

DOCTOR⁺

Watch

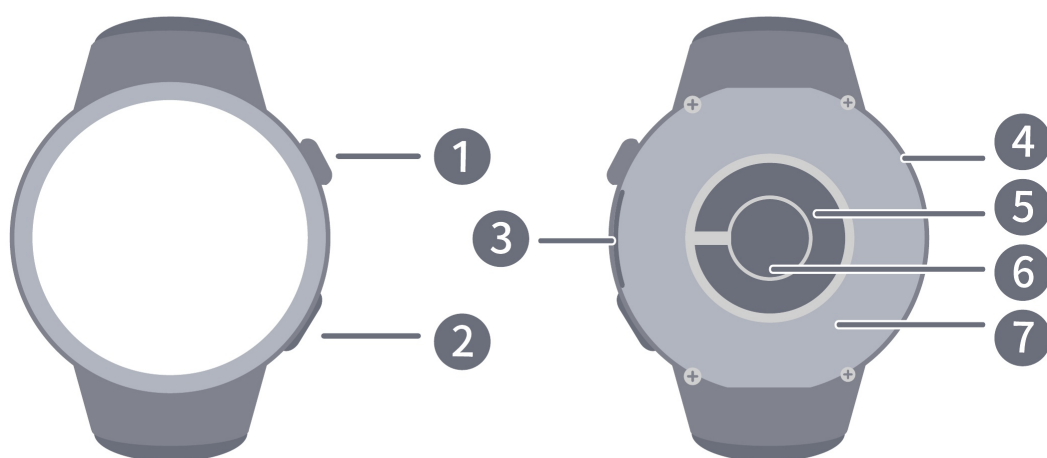
B20



使用說明書

本產品為非醫療器材
所提供的相關數據資料僅供參考

1 外觀及按鍵操作介紹



序號	按鍵
1	上鍵
2	下鍵
3	喇叭揚聲器
4	麥克風
5	電極感應區
6	心率感應區
7	充電接觸點(數據通訊)

按鍵	操作	功能
上鍵	按1次	· 螢幕休眠時，按1次上鍵點亮螢幕。 · 在手錶首頁點選上鍵進入應用列表。
	按2次	· 螢幕亮起時，按2次上鍵可看正運行中的應用項目。
	長按	· 長按上鍵關機/重新啟動。 · 開機狀態，長按上鍵12秒可強制重啟。
下鍵	按1次	· 按壓下鍵進入運動首頁。 下鍵長按3秒即可發送SOS緊急求助。
操作手勢	短按	· 確定選擇項目
	長按	· 顯示手錶桌布時，長按快速更換桌布。
	上滑	· 查看訊息通知
	下滑	· 看快捷選單/瀏覽列 電量和藍芽連線。 · 開啟或關閉 零打擾，調整亮度， · 開啟或關閉抬手顯示。
	向左滑	· 向左滑動查看手錶功能頁。
	向右滑	· 向右滑進入下一螢幕。
螢幕待機		· 透過按鍵亮起螢幕或抬手顯示後，一段時間無操作，螢幕自動熄滅。

