

Aplikacja

1. Czym jest aplikacja DIAGME™ i do czego służy?

DIAGME™ to aplikacja mobilna na iOS i Android, która zbiera w jednym miejscu Twoje wyniki badań laboratoryjnych, dane z zegarka lub opaski, posiłki i pomiary wpisane ręcznie. Porządkuje je, pokazuje trendy w czasie i 11 wskaźników zdrowia, a na tej podstawie proponuje badania profilaktyczne i suplementację oraz układa Twój harmonogram działań. DIAGME™ wspiera profilaktykę i zdrowy styl życia, ale nie jest wyrobem medycznym i nie stawia diagnoz.

2. Jak założyć konto i rozpocząć korzystanie z aplikacji?

Pobierz DIAGME™ z App Store lub Google Play i wybierz sposób logowania: Apple, Google, konto DUOLIFE albo e-mail. Przy logowaniu e-mailem nie ustawiasz hasła: otrzymasz link, który wystarczy kliknąć. Na start przejdiesz krótki wywiad: akceptujesz zgodę, podajesz imię, datę urodzenia i płeć oraz wagę i wzrost, a następnie możesz od razu połączyć zegarek i dodać pierwsze wyniki badań. Te kroki możesz pominąć i uzupełnić dane później.

3. Czy aplikacja jest dostępna na Androida i iOS?

Aplikacja jest dostępna zarówno w AppleStore jak i GooglePlay.

4. Czy korzystanie z aplikacji jest bezpłatne?

Aplikację pobierzesz bezpłatnie, a część funkcji jest dostępna bez opłat: ręczne pomiary z historią, połączenie z zegarkiem, szacowanie kalorii ze zdjęcia posiłku i krótkie ankiety zdrowotne. Pełny dostęp, m.in. do wyników badań z PDF-u i zdjęć, wskaźników zdrowia, pełnej analizy posiłków, harmonogramu i suplementacji, daje subskrypcja.

Cena w sklepie MyDUOLIFE:

49,90 PLN / 12,50 EUR / 1 miesiąc* - za zakup otrzymasz 10 P

129,00 PLN / 32,50 EUR / 3 miesiące* - To średnio 43,00 PLN / 10,80 EUR miesięcznie - za zakup otrzymasz 25 P.

389,00 PLN / 99,00 EUR / 12 miesięcy* - To około 32,50 PLN / 8,25 EUR miesięcznie - za zakup otrzymasz 65 P.

7 dni okresu próbnego za darmo (tylko dla Klubowiczów DUOLIFE po zalogowaniu danymi z MyDUOLIFE). Subskrypcja odnawia się automatycznie i możesz ją anulować w dowolnym momencie w ustawieniach konta Apple lub Google.

5. W jakich językach dostępna jest aplikacja DIAGME™?

Aplikacja dostępna jest w aż 12 językach: polski, angielski, czeski, słowacki, rumuński, węgierski, włoski, francuski, hiszpański, niemiecki, rosyjski i turecki.

6. Czy można zmienić wersję językową aplikacji? Jeśli tak, to jak?

Oczywiście, można dokonać zmiany języka w swoim profilu w aplikacji.

7. Gdzie zgłaszać problemy techniczne z aplikacją?

W przypadku problemów napisz do nas na adres kontakt@DIAGME.online (w wersji angielskiej aplikacji: contact@DIAGME.online). Najszybciej zrobisz to z zakładki Profil, wybierając „Skontaktuj się”. Podaj model telefonu, wersję systemu i krótki opis problemu.

8. Jak uzupełnić lub zmienić swoje dane i cele?

Dane osobowe (imię, nazwisko, data urodzenia, płeć, kraj, numer telefonu) zmienisz w zakładce Profil, wybierając „Zarządzaj kontem”. Wagę, wzrost i inne pomiary dodasz lub poprawisz w zakładce Centrum danych. Cele żywieniowe ustawisz w zakładce Kontrola diety, wybierając „Ustaw cele”: możesz wpisać je ręcznie albo skorzystać z trybu wspomaganego, w którym DIAGME™ wyliczy podział kalorii za Ciebie.

