

amor H2 Health Band

YOUR SMART TRACKER



Table of Contents

認識 amor H2

p.01

手環外觀
配戴手環
如何充電

使用 amor H2

p.05

取得 Health Keeper 應用程式
將手環與手機配對
檢視手環資訊
進行疲勞與循環指數量測
記錄睡眠
設定通知

設定

p.12

同步手環
設定手環
鬧鐘設定
韌體更新
恢復原廠設定

產品資訊與規格

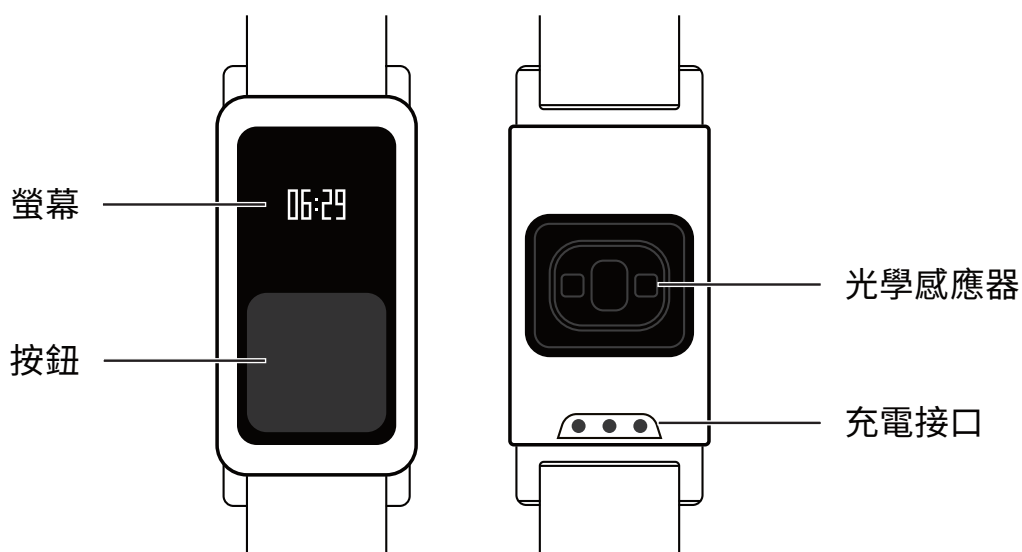
p.16

產品規格
配戴與保養
重要安全說明
有害物質表及警語
認證資訊
法規與隱私權宣告
免責說明
保修條例及品質保證

認識 amor H2

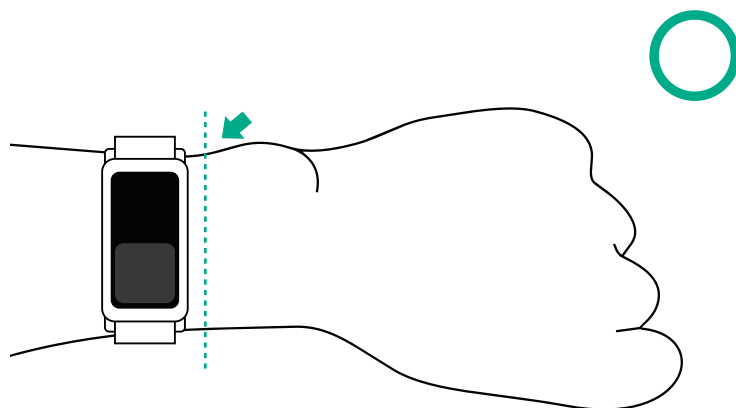
手環外觀

歡迎使用 amor H2 健康手環，手環會自動追蹤您的生活資訊並記錄。協助您更了解自己的身體並使它更好，瞭解手環外觀構造可以幫助您正確使用手環。



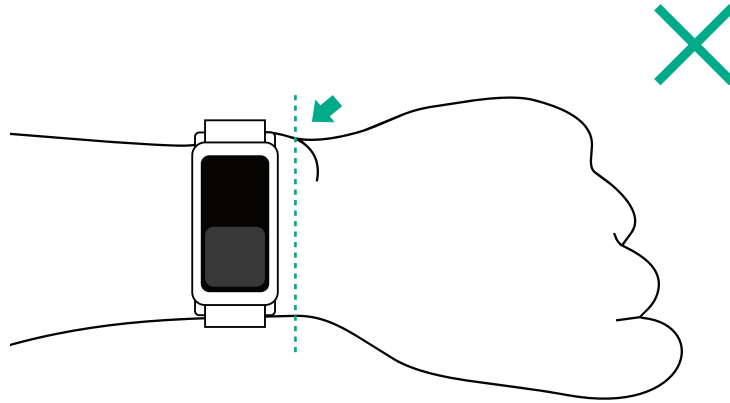
配戴手環

正確地配戴手環可以確保手環量測的準確性。
建議配戴於腕骨後一手指(食指)寬的位置。

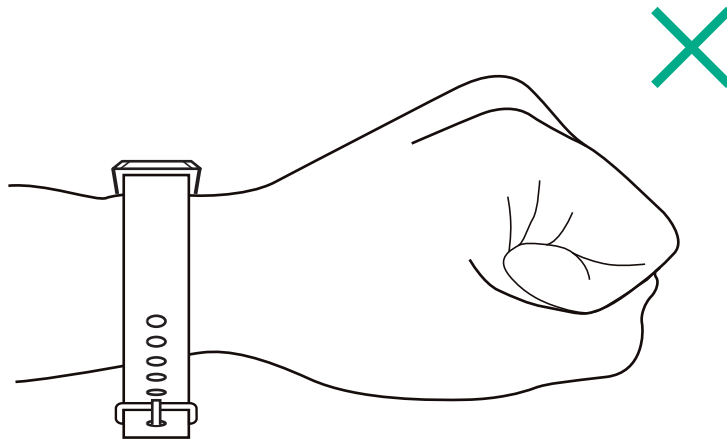


當您配戴手環時請注意下列幾點：

- 讓光學感應器服貼在皮膚上
- 避免配戴過緊 造成手腕不適感
- 避開腕骨的位置



- 避免配戴過於寬鬆 以免手環偵測不到訊號