2 應用程式

掃描QR Code 下載安裝APP

Docter+ 國際版



iOS



Android

Docter 守護版



iOS



Android

支援Android10.0、IOS11.0及以上版本手機

3 功能介紹

選單圖示					
睡眠 	運動紀錄 	活動 	血氧飽和度 	體溫 	脈波 
疲勞度 	心率 	壓力 	時間 	鬧鐘 	計時器 
碼錶 	手電筒 	設定 	關於 		

DocterWatch 功能說明

掃描QR Code 看APP操作介紹



4 通訊模式

手錶網路模式

藍牙網路模式

當手錶和手機透過藍牙連接時，為節省電量，手錶通過藍牙使用。

訊息推播

此處訊息推送，是指手錶連接到APP時，手機的系統訊息推送到手錶，訊息以視窗彈出形式即時推送到手錶。

5

健康管理及相關設定

測量心率

裝置預設開啟連續測量心率，為確保心率測量準確性，請正常配戴設備，避開骨節，不要太鬆，運動時請盡量偏緊穿戴。

1) 即時心率測量

不區分活動量，每秒測量，即時模式監測心率會增加設備耗電。

2) 靜止心率測量

靜止心率是指在清醒、不活動的安靜狀態下，每分鐘心跳次數是衡量心臟健康的重要指標之一，最佳測量時機是早晨自然清醒後的靜止狀態。

由於設備自動測量時可能不是最佳時機，設備心率監測未滿足靜息心率出值條件，可能會導致靜止心率值暫時無顯示或測試值與實際有偏差。

心率提醒

1) 心率過高提醒

基於設定警戒值，非活動狀態下，心率持續10分鐘以上都超過警戒值時，透過設備振動提醒一次。

2) 心率過低提醒

基於設定警戒值，非活動狀態下，心率持續1分鐘以上都低於警戒值時，透過設備振動提醒。

3) 最大心率百分比

是在最大心率 (預設 : 220-年齡) 的基礎上劃分不同強度訓練區間(極限、無氧耐力、有氧耐力、燃脂、暖身)。

4) 單次運動心率測量

裝置螢幕顯示目前心率。在運動結果頁可看運動中的平均心率、最大心率以及心率所處區間時間總長統計。

5) 運動心率上限提醒

開啟運動模式後，當心率超過設定的心率上限且持續時間超過60秒，設備會震動提醒心跳過高。

監測睡眠

穿戴裝置可以自動記錄睡眠時間，
辨識深睡、淺睡、清醒的狀態。

穿戴裝置監測睡眠

自動關閉螢幕常亮、通知、來電提醒、抬手顯示等功能，
以防止在睡眠時被電話、訊息干擾。

查看睡眠數據

在裝置應用清單選擇[睡眠]，可以查看當天夜間睡眠等
數據。進入專屬APP[睡眠]，可以查看歷史睡眠數據，
按日、週、月、年的統計數據。

記錄資料每天凌晨 24:00 進行刷新。

支援在設備側查看、睡眠趨勢圖和睡眠詳情數據，使用
此功能請將手錶升級至最新版本。

SOS 緊急求救

手動發起緊急求救

若設定有緊急聯絡人，或手錶有配套的服務平台，連按5次上鍵發起起SOS緊急求救。

啟動緊急求救

手錶偵測到跌倒後：

如果APP有設定緊急聯絡人，60s內不做選擇或選擇緊急呼叫，自動呼叫第一緊急聯絡人，並發送含有當前位置資訊的求助簡訊給所有緊急聯絡人。



若未設定緊急聯絡人，則顯示公共緊急呼叫號碼，依需求選擇呼叫。

在手錶選單中選擇[設定→安全與隱私SOS緊急求救，開啟跌倒檢測開關。

設定時間和語言

請使用APP設定，穿戴裝置與手機藍芽正常連接後會同步更新。

在穿戴裝置[設定→系統和更新→日期和時間]下開啟24小時制開啟後，設備顯示24小時制。

手錶韌體更新

在APP端使用韌體升級前，請確保

1. 手錶電量大於50% 2. 手機保持行動數據網路連線
更新流程：

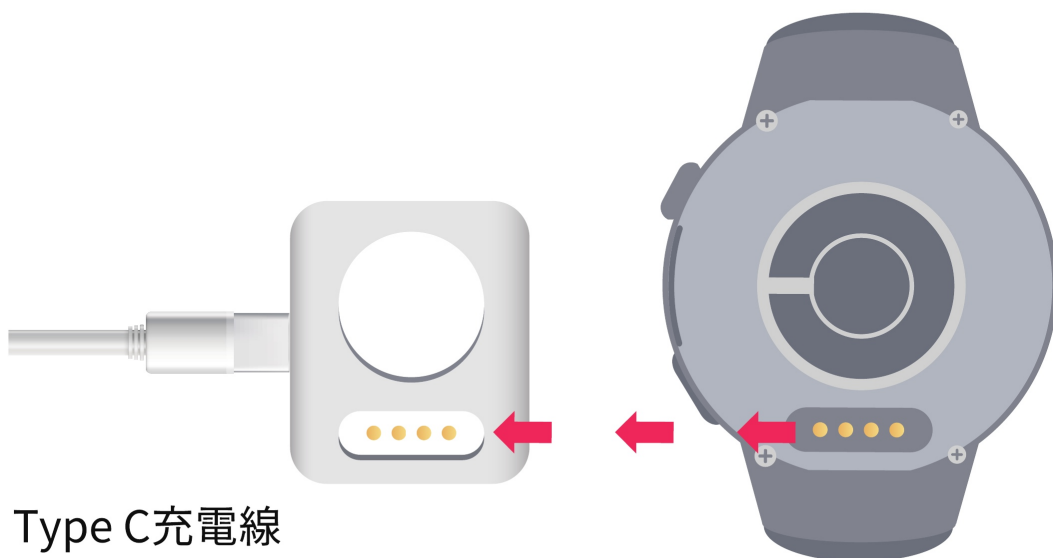
1. 開啟APP，選擇[我的 → 韌體維護 → 點擊開始按鈕]
2. App會自動[檢查更新]，並提示完成韌體版本更新。

查看設備資訊

點選手錶上鍵，點選[設定→關於]，可以查看手錶的裝置名稱、型號、OS(韌體)版本、手錶序號、藍芽序號等資訊。

充電

1. 連接充電底座、充電線和USB插頭，連接至電源插座。
2. 將設備放置在充電底座上。使手錶背面貼合充電底座，調整貼合度直到手錶螢幕出現充電指示。
3. 設備充飽電後，充電指示顯示100%，此時手錶會偵測判斷並自動停止充電。



