varmuuskopioi kellon tiedot ja tiedostot säännöllisesti Samsung Cloudiin, jotta voit palauttaa ne, jos tiedot ja tiedostot vahingoittuvat tai katoavat tahattoman tehdasasetusten palauttamisen vuoksi.
- Kellosi tiedot voidaan varmuuskopioida vain, kun kellosi on yhdistetty puhelimeesi. Puhelimen akussa on oltava yli 30 %:n varaus ja vähintään 500 Mt vapaata sisäistä tallennustilaa.

- **Tilit**: Rekisteröi Samsung- tai Google-tilisi yhdistettyyn puhelimeesi ja lisää se kelloosi. Lisätietoja on kohdassa Tilien lisääminen kelloosi.
- **Varmuuskopioi**: Varmuuskopioi kellosi tiedot ja asetukset Samsung Cloudiin Smart Switch -toiminnolla ja palauta ne myöhemmin. Lisätietoja on kohdassa Kellon tietojen varmuuskopioiminen tai palauttaminen.

Kellon tietojen varmuuskopioiminen tai palauttaminen

Varmuuskopioi kellosi tiedot Samsung Cloudiin Smart Switch -toiminnolla ja palauta ne myöhemmin.

- Tämä toiminto ei ehkä ole tuettu joissakin kelloissa.
- Samsung suhtautuu tekijänoikeuksiin vakavasti. Siirrä vain sisältöä, jonka omistat tai jonka siirtämiseen sinulla on oikeus.

Tietojen varmuuskopioiminen Samsung Cloud -palveluun

Voit varmuuskopioida kellosi tiedot Samsung Cloudiin Smart Switch -toiminnolla.

1. Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (☰) → **Tilit ja varmuuskopiointi**.
2. Napauta **Varmuuskopioi**-kohdassa **Varmuusk. tiedot**.

3 Napauta **Varmuuskopioi nyt**.
Smart Switch käynnistyy kellossasi.

4 Napauta **Valmis**.

Tietojen palauttaminen Samsung Cloud -palvelusta

Voit palauttaa varmuuskopiotiedot Samsung Cloudista kelloosi Smart Switch -toiminnolla.

1 Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Tilit ja varmuuskopiointi**.

2 Napauta **Varmuuskopioi**-kohdassa **Palauta tiedot**.

3 Valitse kellon tiedot, jotka haluat palauttaa, ja napauta **Palauta tiedot**.
Smart Switch käynnistyy kellossasi.

4 Napauta **Valmis**.

Google

Voit muuttaa Google-asetuksia.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Google**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Google.

Edistykselliset toiminnot

Voit ottaa lisäasetukset käyttöön.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Edistykselliset toiminnot**. Lisätietoja muista kuin mainituista ominaisuuksista on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Edistykselliset toiminnot.

- **Etäyhteys**: Aseta kello muodostamaan etäyhteys puhelimeesi matkapuhelin- tai Wi-Fi-verkon kautta, kun laitteiden välinen Bluetooth-yhteys ei ole käytettävissä.

Laitteen ylläpito

Laitteen ylläpitotoiminto tarjoaa yleiskatsauksen kellosi akun, tallennustilan ja muistin tilasta. Voit myös testata kelloasi.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Laitteen ylläpito**. Lisätietoja muista kuin mainituista ominaisuuksista on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Laitteen ylläpito.

- **Vianmääritys**: Testaa kellosi Samsung Membersin avulla.

Sovellukset

Määritä kellon sovellusten asetukset.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Sovellukset**. Lisätietoja muista kuin mainituista ominaisuuksista on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Sovellukset.

- **Sovellusten asetukset**: Muuta joidenkin kellon sovellusten yksityiskohtaisia asetuksia.

Hallitse sisältöä

Voit synkronoida tallennettuja äänitiedostoja tai kuvia puhelimestasi kelloosi tai siirtää niitä kelloosi.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Hallitse sisältöä**.

- **Musiikki**
  - **Kellossa olevat kappaleet**: Tarkastele ja hallitse kellossasi olevia äänitiedostoja luokittain. Lisätietoja on kohdassa Kelloosi tallennettujen äänitiedostojen hallinta.
  - **Aut. synkronointi**: Aseta puhelin synkronoimaan automaattisesti äänitiedostot, jotka on lisätty **Synkr. soittolistat** -valinnalla määritettyihin soittolistoihin, kellon kanssa kuuden tunnin välein.
  - **Synkr. soittolistat**: Valitse soittolista, joka synkronoidaan automaattisesti kellon kanssa.

  Tämä toiminto on näkyvissä vain, kun Samsung Music -sovellus on asennettu puhelimeesi ja otat käyttöön **Aut. synkronointi** -toiminnon.

