



ASUS VivoWatch™

/ H e a l t h c a r e

使用手冊

版權說明

華碩電腦股份有限公司保留所有權利。本使用手冊包括但不限於其所包含的所有資訊受到著作權法之保護，未經華碩電腦股份有限公司（以下簡稱「華碩」）許可，不得任意地仿製、拷貝、謄抄、轉譯或為其他利用。

Copyright © 2016 ASUSTeK Computer INC. All Rights Reserved.

免責聲明

本使用手冊是以「現況」及「以目前明示的條件下」的狀態提供給您。在法律允許的範圍內，華碩就本使用手冊，不提供任何明示或默示的擔保及保證，包括但不限於商業適銷性、特定目的之適用性、未侵害任何他人權利及任何得使用本使用手冊或無法使用本使用手冊的保證，且華碩對因使用本使用手冊而獲取的結果或透過本使用手冊所獲得任何資訊之準確性或可靠性不提供擔保。

台端應自行承擔使用本使用手冊的所有風險。台端明確了解並同意，華碩、華碩之授權人及其各該主管、董事、員工、代理人或關係企業皆無須為您因本使用手冊、或因使用本使用手冊、或因不可歸責於華碩的原因而無法使用本使用手冊或其任何部分而可能產生的衍生、附隨、直接、間接、特別、懲罰或任何其他損失（包括但不限於利益損失、業務中斷、資料遺失或其他金錢損失）負責，不論華碩是否被告知發生上開損失之可能性。由於部分國家或地區可能不允許責任的全部免除或對前述損失的責任限制，所以前述限制或排除條款可能對您不適用。

台端知悉華碩有權隨時修改本使用手冊。本產品規格或驅動程式一經改變，本使用手冊將會隨之更新。本使用手冊更新的詳細說明請您造訪華碩的客戶服務網 <http://support.asus.com>，或是直接與華碩資訊產品技術支援專線 0800-093-456 聯絡。

於本使用手冊中提及之第三人產品名稱或內容，其所有權及智慧財產權皆為各別產品或內容所有人所有且受現行智慧財產權相關法令及國際條約之保護。當下列兩種情況發生時，本產品將不再受到華碩之保固及服務：

- (1) 本產品曾經過非華碩授權之維修、規格更改、零件替換或其他未經過華碩授權的行為。
- (2) 本產品序號模糊不清或喪失。

支援與服務

請造放我們的服務與支援網站 <http://support.asus.com>

目錄

關於這本使用手冊	5
手冊中的訊息圖示	5
第 1 章：開始使用前	
認識您的 ASUS VivoWatch	8
LED 指示燈說明	10
充電座	11
為 ASUS VivoWatch 充電	12
第 2 章：使用您的 ASUS VivoWatch	
安裝專屬應用程式	16
初次配對	16
瀏覽您的 ASUS VivoWatch	17
ASUS VivoWatch 主頁畫面	17
將 ASUS VivoWatch 解除鎖定	17
ASUS VivoWatch 功能	18
步數 / 卡路里	18
鬧鐘	19
紫外線指數	20
心率	21
ASUS VivoWatch 記錄顯示	22
快樂指數	23
睡眠資訊	24
運動資訊	24
運動模式	25
運動模式主畫面	25
來電通知	27
目標達成通知	27
活動提醒	28
第 3 章：ASUS VivoWatch 手機應用程式	
HiVivo 主畫面	30
ASUS HiVivo 應用程式快捷列	31
裝置	32

目錄

分享	33
變更錶面	34
變更語言	36
設定每日目標.....	37
更新韌體	38
附錄	
電池注意事項	40
安全注意事項	40
NCC 警語	43
華碩產品回收服務.....	43
廢棄物處理	43
華碩的連絡資訊.....	44

