

# Installation der BlutdruckSMS-App, Systemvoraussetzungen

## Betriebssystem-Versionen

Die App kann mit folgenden Betriebssystem-Versionen verwendet werden:

Android: mindestens Android 4.4  
Apple: mindestens iOS 8  
Windows: mindestens Windows Phone 8

## App herunterladen und installieren

Mit **Android** finden Sie die App im Store „Google Play“, **Apple-Nutzer** finden die App im „App Store“ und mit dem **Windows Phone 8** Betriebssystem finden Sie die App im „Store“.

Wie Sie „Google Play“, oder den „Store“ oder den „App Store“ finden, steht in der Betriebsanleitung Ihres Mobiltelefons bzw. es hilft Ihnen Ihr Mobiltelefonhändler.

Im Store benutzen Sie die Suchfunktion. Bei Android ist das Eingabefeld für die Suche die oberste Zeile, bei Windows und Apple ist das Suchfeld mit einem Lupensymbol gekennzeichnet.

In das Suchfeld schreiben Sie *blutdrucksms* und drücken dann „Enter“.

Nun erscheint die App und Sie können auf „installieren“ tippen. Wenn Sie dazu aufgefordert werden, bestätigen Sie, dass Sie der Installation zustimmen. Nach erfolgreicher Installation finden Sie die App auf Ihrem Mobiltelefon unter Ihren anderen Apps. Danach sollten Sie die App auf Ihre Startseite verschieben.

## Datenschutz-konforme Gratis-App ohne Werbung

Die App ist gratis, enthält keinerlei Werbung und gibt ohne Ihre ausdrückliche Freigabe keine Benutzerdaten weiter.

# Verwendung der BlutdruckSMS-App

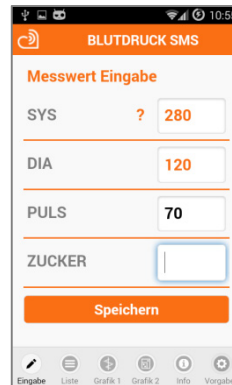
## Werte eintragen

Sie können nun Ihre Blutdruckwerte messen und in die Eingabeseite der App eintragen:



Messwerte am besten unmittelbar nach der Messung eintragen.

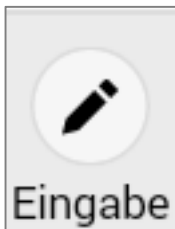
Dann ist die Messzeit gleich der Eintragezeit, die gespeichert wird.



Werte außerhalb des vom Institut für Hypertoniker in Wien definierten Normalbereiches werden **orange** hervorgehoben.

Ist ein Wert unwahrscheinlich, erscheint ein „?“ vor dem Wert.

Werte mit „?“ sollten Sie zumindest kontrollieren oder durch eine neue Messung ersetzen.



Die Eingabeseite erscheint nach jedem Start der App automatisch.

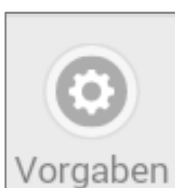
Wenn Sie die Eingabeseite verlassen haben und sie wieder aufrufen wollen, drücken Sie unten links auf das Bleistiftsymbol.

Wenn mit Ihrem Arzt nicht anderes vereinbart wurde, ist es sinnvoll, täglich zumindest 2 Werte zu messen und mindestens 30 Werte zu sammeln. Weil die Blutdrücke ständig schwanken und daher jeder Messwert anders ist, benötigt man für eine zuverlässige Aussage zumindest 30 Werte.

Die eingegebenen Daten werden ausschließlich auf Ihrem Mobiltelefon gespeichert.

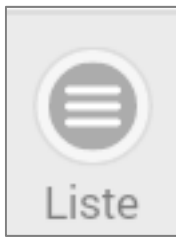
Sie können Ihre gespeicherten persönlichen Blutdruckwerte als Liste oder als Kurve oder als Punkte-Grafik ansehen.

## Spracheinstellung



Die App wird in deutscher und englischer Sprache angeboten. Die Sprache können Sie unter „Vorgaben“ einstellen.

## Listen-Ansicht



Die Liste-Ansicht öffnen Sie durch Tippen auf das Listen-Symbol.



