

VYHODNOCOVAČÍ SOFTWARE GMON k BC a UM sérii

Instalace programu

Vložte instalační CD do počítače a spusťte instalační soubor. Klikněte na Next (další), potvrďte I accept the agreement (souhlasím s ujednáním) a opět klikněte na Next. V dalším okně vyberte, pro které uživatele se má vytvářet složka ve start menu a zda chcete ikonu na ploše. V základním nastavení se vytvoří přístup pro všechny uživatele i ikona na ploše. Zadejte SNR a LIC číslo z CD obalu a poté klikněte na Installing.

První spuštění

Vyberte jazyk a klikněte na Start monitor. Program vás vyzve k zadání uživatelského ID a hesla. Pokud jej nemáte, tak zadejte nové ID a heslo a program se vás sám zeptá, zda chcete vytvořit nového uživatele. Poté vás pošle do sekce General, kde upravíte svá data. Povinné údaje jsou ID, datum narození a pohlaví. Kliknutím na Save uložíte změny. Tlačítko Deleta data slouží k vymazání výsledků od určitého data, které zadáte v kolonce vedle.

První měření

Jděte do sekce Home BCM a vyberte typ váhy. V případě starších vah zadejte naměřené údaje ručně, v případě BC-601 se otevře okno k vyhledání SD karty. Pokud ne, klikněte na New Measurement. Po nalezení SD karty se načtou údaje uživatelů 1-4. Kliknutím na uživatele a poté na Change user změníte údaje, které pak používá i váha při samotném měření. Potřebné údaje jsou výška, datum narození a pohlaví. Nyní vložte SD kartu do váhy a proveďte jedno či více měření. Na displeji prohlídněte obrázek SD card indikující, že se údaje ukládají na paměťovou kartu. Po naměření údajů vložte kartu zpátky do počítače a klikněte na New Measurement v sekci Home BCM. Vyberte uživatele, ve spodní části obrazovky jednotlivá měření, která chcete převzít, a klikněte na Accept marked measures. Tlačítkem Delete data smažete z karty vybrané údaje, tlačítko Manual Input slouží k ručnímu zadání hodnot.

Prohlížení výsledků

Home BCM - v této sekci jsou jednotlivé údaje tak, jak si je můžete prohlédnout i na váze. V podsekcí Analysis jsou tyto údaje zpracované v koláčovém grafu a ohodnoceny porovnáním s ideální hodnotou. Kliknutím na šipku dolů můžete měnit parametry těchto výsledků, více viz.: slovník.

Vital Values - v této sekci můžete zadat údaje o krevním tlaku (Blood Pressure) a pulzu (Pulse) a pracovat s nimi jako s ostatními údaji. Tlačítko Device Output slouží k nahrání údajů z některého z podporovaných přístrojů.

Body Values - údaje o tělesném tuku a tělesné vodě. Opět vás porovná s ideální hodnotou.

Body Measures - první záložka spočítá vaše BMI a opět Vás zařadí. V záložce WHR můžete zadat obvod pasu (Waist circumference) a boků (Hip circumference). Program spočítá jejich poměr a určí Vám tělesný typ a opět Vás zařadí. V poslední záložce můžete sledovat samotný obvod pasu v porovnání s ideální hodnotou.

U všech sekcí jsou tlačítka Value Progress, Value Table a Risk. První slouží ke sledování vývoje hodnot. Ten lze tisknout, upravit časové rozmezí, případně vybrat jiné kritérium. Druhé vám zobrazí tabulku hodnot podle času měření. Funkce Risk odhadne zdravotní riziko na základně vstupních údajů a ukáže na přímce v závislosti na čase. Čím blíže nule, tím lépe.

Výstupy

Health Risk - zobrazí graf spočítaných hodnot zdravotního rizika v závislosti na čase. Lze vybrat ze všech možných kritérií.

Risk - Valuetable - na rozdíl od předchozího nejsou hodnoty v grafu, ale v tabulce a pro všechna kritéria současně.

Reports - tiskne různé výstupní sestavy. Lze je také ukládat jako .gif soubor, případně zobrazit náhled. Na výběr je šest možností. U každé lze zaškrtnout, které části chcete do sestavy zahrnout. Více viz.: slovník.

Slovník

Body - tělesný
Fat - tuk
Water - voda
Trunk - trup
Left/Righth - levá/pravá
Arm/Leg - ruka/noha
Muscle Mass - hmotnost svaloviny
Visceral Fat - viscerální tuk
Without Labels - bez popisků
Percentage Values - procentuální hodnoty
Measures - měření
Description - popis
Background - pozadí
WHR - poměr obvodů pasu a boku
Waist circumference - obvod pasu
Hip circumference - obvod boků
BP - krevní tlak
MAP - průměrný krevní tlak
Segment - část (těla)
Progress - vývoj
Values in kg - hodnoty v kilogramech
Smiley - smajlík
Bubbles - bubliny