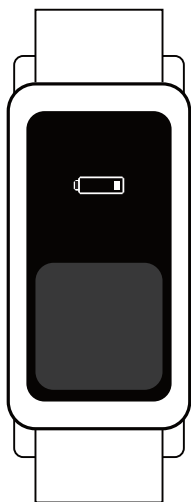
如何充電

充滿電的手環電池使用時間可長達七天，實際的使用天數會因使用狀況而有所差異。建議您定時為您的手環充電，讓手環能維持正常運作。

當手環電量太低時，會以下列方式提醒您需要為手環充電：

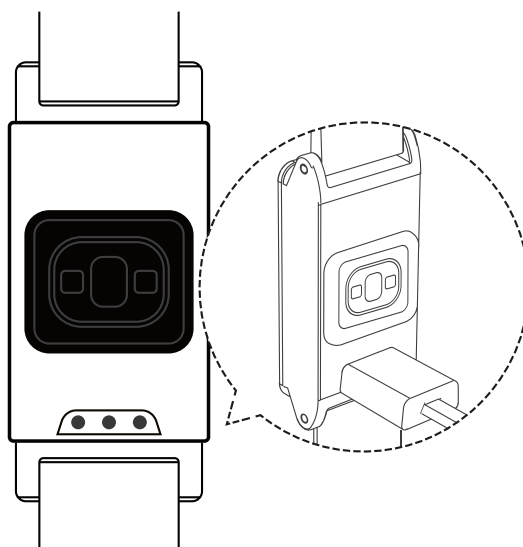
- 手環會振動並顯示低電量圖示提醒您，短按按鈕一次即可關閉通知

- 當手環發出低電量通知後仍處於低電量狀態時，在每次點亮螢幕將呈現低電量圖示提醒您充電，直到低電量狀態解除

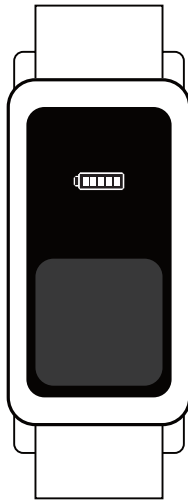


充電時請依照下列步驟進行：

- ❶ 先把手環接上充電線，再把充電線另一端插入電腦的 USB 連接埠，或符合認證的 USB 壁式充電器



- ② 手環接電後會振動並且顯示電池圖示及目前的充電進度，經一段時間後螢幕將會自動關閉
- ③ 當手環充足電後點亮螢幕會顯示電池已充滿，即可取下手環繼續使用



⚠ 注意事項

- 手環充滿電約需要一到兩個小時

使用 amor H2

取得 Health Keeper 應用程式

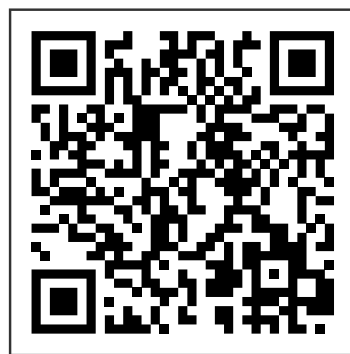
為了獲得 amor H2 健康手環最佳的使用體驗，我們建議您搭配使用 iOS 或 Android 的 Health Keeper 應用程式。在開始之前，請您先至 <http://health.leadtek.com/cht/amor> 確認 Health Keeper 應用程式與您的行動裝置相容。

