



Preventicus 360°

Gebrauchsanweisung



Inhaltsverzeichnis

1	Symbole	5
2	Produktbeschreibung	6
2.1	Zweckbestimmung	6
2.2	Vorgesehene Benutzer	7
2.3	Indikation, Kontraindikation und Ausschlüsse	7
2.4	Bestimmungsgemäßer Gebrauch	7
2.5	Klinischer Nutzen	8
3	Hinweise zur Leistung und Restrisiken	8
4	Lebensdauer des Produktes	9
5	Datensicherung	9
6	Erstanwendung	9
6.1	Starten von Preventicus 360°	10
6.2	Lesen und Akzeptieren der Zweckbestimmung inklusive der Hinweise, Nutzungs- und Datenschutzbedingungen	11
6.3	Basisdaten eingeben	13
7	Startbildschirm	15
8	Teilbereiche und Gesundheitswerte	16
9	Übersicht der Ergebnisse	19
9.1	So lesen Sie die Auswertung	20
9.2	Verlauf der Gesundheitswerte über die Zeit	20
9.3	Datenbasis Ihrer Auswertung	20
9.4	Bisherige erfasste Daten	21
9.5	Hintergrundinformationen zu Ihrem Gesundheitswert	21

10 Empfehlungen.....	22
10.1 Wie werden Empfehlungen angezeigt?	22
10.2 Wo werden Empfehlungen angezeigt?	23
10.3 Nach Empfehlungen suchen und filtern.....	24
10.4 Favoriten speichern und entfernen	26
10.5 Wo finde ich meine Favoriten.....	27
11 Werte aktualisieren.....	28
12 Mitteilungen.....	29
13 Rechtliches.....	30
13.1 Zustimmung zur Datenverarbeitung	30
13.2 Persönliche Daten löschen	31
14 Hilfebereich.....	32
15 Deinstallation der App.....	32
16 Technische Daten.....	33
17 Herstellerinformation	33

Die vorliegende Gebrauchsanweisung beschreibt die Anwendung und Funktionen der Anwendung Preventicus 360°.



Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung vor Gebrauch der Anwendung Preventicus 360° sorgfältig durch.

Eine stets aktuelle Version der Gebrauchsanweisung finden Sie unter <https://www.preventicus.com/gebrauchsanweisung-app/>

Weitere Informationen finden Sie auf der Preventicus Support-Webseite unter (<https://www.preventicus.com/support>). Dort können Sie ebenfalls eine Papierversion des Handbuchs kostenfrei bestellen.

1 Symbole

In dieser Gebrauchsanweisung können sich folgende Symbole befinden (Farbe und Größe kann variieren):

Symbol	Bedeutung
	Bei dieser Stand-alone-Software handelt es sich um ein zertifiziertes Medizinprodukt der Risikoklasse I nach Regel 11 der VO (EU) 2017/745.
	Hinweis Ein Hinweis macht auf wissenswerte Informationen aufmerksam.
	Herstellerkennzeichnung
	Elektronische Gebrauchsanweisung beachten.
	Medizinprodukt

2 Produktbeschreibung

2.1 Zweckbestimmung

Preventicus 360° dient der Erfassung von Gesundheitsdaten und Ermitteln des persönlichen Gesundheitsprofils in den Bereichen Herzgesundheit, Kreislauf, Stoffwechsel, Wohlbefinden, Mobilität.

Dies soll eine frühzeitige und gezielte Prävention häufiger Zivilisationskrankheiten ermöglichen. Hierzu werden verschiedene allgemeine Gesundheitsdaten sowie mittels der Preventicus Heartbeats App ermittelte Herzfrequenz- und Herzrhythmus-Daten, medizinisch validierte Fragebögen und einfache selbst durchführbare Tests eingesetzt und ausgewertet.

Der Nutzer erhält passgenau, individuelle Informationen und Empfehlungen, wie persönliche Ergebnisse verbessert bzw. erhalten werden können. Außerdem können Informationen zu Ergebnis-Verläufen und ablaufenden Testergebnissen angezeigt werden.

Es handelt sich bei dem ermittelten Ergebnis lediglich um eine Risikoabschätzung, nicht jedoch um eine Diagnose im medizinischen Sinn. Die ermittelten Ergebnisse dienen ausschließlich Informationszwecken und ersetzen unter keinen Umständen eine persönliche Diagnose, Beratung, Betreuung oder Behandlung durch ärztliches oder medizinisch geschultes Personal. Das System dient weder zur Entscheidungsfindung in Akutzuständen noch zum Überwachen von Vitalfunktionen, noch greift es in leitliniengerechte diagnostische oder therapeutische Maßnahmen ein. Es dient ausschließlich der Selbstbewertung gesundheitsrelevanter Daten, der Motivation von Lebensstiländerungen und unterstützt dadurch die Prävention häufiger Zivilisationskrankheiten.

2.2 Vorgesehene Benutzer

Preventicus 360° ist für folgende Personen als Eigenanwendung geeignet:

Personen, die in lateinischen Buchstaben geschriebene Texte und arabische Zahlen lesen und verstehen

Personen mit einem kompetenten Sprachniveau in den für die App verfügbaren Sprachen (siehe Kapitel 16)

2.3 Indikation, Kontraindikation und Ausschlüsse

Preventicus 360° ist für folgende Indikationen vorgesehen:

Personen, unabhängig vom Geschlecht

Personen im Alter ab 18 Jahren

Personen ohne oder nur mit geringfügig korrigierter Einschränkung der Sehfähigkeit

Preventicus 360° ist nicht für Anwender mit kognitiven Einschränkungen vorgesehen.

2.4 Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Die Eingabe der Daten bzw. die Beantwortung der Fragebögen sollte wahrheitsgemäß und basierend auf aktuellen Angaben erfolgen. Für die Messung der Herzfrequenz- und Herzmhythmus-Daten ist ausschließlich die Preventicus Heartbeats App in der aktuellen Version zu verwenden.

Es ist jeweils nur die aktuelle Version von Preventicus 360° zu verwenden.

2.5 Klinischer Nutzen

Preventicus 360° ermöglicht die Selbstbewertung gesundheitsrelevanter Daten, Steigerung der persönlichen Gesundheitskompetenz und der Motivation positive Lebensstiländerungen vorzunehmen.

Preventicus 360° kann eine frühzeitige und gezielte Prävention häufiger Civilisationskrankheiten ermöglichen.

3 Hinweise zur Leistung und Restrisiken

Es handelt sich bei dem ermittelten Ergebnis lediglich um eine Risikoabschätzung, nicht jedoch um eine Diagnose im medizinischen Sinn. Die ermittelten Ergebnisse dienen ausschließlich Informationszwecken und ersetzen unter keinen Umständen eine persönliche Diagnose, Beratung, Betreuung oder Behandlung durch ärztliches oder medizinisch geschultes Personal. Preventicus 360° dient weder zur Entscheidungsfindung in Akutzuständen noch zum Überwachen von Vitalfunktionen noch greift es in leitliniengerechte diagnostische oder therapeutische Maßnahmen ein. Preventicus 360° dient ausschließlich der Selbstbewertung gesundheitsrelevanter Daten, der Motivation von Lebensstiländerungen und dadurch der Unterstützung der Prävention häufiger Civilisationskrankheiten.

 **Hinweis:** Wir bitten Sie, alle schwerwiegenden Vorkommnisse, die im Zusammenhang mit Preventicus 360° aufgetreten sind, uns und der zuständigen Behörde, in dem Land, in dem Sie ansässig sind, zu melden. (Ausführlicher Kontakt siehe Punkt "Herstellerinformationen"). Mail: support@preventicus.com

4 Lebensdauer des Produktes

Als Lebensdauer ist die Spanne bis zum Erscheinen einer neuen Version von Preventicus 360° festgelegt. Diese ist durch eine Erhöhung mindestens der zweiten Stelle der Versionsnummer gekennzeichnet.

5 Datensicherung

Preventicus GmbH empfiehlt das Smartphone, auf dem die Anwendung läuft, mit einem Code (PIN, Personal Identification Number), Face ID oder Touch ID (Fingerabdruck) zu schützen. Es ist wichtig das Smartphone zu schützen, weil persönliche Gesundheitsinformationen darauf gespeichert werden.

