

Vitaj v prvom kruhu Vaculik HealthOS.

Nie hotový produkt, ale začiatok niečoho, čomu veľmi verím. Tvoj pohľad mu pomôže dať správny tvar.

Prečo to vzniklo

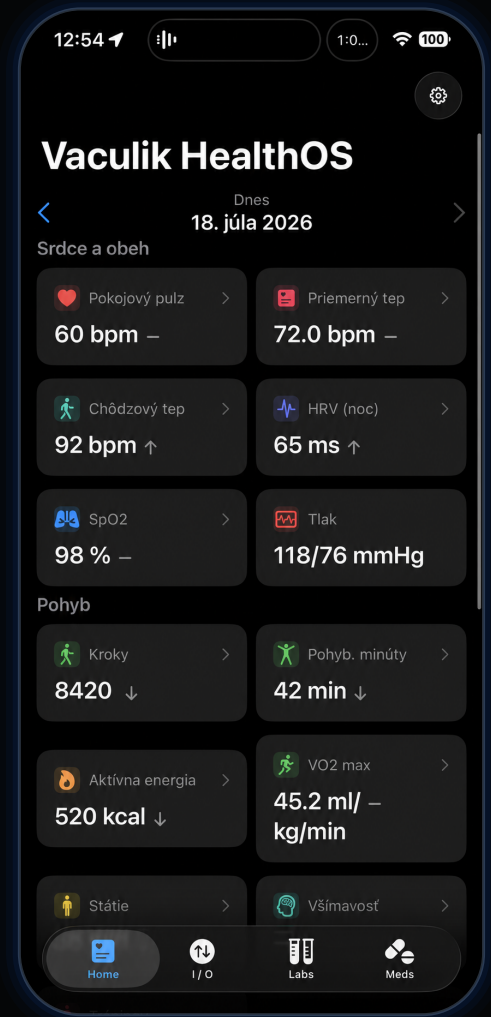
Máme množstvo zdravotných a športových aplikácií aj aplikácií k hodinkám, váham či tlakomerom. Každá zbiera svoj kúsok, no dáta zostávajú atomizované - bez spoločného času, súvislostí a kontextu.

MOJA AMBÍCIA

Osobný dirigent zdravia

HealthOS má prepájať signály, udalosti a rozhodnutia do jednej osobnej zdravotnej časovej osi. Nie aby určoval diagnózu, ale aby ti pomohol klásť lepšie otázky a rozumieť vlastnému telu v súvislostiach.