關於這本使用手冊

本使用手冊透過下列章節編排，提供 ASUS VivoWatch 的硬體與軟體功能資訊：

第一章：開始使用前

本章節為 ASUS VivoWatch 硬體介紹並說明如何使用 ASUS VivoWatch 的各樣硬體功能。

第二章：使用您的 ASUS VivoWatch

本章節介紹如何使用您的 ASUS VivoWatch。

第三章：ASUS VivoWatch 手機應用程式

本章節介紹您可以在配對手機上使用的相關應用程式功能資訊。

附錄

本章節包括 ASUS VivoWatch 注意事項與安全聲明。

手冊中的訊息圖示

為強調本使用手冊中的關鍵資訊，某些說明會以下列樣式呈現：

重要！ 本訊息包含必須遵守才能完成工作的重要資訊。

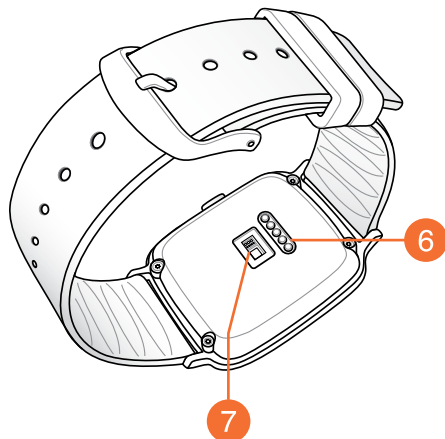
說明： 本訊息包含助於完成工作的額外資訊與提示。

警告！ 本訊息包含在特定工作時必須遵守以維護使用者安全以及避免造成筆記型電腦資料與組件毀損的重要資訊。

1

開始使用前

認識您的 ASUS VivoWatch



說明：

- ASUS VivoWatch 具備 IP67 防塵防水等級。
- 請勿在含有化學物質或鹽分的水中（如海水、游泳池或溫泉）使用 ASUS VivoWatch，以避免造成充電連接埠的損壞。

1 觸控螢幕顯示面板

在觸控螢幕顯示面板上使用觸控手勢操作您的 ASUS VivoWatch。

說明：更多細節請參考本手冊中 **瀏覽您的 ASUS VivoWatch** 章節中的說明。

2 紫外線感測器

紫外線感測器會測量您目前所在地的紫外線，並於螢幕上顯示數值。

3 LED 指示燈

LED 指示燈提供 ASUS VivoWatch 的狀態顯示。

說明：更多細節請參考本手冊中 **LED 指示燈說明** 章節中的說明。

4 主頁按鈕

按下此按鈕以返回主頁畫面。您也可以按下此按鈕將您的 ASUS VivoWatch 解除鎖定。

5 錶帶

此錶帶可讓您將 ASUS VivoWatch 穿戴於手腕上。

6 充電連接埠

將此充電連接埠對準並與充電座的充電針腳連接以為您的 ASUS VivoWatch 充電。

7 心率感測器

心率感測器可以偵測您的心跳並於螢幕上顯示數值。

LED 指示燈說明

一般模式

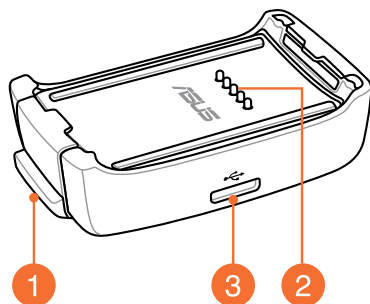
顏色	狀態
綠色閃爍	充電中
綠色恆亮	完成充電

運動模式

顏色	狀態
綠色閃爍	心率正常
紅色閃爍	危險！心率不正常

警告！當您的心率不正常時，LED 指示燈會改為紅色閃爍，這會在您運動強度過高時出現。

充電座

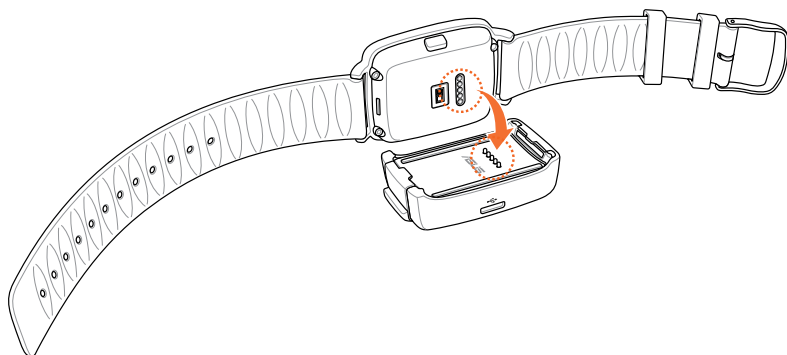


說明：使用充電座的更多細節，請參考本手冊中 為 ASUS VivoWatch 充電 章節中的說明。

- 1 彈簧鎖**
按下此彈簧鎖以將 ASUS VivoWatch 從充電座中釋放。
- 2 充電針腳**
將此針腳與充電連接埠連接以便為 ASUS VivoWatch 充電。
- 3 Micro USB 連接埠**
將隨附的 USB 傳輸線的 micro USB 接頭插入此連接埠以將充電座與插座連接。