6 Erstanwendung

Preventicus 360° kann aktuell nur in Verbindung mit der App Preventicus Heartbeats genutzt werden und steht ausschließlich für Teilnehmer des RhythmusLeben Programmes zur Verfügung, deren Krankenversicherung diese Leistung für sie freigeschalten hat. Um Preventicus 360° zu nutzen, muss die aktuelle Version der App Preventicus Heartbeats auf einem Smartphone installiert werden.

Informationen zur Installation, Einrichtung und Gebrauch von Preventicus Heartbeats sind unter <https://www.preventicus.com/gebrauchsanweisung-app/> verfügbar.

Bei der Nutzung von Preventicus 360° in Verbindung mit Preventicus Heartbeats, gelten die Mindestanforderungen an Smartphones von Preventicus Heartbeats.

Die Webseite von Preventicus enthält Informationen mit welchen Smartphones Preventicus Heartbeats genutzt werden kann: <https://heartbeats.preventicus.com/devices/de>

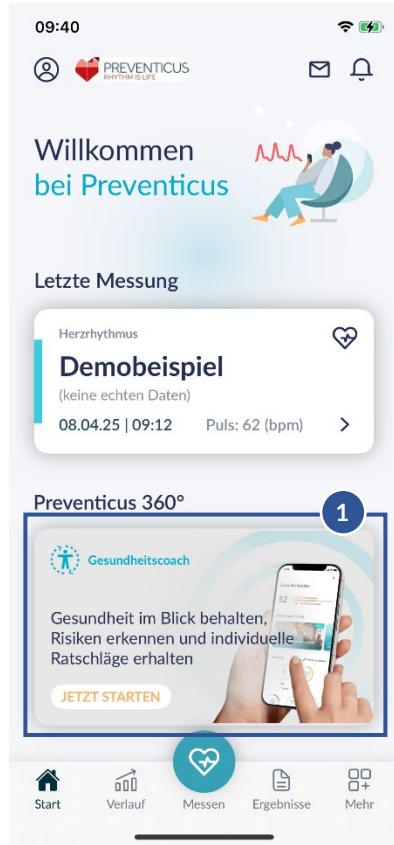
 **Hinweis:** Für die Nutzung von Preventicus 360° ist eine stabile Internetverbindung notwendig. Bitte stellen Sie eine stabile Internetverbindung sicher bevor Sie mit der Nutzung beginnen.

6.1 Starten von Preventicus 360°

Prevencitus 360° kann über das Dashboard von Preventicus Heartbeats gestartet werden.

Schritt 1: Öffnen Sie die App Preventicus Heartbeats und gehen Sie auf den Startbildschirm. Informationen zur Installation, Einrichtung und Gebrauch von Preventicus Heartbeats sind verfügbar unter <https://www.preventicus.com/gebrauchsanweisung-app/>.

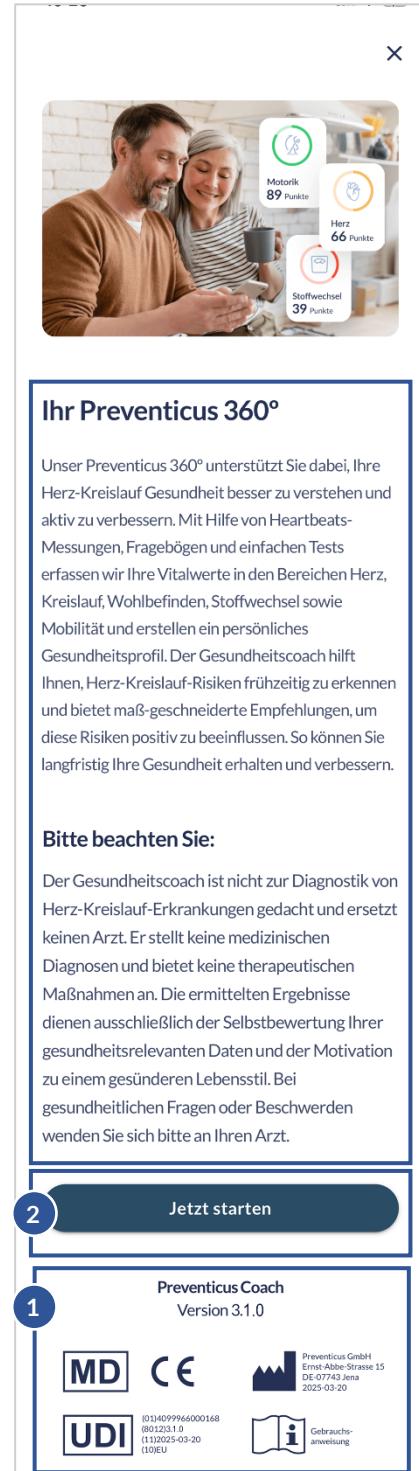
Schritt 2: Tippen Sie auf die Kachel von Preventicus 360° (1).



6.2 Lesen und Akzeptieren der Zweckbestimmung inklusive der Hinweise, Nutzungs- und Datenschutzbedingungen

Bevor Sie erstmals mit der Nutzung von Preventicus 360° beginnen, ist es wichtig zu wissen, wie Preventicus 360° funktioniert und worauf Sie achten sollten. Dafür werden Ihnen zwei Screens präsentiert. Der erste Screen zeigt neben allgemeinen Informationen und Hinweisen über den Preventicus 360° (1) ganz unten Angaben zur aktuellen Versionsnummer und produktrelevante Symbole, die der Kennzeichnung dienen. Die Erklärung der Symbole finden Sie unter: Kapitel 1Symbole

Schritt 1: Lesen Sie sich bitte die ausgewiesenen Informationen und Hinweise über Preventicus 360° sorgfältig durch und tippen Sie anschließend auf „Jetzt starten“ (2).

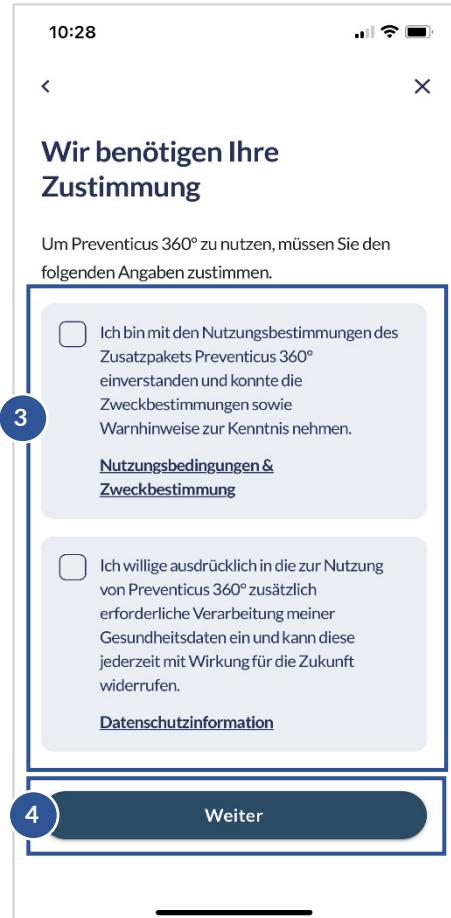


Im nächsten Bildschirm werden Ihnen die Nutzungsbedingungen, die Zweck-bestimmungen sowie die Datenschutz-informationen präsentiert.

Um fortfahren zu können, müssen Sie diese lesen und deren Zustimmung bestätigen.

Schritt 2: Tippen Sie dazu die rechteckigen Felder an und setzen Sie so ein Häkchen, was zeigt, dass Sie dieses akzeptieren (3). Anschließend drücken Sie den Button „Weiter“, um forzufahren (4).

Die Checkboxen zu Nutzungsbedingung, Zweckbestimmung und den Datenschutz-informationen sind Pflichtfelder. Diese müssen Sie akzeptieren, um forzufahren.



6.3 Basisdaten eingeben

Im nächsten Schritt bitten wir Sie, Ihre Basisdaten einzugeben, um eine erste individuelle Konfiguration von Preventicus 360° zu ermöglichen.

