

Unterstützte iOS & Android™ Geräte

- Alle Android™ Smartphones und Tablets ab Android 10.0 (Android Q)

Ihr Android-Gerät benötigt einen 3,5 mm 4 pol Kopfhöreranschluss (Headsetfähig). Für Android-Geräte ohne Kopfhöreranschluss können Sie einen Adapter mit DAC-Chip verwenden.*

- Alle iOS Geräte ab Version 12.5 oder höher

Einige neuere iOS-Geräte ohne den klassischen 3,5-mm-Kopfhöreranschluss und mit dem neueren Lightning-/USB-C-Anschluss benötigen einen Original Apple USB-C- oder Original Apple Lightning auf 3,5-mm-Verbindungsadapter*. Alternativ können Sie auch jeden anderen Adapter mit DAC-Chip verwenden.

*(nicht enthalten, siehe unsere Webseite für weitere Details)

Lieferumfang des eSense Temperature

- Mindfield® eSense Temperature Sensor
- ein Fixier-Klettband für den Sensor
- Mindfield® eSense App (Apple App-Store oder Google Play)
- ausführliche Anleitung für effektives Biofeedback-Training

Jetzt bestellen unter www.mindfield.de

Mindfield® Biosystems Ltd.

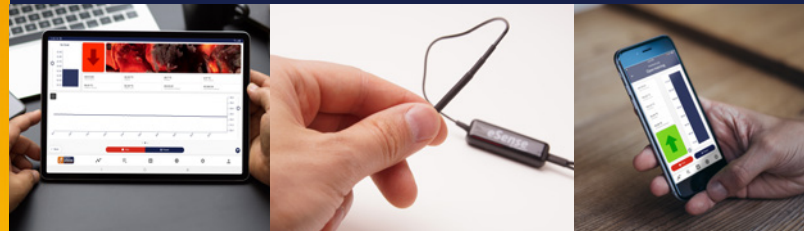
Hindenburggring 4 · 48599 Gronau · Deutschland

Telefon: +49 (0) 2565 406 27 27 · Fax: +49 (0)2565 406 27 28

E-Mail: vertrieb@mindfield.de

BIOFEEDBACK

Hauttemperatur messen und regulieren



UNIVERSAL USE WITH
APPLE® · IPHONE® · IPAD® · IPOD TOUCH®
ANDROID™ SMARTPHONES/TABLETS



A Better State of Mind



Biofeedback mit dem Mindfield® eSense Temperature

Der Mindfield® eSense Temperature ist ein handlicher Sensor zum Messen der Körpertemperatur über den Mikrofoneingang Ihres Smartphones oder Tablets. Die kostenlose, dazugehörige App von Mindfield® bietet Ihnen die Möglichkeit eines Biofeedback-Trainings. Dazu werden die Messwerte in unterschiedlicher Form, visuell und akustisch, dargestellt und rückgemeldet. Ein Export (E-Mail) zu Ihrem PC als Excel™ compatible CSV Datei ist ebenfalls möglich – zur weiteren Auswertung der Daten.

Die Hauttemperatur an der Oberfläche der Haut ändert sich in Abhängigkeit davon, wieviel Blut durch das Gewebe fließt. Bei Stress und Anspannung verengen sich die Gefäße und die Temperatur sinkt, wir merken dies z. B. an kalten Händen. In einem angenehmen und entspannten Zustand steigt die Hauttemperatur, es gibt einen direkten Zusammenhang zu unserem Befinden.

Eine besonders effektive und häufig verwendete Biofeedback-Trainingsmethode ist das „Handerwärmungstraining“. Hierbei wird der eSense Temperature Sensor an einem Finger (Zeigefinger oder Mittelfinger) angebracht oder einfach zwischen Daumen und Zeigefinger festgehalten. Beim Handerwärmungstraining lernen Sie Ihre Fingertemperatur gezielt zu erhöhen und damit die Durchblutung in den Händen zu steigern. Dies ist ein einfaches und sehr effektives Training zur Erhöhung des allgemeinen Wohlbefindens!

Weiterführende Informationen zur Anwendung finden Sie in unserer App, die durch regelmäßige Updates aktualisiert wird. Weitere Details zum eSense Temperature finden Sie auf unserer Webseite.

UNIVERSAL USE WITH
APPLE® · IPHONE® · IPAD® · IPOD TOUCH®
ANDROID™ SMARTPHONES / TABLETS



Erhältlich im
App Store

ANDROID APP BEI
Google play



1. Mit dem Kauf des eSense Skin Temperature können Sie sich unsere kostenlose App im App Store (Apple) oder in Google Play Store (Android) herunterladen.
2. Verbinden Sie den eSense Temperature mit dem Mikrofoneingang Ihres iOS oder Android™ Gerätes.
iOS-Geräte ohne den klassischen 3,5-mm-Kopfhöreranschluss benötigen zusätzlich einen Original Apple USB-C oder Lightning auf 3,5-mm-Klinkenadapter (nicht im Lieferumfang des eSense enthalten).
3. Fixieren Sie dann den eSense Temperature-Sensor mit beiliegendem Klettband an Ihrem Zeige- oder Mittelfinger oder halten Sie ihn einfach mit den Fingern fest.
4. Verbinden Sie optional Ihre Kopfhörer mit dem Kopfhörerausgang Ihres eSense Temperature für ein akustisches Feedback.
5. Starten Sie die App, lesen Sie die ausführlichen Instruktionen innerhalb der App und klicken Sie auf "Start" um die Messung zu beginnen.
6. Hilfe erhalten Sie unter <https://help.mindfield.de>

