



Die Verwendung von mymobility beginnt vor der Operation und kann bis zu 365 Tage nach der Operation dauern. Ihnen werden Wissenselemente, Umfragen und Übungen angezeigt, die Ihnen von Ihrem Behandlungsteam zugewiesen wurden.

## Wissen

Die mymobility-App stellt Ihnen zur richtigen Zeit während der Operationsvorbereitung und des Genesungsprozesses speziell auf Ihren Eingriff zugeschnittene Informationen bereit.

## Übungen

Ihr Operateur stellt Ihnen videoangeleitete Physiotherapie-Übungen zur Verfügung, die Sie bequem überall durchführen können. Mit mymobility können Sie Ihren Fortschritt bei der Durchführung dieser Übungen protokollieren und durch Ihre Rückmeldungen kann Ihr Behandlungsteam Ihre Übungen bei Bedarf anpassen.

## Umfragen

mymobility wird Ihnen sowohl vor als auch nach Ihrer Operation mehrere Fragen im Rahmen der Umfragefunktion stellen. Diese Fragen helfen Ihrem Operateur und dem Behandlungsteam, Ihren Fortschritt in verschiedenen Abständen zu beurteilen.

## Nachrichten (optional)

Bleiben Sie mit Ihrem Operateur und dem Behandlungsteam durch Ende-zu-Ende verschlüsselte Video-, Bild- und Textnachrichten in Verbindung.

## Statistiken

Wenn Sie eine Apple Watch besitzen, können Informationen über Ihr Aktivitätsniveau, gelaufene Schritte, Stehzeit, Treppen steigen und Herzfrequenz erhoben werden. Wenn Sie ein Android-Smartphone oder iPhone ohne Apple Watch nutzen, kann Ihr Handy Ihre Schritte erfassen, wenn Sie es bei Ihren täglichen Aktivitäten bei sich tragen.

## Anleitung zur Installation von mymobility auf dem iPhone\*



### 1. SCHRITT: AKTIVIERUNG VON TEXTNACHRICHTEN (SMS)

Sie erhalten eine Textnachricht (SMS) an die Mobiltelefonnummer, die dem Mitglied des Behandlungsteams, das Sie bei mymobility aufgenommen hat, mitgeteilt wurde.

Die Textnachricht beinhaltet einen Link zum App Store. Wenn Sie auf den Link klicken, werden Sie zum App Store weitergeleitet und erhalten Anweisungen zum Herunterladen der mymobility-App.



### 2. SCHRITT: HERUNTERLADEN

Bevor Sie die App herunterladen, sollten Sie sicherstellen, dass Ihr iPhone auf dem neuesten Stand ist. So überprüfen Sie, ob Ihr Telefon auf dem neuesten Stand ist:

1. Tippen Sie auf das Symbol „Einstellungen“
2. Scrollen Sie etwas herunter und tippen Sie auf „Allgemein“
3. Tippen Sie auf „Softwareupdate“

Wenn eine neuere Version des Betriebssystems ihres iPhones (iOS-Version) verfügbar ist, tippen Sie auf „Laden und installieren“. Nach Fertigstellung können Sie „ZB mymobility“ aus dem App Store herunterladen.



### 3. SCHRITT: ERSTE ANMELDUNG

Wenn Sie die App zum ersten Mal öffnen, wählen Sie „Konto aktivieren“. Melden Sie sich mit Ihrem Geburtsdatum und der Mobiltelefonnummer an, die Sie dem Mitglied des Behandlungsteams mitgeteilt haben. Sobald Sie sich angemeldet haben, erhalten Sie eine Textnachricht mit einem vorübergehenden Code. Mit diesem Code können Sie Ihr mymobility-Konto

aktivieren. Um sich in Zukunft bei mymobility anzumelden, müssen Sie ihren Benutzernamen und ihr Passwort eingeben, das Sie bei der Aktivierung Ihres Kontos wählen. Nachdem Sie sich mehrmals angemeldet haben, können Sie auch Touch ID und/oder Face ID verwenden, um sich anzumelden.



### 4. SCHRITT: STARTKLAR

Sie sind bereit, die mymobility-App zu nutzen.



### 5. SCHRITT: KOPPELN DER APPLE WATCH (OPTIONAL)

Wenn Sie eine Apple Watch besitzen, können Sie diese mit Ihrem iPhone koppeln und mit der mymobility-App nutzen. Die Verwendung der Apple Watch erlaubt es zusätzliche Aktivitätsdaten zu erheben, die Ihrem Behandlungsteam als Rückmeldung über Ihre Fortschritte angezeigt werden. Führen Sie vor der Kopplung alle Systemupdates für Ihre Apple Watch durch. So überprüfen Sie, ob Ihre Apple Watch auf dem neuesten Stand ist:

1. Öffnen Sie die „Watch“-App auf Ihrem iPhone
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“
3. Scrollen Sie etwas herunter und tippen Sie auf „Allgemein“
4. Tippen Sie auf „Softwareupdate“

Laden Sie gegebenenfalls das Update herunter.



### 6. SCHRITT: ANMELDUNG

Melden Sie sich in der mymobility-App auf Ihrem Handy an und öffnen Sie die App gegebenenfalls auf Ihrer Uhr.

\* Um die Eignung Ihres Gerätes zu prüfen, besuchen Sie bitte <https://support.zbmymobilitysolutions.com>

# Anleitung zur Installation von mymobility auf einem Android-basierten Smartphone \*



## 1. SCHRITT: AKTIVIERUNG VON TEXTNACHRICHTEN (SMS)

Sie erhalten eine Textnachricht (SMS) an die Mobiltelefonnummer, die dem Mitglied des Behandlungsteams, das Sie bei mymobility aufgenommen hat, mitgeteilt wurde.