Schritt 1: Geschlecht und Geburtsjahr

Die Angaben zu Geschlecht und Alter werden aus Preventicus Heartbeats übernommen. Prüfen und korrigieren Sie

diese falls nötig. Tippen Sie anschließend auf Weiter. (1)

Schritt 2: Gewicht und Körpergröße

Bitte geben Sie Ihr Gewicht und Ihre Körpergröße an (2). Tippen Sie anschließend auf Weiter (3). Diese Angaben sind Pflichtfelder. Sie müssen diese Werte eingeben, um weiterzukommen.

Schritt 3: Taillenumfang

Bitte geben Sie Ihren Taillenumfang an (4). Tippen Sie anschließend auf Weiter (5). Diese Angabe ist optional. Sie müssen diesen Wert nicht eingeben, um weiterzukommen.

Schritt 4: Blutdruck

Bitte geben Sie Ihren Blutdruck an (6). Tippen Sie anschließend auf Weiter (7). Diese Angabe ist optional. Sie müssen diese Werte nicht eingeben, um weiterzukommen.

Schritt 5: Fragen zum psychischen Wohlbefinden

Es werden Ihnen nacheinander fünf Fragen und mögliche Antworten angezeigt. Bitte wählen Sie jeweils eine passende Antwort aus (8) und tippen Sie anschließend auf Weiter (9). Diese Angaben sind optional. Sie müssen diese Fragen nicht beantworten, um weiterzukommen. Tippen Sie auf „Überspringen“, wenn Sie die Fragen nicht beantworten wollen. (10)

The image shows three screenshots of the Preventicus 360° app interface:

- Screenshot 4 (Left):** A text input field asking "Wie groß ist Ihr aktueller Taillenumfang? (optional)". A blue box labeled "4" highlights the input field where "90 cm" is typed. A blue box labeled "5" highlights the "weiter" (next) button below.
- Screenshot 6 (Middle):** A screen asking "Wie waren Ihre letzten Blutdruckwerte? (optional)". It shows two input fields for "Systole (Erster Wert)" and "Diastole (Zweiter Wert)" with "mmHg" units. A blue box labeled "6" highlights the input field for systolic blood pressure. A blue box labeled "7" highlights the "weiter" button below.
- Screenshot 8 (Right):** A question about mental well-being: "In den letzten beiden Wochen waren Sie froh und guter Laune. (optional)". Below are six response options: "Die ganze Zeit", "Meistens", "Über die Hälfte der Zeit", "Weniger als die Hälfte der Zeit", "Ab und zu", and "Zu keinem Zeitpunkt". A blue box labeled "8" highlights the "Ab und zu" option. A blue box labeled "9" highlights the "weiter" button below. A blue box labeled "10" highlights the "Überspringen" (skip) button at the bottom.

7 Startbildschirm

Der Startbildschirm Ihres Preventicus 360° bietet Ihnen schnellen Zugriff auf die wichtigsten Funktionen.

Hier finden Sie eine Übersicht, was Sie dort erwarten:

1

Gesundheitsindex – Ihr persönlicher Gesundheitsüberblick

Der **Gesundheitsindex** ist eine Zahl zwischen 1 und 100, die Ihnen einen schnellen Überblick über Ihren allgemeinen Gesundheitszustand gibt.

- **Hohe Werte** (z. B. über 70) zeigen eine gute Gesundheit an.
- **Niedrige Werte** (z.B. unter 70) können auf mögliche Auffälligkeiten hinweisen.
- Der Gesundheitsindex berücksichtigt alle relevanten Gesundheitsbereiche.

3

Teilbereiche – Ihre Gesundheit im Detail

Ihr Preventicus 360° unterteilt Ihre Gesundheit in fünf **Teilbereiche**:

- Herz,
- Kreislauf,
- Wohlbefinden,
- Stoffwechsel,
- Mobilität.

Jeder Teilbereich wird ebenfalls durch eine Kennzahl von **1 bis 100** dargestellt. Ein niedriger Wert weist auf möglichen Handlungsbedarf hin.

5

Rechtliches – Wichtige Informationen im Überblick

Unter dem Menüpunkt „**Rechtliches**“ finden Sie:

- Allgemeine Informationen über den Preventicus 360°,



2

Empfehlungen – Individuell für Sie

Basierend auf Ihrem Gesundheitsindex erhalten Sie regelmäßig **persönliche Empfehlungen**, die Ihnen helfen, Ihre Gesundheit zu verbessern. Siehe [Kapitel 10 Empfehlungen](#)

4

Favoriten – Wichtige Inhalte speichern

Ihre gespeicherten Favoriten sind jederzeit über den Startbildschirm erreichbar. Siehe [Kapitel 10.4 Favoriten speichern und entfernen](#)

6

Hilfebereich – Unterstützung bei Fragen

Benötigen Sie Hilfe oder haben Fragen zur Nutzung? Im **Hilfebereich** finden Sie Kontaktinformationen zum Kundenservice.

Hier gibt es auch einen Link zur **Gebrauchsanweisung**, die Ihnen Schritt für Schritt erklärt, wie die App funktioniert. Weitere Informationen siehe [Kapitel 14 Hilfebereich](#).

7

Informationen zur aktuellen Version

Hier erhalten Sie Informationen über die derzeit verwendete Version von Preventicus 360°

8 Teilbereiche und Gesundheitswerte

Der Gesundheitscoach umfasst die folgenden Teilbereiche: Herz, Kreislauf, Wohlbefinden, Stoffwechsel und Mobilität. Jeder Teilbereich setzt sich aus mehreren Gesundheitswerten zusammen.

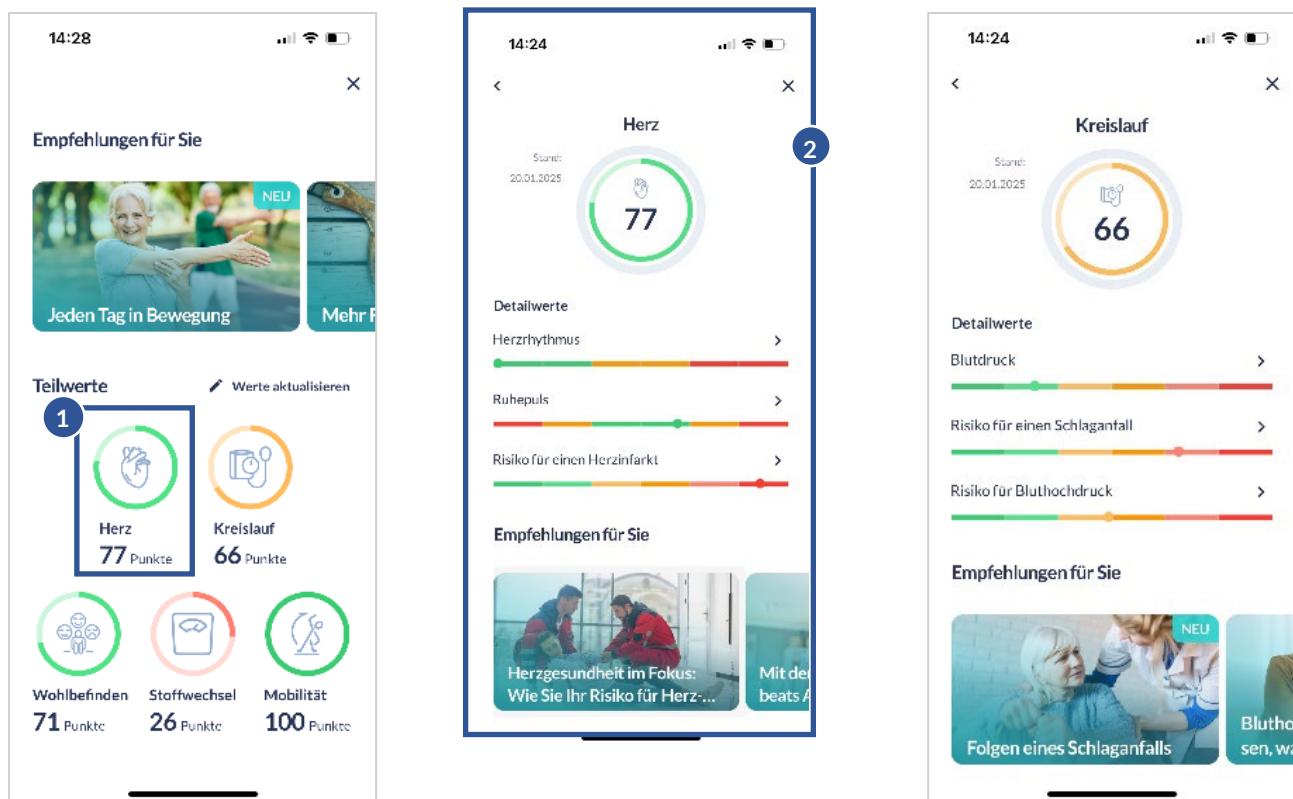
Um einen Teilbereich inklusive der zugehörigen Gesundheitswerte zu öffnen, tippen Sie bitte auf eines der Symbole. Hier am Beispiel des Teilbereiches Herz (1).