為 ASUS VivoWatch 充電

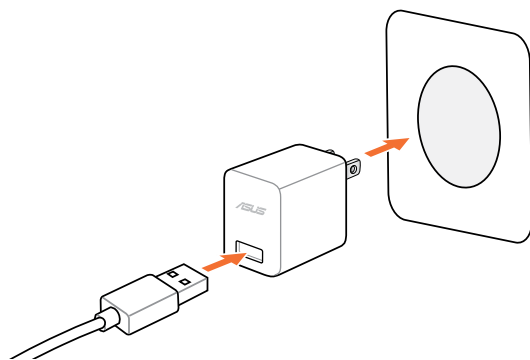
1. 將充電針腳與充電連接埠連接。



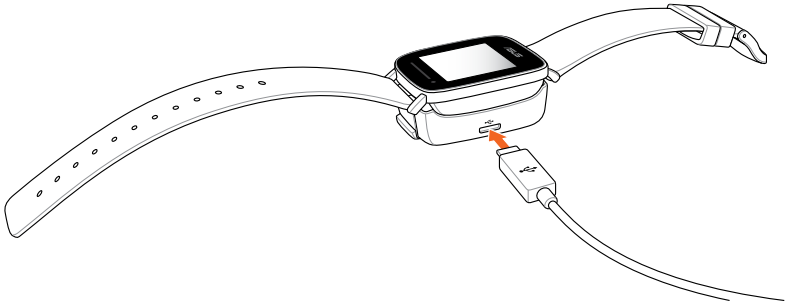
說明：

- 充電前請確認充電針腳連接埠為乾淨且乾燥的狀態。
 - 在配戴 ASUS VivoWatch 從事水上活動之後，請務必使用清水將充電針腳與連接埠徹底洗淨，並使用乾淨抹布擦乾，以避免鏽蝕。
-

2. 將 micro USB 轉 USB 傳輸線與變壓器連接，然後將變壓器與附近的插座連接。



3. 將 micro USB 轉 USB 傳輸線與充電座連接以開始為 ASUS VivoWatch 充電。



說明：充電完成後，ASUS VivoWatch 會自動開機。

警告！

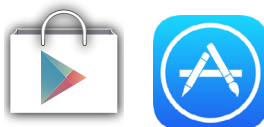
- 未妥善連接充電座可能會造成 ASUS VivoWatch 嚴重損壞。因錯誤使用所造成的任何損壞並不在保固範圍內。
 - 請勿讓充電座中的針腳短路。
 - 某些行動電源會因為無法偵測低電流裝置而無法為 ASUS VivoWatch 充電。
-

2

使用您的 ASUS VivoWatch

安裝專屬應用程式

1. 在手機上登入您的 Google 帳號 或 Apple 帳號。
2. 執行 Play 商店 或 Apple Store。



3. 找到 HiVivo，然後安裝此應用程式。



初次配對

重要！

- 在配對之前請先開啟手機的藍牙功能。
 - 請確認 ASUS VivoWatch 在手機周遭 3 公尺範圍內。
-

1. 啟動 ASUS VivoWatch。
2. 執行 HiVivo 應用程式。
3. 請依照手機與 ASUS VivoWatch 的螢幕指示完成配對。

瀏覽您的 ASUS VivoWatch

ASUS VivoWatch 主頁畫面

ASUS VivoWatch 主頁畫面會顯示時間、日期與 ASUS VivoWatch 的狀態。

說明：您可以按下 **主頁按鈕** 以返回此畫面。



圖示	說明
	鎖定
	電池狀態
	運動模式
	睡眠記錄
	鬧鐘

將 ASUS VivoWatch 解除鎖定

按下主頁按鈕以將 ASUS VivoWatch 解除鎖定。解除鎖定之後您就可以滑動瀏覽 ASUS VivoWatch 的功能。

說明：未使用 ASUS VivoWatch 一段時間之後，ASUS VivoWatch 會返回主頁畫面並鎖定螢幕以避免誤觸。

ASUS VivoWatch 功能

ASUS VivoWatch 可以顯示您每天的活動狀態、運動時間與睡眠品質的相關資訊，以協助您達成健康生活的目標。

說明：本手冊中的螢幕畫面僅供參考。

左右滑動以檢視 ASUS VivoWatch 功能：

在 ASUS VivoWatch 主頁畫面中，左右滑動以檢視 ASUS VivoWatch 的功能。



步數 / 卡路里

此畫面顯示您已經行走的步數以及已經消耗的卡路里。ASUS VivoWatch 會自動記錄您行走的每一步並將該資訊換算為所消耗的卡路里。您可以檢視每天所統計的資訊。