9. Jak zapisywać posiłki i produkty?

W zakładce Kontrola diety wybierz „Dodaj posiłek” i zrób zdjęcie posiłku lub produktu albo wybierz je z galerii. DIAGME™ rozpozna składniki i oszacuje wartości odżywcze, a Ty możesz je poprawić, np. wpisując „to była połowa porcji”. W obecnej wersji aplikacji posiłki dodaje się wyłącznie ze zdjęć; nie ma skanowania kodów kreskowych ani wyszukiwarki produktów.

10. Jak śledzić kalorie, makroskładniki i inne wartości odżywcze?

W zakładce Kontrola diety, w sekcji „Dzisiejsze statystyki”, zobaczysz kalorie oraz białko, węglowodany i tłuszcze z zapisanych posiłków w zestawieniu z Twoimi celami dziennymi. Sekcja „Bilans kaloryczny” porównuje kalorie zjedzone ze spalonymi, jeśli masz połączony zegarek. W obecnej wersji aplikacji nie śledzimy mikroskładników z posiłków; witaminy i minerały pojawiają się w DIAGME™ jako wyniki badań. Makroskładniki są dostępne w subskrypcji Premium; bez niej widzisz same kalorie.

11. Czy mogę korzystać z aplikacji na kilku urządzeniach?

Tak. Twoje dane są zapisane na koncie DIAGME™, więc po zalogowaniu tą samą metodą na innym telefonie zobaczysz te same dane. Nie ma limitu urządzeń. Pamiętaj tylko, że synchronizacja z Apple Zdrowie działa z tego iPhone'a, na którym ją włączysz, a jedno konto DIAGME™ można połączyć z jednym kontem DUOLIFE.

12. Jak zsynchronizować dane z innymi aplikacjami lub urządzeniami?

W obecnej wersji aplikacji możesz połączyć się z Apple Zdrowie (na iPhone, w tym z Apple Watch) oraz z Garmin Connect. Przejdź do zakładki Profil i wybierz „Zegarki”. Po połączeniu DIAGME™ pobierze wybrane dane, np. aktywność, sen, tętno i wagę, i będzie je aktualizować automatycznie. Połączenie zegarka jest bezpłatne. Inne integracje, np. Google Fit lub Health Connect, nie są jeszcze dostępne.

13. Co zrobić, jeśli aplikacja nie działa lub dane się nie synchronizują?

Najpierw sprawdź połączenie z internetem i wybierz „Spróbuj ponownie” albo uruchom aplikację ponownie. Upewnij się, że masz najnowszą wersję DIAGME™ ze sklepu, a w razie potrzeby wyloguj się i zaloguj ponownie. Jeśli nie synchronizują się dane z Apple Zdrowie, sprawdź w aplikacji Zdrowie, czy DIAGME™ ma nadal uprawnienia do odczytu danych. Przy Garmin pierwsze pobranie danych może potrwać dłużej; jeśli dane nie pojawiają się po kilku godzinach, rozłącz i ponownie połącz konto Garmin. Jeśli problem nie ustąpi, napisz na kontakt@DIAGME.online i podaj model telefonu, wersję systemu oraz co dokładnie się dzieje.

14. Jak usunąć konto lub swoje dane?

Możesz to zrobić w każdej chwili w aplikacji: przejdź do zakładki Profil, wybierz „Zarządzaj kontem”, a następnie „Usuń konto”. Ze względów bezpieczeństwa poprosimy Cię o ponowne zalogowanie. Usunięcie jest trwałe i obejmuje wszystkie dane powiązane z kontem: profil, pomiary, wyniki badań i przesłane dokumenty, posiłki, połączone integracje i rekomendacje. Danych nie da się odzyskać. Jeśli masz aktywną subskrypcję na iPhone, najpierw anuluj ją w ustawieniach konta Apple.