Der Teilbereich Herz umfasst die Gesundheitswerte (2):

- Herzrhythmus
- Ruhepuls
- Risiko für einen Herzinfarkt

Der Teilbereich Kreislauf umfasst die Gesundheitswerte:

- Blutdruck
- Risiko für Schlaganfall
- Risiko für Bluthochdruck



Der Teilbereich Stoffwechsel umfasst die Gesundheitswerte:

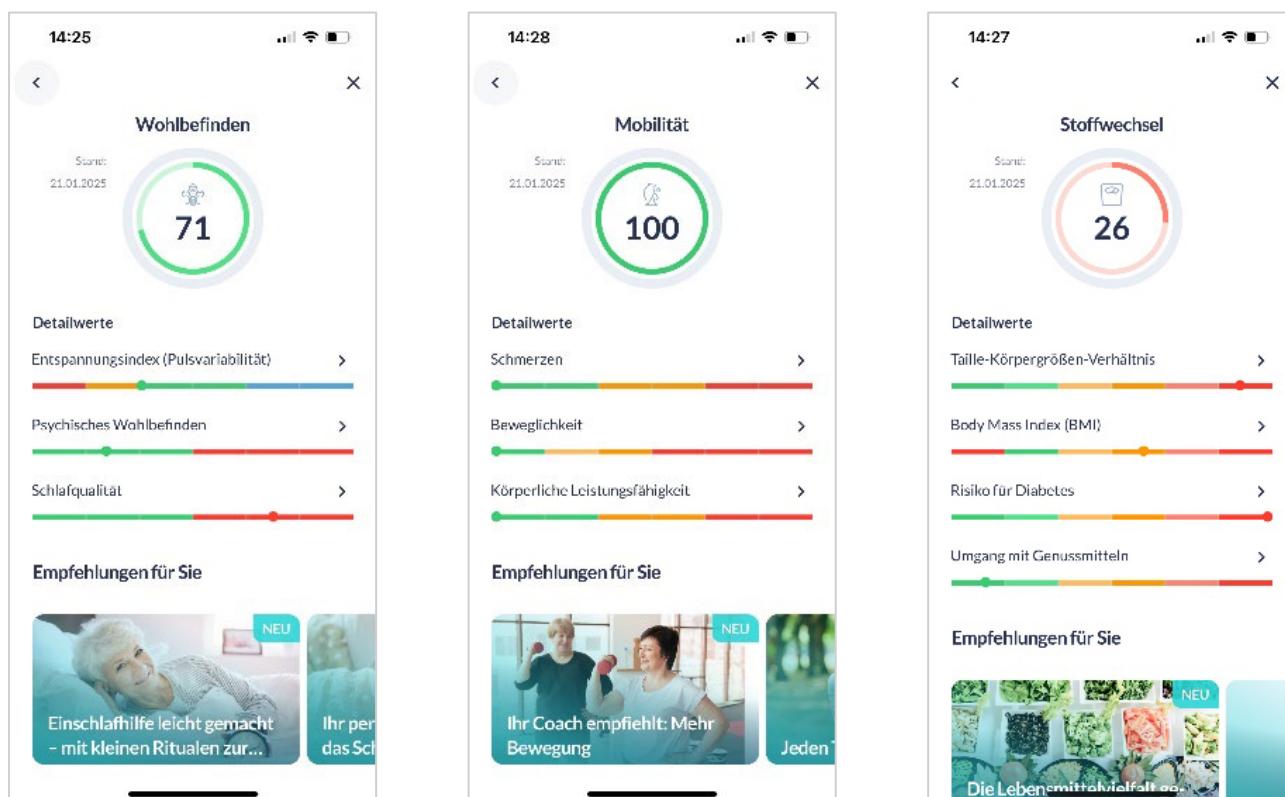
- Taillen-Körpergrößen-Verhältnis
- BMI
- Risiko für Diabetes
- Alkoholkonsum

Der Teilbereich Wohlbefinden umfasst die Gesundheitswerte:

- Entspannungsindex (Pulsanalyse)
- Mentale Gesundheit
- Depressionsrisiko
- Schlafqualität

Der Teilbereich Mobilität und Rücken umfasst die Gesundheitswerte:

- Schmerzbeschreibung
- Beweglichkeit
- Körperliche Leistungsfähigkeit



Um Ihre Gesundheitswerte zuverlässig zu bestimmen, werden verschiedene Methoden eingesetzt. Dazu gehören:

Allgemeine Gesundheitsdaten: Diese werden durch Ihre persönlichen Angaben erfasst.

Messungen mit der Preventicus Heartbeats App: Die App ermittelt Ihren Ruhepuls und analysiert Ihren Herzrhythmus.

Fragebögen zur Erfassung von Gesundheitsdaten und zur Einschätzung von gesundheitlichen Risiken oder Zuständen.

Einfache, selbst durchführbare Tests: Diese Tests können Sie bequem zu Hause durchführen und erhalten wertvolle Informationen über Ihren Gesundheitszustand.

9 Übersicht der Ergebnisse

Für jeden Gesundheitswert gibt es eine **Detailseite**. Hier finden Sie:

- Ihre aktuelle Auswertung,
- den Verlauf Ihrer Werte über die Zeit,
- wichtige Hintergrundinformationen.

So öffnen Sie einen Gesundheitswert:

Schritt 1: Tippen Sie auf den **Pfeil-Symbol (1)** neben dem gewünschten Gesundheitswert.

Schritt 2: Die **Detailseite (2)** öffnet sich automatisch.



In der Detailansicht erhalten Sie eine übersichtliche Darstellung Ihrer Werte:

Über das **Glühbirnen-Symbol „Empfehlungen“ (3)** erreichen Sie passende Empfehlungen fürs Ihren Gesundheitswert (siehe Kapitel 10.3 Nach Empfehlungen suchen und filtern).

Über die Schaltfläche „**Aktualisieren**“ (4) können Sie Ihren Wert mit neuen Daten ergänzen (siehe Kapitel 11 Werte aktualisieren).



9.1 So lesen Sie die Auswertung

Ihre Werte werden sowohl als **Text** als auch über eine **farbliche Skala** dargestellt.

Eine **Legende** mit den Bedeutungen der Farben finden Sie unterhalb der Auswertung. **Grün** bedeutet, dass der Wert im normalen Bereich liegt. **Rot** weist auf Auffälligkeiten hin.

9.2 Verlauf der Gesundheitswerte über die Zeit

Tippen Sie auf das **zweite Symbol (5)**, um die **Verlaufsansicht** zu öffnen.

Ihre Werte werden in einem übersichtlichen **Diagramm (Graphen)** über die Zeit dargestellt.

Durch **Wischen nach links oder rechts** können Sie die Zeitachse anpassen und frühere Werte einsehen.



9.3 Datenbasis Ihrer Auswertung

Tippen Sie auf das **dritte Symbol (6)**, um sich die **Datenbasis** anzusehen.

Hier erfahren Sie, welche Messwerte Ihrer aktuellen Bewertung zugrunde liegen.



9.4 Bisherige erfasste Daten

Tippen Sie auf das **vierte Symbol (7)**, um eine Liste aller bisher gespeicherten Daten zu sehen.

So behalten Sie den Überblick über Ihre bisherigen Eintragungen.