HOME / SYNTETICKÉ DEMO DÁTA



1 Human / 2 AI's / 1 week

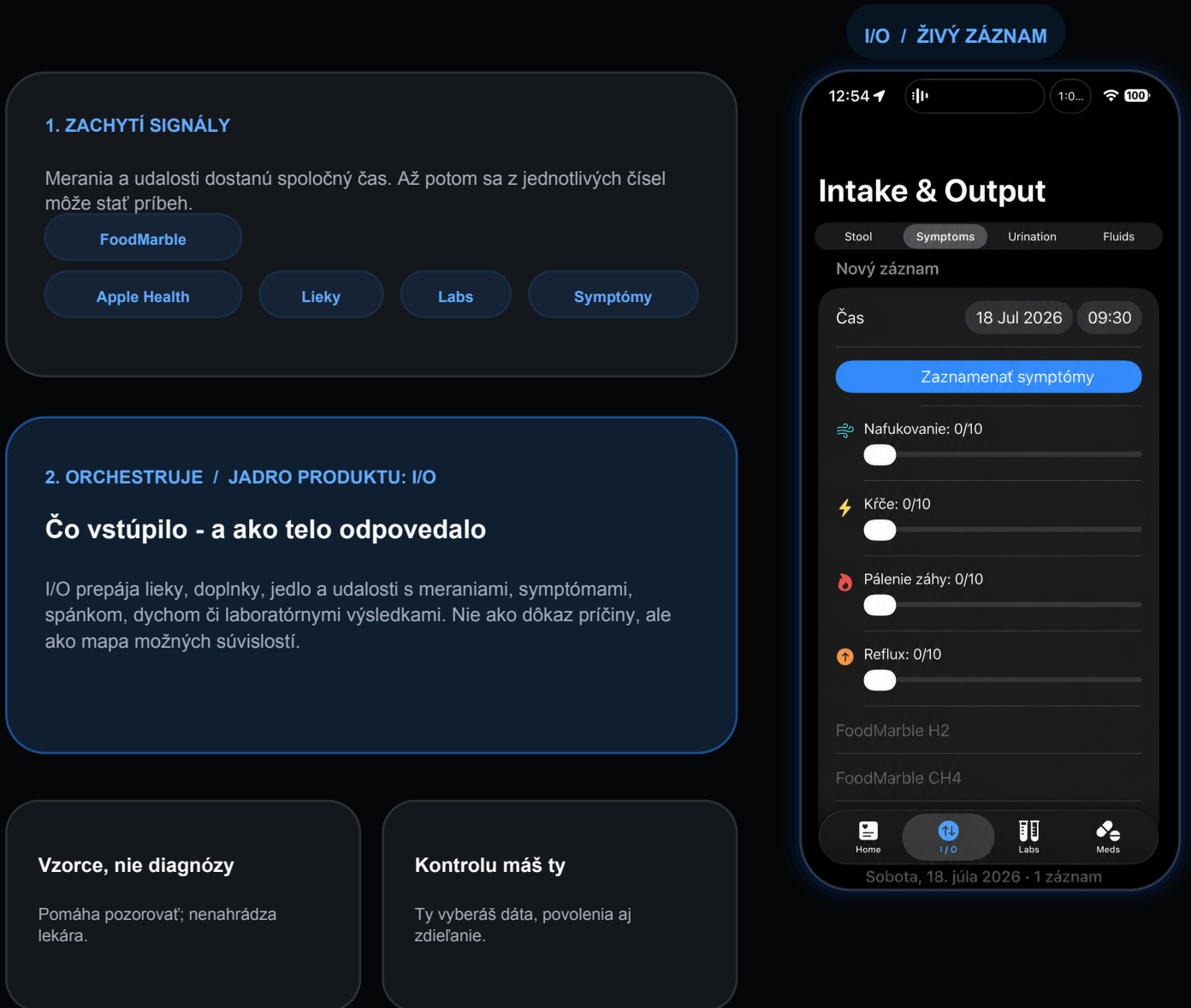
Predtým som nikdy neprogramoval

Prvú verziu som vytvoril úplne sám s pomocou ChatGPT, Claude, Claude Code a Xcode, s ktorým som sa postupne naučil pracovať. Technológia mi pomohla stavať, ale vízia, rozhodnutia a zodpovednosť za produkt sú moje.

Práve preto si tu ty: aby z rýchlo vzniknutého prototypu vyrástol produkt hodný dôvery.

Zdravie nie je dashboard. Je to dej.

HealthOS má byť orchestračná vrstva medzi roztrúsenými dátami a твоjim porozumením.



