



## 紅色活動監測儀說明書

我們要求您連續 8 天在您的右髖骨上方腰部佩戴一個小儀器（紅色活動監測儀）。

這個紅色活動監測儀用於研究，以便瞭解一個人是如何站著或坐著不動度過一天的，它可能與您曾戴過或在商店裡看到的計步器非常相似。



### 我怎麼佩戴這個紅色活動監測儀？

每天：

- ✓ 用黑色的鬆緊帶或皮帶夾將紅色活動監測儀緊貼在腰間佩戴。
- ✓ 在右髖骨上方佩戴紅色活動監測儀。
- ✓ 在您醒著的所有時間裏要一直佩戴紅色活動監測儀。



### 其他佩戴的提示

- ✓ 嘗試每天在相同的部位佩戴紅色活動監測儀。
- ✓ 請不要剪斷或永久更換黑色的鬆緊帶。
- ✓ 任何時候在洗澡/淋浴或參加像游泳這樣的水上活動時請卸下紅色活動監測儀，如果它在雨中被淋濕了，還是可以的。
- ✓ 如果您錯過了一天，一旦記起就立即戴上紅色活動監測儀並完成 8 天的時間，如果您需要多佩戴一兩天紅色活動監測儀是可以的。
- ✓ 這個監測儀價格昂貴，應仔細保管不要放錯地方或損壞它，如果儀器出現問題，請立即致電



電話 \_\_\_\_\_。

請記住：對於這項研究，我們沒有要求您改變您的日常活動，我們更希望您在佩戴這個儀器時像往常一樣進行日常活動。

### 返還紅色活動監測儀

請使用返還清單（在另一面）來提醒您將什麼物品寄回給我們，使用您診所訪問時我們給您的預付並註明地址的回郵信封，將紅色活動監測儀，參加者日記，和黑色鬆緊帶或皮帶夾與返還清單一起寄回。□

□ □ □ □

### 問題？

如果您回到家後有任何問題，請立即致電 \_\_\_\_\_ 電話

\_\_\_\_\_ □