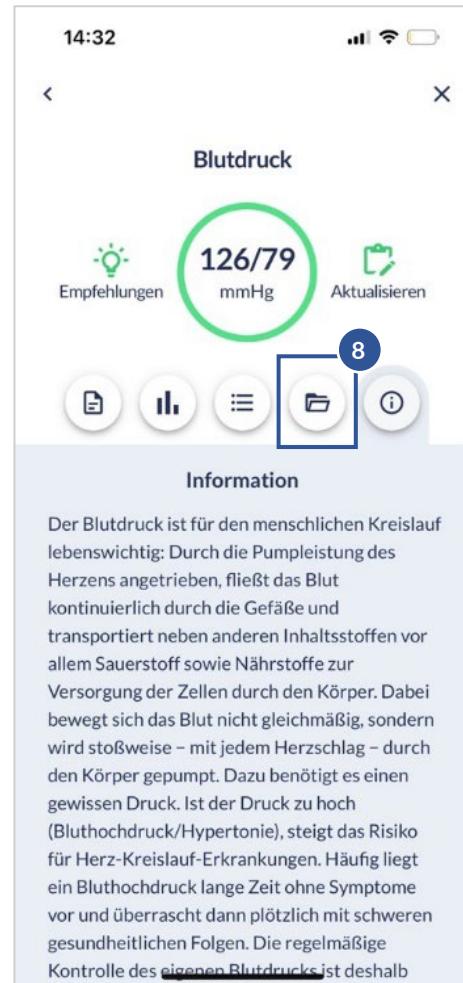


9.5 Hintergrundinformationen zu Ihrem Gesundheitswert

Tippen Sie auf das „i“-Symbol (8), um weitere **Hintergrundinformationen** zu Ihrem Gesundheitswert zu erhalten.

Hier erfahren Sie:

- Wie Ihre Werte berechnet werden.
- Auf welchen wissenschaftlichen Erkenntnissen die Bewertung basiert.



10 Empfehlungen

Ihr Gesundheitscoach zeigt Ihnen gezielte Empfehlungen an, die Ihnen helfen, Ihre Gesundheit zu verbessern. Hier erfahren Sie, wie Sie die Empfehlungen nutzen können.

10.1 Wie werden Empfehlungen angezeigt?

Auf dem Startbildschirm und in den Teilbereichen sehen Sie maximal drei Empfehlungen gleichzeitig. **Neue, ungelesene Empfehlungen** sind mit einem „Neu“-Symbol gekennzeichnet. (1). Empfehlungen, die einen **Arztbesuch empfehlen**, sind mit einem „Hinweis“-Symbol (2) versehen.



Die Empfehlungen wechseln regelmäßig automatisch, damit Sie immer neue und relevante Inhalte erhalten.

In den Empfehlungskacheln sehen Sie, um welchen Medientyp es sich handelt - Text, Audio (3) oder Video (4).



10.2 Wo werden Empfehlungen angezeigt?

Sie können Ihre Empfehlungen an mehreren Stellen in der App aufrufen:

Startbildschirm (1):

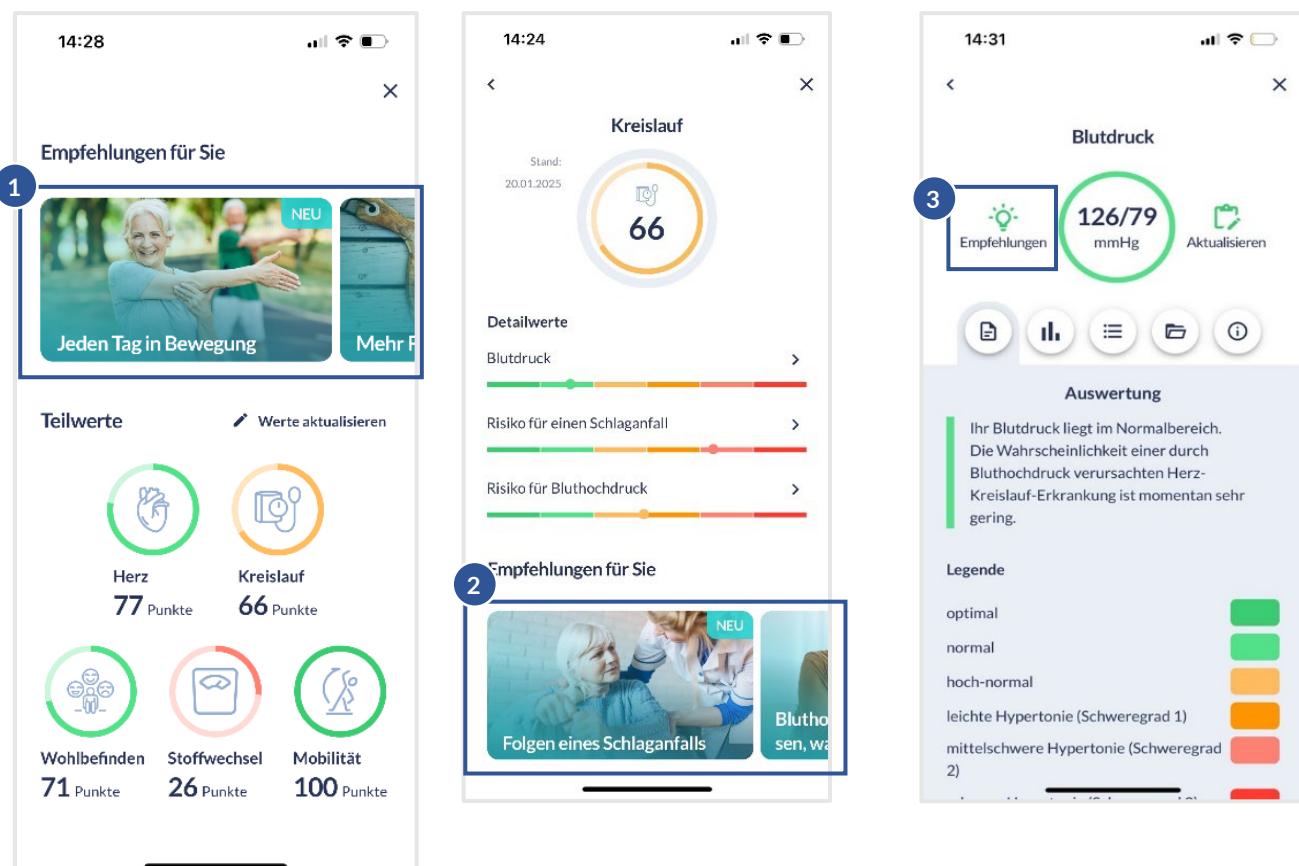
- Hier werden Ihnen Empfehlungen angezeigt, die sich nach Ihren kritischsten Gesundheitswerten richten.
- Pro Teilbereich wird nur eine Empfehlung angezeigt.

Teilbereich (2):

- In jedem Teilbereich finden Sie jeweils maximal drei relevante Empfehlungen passend zu Ihren Gesundheitswerten.
- Empfehlungen für einen notwendigen Arztbesuch werden hier immer angezeigt.

Gesundheitswerte:

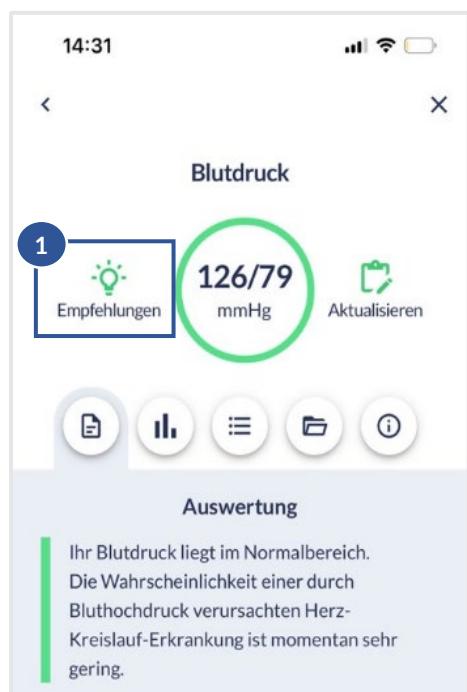
- Tippen Sie auf das **Glühbirnen-Symbol „Empfehlungen“ (3)**, um eine Liste der passenden Empfehlungen zu öffnen.