您也可以依據不同行動裝置對應之程式商店平台取得 Health Keeper 應用程式：

- iOS 裝置：如 iPhone 或 iPad 請至 App Store 搜尋 Health Keeper
- Android 裝置：如 Samsung Galaxy S8 或 Galaxy Tab S3 請至 Google Play 搜尋 Health Keeper



iOS App Store



Android Google Play

ⓘ 注意事項

- 若您沒有程式商店平台帳號需先建立帳號才能下載應用程式

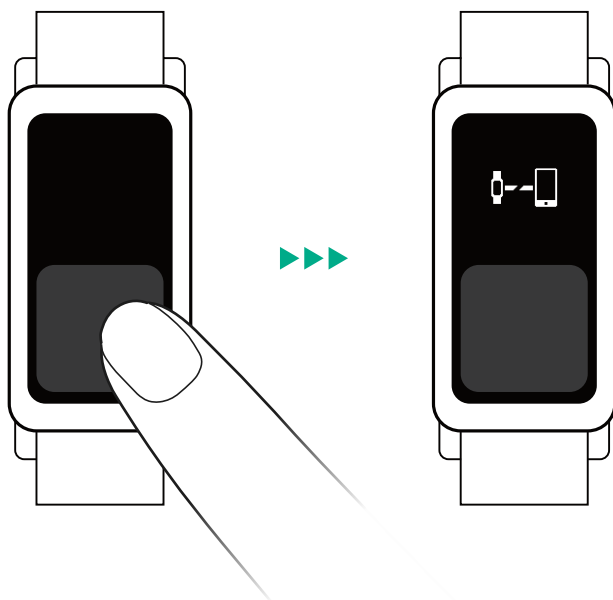
將手環與手機配對

配對可確保手環和手機能夠彼此通訊(相互同步資料)，您可以在手機應用程式上看到手環所收集的資料及相關分析的結果。當配對完畢後，請閱讀手機上應用程式中手環的引導指南，這可以讓您更了解手環及應用程式功能。

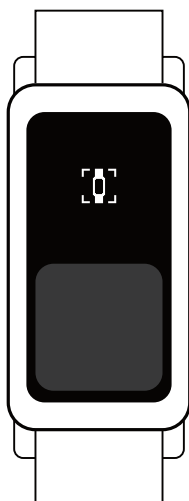
在配對之前，您必須先在您的手機上安裝 Health Keeper 應用程式，請參閱 [取得 Health Keeper 應用程式](#) 章節。

應用程式安裝完畢後，開啟應用程式並點選 [註冊]，Health Keeper 會引導您建立 amor 帳號，或您也可以登入您已有的帳號。接著繼續遵循手機螢幕上的指示來將您的手環與手機配對，其步驟如下：

- 1 在配對裝置的列表中，選擇 [amor H2]
- 2 依據應用程式介面引導，點亮手環螢幕後，點選手機螢幕上的 [下一步]



- 3 Health Keeper 將自動搜尋手環，手環被找到後會振動並顯示動畫，此時依手機螢幕指示短按手環按鈕即可完成配對



⚠ 注意事項






- 手環在配對時請務必與手機靠近直到手環與您的手機配對完成
- 一個 amor 帳號只能配對一個活動相關的記錄器；若您先前已經配有其他記錄器，請先移除後再進行配對

檢視手環資訊

手環會自動記錄您的步數/疲勞指數/循環指數/心率，協助您追蹤自己的身體狀態。您可以直接在手環螢幕上檢視上述資訊。

檢視手環資訊時，請先短按手環按鈕或是以手勢喚醒的方式將手環螢幕點亮，螢幕會顯示現在時間，繼續短按就能依序切換顯示手環上的資訊。

如何設定與使用手勢喚醒請參閱 [設定手環](#) 章節。



顯示	說明
	現在時間，格式為小時:分鐘。
	今日所累計的步數，每一天的午夜 12 點都會重新計算。
	最近一次測得的疲勞指數。如果數值越低代表您目前的狀況良好，反之數值越高代表您可能需要休息一下，起身做些活動。
	最近一次測得的循環指數。如果數值越低代表您的生活作息、運動習慣維持得不錯，反之數值越高代表您可能需要調整生活作息或是增加運動量。
	最近一次測得的心率數值。