Prośbę o usunięcie konta możesz też wysłać e-mailem, zgodnie z instrukcją na stronie [DIAGME.online/pl/delete-account](https://diagme.online/pl/delete-account).

Jeśli chcesz usunąć tylko dane z zegarka, rozłącz integrację w zakładce Profil → Zegarki; usuniemy wtedy dane pobrane z tego źródła.

Wyniki badań + DIAGME™

15. Jak połączyć wyniki badań z kontem DIAGME™?

W zakładce Centrum danych wybierz „Dodaj dane”. Wyniki możesz dodać na kilka sposobów: wgrywając plik PDF, robiąc zdjęcia wyników w aplikacji, wybierając zdjęcia z galerii lub wpisując pomiary ręcznie. Możesz też udostępnić PDF lub zdjęcie do DIAGME™ bezpośrednio z innej aplikacji, np. z poczty. Jednorazowo możesz dodać kilka plików, np. wszystkie strony jednego wyniku. Odczyt wyników z plików jest funkcją Premium.

16. Jakie wyniki badań mogę dodać do aplikacji?

Wyniki badań laboratoryjnych z dowolnego laboratorium w Europie, w formie PDF-u lub zdjęcia, także w innym języku niż polski. DIAGME™ rozpoznaje ponad 200 parametrów, m.in. morfologię, lipidogram, glukozę, HbA1c i insulinę, próby wątrobowe, parametry nerkowe, tarczycę i hormony, witaminy i minerały, elektrolity oraz markery stanu zapalnego, np. CRP. Parametry, których DIAGME™ nie rozpoznaje, zobaczysz na liście „Parametry do sprawdzenia”; nie są one zapisywane, ale możesz je wpisać ręcznie. Wyniki opisowe i jakościowe nie są odczytywane.

17. Czy mogę przesłać wyniki badań bezpośrednio z laboratorium?

Tak, jeśli badania zamówisz przez DIAGME™. Dzięki współpracy z badania.pl i Diagnostyka S.A. badania zamówisz w aplikacji, wykonasz w wybranym punkcie pobrań, a wyniki trafią do DIAGME™ automatycznie. W obecnej wersji aplikacji nie ma możliwości pobierania wyników z innych laboratoriów; takie wyniki dodasz jako PDF lub zdjęcie.

18. Czy mogę dodać wynik ręcznie lub za pomocą pliku?

Tak. W zakładce Centrum danych wybierz „Dodaj dane”, a następnie „Wprowadź pomiary ręcznie” albo dodaj plik PDF lub zdjęcie wyniku. Przy kolejnym wpisie możesz użyć poprzedniego raportu jako szablonu.

19. Jak DIAGME™ wykorzystuje moje wyniki badań?

DIAGME™ odczytuje wartości z Twojego dokumentu, przelicza jednostki i pokazuje Ci je do sprawdzenia; nic nie zostaje zapisane, dopóki tego nie zatwierdzisz. Zatwierdzone wyniki trafiają do Twojej historii i na wykresy, zasilają wskaźniki zdrowia oraz Twój harmonogram, w którym DIAGME™ proponuje kolejne badania, samobadania i suplementację, a w razie potrzeby wizytę u specjalisty. Po zebraniu co najmniej 90 dni danych DIAGME™ przygotuje Raport dla specjalisty w formie PDF, który możesz zabrać na wizytę. Twoje wyniki nie są sprzedawane, nie służą do reklam ani do trenowania modeli.

20. Czy wyniki badań wpływają na moje cele żywieniowe lub rekomendacje?

Tak, na rekomendacje. Na podstawie zapisanych wyników, pomiarów i odpowiedzi w ankietach DIAGME™ wylicza wskaźniki zdrowia i układu harmonogram: proponuje badania, samobadania i suplementację dopasowaną do obszarów, które warto wesprzeć. Cele żywieniowe (kalorie i makroskładniki) ustawiasz samodzielnie w zakładce Kontrola diety; wyniki badań nie zmieniają ich automatycznie.