鬧鐘

鬧鐘畫面可讓您設定鬧鐘。ASUS VivoWatch 中的鬧鐘與您手機的鬧鐘為分開獨立運作。您也可以透過專屬應用程式設定鬧鐘。



設定鬧鐘：

1. 找到 **鬧鐘** 畫面。
2. 輕觸螢幕一下，鬧鐘的時間顯示會開始閃爍。
3. 在小時與分鐘處上下滑動以變更時間。
4. 輕觸螢幕一下以設定鬧鐘。

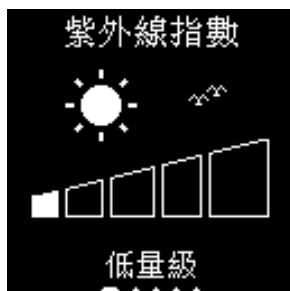
開啟或關閉鬧鐘：

1. 找到 **鬧鐘** 畫面。
2. 輕觸並按住螢幕約 3 秒。
3. 當鬧鐘開啟時，鬧鐘的時鐘顯示將會變得清晰；當鬧鐘關閉時則會轉為透明。

說明：當鬧鐘開啟時，主頁畫面也會出現鬧鐘圖示。

紫外線指數

此畫面會顯示目前的紫外線指數。ASUS VivoWatch 的感測器會自動偵測您周遭的紫外線強度。



將 ASUS VivoWatch 的紫外線感測器朝向太陽，量測完成後，紫外線層級將會顯示於螢幕上。

警告！

- 紫外線指數測量可能會因為測量方式與所處環境的不同而有差異。
 - 紫外線指數測量功能並無醫療用途。紫外線指數僅供參考。
 - 請勿遮蔽紫外線感測器，此舉可能會造成錯誤的紫外線量測。
 - 若發現紫外線感測器髒污，量測前請先清潔紫外線感測器。
-

心率

此畫面顯示您目前的心率。ASUS VivoWatch 的感測器會自動偵測您目前的心率。



ASUS VivoWatch 感測器採用透過皮膚的光線反射方式以偵測您的心跳。如何配戴手錶的相當重要，因為會影響心跳感測器的效能。

請依照下列步驟使用以獲得更準確的數值：

1. 請將 ASUS VivoWatch 以錶面朝上、底部與皮膚接觸並遠離腕骨的正常方式配戴。
2. 以舒適為原則配戴 ASUS VivoWatch，請勿固定錶帶過緊。
3. 熱身後可獲得更精準的心跳偵測數值。

警告！

- 心跳感測器的準確度視偵測條件與環境而定。若發現心跳感測器髒污，請先清潔感測器並再試一次。
 - 請勿直視心跳感測器，感測器的光線會傷害您的眼睛。
 - 勿讓孩童直視感測器光線。
-