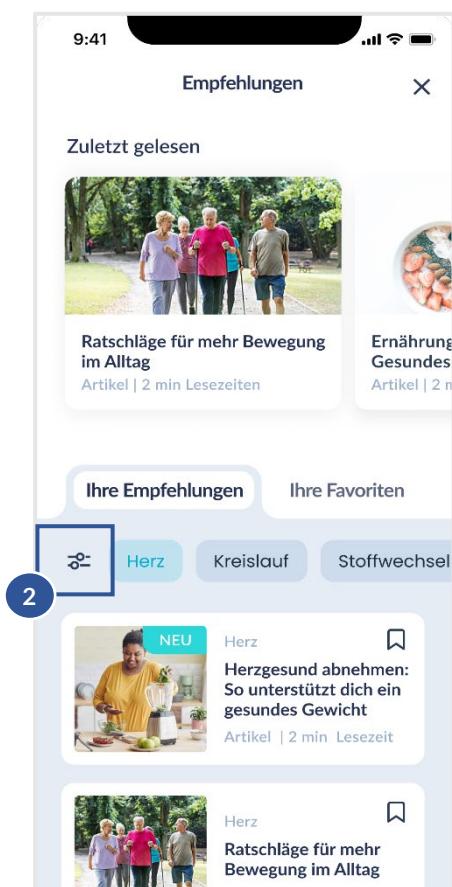
10.3 Nach Empfehlungen suchen und filtern

Schritt 1: Öffnen Sie die Übersicht zu einem Gesundheitswert und tippen Sie auf das Glühbirnen-Symbol (1), um eine Übersicht der passenden Empfehlungen zu sehen.

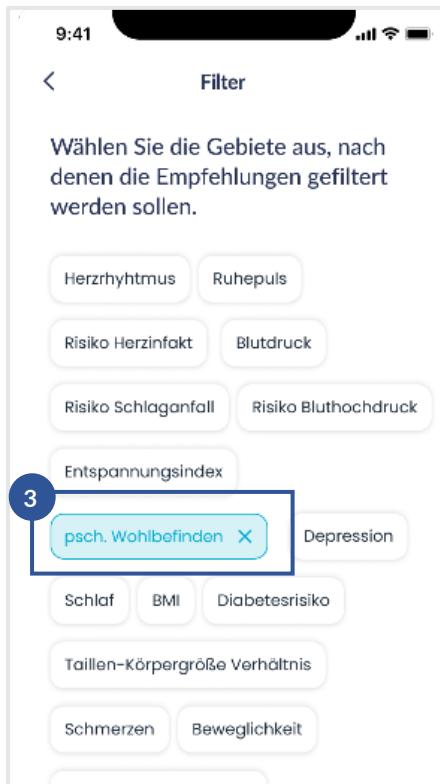
Wenn Sie über einen Teilbereich oder Einzelbereich in die Übersicht gelangen, wird dieser automatisch hervorgehoben.



Schritt 2: Tippen Sie auf das Filter-Symbol (2), um die möglichen Filteroptionen zu öffnen



Schritt 3: Wählen Sie den gewünschten Filter (z.B. Teilbereich oder Gesundheitswert) aus (3). Sie werden anschließend automatisch zur passenden Empfehlungsliste weitergeleitet (4).



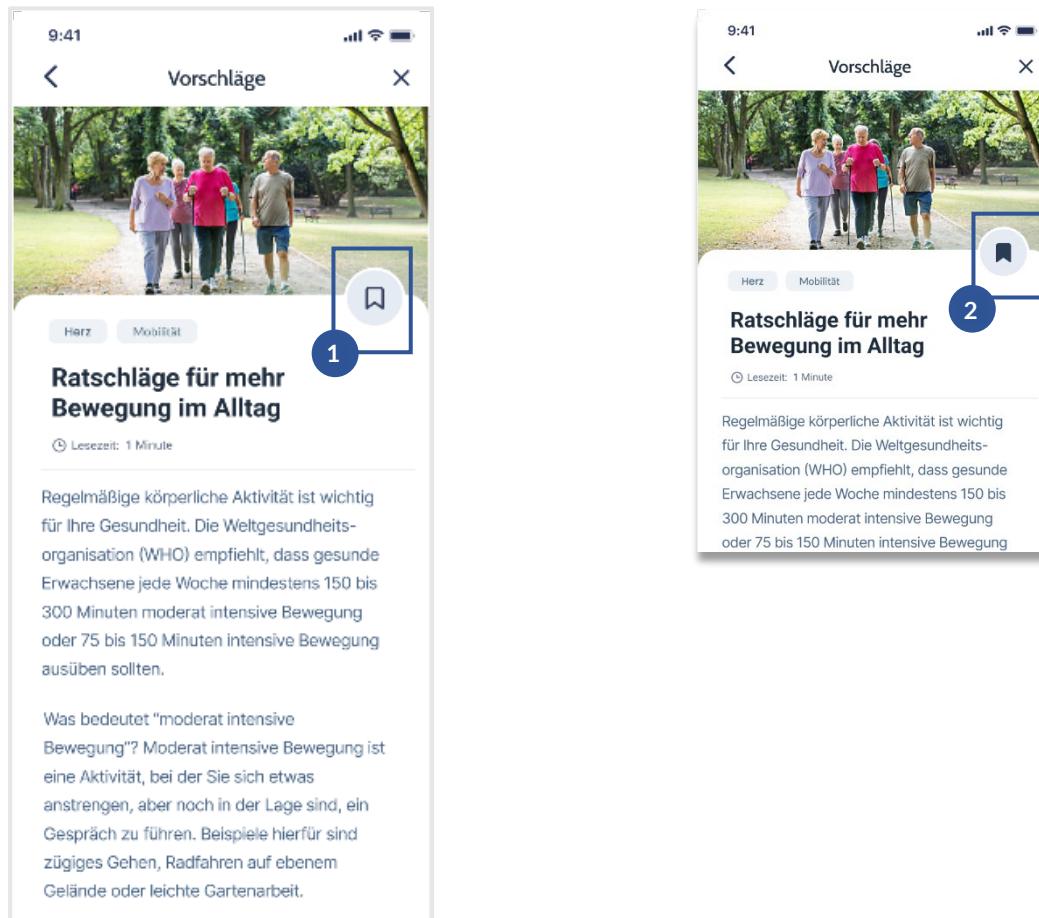
10.4 Favoriten speichern und entfernen

Wenn Sie eine Empfehlung besonders interessiert, können Sie diese als Favorit speichern.

So speichern Sie eine Empfehlung:

Schritt 1: Tippen Sie auf das Klammer-Symbol (1), um die Empfehlung als Favorit zu markieren.

Schritt 2: Möchten Sie die Empfehlung wieder entfernen, tippen Sie einfach erneut auf das Klammer-Symbol oben rechts in der Empfehlung (2).



10.5 Wo finde ich meine Favoriten

Ihre gespeicherten Favoriten finden Sie ganz einfach auf dem Startbildschirm Ihres Preventicus 360° (3) sowie auf der Ihrer Empfehlungsseite (4).