- **Galleria**
  - **Kellossa olevat kuvat**: Tarkastele ja hallitse kellossasi olevia kuvia luokittain. Lisätietoja on kohdassa Kelloosi tallennettujen kuvien hallinta.
  - **Synkronoi albumit automaattisesti**: Aseta puhelin synkronoimaan automaattisesti kuvat, jotka on lisätty **Synkronoitavat albumit** -valinnalla määritettyihin albumeihin, kellon kanssa.
  - **Synkronoitavat albumit**: Valitse albumi, joka synkronoidaan automaattisesti kellon kanssa.
  - **Autom. synkronoinnin kuvarajoitus**: Määritä kuvien enimmäismäärä, joka voidaan lähettää automaattisen synkronoinnin aikana.

    Synkronoitavat albumit ja **Autom. synkronoinnin kuvarajoitus** tulevat näkyviin, kun otat **Synkronoi albumit automaattisesti** -toiminnon käyttöön.
  - **Valitse synkronoitava juttu**: Valitse puhelimeesi tallennettu juttu, joka synkronoidaan kellon kanssa.
  - **Synkronoi uusin juttu autom.**: Aseta puhelin synkronoimaan uusin tarinasi automaattisesti kellon kanssa.

Tiedostot voidaan synkronoida kellosi ja puhelimesi välillä vain, kun kellon akun jäljellä oleva varaus on yli 15 % ja kun kellon virransäästötila on poissa käytöstä.

Liittymätilaukset (matkapuhelinverkkoyhteydellä varustetut mallit)

Voit käyttää monia muita palveluja matkapuhelinverkon kautta, kun olet ottanut sen käyttöön kellossa.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Liittymätilaukset**.

Yleiset

Voit mukauttaa kellosi yleisiä asetuksia. Voit myös yhdistää kellosi uuteen puhelimeen tai palauttaa kellon tehdasasetukset.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Yleiset**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Yleiset.

Helppokäyttöisyys

Voit määrittää useita asetuksia, jotka lisäävät kellon helppokäyttöisyyttä.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Helppokäyttöisyys**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Helppokäyttöisyys.

Ohjelmistopäivitys

Voit päivittää kellosi laiteohjelmiston firmware over-the-air (FOTA) -palvelun avulla. Voit myös muuttaa päivitysasetuksia.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Ohjelmistopäivitys**. Lisätietoja on kohdassa Ohjelmistopäivitys.

Kellon tiedot

Voit tarkastella kellon lisätietoja.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Kellon tiedot**. Lisätietoja on luvun Sovellukset ja ominaisuudet kohdassa Kellon tiedot.

Kauppa

Voit ladata sovelluksia ja kellotauluja käytettäväksi kellossasi.

Napauta puhelimen Galaxy Wearable -näytössä Kellon asetukset -kuvaketta (⋮☰) → **Kauppa**.

Käyttöön liittyviä huomautuksia

Tämän laitteen käyttöä koskevia varotoimia

Lue tämä opas huolellisesti, kun käytät laitetta, jotta osaat käyttää sitä turvallisesti ja oikein.

- Kuvaukset perustuvat laitteen oletusasetuksiin.
- Alueen, palveluntarjoajan, mallin ominaisuuksien tai laitteen ohjelmiston mukaan voi olla, että osa sisällöstä poikkeaa omasta laitteestasi.
- Laite saattaa vaatia yhteyttä Wi-Fi- tai matkapuhelinverkkoon joitakin sovelluksia tai toimintoja käytettäessä.
- Paljon suoritintehoa ja muistia vaativa sisältö (laadukas sisältö) vaikuttaa laitteen yleiseen suorituskykyyn. Laitteen tekniset ominaisuudet ja sen käyttöympäristö voivat aiheuttaa sen, etteivät sisältöön liittyvät sovellukset toimi oikein.
- Samsung ei ole vastuussa muiden kuin Samsungin toimittamien sovellusten aiheuttamista suorituskykyongelmista.
- Samsung ei ole vastuussa toiminta- eikä yhteensopivuusongelmista, jotka johtuvat muokatuista rekisteriasetuksista tai muunnetusta käyttöjärjestelmäohjelmistosta. Käyttöjärjestelmän mukauttamisyritys voi johtaa laitteen tai sovellusten virheelliseen toimintaan.
- Laitteen mukana toimitetut ohjelmistot, äänilähteet, taustakuvat, muut kuvat ja muu media on lisensoitu rajoitettuun käyttöön. Näiden materiaalien käyttö kaupallisiin ja muihin tarkoituksiin on tekijänoikeuslakien vastaista. Vastuu median lainvastaisesta käytöstä on kokonaan käyttäjillä.
- Liittymän datasopimuksen mukaan viesteistä, tiedostojen lähettämisestä ja vastaanottamisesta, automaattisesta synkronoinnista, paikannuspalvelujen käytöstä tai muista datapalveluista saatetaan veloittaa lisämaksu. Suurten tietomäärien siirtämisessä on suositeltavaa käyttää Wi-Fi-toimintoa.
- Laitteen mukana toimitettuja sovelluksia voidaan päivittää ilman ennakkoilmoitusta, eivätkä ne sen jälkeen välttämättä enää ole tuettuja.
- Laitteen käyttöjärjestelmä poikkeaa joistakin aiemmista Galaxy Watch -sarjoista, etkä voi käyttää aiemmin ostettua sisältöä yhteensopivuusongelmien vuoksi.