ASUS VivoWatch 記錄顯示

ASUS VivoWatch 可以記錄您每天的運動與睡眠狀態統計資料。

上下滑動以檢視您個人活動記錄：

在 ASUS VivoWatch 主頁畫面中，上下滑動以檢視您的個人活動記錄。



快樂指數

此畫面顯示您的快樂指數。ASUS VivoWatch 會根據您的每日活動狀態、運動時間與睡眠品質自動計算您的快樂指數。



快樂指數	狀態
85-100	太棒了
75-84	良好
60-74	尚可
40-59	再加油

睡眠資訊

此畫面顯示您的總睡眠時間與舒眠時間。ASUS VivoWatch 會自動紀錄您的總睡眠時間與舒眠時間。您可以檢視總睡眠時間與舒眠時間紀錄。



運動資訊

此畫面顯示您的運動時間與有氧時間。ASUS VivoWatch 會自動紀錄每天運動與有氧的時間。您可以檢視每天運動與有氧時間紀錄。



運動模式

運動模式可讓您追蹤您的運動過程。當運動模式啟動後，ASUS VivoWatch 將會記錄並顯示目前的運動過程資訊。

進入運動模式：

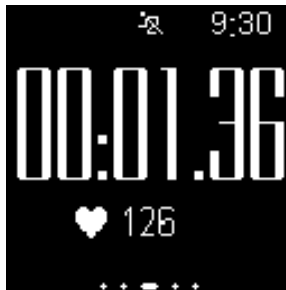
按住 **主頁按鈕** 約 4 秒以進入運動模式。

離開運動模式：

按住 **主頁按鈕** 約 4 秒以離開運動模式。

運動模式主畫面

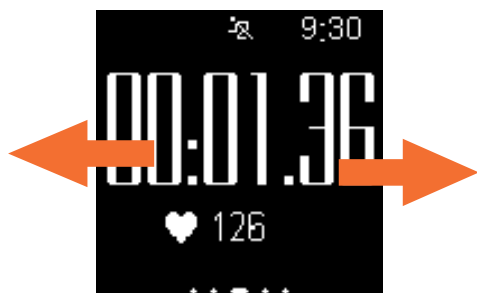
運動模式主畫面會顯示運動時間、心率與其他關於目前運動過程的資訊。



說明：您可以按下 **主頁按鈕** 以返回此畫面。

檢視其他運動資訊：

在運動模式主畫面中 左右滑動 以檢視其他關於目前運動過程的資訊。



警告！當您的心率不正常時，LED 指示燈會改為紅色閃爍，這會在您運動強度過高時出現。

來電通知

ASUS VivoWatch 可讓您檢視來電。當您手機收到來電，ASUS VivoWatch 將會震動並顯示來電號碼。



目標達成通知

當您達成您的設定目標時，ASUS VivoWatch 將會發出通知。您可以在 **HiVivo** 應用程式中設定欲達成目標。



說明：更多細節，請參考本手冊中 **設定每日目標** 章節的說明。

活動提醒

ASUS VivoWatch 會在螢幕上顯示提醒，告訴您該站起來活動。此畫面會在您未移動一段時間後出現。



3

ASUS VivoWatch 手機應用程式

HiVivo 主畫面

HiVivo 主畫面會顯示配對 ASUS VivoWatch 上所顯示的 Happiness index (快樂指數)。它也可以讓您存取更多每日統計的相關資訊。

說明：關於取得專屬應用程式的更多細節，請參考本手冊中 **安裝專屬應用程式** 章節的說明。



ASUS HiVivo 應用程式快捷列

應用程式快捷列可讓您切換不同畫面與裝置設定。您也可以檢視與編輯目前使用者資訊。



裝置

裝置畫面可讓您檢視電池狀態與其他 ASUS VivoWatch 的資訊。您也可以自訂錶面並變更 ASUS VivoWatch 的設定。



說明：設定鬧鐘之後，請確認將手機與 ASUS VivoWatch 同步。

分享

分享畫面可讓您檢視朋友的活動狀態。您也可以傳送訊息給您的朋友們。



變更錶面

您可以變更 ASUS VivoWatch 錶面，變化不同樣式。

1. 進入設定畫面。
2. 向上滑動檢視更多圖示。
3. 點選 錶面。



4. 選取所要的錶面，然後點選 **完成**。



說明：未來的軟體更新將會提供更多錶面選擇。

變更語言

您可以變更專屬應用程式使用介面的語言。

1. 進入設定畫面。
2. 向上滑動檢視更多圖示。
3. 點選 **手錶語言**。



4. 選擇所要的語言。

設定每日目標

您可以設定每日要達成的目標步數、總消耗熱量以及就寢時間。

1. 進入設定畫面。
2. 向上滑動檢視更多圖示。
3. 點選 **每日步數** 設定目標步數，或點選 **每日卡路里數** 設定目標卡路里。



4. 設定目標數值後點選 **確定**。

更新韌體

您可以透過專屬的應用程式更新 ASUS VivoWatch 的韌體。

1. 切換至我的 VivoWatch 畫面。
2. 點選 **韌體更新** 圖示。



3. 依照畫面指示完成更新。

說明：建議您使用最新的韌體。

附錄

電池注意事項

- 若取下或拆解裝置所使用的電池可能會引起火災或化學燃燒。
- 為了安全起見，請依照標籤警語使用。
- 若是更換錯誤型號的電池可能會有爆炸危險。
- 請勿將電池丟棄於火中。
- 請勿嘗試將電池短路。
- 請勿嘗試拆解或重新組裝電池。
- 若發現有液體流出請勿繼續使用。
- 電池與其組件必須回收或做適當廢棄處理。
- 讓電池與細小零件遠離孩童。