如果您的 心率/疲勞指數/循環指數 沒有顯示數值，可能是下列狀況而造成：

- 1 手環已經被脫下一段時間，以致於自動量測無法測得數值
- 2 手環配戴寬鬆或位置不正確及光學感應器所在位置的皮膚有衣物遮蔽或刺青

當您排除這些狀況之後，手環會在下次自動量測並更新數值。您也可以手動進行量測，立即更新手環所顯示的疲勞指數與循環指數。

另外，如果手環的儲存空間或是電量不足，也會顯示暫時性的資訊提醒您。您可以直接在手環螢幕上檢視上述所提到的資訊。

顯示	說明
	空間不足手環的儲存空間不足，請儘快將手環與 Health Keeper 應用程式同步。若未及時上傳，舊資料將會被覆蓋。
	電量不足，請儘快為手環充電。

注意事項

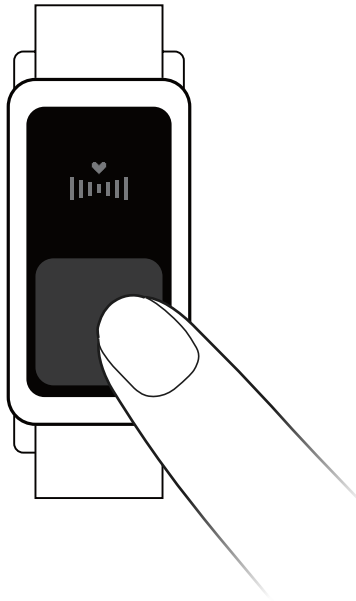
- 未完成配對的手環不會自動量測疲勞指數與循環指數及心率，也無法使用手勢喚醒點亮螢幕
- 當您進入睡眠狀態手環會暫停自動量測疲勞指數與循環指數

進行疲勞與循環指數量測

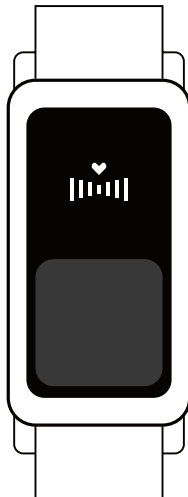
手環可以進行疲勞與循環指數量測，顯示身體當下的疲勞程度與循環狀態。
您可以隨時進行量測，掌握自己的身體狀況。

手環會自動定時進行疲勞指數與循環指數的量測，您也可以手動進行量測。量測前請先點亮手環螢幕，然後依照以下步驟進行操作：

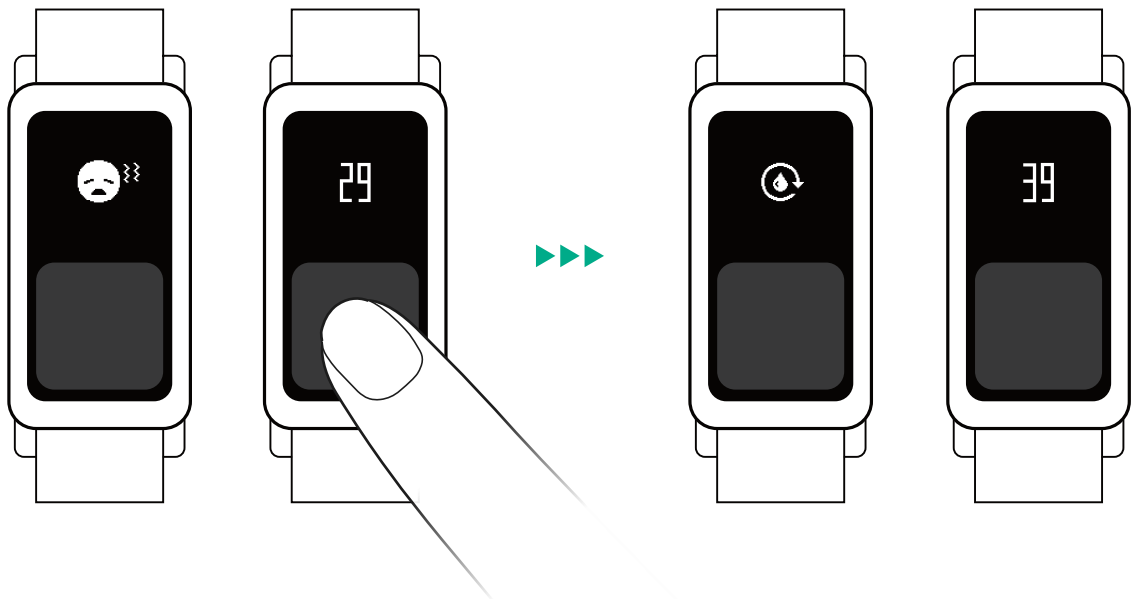
- ❶ 長按手環按鈕超過 2 秒，手環會振動並且螢幕顯示準備量測



- ❷ 放開按鈕就會開始進行量測，量測時間需要大約 30 秒



- ③ 量測結束時手環會再次振動，並且顯示量測結果，短按手環按鈕就能依序檢視剛測得的疲勞指數與循環指數。



您也可以從 Health Keeper 應用程式發起量測，量測時請不要讓手環與手機離得太遠以免藍牙連線中斷而使量測失敗。為維持量測的準確性，量測過程中請盡量不要移動手環配戴手及交談。