- Mallin tekniset ominaisuudet ja tuetut palvelut voivat vaihdella alueen mukaan.
- Laitteen käyttöjärjestelmän muuttaminen tai epävirallisista lähteistä peräisin olevien sovellusten asentaminen voi aiheuttaa laitteeseen toimintahäiriöitä ja tietojen vahingoittumisen tai katoamisen. Nämä toimet ovat Samsungin käyttöoikeussopimuksen vastaisia ja mitätöivät takuun.
- Kelloosi yhdistettävän puhelimen valmistajan ja mallin mukaan voi olla, etteivät jotkin ominaisuudet toimi tässä oppaassa kuvatulla tavalla.
- Näyttö erottuu selvästi myös kirkkaassa auringonvalossa, sillä kontrasti säätyy automaattisesti ympäristön mukaan. Tuotteen luonteen takia liikkumattomien kuvien näyttäminen pitkiä aikoja kerrallaan voi aiheuttaa jälkikuvia (kuvan ”palamisen” näyttöön) tai haamukuvia.
  - Liikkumattomien kuvien pitkäaikainen pitäminen osassa näyttöä tai koko näytössä ei ole suositeltavaa, ja näyttö kannattaa sammuttaa, kun laitetta ei käytetä.
  - Voit asettaa näytön sammumaan automaattisesti, kun et käytä sitä. Napauta kellon Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Näyttö** → **Näytön aikakatk.** ja valitse sitten aika, jonka haluat laitteen odottavan ennen näytön sammuttamista.
  - Jos haluat asettaa näytön säätämään kirkkauttaan automaattisesti ympäristön mukaan, napauta kellon Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Näyttö** ja ota sitten **Mukautuva kirkkaus** -kytkin käyttöön napauttamalla sitä.
- Joillekin laitteille on tiettyjen alueiden tai mallien tapauksessa hankittava Federal Communications Commissionin (FCC) hyväksyntä.

  Jos laite on FCC:n hyväksymä, voit tarkistaa laitteen FCC-tunnuksen. Voit nähdä FCC-tunnuksen napauttamalla kellon Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta (⚙) → **Kellon tiedot** → **Tilatiedot**. Jos laitteellasi ei ole FCC-tunnusta, se tarkoittaa, että laitetta ei ole hyväksytty myytäväksi Yhdysvalloissa tai sen alueilla ja että se voidaan tuoda Yhdysvaltoihin vain omistajan henkilökohtaiseen käyttöön.
- Laitteessasi on magneetteja. Pidä se poissa luottokorttien, implantoitujen lääkinnällisten laitteiden ja muiden sellaisten laitteiden läheisyydestä, joihin magneetit voivat vaikuttaa. Pidä laitteesi yli 15 cm:n päässä lääkinnällisistä laitteista. Lopeta laitteesi käyttö, jos epäilet, että lääkinnällisessä laitteessasi on häiriöitä, ja ota yhteyttä lääkäriin tai lääkinnällisen laitteen valmistajaan.

Ohjekuvakkeet

Vaara: tilanteet, jotka voivat aiheuttaa vammoja sinulle tai muille

Varoitus: tilanteet, joista voi seurata vaurioita tähän laitteeseen tai muihin laitteisiin

Ilmoitus: huomautuksia, käyttövinkkejä tai lisätietoja

Huomautuksia pakkauksen sisällöstä ja lisävarusteista

Pakkauksen sisältö on lueteltu pikaoppaassa.

- Kellon mukana toimitettavat tarvikkeet ja erikseen hankittavat lisävarusteet voivat vaihdella alueen ja operaattorin mukaan.
- Mukana toimitettavat varusteet on suunniteltu vain tähän laitteeseen, eivätkä ne välttämättä ole yhteensopivia muiden laitteiden kanssa.
- Ulkoasua ja teknisiä ominaisuuksia voidaan muuttaa ilman erillistä ilmoitusta.
- Voit ostaa lisävarusteita Samsung-jälleenmyyjältä. Varmista ennen ostamista, että ne ovat yhteensopivia kellon kanssa.
- Kellosta poiketen joissakin toimitetuissa varusteissa ja lisävarusteissa ei ehkä ole samaa veden- ja pölynkestävyyden sertifiointia.
- Käytä Samsungin hyväksymiä varusteita. Hyväksymättömien lisävarusteiden käyttäminen voi aiheuttaa suorituskykyongelmia ja vikoja, joita takuu ei kata.
- Kaikkien varusteiden saatavuus on kokonaan niitä valmistavien vastaavien yhtiöiden vastuulla. Lisätietoja saatavilla olevista varusteista on Samsungin sivustossa.

