

## 如何测量您的血氧水平（血氧饱和度）

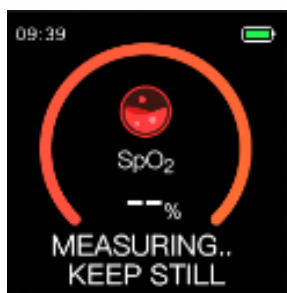
“血氧饱和度测量”用于测量血液中氧的饱和度，表示血液中氧的百分比（%）。  
以获知更多关于血氧饱和度的信息，请查阅 [stepschallenge.gov.sg](http://stepschallenge.gov.sg)

### 如何开启“血氧（Blood Oxygen）”屏幕



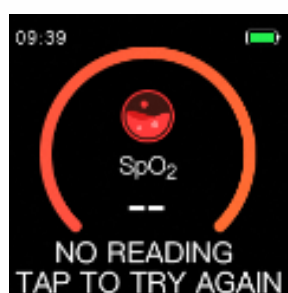
#### 第1步

轻按HPB运动手环上的触摸传感器，直至“血氧（Blood Oxygen）”屏幕出现，并按住传感器以测量血氧水平。



#### 第2步

HPB运动手环倒数3秒后将开始测量您的血氧饱和度读数。为了让运动手环准确读取您的血氧饱和度，我们建议您进行测量时静止不动。



#### 没有读数？

轻按HPB运动手环，再试一次。请确保您将HPB运动手环正确佩戴在手腕上，屏幕朝上，之后重复第1和第2步。

### HPB运动手环如何测量血氧饱和度？

HPB运动手环使用光敏传感器测量血氧饱和度：  
传感器利用光线照射穿透皮肤之后的反射计算血液中的含氧量。

注：HPB运动手环的血氧饱和度读数不适用于医学场合。若您对运动手环显示的血氧饱和读数有疑问，请就医。