9:41

Gesundheitsindex

52 von 100 Gesundheitpunkten ± 0 Stand: 30.10.24 | 08:50

Empfehlungen für Sie

Meditation für innere Ruhe und ein gesundes Herz NEU Auf Arz

Teilwerte

Herz - Punkte Kreislauf 66 Punkte

Wohlbefinden 23 Punkte Stoffwechsel 53 Punkte Mobilität - Punkte

Favoriten

Ratschläge für mehr Bewegung im Alltag Schritt-für-Schritt: Blutdruck korrekt messen und auswerten

Alle anzeigen

9:41

Empfehlungen

Zuletzt gelesen

Ratschläge für mehr Bewegung im Alltag Artikel | 2 min Lesezeiten

Ernährung Gesundes Artikel | 2 min Lesezeiten

Ihre Empfehlungen Herz Kreislauf Wohlbefinden

Mobilität, Herz Ratschläge für mehr Bewegung im Alltag Artikel | 2 min Lesezeit

Stoffwechsel Ernährungstipp: Gesundes Frühstück Artikel | 2 min Lesezeit

4

11 Werte aktualisieren

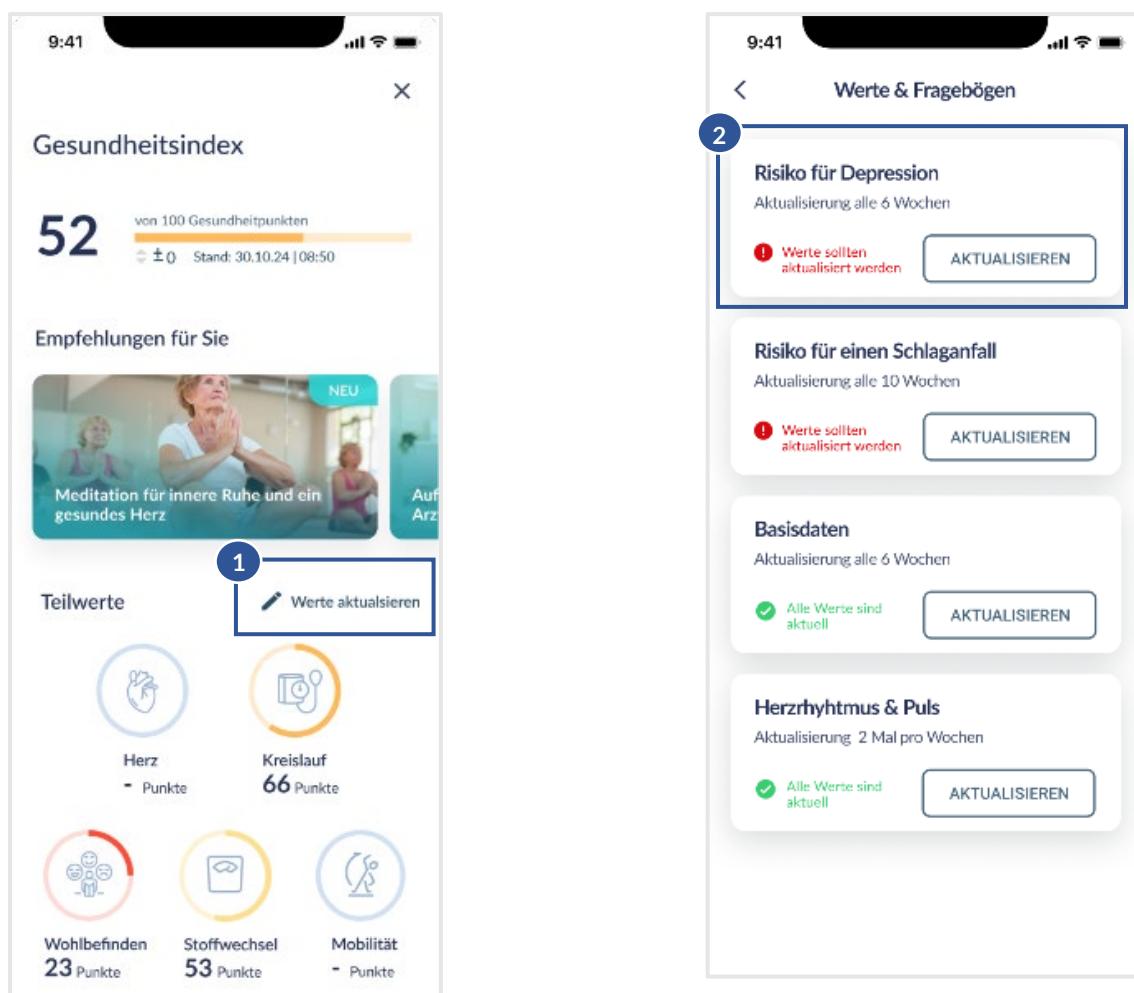
Ihr Preventicus 360° erinnert Sie daran, wenn es Zeit ist, Ihre Gesundheitswerte zu aktualisieren. So behalten Sie Ihre Gesundheit immer im Blick.

Eine Übersicht aller Gesundheitswerte und der Termine zur Aktualisierung finden Sie auf dem Startbildschirm von Preventicus 360° in der App.

So aktualisieren Sie Ihre Gesundheitswerte:

Schritt 1: Tippen Sie auf die Schaltfläche „Werte aktualisieren“ (1), um die Liste mit Ihren Gesundheitswerten zu öffnen.

Schritt 2: Wählen Sie den Gesundheitswert aus, den Sie aktualisieren möchten, indem Sie darauf tippen (2). Danach öffnet sich die passende Seite zur Aktualisierung.



12 Mitteilungen

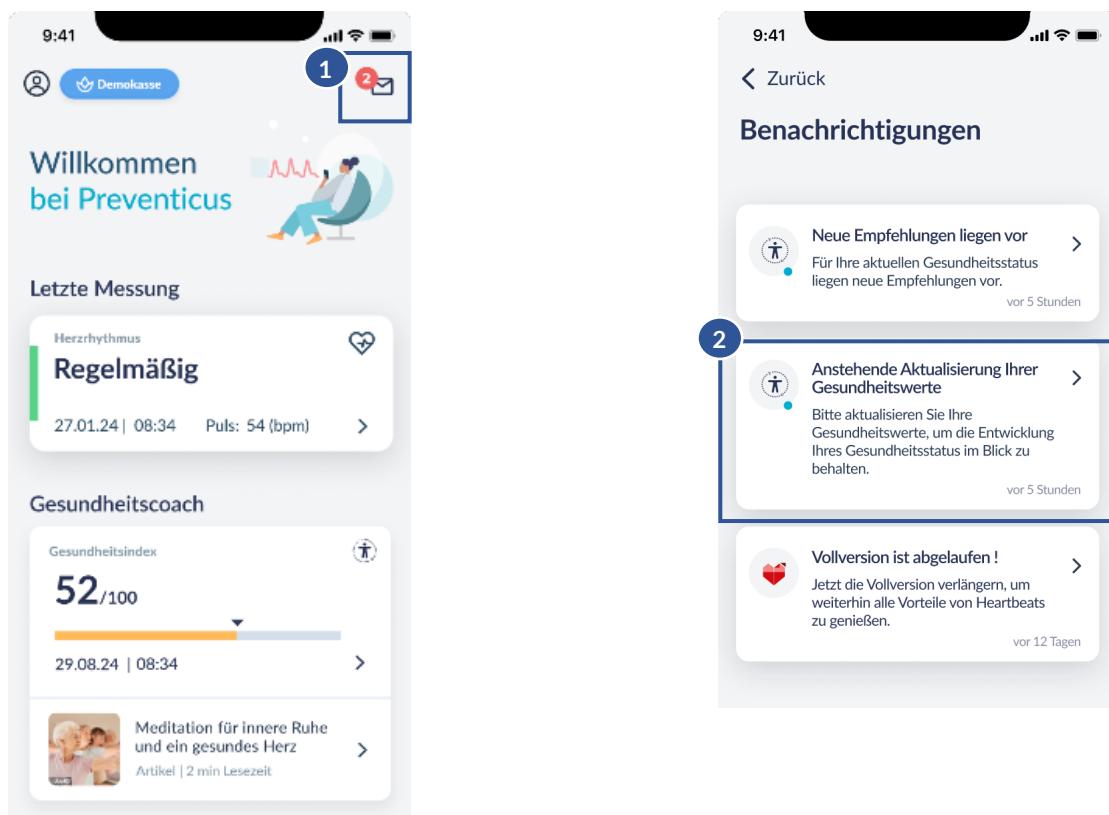
Ihr Preventicus 360° sendet Ihnen wichtige Nachrichten direkt auf Ihr Smartphone. Diese Nachrichten informieren Sie, wenn:

- Ihre Gesundheitswerte aktualisiert werden sollen.
- es neue Empfehlungen für Ihre Gesundheit gibt.

Neben den Nachrichten auf Ihrem Smartphone finden Sie alle Informationen auch im Postfach Ihrer Preventicus Heartbeats App. Das Postfach ist wie ein Briefkasten, in dem Ihre Nachrichten gespeichert werden.

Schritt 1: Tippen Sie auf das Brief-Symbol (1) auf dem Startbildschirm Ihrer Preventicus Heartbeats App. Das Symbol sieht aus wie ein kleiner Umschlag.

Schritt 2: Tippen Sie auf eine Nachricht in Ihrem Postfach (2). Die App öffnet dann die passende Seite mit weiteren Informationen.