Laitteen veden- ja pölynpitävyyden ylläpitäminen

▶ **Galaxy Watch9**:

- Laite on veden- ja pölynkestävä ja on seuraavien kansainvälisten standardien mukainen.
  - Vedenkestävyysluokitussertifiointi 5ATM: Laite on testattu upottamalla se 50 metrin syvyiseen makeaan veteen kymmeneksi minuutiksi ja jättämällä se paikalleen liikuttamatta sitä standardin ISO 22810:2010 vaatimusten täyttämistä varten.
  - Vedenkestävyysluokitussertifiointi IPX8: Laite on testattu upottamalla se 1,5 metrin syvyiseen makeaan veteen 30 minuutiksi ja jättämällä se paikalleen liikuttamatta sitä standardin IEC 60529 vaatimusten täyttämistä varten.
  - Pölynkestävyysluokitussertifiointi IP6X: Laite on testattu standardin IEC 60529 vaatimusten täyttämistä varten.
- Voit käyttää laitetta, kun kuntoilet, peset käsiäsi tai olet sateessa.
- Voit käyttää tätä laitetta uidessasi altaassa tai meressä, jos vesi ei ole syvää.
- Galaxy-laitteesi vedenkestävyys ei ole pysyvää, ja se voi käyttöympäristön tai olosuhteiden mukaan heikentyä ajan mittaan normaalin kulumisen vuoksi. Suosittelemme, että testautat Galaxy-laitteesi vedenkestävyyden kerran vuodessa Samsung-huoltokeskuksessa tai valtuutetussa huoltokeskuksessa.
- Sinun on noudatettava näitä ohjeita, jotta laite pysyy veden- ja pölynkestävänä.
  - Uimisen jälkeen ja ennen uima-altaan veden tai meriveden kuivumista huuhtele laite makealla vedellä ja kuivaa se huolellisesti pehmeällä, puhtaalla liinalla sen vedenkestävyyden säilyttämiseksi. Vedenkestävyyteen voivat vaikuttaa uima-altaan veden desinfiointiaineet tai meriveden suola.
  - Jos laite kastuu muuhun nesteeseen kuin makeaan veteen, kuten kahviin, muihin juomiin, saippuaveteen, öljyyn, hajuveteen, aurinkovoiteeseen, käsien desinfiointiaineeseen tai kemiallisiin aineisiin, kuten kosmetiikkaan, huuhtele laite makealla vedellä ja kuivaa se perusteellisesti pehmeällä, puhtaalla liinalla vedenkestävyyden säilyttämiseksi.

- Älä pysyttele veden alla, sukella snorkkelilla tai muutoin harrasta vesiurheilua, kuten vesihiihtoa tai surffausta, äläkä ui nopeasti virtaavassa vedessä, kuten joessa, kun käytät laitetta. Älä myöskään altista laitetta korkeapainepesurille tai vastaavalle. Muutoin vedenpaine voi nousta huomattavasti, mikä saattaa johtaa yrityksemme takaaman vedenkestävyyden muuttumiseen.
- Jos laitteeseen kohdistuu isku tai se vahingoittuu, sen veden- ja pölynkestävyys voi vaarantua.
- Älä pura laitettasi ilman oikeaa opastusta.
- Jos kuivaat laitteen koneella, joka tuottaa kuumaa ilmaa, kuten hiustenkuivaimella, tai jos käytät laitetta kuumassa ympäristössä, kuten saunassa, ilman tai veden lämpötilan huomattava muutos voi vahingoittaa vedenkestävyyttä.

► Galaxy Watch Ultra2:

- Laite on veden- ja pölynkestävä ja on seuraavien kansainvälisten standardien mukainen.
  - Sukellusvarustesertifiointi: Testattu standardin EN 13319:2000 vaatimusten täyttämistä varten.
  - Vedenkestävyysluokitussertifiointi 10ATM: Laite on testattu upottamalla se makeaan veteen, kohdistamalla siihen 100 metrin syvyyttä vastaava paine ja jättämällä se kymmeneksi minuutiksi paikalleen liikuttamatta sitä standardin ISO 22810:2010 vaatimusten täyttämistä varten.
  - Vedenkestävyysluokitussertifiointi IPX8: Laite on testattu upottamalla se 1,5 metrin syvyiseen makeaan veteen 30 minuutiksi ja jättämällä se paikalleen liikuttamatta sitä standardin IEC 60529 vaatimusten täyttämistä varten.
  - Vedenkestävyysluokitussertifiointi IPX9K: Laite on testattu standardin ISO 20653:2023 vaatimusten täyttämistä varten.
  - Pölynkestävyysluokitussertifiointi IP6X: Laite on testattu standardin IEC 60529 vaatimusten täyttämistä varten.
- Voit käyttää laitetta, kun kuntoilet, peset käsiäsi tai olet sateessa.