21. Czy aplikacja wyjaśnia, co oznaczają poszczególne wyniki?

Tak, w podstawowym zakresie. Przy każdym parametrze znajdziesz krótki opis „O tym wskaźniku” oraz zakres referencyjny dopasowany do Twojej płci, a na wykresie zobaczysz, jak wartość zmienia się w czasie. Pamiętaj, że zakresy referencyjne mogą różnić się między laboratoriami: do interpretacji wyniku w pierwszej kolejności używaj zakresu podanego przez laboratorium, które wykonało badanie. Prezentowane dane i objaśnienia mają charakter informacyjny i nie stanowią diagnozy. **Jeśli potrzebujesz interpretacji wyników lub masz wątpliwości, skonsultuj się z lekarzem lub innym wykwalifikowanym specjalistą.**

22. Czy DIAGME™ zastępuje konsultację z lekarzem lub dietetykiem?

Nie. DIAGME™ nie jest wyrobem medycznym, nie diagnozuje i nie leczy. Wspiera profilaktykę: porządkuje Twoje dane i pokazuje trendy. Jeśli coś wygląda niepokojąco, porozmawiaj o tym ze specjalistą. Decyzje dotyczące zdrowia zawsze podejmuj z lekarzem lub innym wykwalifikowanym specjalistą.

23. Jak często warto aktualizować wyniki badań?

Nie ma jednego terminu dla wszystkich. Twój harmonogram w DIAGME™ podpowie, kiedy warto powtórzyć konkretne badanie, i oznaczy zadania zaległe lub pilne. Wskaźniki zdrowia opierają się na aktualnych danych, więc im świeższe wyniki, tym lepiej odzwierciedlają Twój stan; wyniki starsze niż około rok mają na nie coraz mniejszy wpływ. O częstotliwości badań zawsze decyduj razem z lekarzem, zwłaszcza jeśli jesteś w trakcie leczenia.

24. Czy mogę zobaczyć historię wyników i obserwować zmiany w czasie?

Tak. Każdy parametr ma swój wykres z historią; wybierz „Sprawdź historię” i zakres od tygodnia do 10 lat. Na wykresie zobaczysz wszystkie wartości niezależnie od źródła: z badań, zegarka lub wpisane ręcznie. Najważniejsze parametry możesz dodać do ulubionych, żeby mieć je zawsze pod ręką.

25. Kto ma dostęp do moich wyników badań?

Ty. Twoje wyniki są przypisane wyłącznie do Twojego konta DIAGME™. Dostęp po stronie DIAGME™ mają tylko upoważnione osoby i tylko w zakresie niezbędnym do obsługi aplikacji i wsparcia. Nie przekazujemy Twoich wyników DUOLIFE, Garmin ani laboratorium; przy zamówieniu badań do laboratorium trafiają tylko dane potrzebne do realizacji zlecenia. Nie sprzedajemy danych i nie wykorzystujemy ich do reklam.

26. Jak chronione są moje dane zdrowotne?

Twoje dane są chronione zgodnie z RODO i przechowywane na serwerach w Unii Europejskiej. Są szyfrowane podczas przesyłania (TLS) i przechowywania (AES-256), a dostęp do nich jest ograniczony do upoważnionych osób. Zdjęcia posiłków są anonimizowane przed przekazaniem do analizy. Aplikacja nie wykorzystuje Twoich danych do reklam ani śledzenia. Szczegóły znajdziesz w Polityce Prywatności: <https://api.DIAGME.online/policies/latest?lang=pl>

Zakupy produktów

27. Jak przejść od rekomendacji w aplikacji do zakupu produktu?

Gdy DIAGME™ wskaże obszary warte wsparcia, w zakładce Twój Harmonogram otwórz zadanie „Suplementacja”. Zobaczysz zidentyfikowane obszary (możesz część z nich wyłączyć), a następnie wybierzesz jeden z zestawów: Podstawowy, Optymalny lub PREMIUM. W podsumowaniu sprawdzisz produkty i ich dawkowanie. Do zamówienia potrzebne jest konto DUOLIFE: połącz istniejące lub załóż nowe. Po wybraniu „Przejdź do DUOLIFE” otworzy się sklep DUOLIFE z gotowym koszykiem przypisanym do Twojego konta; tam finalizujesz zamówienie i płatność. Po zakupie w DIAGME™ pojawi się Twój plan suplementacji z przypomnieniami o porach przyjmowania. Suplementacja jest funkcją Premium.