In der Liste werden Werte farblich hervorgehoben, welche die vom Institut für Hypertoniker in Wien definierten Grenzwerte über- bzw. unterschreiten.



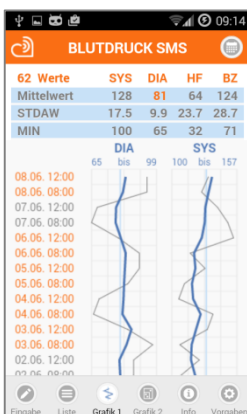
Wenn Sie auf das Datum oder auf die Uhrzeit einer Messung tippen, öffnet sich ein Fenster mit den Details dieser Messung.

Auf Wunsch können Sie hier eine misslungene Messung wieder löschen.

## Darstellung als Kurve (Grafik 1)



Die Darstellung als Kurve öffnen Sie mit dem Kurven-Symbol (Grafik 1).



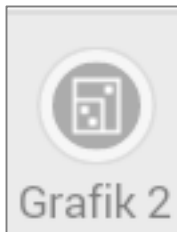
Die Grafik enthält Ihre Werte als graue Linie, die Mittelwerte über die letzten 7 Tage als dicke dunkelblaue Linie und eine schmale hellblaue Normallinie.



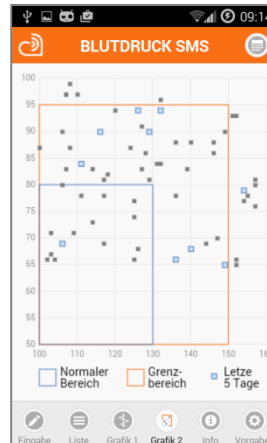
Wenn Sie auf das Datum oder auf die Uhrzeit oder auf die Kurve tippen, öffnet sich ein Fenster mit den Details der jeweiligen Messung.

## Darstellung als Punktesymbole

Wenn Sie auf „Grafik 2“ tippen, können Sie Ihre Werte auch als Punktsymbole ansehen:



Hier ist der Normalbereich als blaues Rechteck abgegrenzt und der Grenzbereich laut den Empfehlungen des Instituts für Hypertoniker als orange Linie.



Diese Darstellung eignet sich gut, um einen Eindruck von der Streuung Ihrer Messwerte zu gewinnen.

Die Messungen der letzten 5 Tage werden als hellblaue Quadrate hervorgehoben.

## Darstellungszeitraum einstellen



Auf den Seiten „Liste“, „Grafik 1“ und „Grafik 2“ können Sie mit dem Kalender-Symbol rechts oben ein Fenster aufrufen, in welchem Sie den Zeitraum der Darstellung der Werte zu Vergleichszwecken vorübergehend ändern können.

Standardmäßig ist hier ein Zeitraum von 30 Tagen vorgegeben. Damit eine dauerhaft gleichartige Darstellung gewährleistet ist, wird der Darstellungszeitraum nach 10 Minuten auf den Standardwert zurückgesetzt.

## Datenexport

Damit Ihre Daten nicht irrtümlich in falsche Hände geraten können und damit ein Verstoß gegen das Datenschutzgesetz ausgeschlossen ist, haben wir keinen Datenexport vorgesehen.

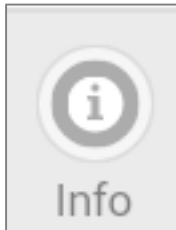
## Zusätzliche Leistungen des Instituts für Hypertoniker

**Die App ist für die Nutzung des BlutdruckSMS-Service des Instituts für Hypertoniker in Wien geeignet.**

Das Institut für Hypertoniker bietet eine ärztliche Kontrolle Ihrer Blutdruck-Regulation an und nimmt im Bedarfsfall mit Ihnen Kontakt auf. Eine aus den von Ihnen gesendeten Werten

errechnete ärztlich vidierte Analyse Ihrer Blutdrucklangzeitregulation wird Ihnen monatlich per Post oder als E-Mail zugeschickt.

Diese Leistung des Institutes für Hypertoniker ist kostenpflichtig. BlutdruckSMS kostet Euro 20,00 pro Monat bzw. Euro 100,00 für 6 Monate. Nach Ihrem ersten BlutdruckSMS erhalten Sie eine Rechnung per Post.