- Voit käyttää tätä laitetta uidessasi altaassa tai meressä, jos vesi ei ole syvää.
- Galaxy-laitteesi vedenkestävyys ei ole pysyvää, ja se voi käyttöympäristön tai olosuhteiden mukaan heikentyä ajan mittaan normaalin kulumisen vuoksi. Suosittelemme, että testautat Galaxy-laitteesi vedenkestävyyden kerran vuodessa Samsung-huoltokeskuksessa tai valtuutetussa huoltokeskuksessa.
- Sinun on noudatettava näitä ohjeita, jotta laite pysyy veden- ja pölynkestävänä.
  - Uimisen jälkeen ja ennen uima-altaan veden tai meriveden kuivumista huuhtele laite makealla vedellä ja kuivaa se huolellisesti pehmeällä, puhtaalla liinalla sen vedenkestävyyden säilyttämiseksi. Vedenkestävyyteen voivat vaikuttaa uima-altaan veden desinfiointiaineet tai meriveden suola.
  - Jos laite kastuu muuhun nesteeseen kuin makeaan veteen, kuten kahviin, muihin juomiin, saippuaveteen, öljyyn, hajuveteen, aurinkovoiteeseen, käsien desinfiointiaineeseen tai kemiallisiin aineisiin, kuten kosmetiikkaan, huuhtele laite makealla vedellä ja kuivaa se perusteellisesti pehmeällä, puhtaalla liinalla vedenkestävyyden säilyttämiseksi.
  - Älä harrasta nopeaa vesiurheilua, kuten vesiskootterilla ajamista, äläkä ui nopeasti virtaavassa vedessä, kuten joessa, kun käytät laitetta. Muutoin vedenpaine voi nousta huomattavasti, mikä saattaa johtaa yrityksemme takaaman vedenkestävyyden muuttumiseen.
  - Jos laitteeseen kohdistuu isku tai se vahingoittuu, sen veden- ja pölynkestävyys voi vaarantua.
  - Älä pura laitettasi ilman oikeaa opastusta.
  - Jos kuivaat laitteen koneella, joka tuottaa kuumaa ilmaa, kuten hiustenkuivaimella, tai jos käytät laitetta kuumassa ympäristössä, kuten saunassa, ilman tai veden lämpötilan huomattava muutos voi vahingoittaa vedenkestävyyttä.

Ylikuumenemista koskevia varotoimia

Jos tunnet ylikuumenemisen takia epämukavaa tunnetta laitteen käytön aikana, lopeta sen käyttö heti ja irrota se ranteestasi.

- Jotta ongelmat, kuten laitteen toimintahäiriö, epämukava tunne iholla tai ihon vahingoittuminen ja akun tyhjeneminen, vältettäisiin, laitteen näyttöön tulee varoitus, jos se lämpenee tiettyyn lämpötilaan. Kun ensimmäinen varoitus tulee näkyviin, laitteen ominaisuudet poistetaan käytöstä, kunnes laite on viilentynyt tiettyyn lämpötilaan. Hätäpuhelutoiminto on kuitenkin käytettävissä LTE-mallissa.
- Jos laitteen lämpötila nousee lisää, näkyviin tulee toinen varoitus. Tällöin laite sammuu. Älä käytä laitetta, ennen kuin laitteen lämpötila on suositeltavalla käyttölämpötila-alueella. LTE-mallia käytettäessä aiemmin yhdistetty hätäpuhelutoiminto pysyy kuitenkin käytössä, kunnes lopetat, vaikka toinen varoitus tulisi näyttöön.

Suositeltava käyttölämpötila-alue

Laitteen suositeltava käyttölämpötila on 0 °C–35 °C. Laitteen käyttäminen suositeltavan lämpötila-alueen ulkopuolella voi vahingoittaa laitetta tai lyhentää akun käyttöikää.

Kellon puhdistaminen ja hoito

Noudattamalla näitä ohjeita voit varmistaa, että kellosi toimii oikein ja sen ulkoasu säilyy hyvänä. Ohjeiden noudattamatta jättäminen voi aiheuttaa kellon vahingoittumisen ja ihoärsytystä.