Type C充電線
需另行購買

如果手錶長時間不使用，爲了延長電池的使用壽命，建議定期充電，2-3個月充電一次。

充電前請保持充電底座乾燥清潔，以防短路或其他風險。由於充電底座內部含有磁鐵，可能會造成吸附金屬異物及其它，在使用時請注意清潔，禁止充電座長時間接觸高溫，以免充電底座退磁及其它異常。

電池屬於易損耗品，若發現待機時間大幅降低，則需要更換電池。請聯絡本公司授權客戶服務中心更換。

查看電量

方式一

在裝置主畫面從上往下滑動，在下拉選單中，可以查看電量百分比。

方式二

設備連接電源後，在充電指示介面查看電量百分比。

方式三

在顯示電量的手錶桌布上查看電量百分比。

6

免責事項與安全資訊說明

一、此健康紀錄手錶所監測及採集的健康數據可作為日常提醒的數據，但數據不能替代專業醫療儀器，只提供輔助記錄，此設備數據僅供使用者參考，不能作為醫療數據，對於數據推算分析不負有法律責任。

二、安全提醒

1. 在使用設備前，請認真閱讀並遵守如下注意事項，以確保設備性能最佳，並避免出現危險或非法的情況。
2. 請勿在禁止使用無線設備的場所使用本設備，有可能干擾其它電子設備或導致其它危險情況(如心律調節器、人工電子耳、助聽器等)。

若您使用了這些醫療設備，請向其銷售商諮詢使用本設備的限制條件。

三、使用環境及注意事項

1. 本設備配有不可拆卸的內置電池，請勿自行更換，以免損壞電池或設備。
2. 請勿將設備及其配件與易燃液體、氣體或易燃物品放置在一起。
3. 請勿在潮濕或靠近磁場的地方或雷雨天氣使用本設備，以免引起設備內部電路故障。
4. 請在溫度0°C~+40°C範圍內使用本設備，請勿將設備放置在陽光直射的地方，如汽車儀表板或窗戶陽光照射處。
5. 請勿將設備靠近熱源或裸露的火源，及其它可能產生高溫的地方，否則會導致電池起火和爆炸。
6. 請勿讓兒童或寵物吞咬設備或配件，以免對其造成傷害或導致設備故障或爆炸。

四、本手錶所記錄的健康及行爲資料，僅作健康管理使用，涉及他人隱私內容請勿非法傳播，因所引發的相關糾紛，本公司不承擔責任。

五、本手錶的資料僅提供參考，如產生醫療糾紛責任判定，請自行尋找司法部門裁決，本公司不承擔任何責任。

穿戴式裝置防水防塵使用情境說明

下列情況可能會影響穿戴產品的防水性能，應該予以避免，由此下列因素造成設備浸入液體或損壞不在保固範圍之內

- 產品從高處跌落或受到其它衝擊。
- 透過非官方授權機構將產品拆解或維修。
- 產品禁止接觸到鹼性物質，例如淋浴或沐浴時接觸到肥皂或肥皂水等洗化用品。
- 產品禁止接觸到 藥用酒精、香水、溶劑、清潔劑、酸或酸性物質殺蟲劑、乳液、防曬乳、潤膚油或染髮劑。
- 禁止在水下按壓按鍵,或進行功能操作。
- 禁止在潮濕狀態下爲產品充電。
- 防塵防水只針對錶體，其他部件(例如錶帶、充電底座、底托)不包含在內。

請遵循官方網站或產品資料上提供的產品使用說明書使用，未按說明書要求使用造成的穿戴式裝置損壞無法提供免費維保服務。



注意事項

- 如佩戴時出現不適或過敏症狀，請立即停止使用本產品
- 如果使用不和規格的電源充電，會縮短電池壽命，甚至損壞電池
- 我們的手錶防水等級，只適用於防汗，洗手、等生活防水情況，禁止配戴游泳、潛水、泡溫泉等

平日保養

建議使用濕毛巾擦拭再用乾毛巾擦乾

國家通訊傳播管理委員會NCC規範

TaiwanNationalCommunicationsCommission(NCC)

基於管制辨識的便利性，本系統機型號碼指定為B20

低功率電波輻射性電機管理辦法  CCAB25LP1220T6

取得審驗證明之低功率射頻器材，非經核准，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能。低功率射頻器材之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。前述合法通信，指依電信管理法規定作業之無線電通信。低功率射頻器材須忍受合法通信或工業科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。

廠商資訊

開發商

霍恩實業有限公司

Horn Enterprise CO.,Ltd

地址：802高雄市苓雅區輔仁路155號4樓之1

電話：+886-7-323-2178

製造商

AUSPIC PRECISION ELECTRONIC COMPANY LIMITED

No. 7, Tien Phong Street 9, Zone 1P Phase 3A3-3,
Lot TR-A-21-BW Supply Chain City Industrial Park,
Binh Duong Ward, Ho Chi Minh City, Vietnam

TEL: 84-274-3803196