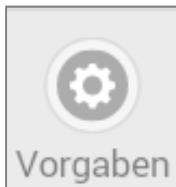


Die Kontaktdaten des Instituts für Hypertoniker finden Sie in der App auf Ihrem Mobiltelefon unter „Info“ bzw. auf der Website [www.blutdrucksms.at](http://www.blutdrucksms.at)

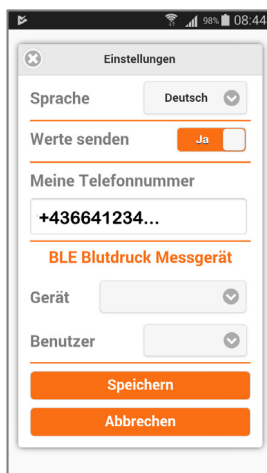
## Teilnahme an BlutdruckSMS

Wenn Sie am Blutdruck-SMS-Dienst teilnehmen wollen, können Sie mit dem Institut für Hypertoniker telefonisch oder per E-Mail Kontakt aufnehmen.

## Teilnahme mit Android-Geräten



Wenn Sie mit dem Institut für Hypertoniker die kostenpflichtige Teilnahme vereinbart haben, setzen Sie auf Ihrem Android-Gerät unter „Vorgaben“ ...



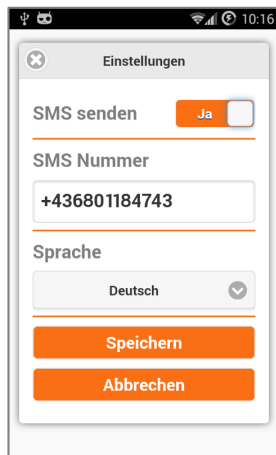
... den Button „Werte senden“ auf „Ja“. Es erscheint ein zusätzliches Feld „Meine Telefonnummer“. Dort tragen Sie Ihre eigene Telefonnummer ein.

Wenn „Werte senden“ aktiviert ist, werden Ihre Einzelwerte nicht nur auf Ihrem Gerät gespeichert, sondern auch an das Institut für Hypertoniker weitergeleitet und dort gespeichert und ausgewertet. Das Institut identifiziert Ihre Werte anhand Ihrer Telefonnummer.

Das medizinische Team des Instituts für Hypertoniker unterliegt dem Ärztegesetz und behandelt Ihre persönlichen Daten streng vertraulich im Sinne der DSGVO. Die Verbindung ist sicher und erlaubt keine unbefugten Zugriffe Dritter.

## Teilnahme mit Apple- oder Microsoft-Geräten

Auf Geräten mit iOS- oder Windows-Betriebssystemen arbeitet die App mit einer sicheren SMS-Verbindung.



Wenn Sie am Blutdruck-SMS-Dienst teilnehmen wollen, können Sie mit dem Institut für Hypertoniker telefonisch oder per E-Mail Kontakt aufnehmen, oder Sie drücken auf Ihrem Mobiltelefon in der BlutdruckSMS-App auf „Vorgaben“ und schalten „SMS senden“ auf „Ja“.

Die Telefonnummer des Instituts ist auf Ihrem Mobiltelefon bereits voreingetragen. Wenn „SMS senden“ aktiviert ist, werden Ihre Einzelwerte nicht nur auf Ihrem Gerät gespeichert, sondern auch als SMS an das Institut für Hypertoniker weitergeleitet und dort gespeichert und ausgewertet. Das Team des Instituts für Hypertoniker sieht ihre Telefonnummer und nimmt mit Ihnen telefonisch Kontakt auf.

Erst wenn ein unverbindliches Gespräch stattgefunden hat, wird Ihnen ein Vertrag angeboten.

## Beendigung der Teilnahme am BlutdruckSMS-Service

Wenn Sie den Vertrag mit dem Institut für Hypertoniker beenden wollen, stellen Sie lediglich in den „Vorgaben“ den Button „SMS senden“ auf „nein“ und es werden keine Werte mehr an das Institut für Hypertoniker geschickt.