- Sammuta kello ja irrota hihna ennen puhdistusta.
- Älä altista laitetta pölylle, hielle, musteelle, öljylle tai kemikaaleille, kuten kosmetiikalle, antibakteeriselle suihkeelle, käsienpuhdistusaineelle, pesuaineelle tai hyönteismyrkyille. Kellon ulko- ja sisäosat voivat vahingoittua tai suorituskyky voi huonontua. Jos kello altistuu jollekin edellä mainituista aineista, puhdista se nukkaamattomalla, pehmeällä liinalla.
- Älä käytä kellon puhdistuksessa saippuaa, puhdistusaineita, hankaavia materiaaleja, paineilmaa, ultraääntä äläkä ulkoisia lämmönlähteitä. Muutoin kello voi vahingoittua. Kellon pintaan jäävät saippua, pesuaineet, käsien desinfiointiaineet tai puhdistusaineet voivat ärsyttää ihoa.

- Kun poistat aurinkosuojavoidetta, kosteusvoidetta tai öljyä, käytä saippuatonta puhdistusainetta ja huuhtele ja kuivaa kellosi perusteellisesti.

Toimitukseen sisältyvä hihna voi vaihdella alue- tai mallikohtaisesti. Puhdista ja hoida hihnaasi vastaavasti.

Ole varovainen, jos olet allerginen kellossa oleville aineille

- Samsung on testannut kellon sisältämät myrkylliset aineet sisäisten ja ulkopuolisten sertifiointiviranomaisten kautta, mukaan lukien kaikkien ihoa koskettavien materiaalien testaus, ihotoksisuustestaus ja kellon päälle puettuna pitämisen testaus.
- Kello sisältää nikkeliä. Noudata asianmukaisia varotoimia, jos ihosi on erityisen herkkä tai olet allerginen jollekin kellossa olevalle aineelle.
  - **Nikkeli**: Kello sisältää nikkeliä pienen määrän, joka on Europe REACH -säädöksessä määriteltyä raja-arvoa pienempi. Käyttäjä ei altistu kellon sisällä olevalle nikkelille, ja kello on läpäissyt kansainvälisesti sertifioidun testin. Jos olet herkkä nikkelille, ole kuitenkin varovainen kelloa käyttäessäsi.
- Kellon valmistuksessa käytetään vain materiaaleja, jotka ovat CPSC:n (U.S Consumer Product Safety Commission) standardien, Euroopan maiden säädösten ja muiden kansainvälisten standardien mukaisia.
- Lisätietoja siitä, miten Samsung käsittelee kemikaaleja, on Samsungin sivustossa.

Tämän tuotteen valmiustilan virrankulutustietojen löytäminen

- Siirry osoitteeseen www.samsung.com/global/ecodesign_energy.
- Hae käyttämällä tuotteen mallinumeroa.

Tämän ominaisuuden käyttömahdollisuus määräytyy alueen, operaattorin tai mallin mukaan.

Liite

Vianmääritys

Kokeile seuraavia ratkaisuehdotuksia, ennen kuin otat yhteyden Samsung-huoltokeskukseen tai valtuutettuun huoltokeskukseen. Jotkin tilanteet eivät ehkä koske sinun kelloasi.

Samsung Membersin avulla voit myös ratkaista laitteen käytössä mahdollisesti ilmeneviä ongelmia.

Kellossa näkyy verkkoon tai palveluun liittyviä virheilmoituksia

- Jos olet alueella, jolla on heikko signaali tai huono vastaanoton laatu, signaali voi kadota. Siirry toiselle alueelle ja yritä uudelleen. Siirtymisen aikana näyttöön voi tulla toistuvasti virheilmoituksia.
- Jotkin toiminnot on tilattava erikseen. Saat lisätietoja operaattoriltasi.

Kello ei käynnisty

Kun akku on täysin tyhjä, kello ei käynnisty. Lataa akku täyteen ennen kellon käynnistämistä.

Kosketuksen tunnistus toimii hitaasti tai väärin

- Kosketuksen tunnistus ei ehkä toimi oikein seuraavissa tilanteissa:
  - Jos kiinnität näytönsuojakalvon tai lisävarusteita näyttöön.
  - Jos käytät käsineitä, jos kätesi eivät ole puhtaat näyttöä koskettaessasi tai jos napautat näyttöä terävällä esineellä tai sormenpäälläsi.
  - Jos olosuhteet ovat kosteat tai laite altistuu vedelle.
- Käynnistä kello uudelleen, jolloin tilapäiset ohjelmisto-ongelmat poistuvat.
- Varmista, että kellon ohjelmisto on päivitetty uusimpaan versioon.
- Jos näyttö on naarmuuntunut tai vahingoittunut, mene Samsung-huoltokeskukseen tai valtuutettuun huoltokeskukseen.