28. Jakie produkty mogę kupić przez DIAGME™?

DIAGME™ proponuje zestawy złożone z suplementów diety DUOLIFE dopasowanych do Twoich wyników. Zamówienie finalizujesz w sklepie DUOLIFE, w którym masz dostęp do całego asortymentu DUOLIFE i możesz uzupełnić koszyk o inne produkty.

29. Na jakiej podstawie produkty są mi polecane?

Na podstawie Twoich wyników badań, pomiarów (także z zegarka), odpowiedzi w ankietach oraz danych z profilu, np. wieku i płci. DIAGME™ wskazuje obszary warte wsparcia i dobiera do nich produkty. Suplementy diety nie zastępują zróżnicowanej diety, zdrowego stylu życia ani leczenia.

30. Czy rekomendacje produktów uwzględniają moje cele i wyniki badań?

Tak. Rekomendacje powstają na podstawie Twoich wyników badań, pomiarów i ankiet, a przed zamówieniem możesz sam zdecydować, które z zidentyfikowanych obszarów chcesz wspierać.

31. Czy mogę sprawdzić skład i wartości odżywcze produktu przed zakupem?

Tak. Po przejściu do sklepu DUOLIFE wyszukaj interesujący Cię produkt. Na jego stronie znajdziesz informacje dotyczące składu oraz wartości odżywczych.

32. Czy mogę porównać kilka produktów?

Tak. W sklepie DUOLIFE możesz sprawdzić skład, wartości odżywcze oraz ceny poszczególnych produktów, a następnie porównać je przed podjęciem decyzji o zakupie.

33. Czy DIAGME™ jest sprzedawcą produktów, czy przekierowuje do partnera?

DIAGME™ nie jest sprzedawcą ani dystrybutorem produktów. Sprzedaż i realizację zamówienia prowadzi nasz partner — DUOLIFE S.A.

34. Jak wygląda płatność za zamówienie?

Płatność odbywa się bezpośrednio w sklepie DUOLIFE i jest w całości obsługiwana przez DUOLIFE S.A. Podczas składania zamówienia możesz wybrać jedną z dostępnych metod płatności.

35. Jakie są dostępne metody dostawy?

Dostępne metody dostawy zależą od kraju lub rynku, na którym składane jest zamówienie. Ich aktualna lista pojawi się podczas składania zamówienia w sklepie DUOLIFE. Wtedy możesz wybrać najdogodniejszą dla siebie opcję.

36. Jak sprawdzić status zamówienia?

Status zamówienia sprawdzisz po zalogowaniu się do Strefy Klubowicza lub Strefy Klienta DUOLIFE, w sekcji „Moje zamówienia”. W DIAGME™, w planie suplementacji, zobaczysz, czy zamówienie zostało już dostarczone.

37. Jak anulować zamówienie?

Aby anulować zamówienie, skontaktuj się z Biurem Obsługi Klienta DUOLIFE.

38. Jak wygląda zwrot lub reklamacja produktu?

Zwroty i reklamacje są obsługiwane bezpośrednio przez sklep DUOLIFE. Aby dokonać zwrotu, przejdź do listy zamówień i wybierz opcję „Zwróć zamówienie”. Formularz zwrotu znajdziesz również po kliknięciu odnośnika „Zwróć zamówienie” w stopce sklepu.

39. Z kim skontaktować się w sprawie problemu z zamówieniem?

W przypadku pytań lub problemów dotyczących zamówienia skontaktuj się bezpośrednio z Biurem Obsługi Klienta DUOLIFE.