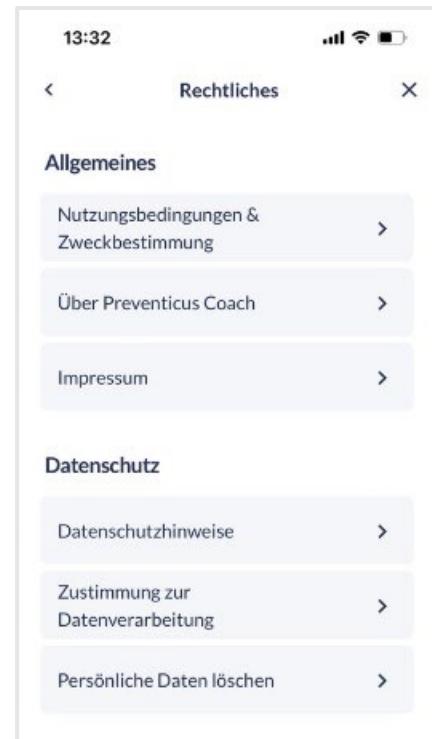


13 Rechtliches

Über den Startbildschirm unter „Rechtliches“ (s. Kapitel 7

Startbildschirm) gelangen Sie zu folgenden Informationen:

- Informationen über Preventicus 360°
- Nutzungsbedingungen und Zweckbestimmung
- Impressum
- Datenschutzhinweise
- Zustimmung zur Datenverarbeitung
- Persönliche Daten löschen

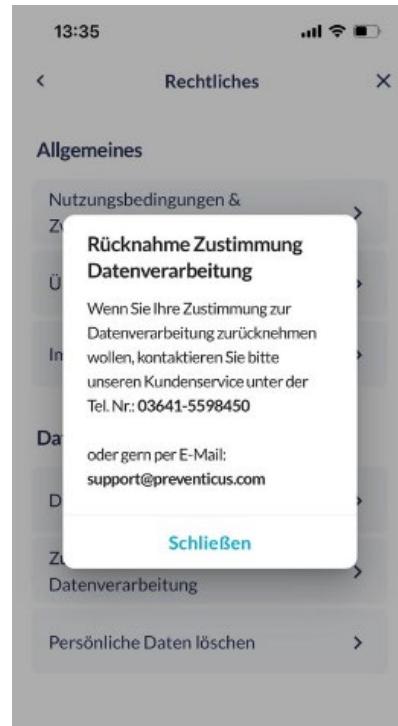


13.1 Zustimmung zur Datenverarbeitung

Sie können Ihre Zustimmung zur Verarbeitung Ihrer Daten verbunden mit Preventicus 360° jederzeit zurücknehmen.

Was passiert, wenn Sie Ihre Zustimmung zur Datenverarbeitung zurücknehmen?

Wenn Sie die Zustimmung zur Datenverarbeitung zurücknehmen, können Sie Preventicus 360° nicht nutzen, da für die Nutzung von Preventicus 360° Ihre Daten verarbeitet werden müssen.



Sie können Ihre Zustimmung jederzeit wieder erteilen. Gehen Sie dafür alle Schritte *siehe Kapitel 6 Erstanwendung* durch.

Wenn Sie Ihre Zustimmung zur Datenverarbeitung zurücknehmen wollen, kontaktieren Sie bitte unseren Kundenservice. Der Kundenservice ist unter der [Tel. Nr.: 03641-5598450](tel:03641-5598450) oder auch gern per [E-Mail: support@preventicus.com](mailto:support@preventicus.com) erreichbar.

13.2 Persönliche Daten löschen

Sie können Ihre persönliche Daten in Verbindung mit Preventicus 360° jederzeit löschen.

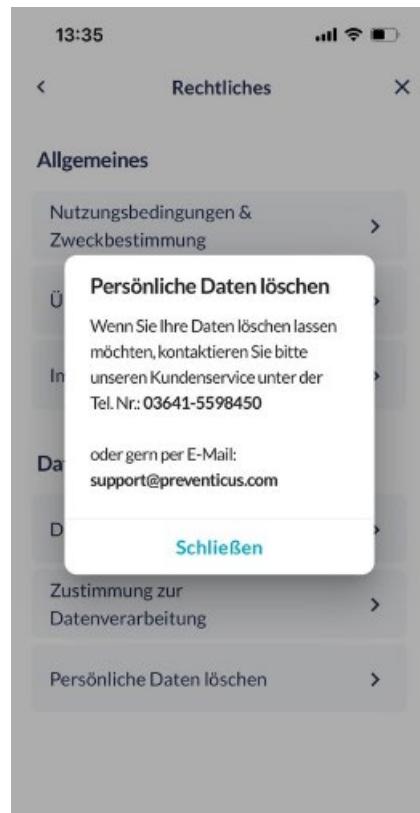
Der Kundenservice ist unter der [Tel. Nr.: 03641-5598450](tel:03641-5598450) oder auch gern erreichbar per [E-Mail: support@preventicus.com](mailto:support@preventicus.com).

Bitte beachten Sie, dass diese Aktion endgültig ist. Ihre Daten können nicht wiederhergestellt werden, falls Sie Ihre Meinung ändern.

[Was passiert, wenn Sie Ihre Daten löschen lassen?](#)

- Alle mit diesem Konto verknüpften Daten, Reports und Käufe gehen verloren.
- Sie haben keinen Zugriff mehr auf vergangene Messungen und Werte.

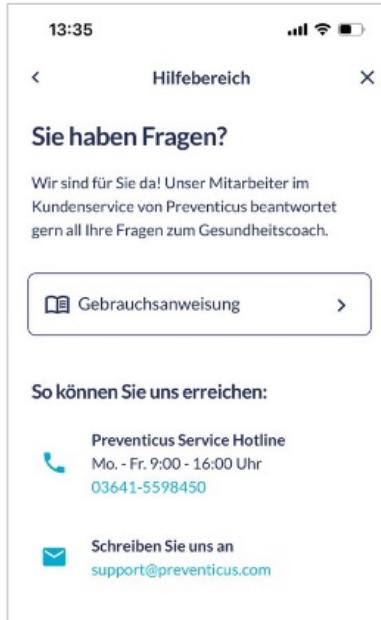
Wenn Sie Ihre Daten löschen lassen möchten, kontaktieren Sie bitte unseren Kundenservice.



14 Hilfebereich

Der Hilfebereich ist über den Startbildschirm (s. Kapitel 7 Startbildschirm) erreichbar.

Hier finden Sie einen Link zur Gebrauchsanweisung (1) und Kontakt zu unserem Preventicus Kundenservice (2).



15 Deinstallation der App

Bei Preventicus 360° handelt es sich um eine Stand-Alone-Software, die in Verbindung mit Preventicus Heartbeats anwendbar ist. Wenn Sie Preventicus 360° nicht mehr nutzen wollen, haben Sie die Möglichkeit Ihre persönlichen Daten in Verbindung mit Preventicus 360° zu löschen (siehe Kapitel 13.2 Persönliche Daten löschen). Die Entsorgung des Produktes erfolgt durch Deinstallation der App Preventicus Heartbeats vom Smartphone.

16 Technische Daten

Typ	Standalone Software, responsive Web-Anwendung
Betriebssystem	gängige Smartphone Browser (z.B. Safari, Chrome)
Kompatible App	Preventicus Heartbeats ab V1.10
Sprache	Deutsch
Sonstiges	Netzwerkanbindung notwendig



Preventicus® GmbH
Ernst-Abbe-Str. 15,
DE-07743 Jena

Bei dieser Stand-alone-Software handelt es sich um ein zertifiziertes Medizinprodukt der Risikoklasse I nach Regel 11 der VO (EU) 2017/745.

17 Herstellerinformation

Preventicus 360° ist ein Produkt der Preventicus GmbH. Die Kontaktdaten sind

Preventicus GmbH
Ernst-Abbe-Straße 15
DE-07743 Jena
Telefon: 03641 /55 98 45 -0
Web: www.preventicus.com
Mail: info@preventicus.com

Für Fragen rund um das Produkt und die Anwendung wenden Sie sich bitte an unsere Kundenbetreuung: Mail: support@preventicus.com