如果您的量測結果沒有數值可能是受下列原因影響，請排除這些原因，然後再試一次：

- 手環配戴手在量測過程時活動強度過高，光學感應器無法取得有效訊號
- 手環配戴寬鬆或位置不正確及光學感應器所在位置的皮膚有衣物遮蔽或刺青

⚠ 注意事項

- 疲勞指數與循環指數目前不支援20歲以下之未成年人演算，所分析出的指數與趨勢皆無法代表任何意義
- 裝有心律調節器使用者不適合使用本產品之疲勞指數與循環指數功能

記錄睡眠



手環會自動記錄您的睡眠狀態，讓您了解您睡眠狀態的趨勢。

記錄睡眠時，只需要在前一晚戴著手環入睡，手環會自動記錄您的睡眠。
一夜好眠之後，起床時就能從 Health Keeper 應用程式看見您前一晚的睡眠紀錄。

設定通知

手環會通知您需要注意的資訊，協助您完成各種目標。比如說您可以設定鬧鐘提醒自己起床，設定步數目標，而達標通知能鼓勵自己每天都走上一萬步，或是開啟久坐通知來提醒自己起身動一動。

手環提供的通知內容如下，接收到通知之後您可以短按一次手環按鈕關閉通知，或是等待通知自動關閉。

顯示	說明
	鬧鐘提示。當時間到了您設定的鬧鐘時刻，手環會顯示鬧鐘與時間並振動。
	步數達標。當您累積的步數達到設定的活動目標時，手環會振動並且顯示動畫恭喜你達成目標。
	久坐提醒。若您有一段時間沒有走動，手環會振動並且顯示久坐通知，提醒您應該起身走走。
	疲勞提醒。當您持續處於疲勞狀態時，手環會振動並且顯示疲勞通知，提醒您應該暫停手邊工作，休息一下。

手環在這些狀況下會暫停部分通知：

- 當您進入睡眠狀態時 手環不會發出除了鬧鐘以外的通知
- 當手環充電時 手環不會發出任何通知

設定

同步手環

同步可以讓 Health Keeper 應用程式取得您 amor H2 健康手環上所收集的資訊，並進一步分析使您更了解您的生活及活動狀況。

當您開始使用手環時，必須時常將它與您的 Health Keeper 應用程式同步。您可以在 Health Keeper 上查看 生活紀錄 / 睡眠狀況 / 檢視心跳 相關分析等功能。

Health Keeper 使用低功耗藍牙 (BLE) 技術與手環同步。每次您開啟 Health Keeper 時若配對的手環在附近應用程式便會自動同步，您也可以使用 Health Keeper 資訊總覽頁面中的 **[同步]** 按鈕進行強制同步。

⚠ 注意事項

- 我們建議一天至少同步一次
- Health Keeper 的統計資料將會在午夜12點重設 來開始新的一天

設定手環

在手環與您的手機以 Health Keeper 應用程式配對之後，您可以藉由 Health Keeper 對手環進行相關設定。

您可以在 Health Keeper 應用程式中的側選單 **[裝置]** 裡找到這些設定。

- 自動同步：開啟自動同步後，在每次您啟動 Health Keeper 時，Health Keeper 將自動同步您手環上的資料到手機
- 手勢喚醒：當您啟動手勢喚醒時，每當您抬起配戴手環慣用手時，手環螢幕將顯示目前時間
- 時間格式：您可以決定手環螢幕上的時間顯示為 12 小時制或 24 小時制
- 久坐提示：當您啟動久坐提示時，手環將自動偵測您的活動狀態，並於您久未活動時提醒您該起身動一動了
- 疲勞提示：當您啟動疲勞提示時，手環將自動偵測您的疲勞狀態，並於您過於疲累時提醒您該休息一會兒了