Kello jumiutuu tai ilmenee ongelma

Kokeile seuraavia ratkaisuja. Jos ongelma ei ratkea vieläkään, ota yhteys Samsung-huoltokeskukseen tai valtuutettuun huoltokeskukseen.

Kellon käynnistäminen uudelleen

Jos kello jumiutuu tai kaatuu, sinun on ehkä suljettava sovelluksia tai sammutettava kello ja käynnistettävä se uudelleen.

Uudelleenkäynnistyksen pakottaminen

Jos kello on jumissa eikä vastaa, käynnistä se uudelleen pitämällä koti-painiketta ja takaisin-painiketta painettuina samanaikaisesti yli seitsemän sekunnin ajan.

Kellon tehdasasetusten palauttaminen

Jos edellä kuvatut toimenpiteet eivät ratkaise ongelmaa, palauta laite tehdasasetuksiin.

Napauta Sovellukset-näytössä Asetukset-kuvaketta ( ) → **Yleiset** → **Nollaa** → **Nollaa**. Voit myös avata **Wearable**-sovelluksen puhelimessasi ja napauttaa Kellon asetukset -kuvaketta ( ) → **Yleiset** → **Nollaa** → **Nollaa**. Muista varmuuskopioida kaikki kelloon tallennetut tärkeät tiedot ennen tehdasasetusten palauttamista.

Toinen Bluetooth-laite ei löydä kelloa

- Varmista, että kellon Bluetooth-toiminto on käytössä.
- Palauta kellon tehdasasetukset ja yritä uudelleen.
- Varmista, että kello ja toinen Bluetooth-laite ovat Bluetooth-yhteysetäisyyden sisällä (10 m). Etäisyys voi vaihdella laitteiden käyttöympäristön mukaan.

Jos edellä olevat ohjeet eivät ratkaise ongelmaa, ota yhteys Samsung-huoltokeskukseen tai valtuutettuun huoltokeskukseen.

Bluetooth-yhteyttä ei voi muodostaa, tai kellosi ja puhelimen yhteys katkeaa

- Varmista, että Bluetooth-ominaisuus on käytössä kummassakin laitteessa.
- Varmista, ettei laitteiden välissä ole mitään esteitä, kuten seiniä tai sähkölaitteita.
- Varmista, että puhelimeen on asennettu Galaxy Wearable -sovelluksen uusin versio. Jos Galaxy Wearable -sovelluksen versio ei ole uusin, päivitä Galaxy Wearable -sovellus uusimpaan versioon.
- Varmista, että kello ja toinen Bluetooth-laite ovat Bluetooth-yhteysetäisyyden sisällä (10 m). Etäisyys voi vaihdella laitteiden käyttöympäristön mukaan.
- Käynnistä molemmat laitteet uudelleen ja avaa **Wearable**-sovellus uudelleen puhelimessa.

Puheluja ei yhdistetä

- Varmista, että kellosi on yhdistetty puhelimeen Bluetooth-yhteydellä.
- Varmista, että puhelimesi ja kellosi on yhdistetty oikeaan matkapuhelinverkkoon.
- Varmista, ettei soitonestoa ole määritetty puhelinnumerolle, jonka valitset puhelimessa.
- Varmista, ettei puhelimessa ole määritetty saapuvien puhelujen soitonestoa puhelinnumerolle, josta soitetaan.
- Tarkista, onko joitakin tiloja käytössä. Jos joitakin tiloja on otettu käyttöön, saapuvat puhelut mykistetään eikä näyttö ehkä käynnisty, kun saapuvia puheluja vastaanotetaan.

Muut eivät kuule puhettasi

- Varmista, että et peitä sisäistä mikrofonia.
- Varmista, että mikrofoni on lähellä suutasi.
- Jos käytät Bluetooth-kuulokemikrofonia, varmista, että se on liitetty oikein.

Äänessä on kaikua puhelun aikana

Säädä äänenvoimakkuutta tai siirry johonkin toiseen paikkaan.

Yhteys matkapuhelinverkkoon tai Internetiin katkeaa usein, tai äänenlaatu on huono

- Varmista, että et peitä kellon sisäistä antennia.
- Jos olet alueella, jolla on heikko signaali tai huono vastaanoton laatu, signaali voi kadota. Yhteysongelmat voivat johtua operaattorin tukiaseman ongelmista. Siirry toiselle alueelle ja yritä uudelleen.
- Kun käytät laitetta liikkuessasi, langattoman verkon palvelut eivät ehkä ole käytettävissä operaattorin verkon ongelmien takia.