Die Textnachricht beinhaltet einen Link zum Google Play Store. Wenn Sie auf den Link klicken, werden Sie zum Google Play Store weitergeleitet und erhalten Anweisungen zum Herunterladen der mymobility-App.



## 2. SCHRITT: HERUNTERLADEN

Bevor Sie die App herunterladen, sollten Sie sicherstellen, dass Ihr Android-Gerät auf dem neuesten Stand ist. So überprüfen Sie, ob Ihr Telefon auf dem neuesten Stand ist:

1. Tippen Sie auf das Symbol „Einstellungen“
2. Scrollen Sie nach unten, bis Sie das System-Menü erreichen.
3. Tippen Sie auf „Systemupdates“
4. Tippen Sie auf „Nach Updates suchen“

Wenn eine neuere Version des Betriebssystems ihres Mobiltelefons (Android-Version) verfügbar ist, laden Sie das Update herunter und installieren Sie es. Nach Fertigstellung können Sie „ZB mymobility“ aus dem Google Play Store herunterladen.



## 3. SCHRITT: ERSTE ANMELDUNG

Wenn Sie die App zum ersten Mal öffnen, wählen Sie „Konto aktivieren“. Melden Sie sich mit Ihrem Geburtsdatum und der Mobiltelefonnummer an, die Sie dem Mitglied des Behandlungsteams mitgeteilt haben. Sobald Sie sich angemeldet haben, erhalten Sie eine Textnachricht mit einem vorübergehenden Code. Mit diesem Code können Sie Ihr mymobility-Konto aktivieren. Um sich in Zukunft bei mymobility anzumelden, müssen Sie ihren Benutzernamen und ihr Passwort eingeben, das Sie bei der Aktivierung Ihres Kontos wählen. Nachdem Sie sich mehrmals angemeldet haben, können Sie auch die Erkennung des Fingerabdrucks und/oder die Gesichtserkennung verwenden, um sich anzumelden.



## 4. SCHRITT: STARTKLAR

Sie sind bereit, die mymobility-App zu nutzen.



## 5. SCHRITT: ANMELDUNG

Melden Sie sich in der mymobility-App auf Ihrem Mobiltelefon an.



## 6. SCHRITT: VERWENDUNG VON GOOGLE FIT

Laden Sie die Google Fit-App aus dem Google Play Store herunter.

Nach der Anmeldung unterstützt Sie die mymobility-App dabei, Google Fit mit Ihrer mymobility-App zu verknüpfen.

\* Um die Eignung Ihres Gerätes zu prüfen, besuchen Sie bitte <https://support.zbmymobilitysolutions.com>

## Unterstützung rundum die Uhr an allen Tagen

Bei technischen Fragen schauen Sie auf unserer Website [support.zbmymobilitysolutions.com](https://support.zbmymobilitysolutions.com) oder rufen Sie kostenlos das mymobility-Betreuungs-Team in Ihrem Land an:

Belgien:	0800 262 66	Österreich:	0800 232 909
Frankreich:	0805 081 754	Luxemburg:	800 901 88
Deutschland:	0800 180 2140	Spanien:	900 998 731
Irland:	0180 0817229	Schweden:	0201 093 52
Italien:	800 684 332		
Niederlande:	0800 022 5596		
Schweiz:	0800 561 282		
Großbritannien:	0808 189 0371		

Sofern nicht anders angegeben, unterliegen sämtliche Informationen in diesem Dokument dem jeweils gültigen Urheber-, Marken- und sonstigen geistigen Eigentumsrechten von Zimmer Biomet oder seinen angeschlossenen Tochtergesellschaften, in ihrer jeweiligen Eigenschaft als Eigentümer oder Lizenznehmer. Ohne ausdrückliche schriftliche Zustimmung von Zimmer Biomet dürfen diese weder ganz noch teilweise verbreitet, vervielfältigt oder Dritten zugänglich gemacht werden. Die mymobility-App ist für bestimmte Patienten verfügbar, die sich einer Hüft- oder Kniegelenkersatzoperation unterziehen, sowie für bestimmte Verfahren bei Verletzungen, die die Gelenkfunktion beeinträchtigen; nicht alle Patienten kommen infrage und die Patienten müssen ein unterstütztes iPhone- oder Android-Gerät besitzen, um mymobility nutzen zu können. Patienten müssen ein kompatibles Smartphone haben um mymobility nutzen zu können. Nicht alle Patienten können dieses Produkt nutzen und die behandelnden Ärzte sollten eine individuelle Evaluation der Eignung jedes Patienten für eine Therapie zu Hause vornehmen. Apple, Apple Watch, iPhone, App Store, Touch ID und Face ID sind eingetragene Marken von Apple, Inc. in den USA und weiteren Ländern. Android, Google Fit und Google Play sind eingetragene Marken von Google LLC. Dieses Material ist für Patienten und Verbraucher vorgesehen, die mehr über die Zimmer Biomet Connected Health mymobility-Anwendung erfahren möchten. Zimmer Biomet geht keiner ärztlichen Tätigkeit nach. Alle Inhalte der mymobility-App werden von Ihrem Chirurgen ausgewählt und verschrieben; alle Fragen zu optimalen Behandlungsoptionen für Sie müssen an Ihren Chirurgen/Ihr Gesundheitspflegeteam gerichtet werden. ©2021 Zimmer Biomet

mymobility<sup>®</sup>  
by ZIMMER BIOMET