⚠ 注意事項

- Health Keeper 應用程式上的手環設定被變更後都必須與手環同步相關設定才會生效

鬧鐘設定

您可以在鬧鐘設定中設定手環震動的時間，作為您日常作息如起床或是其他事件的提醒。

您可在 Health Keeper 應用程式中的側選單 **[裝置]** 找到 **[鬧鐘設定]**，並依照下列步驟設定鬧鐘：

- ❶ 點選鬧鐘設定頁面中右上角的 **[+]** 新增一個鬧鐘
- ❷ 新增鬧鐘頁面中，您可以調整鬧鐘的時間及選擇在哪一天重複提醒
- ❸ 完成相關設定後，點選頁面左上角的 **[返回]** 即可看到您方才新增的鬧鐘

對於已新增的鬧鐘您可以：

- 點選鬧鐘列表右側的 **[開關]** 開啟或關閉它
- 點選左側的 **[時間]** 進入編輯頁面來編輯或刪除它

⚠ 注意事項

- Health Keeper 應用程式上的鬧鐘在新增或編輯或刪除後都必須與手環同步相關設定才會生效

韌體更新

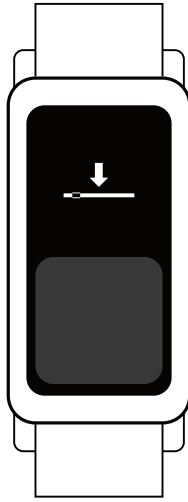
為了使您獲得更好的使用體驗，我們將不斷的精進手環上的功能。每當手環有新的韌體版本被釋出時，您可以藉由 Health Keeper 應用程式取得通知並進行手環版本的更新。

當手環有新版本韌體釋出時，Health Keeper 會主動通知您。您可以在 **[裝置設定]** > **[裝置資訊]** 中找到新的韌體版本以及 **[更新]** 按鈕。

您可以依照下列步驟進行手環的韌體更新：

- ❶ 點選裝置資訊頁面中的 **[更新]** 進入更新頁面

- 2 更新頁面中會提醒您記得維持手環與手機靠近，點選 [下一步] 開始更新
- 3 Health Keeper 應用程式會自動找到手環並開始更新，在完成更新後手環會自動回到時間顯示



注意事項

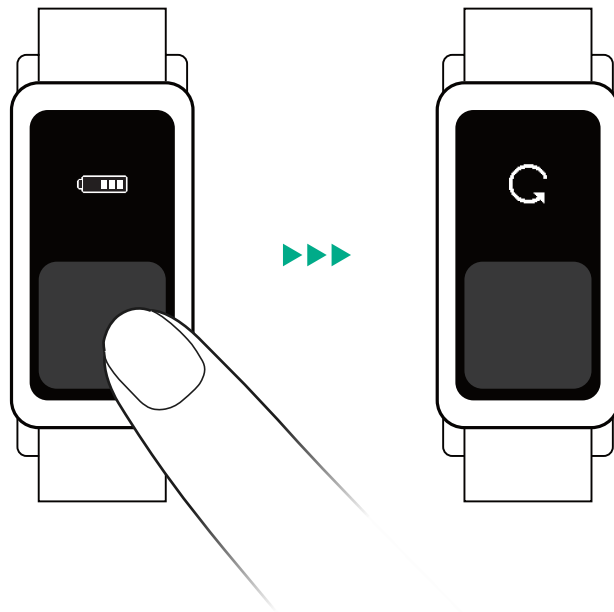
- 手環在更新時請務必與手機靠近並且將手機頁面停留在更新頁面中直到手環更新完成

恢復原廠設定

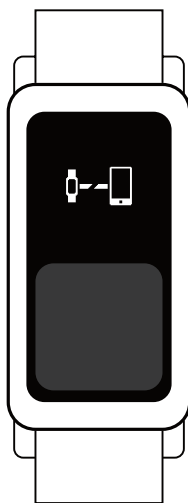
恢復原廠設定將會清除掉手環上所有的資訊。包含您尚未同步的 活動紀錄 / 量測結果 / 設定值，因此若要恢復原廠設定，建議您先同步手環後再進行。

要恢復原廠設定請先讓手環接上充電線，使手環進入充電狀態，接著您可以依照下列步驟進行：

- 1 於手環充電時長按按鈕超過 10 秒，直到手環振動且螢幕顯示動畫即可放開按鈕



- 2 手環將進行恢復原廠設定，當手環螢幕顯示未配對的畫面，即表示恢復原廠設定完成



產品資訊與規格

產品規格

規格表

產品名稱：amor H2

產品尺寸：260 x 24.5 x 14.6 mm (含錶帶)

主體重量：30g (正負2g)