Akku ei lataudu asianmukaisesti (Samsungin hyväksymät laturit)

- Varmista, että kello on liitetty langattomaan laturiin oikein.
- Vie laite Samsung-huoltokeskukseen tai valtuutettuun huoltokeskukseen ja vaihdata akku. Voit parantaa huoltotukea tuomalla käyttämäsi laturin ja USB-kaapelin mukanasi. Jos langaton lataus ei toimi, tuo myös langaton laturi mukanasi.

Akku tyhjenee nopeammin kuin pian laitteen ostamisen jälkeen

- Jos kello tai akku on hyvin matalassa tai hyvin korkeassa lämpötilassa, akun käyttökelpoinen varaus voi pienentyä.
- Akkuvirran kulutus kasvaa joitakin sovelluksia käytettäessä.
- Akku on kuluva osa, ja sen varauksen kestoaika lyhenee ajan kuluessa.

Kello tuntuu kuumalta kosketettaessa

Kun käytät tavallista enemmän tehoa vaativia sovelluksia tai käytät sovelluksia kellossa pitkään, kello voi tuntua kosketettaessa kuumalta. Tämä on normaalia, eikä sen pitäisi vaikuttaa kellon käyttöikään eikä suorituskykyyn.

Jos kello ylikuumenee tai tuntuu kuumalta pitkään, älä käytä sitä hetkeen. Jos kellon ylikuumeneminen jatkuu, ota yhteys Samsung-huoltokeskukseen tai valtuutettuun huoltokeskukseen.

Kello ei löydä nykyistä sijaintiasi

Kello käyttää puhelimesi sijaintitietoja. GPS-signaalit voivat olla estyneitä joissakin paikoissa, kuten sisätiloissa. Aseta laite käyttämään Wi-Fi- tai matkapuhelinverkkoa sijaintisi etsinnässä.

Kelloon tallennettuja tietoja on kadonnut

Varmuuskopioi aina kaikki kelloon tallennetut tärkeät tiedot. Muutoin et voi palauttaa tietoja, jos ne vioittuvat tai katoavat. Samsung ei ole vastuussa kelloon tallennettujen tietojen katoamisesta.

Kellon kotelon ulkoreunalla on pieni rako

- Rako on valmistuksessa tarvittava ominaisuus, ja osat voivat liikkua tai väristä vähäisesti.
- Ajan myötä osien välinen kitka voi hieman suurentaa tätä rakoa.

Kellon tallennustila ei riitä

Vapauta tallennustilaa poistamalla tarpeettomia tietoja ja käyttämättömiä sovelluksia tai tiedostoja.

Akun irrottaminen

- **Jos haluat irrottaa akun, ota yhteyttä valtuutettuun huoltoliikkeeseen. Akun irrottamisohjeet ovat osoitteessa www.samsung.com/global/ecodesign_energy.**
- Oman turvallisuutesi vuoksi **älä yritä itse irrottaa** akkua. Jos akku irrotetaan väärin, akku ja laite voivat vahingoittua ja aiheuttaa henkilövahingon ja muuttaa laitteen vaaralliseksi.
- Samsung ei ole vastuussa vahingoista tai menetyksistä (sopimuksessa olevista tai vahingonkorvausvastuista, mukaan lukien laiminlyönti), jotka voivat aiheutua näiden varoitusten ja ohjeiden täsmällisesti noudattamatta jättämisestä, Samsungin laiminlyönnistä aiheutuvaa kuolemaa tai henkilövahinkoa lukuun ottamatta.

Jos tarvitset apua tai on kysyttävää, käy sivullamme
www.samsung.fi.
Klikkaa ”TUKI”=>”Ongelmanratkaisu”
ja valitse tuoteryhmä ja tuote.
Vaihtoehtoisesti soita asiakastukeemme puhelinnumeroon:
030-6227 515

Tekijänoikeus

Copyright © 2026 Samsung Electronics Co., Ltd.

Tämä opas on kansainvälisten tekijänoikeuslakien suojaama.

Tämän oppaan osittainenkin jäljentäminen, jakeleminen, kääntäminen tai siirtäminen missä tahansa muodossa tai millä tahansa tavalla, sähköisesti tai mekaanisesti, mukaan lukien valokopiointi, äänittäminen tai säilyttäminen tietojen säilytys- ja hakujärjestelmissä, on kiellettyä.

Tavaramerkit

- Samsung ja Samsung-logo ovat Samsung Electronics Co., Ltd.:n rekisteröityjä tavaramerkkejä.
- Bluetooth® on Bluetooth SIG, Inc:n rekisteröity tavaramerkki kaikkialla maailmassa.
- Wi-Fi®, Wi-Fi Direct™, Wi-Fi CERTIFIED™ ja Wi-Fi-logo ovat Wi-Fi Alliancen rekisteröityjä tavaramerkkejä.
- Kaikki muut tavaramerkit ja tekijänoikeudet ovat omistajiensa omaisuutta.