安全注意事項

- ASUS VivoWatch 僅能防潑水，並非完全防水。請勿在液體旁、雨中或潮濕的環境中使用。若 ASUS VivoWatch 被弄濕，請立刻用柔軟乾布將其擦乾。
- 在使用 ASUS VivoWatch 的應用程式功能之前，請先確認穿戴式手錶為乾燥狀態，同時為了安全起見，請依照標籤警語使用。
- 若發現有液體滲出請立即停止使用。
- ASUS VivoWatch 與充電座必須回收或做適當廢棄處理。
- 讓細小零件遠離孩童。
- ASUS VivoWatch 只應在溫度介於 5°C ~ 40°C 的環境下使用。

- 某些人可能會因為珠寶、手錶以及其他長期與肌膚接觸的穿戴式產品，內含的某些材質而產生過敏反應。這可能是因為過敏體質、環境因素、長期接觸刺激物像是肥皂、汗水或其他原因造成。
- 如果您有過敏或其他敏感性肌膚問題，配戴任何穿戴式裝置都有可能造成皮膚刺激不適。
- 如果您已經知道自己為敏感性膚質，配戴 ASUS VivoWatch 時請特別小心。
- ASUS VivoWatch 配戴過緊可能會造成皮膚刺激問題。
- 定期取下 ASUS VivoWatch 讓皮膚透氣。
- 請保持 ASUS VivoWatch 與錶帶清潔與乾燥，以減少刺激皮膚的可能性。
- 如果 ASUS VivoWatch 配戴處周圍或是下方的皮膚出現紅腫、發癢或任何刺激或不適，請立即取下 ASUS VivoWatch 並尋求醫療協助。
- 症狀消失後繼續使用還是有可能導致皮膚刺激症狀復發或加重。

NCC 警語

經型式認證合格之低功率射頻電機，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。

低功率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。低功率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。

華碩產品回收服務

華碩產品回收服務源自於我們會以最高標準保護環境的承諾。我們深信我們有責任為華碩產品愛用者提供產品、電池或是其他零組件，包括包裝彩盒等回收方案。關於回收服務細節請造訪網站：<http://csr.asus.com/english/Takeback.htm>。

廢棄物處理



請勿將本產品當作一般垃圾丟棄。本產品零組件設計為可回收利用。這個打叉的垃圾桶標誌表示本產品（電器、電子設備與含汞電池）不應視為一般垃圾丟棄，請依照您所在地區有關廢棄電子產品的處理方式處理。



請勿將電池當作一般垃圾丟棄。這個標誌表示電池不應視為一般垃圾丟棄。



請依照製造商說明書處理使用過的電池。

華碩的連絡資訊

華碩電腦公司 ASUSTeK COMPUTER INC. (台灣)

市場訊息

通訊地址：台灣臺北市北投區立德路 15 號
電話：+886-2-2894-3447
傳真：+886-2-2890-7798
電子郵件：info@asus.com.tw
全球資訊網：http://tw.asus.com

技術支援

電話：0800-093-456
線上支援：http://support.asus.com/techserv/
techserv.aspx

華碩電腦公司 ASUSTeK COMPUTER INC. (亞太地區)

市場訊息

地址：台灣臺北市北投區立德路 15 號
電話：+886-2-2894-3447
傳真：+886-2-2890-7798
電子郵件：info@asus.com.tw
全球資訊網：http://tw.asus.com

技術支援

電話：+86-21-38429911
傳真：+86-21-58668722, ext. 9101#
線上支援：http://support.asus.com/techserv/
techserv.aspx

ASUS COMPUTER INTERNATIONAL (美國)

市場訊息

地址：800 Corporate Way, Fremont, CA 94539,
USA
電話：+1-510-739-3777
傳真：+1-510-608-4555
全球資訊網：http://usa.asus.com

技術支援

電話：+1-812-282-2787
傳真：+1-812-284-0883
線上支援：http://support.asus.com/techserv/
techserv.aspx

ASUS COMPUTER GmbH (德國/奧地利)

市場訊息

地址：Harkort Str. 21-23, 40880 Ratingen,
Germany
傳真：+49-2102-959911
全球資訊網：http://www.asus.de
線上連絡：http://www.asus.de/sales (僅回答市
場相關事務的問題)

技術支援

電話：+49-1805-010923 (配件)*
電話：+49-1805-010920 (系統/筆記型電
腦/易家族/LCD)*
傳真：+49-2102-9599-11
線上支援：http://support.asus.com/techserv/
techserv.aspx