電池類型：內置充電鋰電池

電池容量：150 mAh

防水等級：IP67

無線連接：藍牙 BLE 4.0

工作溫度：0°C 至 45°C

設備要求：支持藍牙 4.0 的 Android 4.4 或 iOS 8.0 及以上版本設備

配戴與保養

1. 調整產品鬆緊度，確保血液循環順暢；
2. 運動時，請緊貼皮膚配戴產品；
3. 配戴的手腕不宜使用過量護膚品；
4. 如感覺變溫或是變熱，請取下產品；
5. 時常取下產品，以便清潔並讓皮膚透氣；
6. 定期取下裝置並用乾淨的濕布，去除任何堆積在裝置上的灰塵或肥皂，且避免使用任何會造成皮膚過敏或使手錶損壞的肥皂或清潔劑；
7. amor H2 穿戴式裝置使用安全無毒矽膠和不鏽鋼等材料，我們的測試及紀錄均顯示這些材料與皮膚接觸的適切性，矽膠等材料也被證實可與皮膚接觸，請依照以上步驟進行簡單的維護，以確保裝置能按最初的設計運作；

重要安全說明

1. 本產品並非醫療器材，不能用於診斷、治療、治癒或預防任何疾病；
2. 在開始或調整任何鍛鍊計畫之前，請諮詢醫生；
3. 若您目前存在任何可能受到使用此產品影響的既存身體條件，請諮詢醫生；
4. 有部分用戶長期配戴可能導致皮膚刺激或過敏，發現皮膚出現任何發紅、腫脹、發癢或其他過敏症狀，請諮詢醫生；
5. 切勿在駕車、注意力渙散或可能導致危險的其他情況下查看產品屏幕信息；
6. 本產品非玩具，切勿讓兒童或寵物玩弄產品；
該產品所含小組件可能導致窒息危險；
7. 產品功能存在受外界干擾等不確定因素影響，因此產品功能數據僅供參考；
8. 穿戴 amor H2 健康手錶時請記得千萬不要戴得太緊或太鬆，如果您感到不舒服或皮膚發炎，請嘗試拉緊或鬆開錶帶，另外水與運動時所留下的汗水和錶帶可能引發過敏反應，因此運動後請務必保持手錶與皮膚的乾燥；
9. 產品具備心率記錄功能，長期配戴，該功能可能會導致部分用戶出現皮膚不適、過敏症狀或引起罹患某些疾病的用戶帶來風險，如有下述情況，請在使用前諮詢醫生或停止使用產品：
 - 患有癩癬或對光線敏感；
 - 血液循環不順暢或易瘀傷；
 - 身患心臟病或是其他疾病；
 - 正在服用任何具有光敏性的藥物。

產品包含電子設備，若處理和處置不當，可能損害環境或是導致傷害

1. 切勿拆開產品外殼；
2. 切勿自行更換產品內置電池；
3. 切勿用腐蝕性清潔劑清潔產品；
4. 切勿在產品潮濕情況下為其充電；
5. 切勿在產品未完全乾的情況下充電；
6. 切勿將產品長時間至於陽光直射下；
7. 切勿在桑拿室或蒸氣浴室內使用產品；
8. 切勿將產品置於極高或極低的溫度下；
9. 切勿在屏幕或外殼破損情況下使用產品；
10. 切勿將產品放入洗碗機、洗衣機或烘乾機內；
11. 切勿將產品投置於火中，電池可能會發生爆炸；
12. 請正確使用電腦或手機充電器的 USB 端口進行充電；
13. 若在充電過程中，產品溫度上升過高，請暫停充電。

有害物質表及警語

	鉛(Pb)	汞(Hg)	鎘(Hg)	六價鉻(Cr(VI))	多溴聯苯(PBB)	多溴二苯醚(PBDE)
手環主體	×	○	○	○	○	○
電池	○	○	○	○	○	○
腕帶	○	○	○	○	○	○
腕帶扣	○	○	○	○	○	○
充電線	×	○	○	○	○	○

本表格依據 SJ/T 11364 的規定編制。

○：表示該有害物質在該部件所有均質材料中的含量均在 GB/T 26572 規定限量要求以下。

×：表示該有害物質至少在該部件的某一均質材料中的含量超出 GB/T 26572 規定的限量要求。

手環主體及充電線的銅合金觸點含微量鉛。

本產品符合歐盟 RoHS 環保要求；目前國際上尚無成熟技術可以替代或減少銅及銅合金內的鉛含量。該產品所標環保使用期限是指在正常使用條件下，產品含有的有害物質或元素不會洩露的安全年限。

認證資訊



CCAF17LP1770T0



CMIIT ID:2017DJ7457



201-171095

NCC 警語 (低功耗電波輻射性電機管理辦法)

第12條 經型式認證合格之低功耗射頻電機，非經許可，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。

第14條 低功耗射頻電機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。

前項合法通信，指依電信法規定作業之無線電通信。低功耗射頻電機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

法規與隱私權宣告

當您決定安裝麗臺科技的 APP 時即視為同意麗臺科技可使用個人數據及回饋，麗臺科技不會將個人數據 (例如心跳) 散播予其他人，但有權利 (不一定) 將這些訊號進行分析並告知此數據上傳帳號擁有者，提供更詳細的資訊予帳號擁有者，將產品所偵測之數據傳送至麗臺科技所屬 APP 以及雲端，以協助改善產品設計與使用經驗。

免責說明

您於此接受並承認使用產品 (包含硬體、網頁及應用程式) 所生之風險應自行承擔。麗臺科技所提供之產品為“現狀 (AS IS)”，不提供任何明示或默示的擔保，包含但不限於商業適售性、特定目的之適用性及未侵害他人權利。

麗臺科技不保證產品將符合您的需求；不保證產品不受干擾、安全可靠或免於出錯；不保證由本產品之使用而取得之結果為正確或可靠，及您經由本網站購買或取得之任何產品、服務、資訊或其他資料將符合您的期待。

麗臺科技將盡可能但並無此義務，改善或更正在「服務」或「資料」任何部分之錯誤或疏失。麗臺科技對於因網站、服務、資料或產品所生之任何直接、間接、附帶的或因此而導致之衍生性損失概不負責，包括但不限於 (1) 內容錯誤、不正確，(2) 因為您使用產品造成的人身傷害、財產損害或其他損失，(3) 未經授權的存取或是資料洩漏，(4) 資料傳輸中斷或遺失，(5) 透過傳輸或任何第三人透過此產品造成的錯誤、病毒、木馬程式或是連結，(6) 任何資料的錯誤或遺漏，以及或 (7) 任何因使用產品提供之資料造成的任何損失或損害等。

是否下載、安裝使用本網站或透過本網站取得任何資料或使用產品，應由您自行考量且自負風險，因前開任何資料之下載而導致您電腦系統之任何損壞或資料流失，您應負完全責任。對於基地台、電信業者、環境等因素所造成通訊不良，使得本產品無法正常使用之狀態，則非屬本公司責任。

本產品僅供於正當用途使用。如有不當使用，本公司一概不負責。同時本公司產品，僅提供資訊服務，不負擔，亦不擔保使用者人身安全、生命及健康相關之責任。為維護隱私權，請妥適使用。

保修條例及品質保證

為了維護您的權益，請仔細閱讀本保修條例

(一) 為給您提供更好的售後服務，本公司承諾：

1. 自購買之日起 7 日內，若產品出現質量問題，您可選擇退貨或換貨。
2. 自購買之日起 15 日內，若產品出現質量問題，您可選擇換貨。
3. 自購買之日起 1 年內，若產品出現質量問題，本公司將提供維修服務。

上述之期間，若您無法提供購買發票時，則自出廠日起算。

- 送修時，請將保修憑證(含保修卡、發票)及產品寄至本公司。
- 退、換貨時，請與銷售商聯繫，並保持產品及配件、隨機資料的完整。
- 維修服務不包含您寄至維修站及本公司寄回產品予您之運費；第二年之維修依本公司維修標準收費。

(二) 在保修期內，有下列情況之一，本公司將不提供免費保修服務：

1. 人為引起的故障，包括：
 - 因使用、維護、保管不當或不按照說明書操作而引起的故障；
 - 自行拆裝產品或非本公司授權人員的修理而引起的故障。
2. 因不可抗力（如火災、水災、地震、雷擊等）引起的故障。
3. 無法提供保修憑證，或擅自修改保修憑證等。

(三) 下列情況，不在保固範圍內：

1. 產品損壞係因天災、水災或地震等一切不可抗力之災害所造成者。
2. 因自然因素或環境(濕氣、灰塵)等自然因素造成之元件腐蝕、短路或故障狀況。
3. 產品損壞係因人為疏失或使用不當所造成者。
4. 產品經用戶或非本公司授權人員對產品自行拆解、修理、改造或調整者。
5. 因軟體安裝及設定所造成之使用問題與故障。
6. 電腦病毒所造成之問題及故障。
7. 原廠保固序號貼紙破損、無法辨識或無序號貼紙者。
8. 其他不正常使用。

(四) 於產品送修時，請您務必將資料備份。

本公司概不承擔維修過程中所造成的資料毀損及遺失之責任。

(五) 本保修條例適用於臺灣以及中國大陸地區。

本產品經本公司品質控制部門檢驗，其性能參數符合技術標準，准許出廠。



製造廠名稱：麗臺科技股份有限公司

製造廠地址：23511 新北市中和區建一路166號18 樓

客服電話：(02)8226-5800