V KOMERČNEJ FÁZE

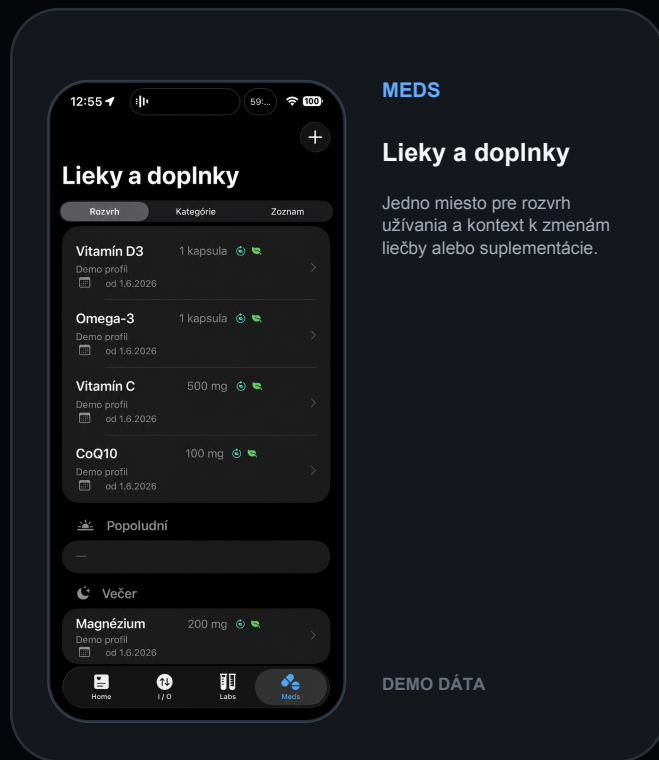
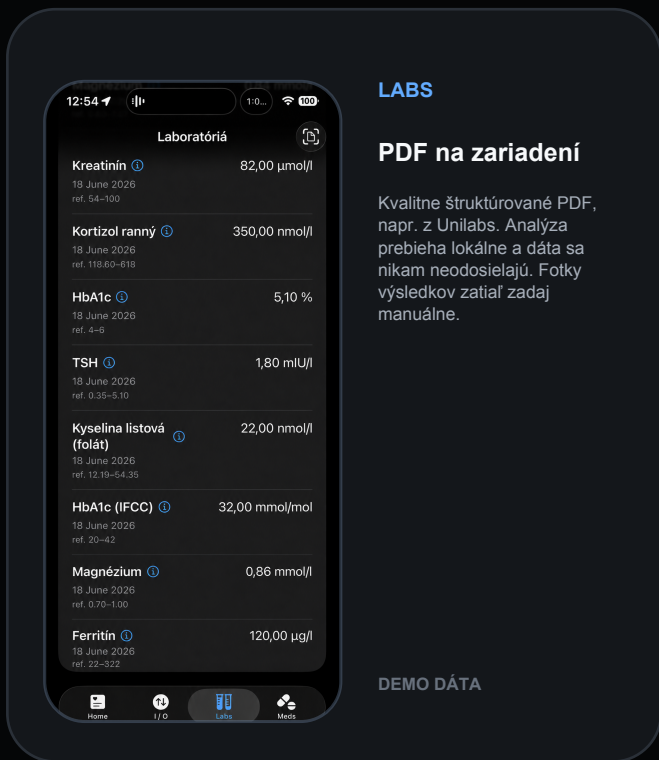
Lepšie dáta pre lekára. Lepšie rozhodnutia pre pacienta.

So súhlasom používateľa môže HealthOS vytvoriť relevantný, štruktúrovaný obraz vývoja pacienta pre lekára. Nemá ho nahradiť ani rozhodovať namiesto neho - má mu dať kvalitnejšie dáta, aby mohol robiť informovanejšie rozhodnutia v prospech pacienta.

Viac kontextu pre odborníka. Viac istoty pre človeka.

Štyri sekcie. Jeden zdravotný príbeh.

Každá časť má inú úlohu, no hodnotu získavajú až vtedy, keď spolu komunikujú.



FOODMARBLE AIRE 2

Dych ako ďalší signál trávenia

FoodMarble AIRE 2 je malý osobný dychový senzor merajúci vodík a metán. Tie vznikajú pri črevnej fermentácii. HealthOS dá merania do kontextu jedla, symptómov a času.

Fermentácia	mikróby spracúvajú nestrávené sacharidy a tvoria plyny
FODMAP	fermentovateľné sacharidy, ktoré môžu spúšťať ťažkosti
SIBO	premnoženie baktérií v tenkom čreve; diagnózu stanovuje lekár

Zatiaľ: mesačný import z FoodMarble / Neskôr: priama synchronizácia po získaní API

ĎALŠÍ ZDROJ DÁT

Kontinuálne monitorovanie glukózy (CGM)

Glukózová krivka v kontexte jedla, pohybu, spánku a symptómov.

BUDÚCA ORCHESTRAČNÁ VRSTVA

AI agent dá dáta do súvislostí

Bude hľadať relevantné vzorce a pripravovať zrozumiteľný kontext - bez nahrádzania lekára.

Pozvánka, TestFlight, HealthOS.

Ak si nikdy neinštaloval beta aplikáciu, nič sa nedeje. Celý postup zaberie pár minút.

ČO SPRAVÍM JA

Súkromná pozvánka pre tvoj e-mail

Napišem ti z juraj@vaculikhealthos.com a vypýtam si e-mail, na ktorý chceš dostať pozvánku. Pridám ťa do neverejnej skupiny externých testerov First Circle. Verejný odkaz nepoužívam: každého testera pridávam individuálne a jeho prístup môžem kedykoľvek odobrať. Apple ti potom pošle oficiálnu pozvánku.

01

Nainštaluj TestFlight

Na iPhone otvor App Store, vyhľadaj TestFlight a nainštaluj bezplatnú aplikáciu od Apple.

02

Otvor svoju pozvánku od Apple

V pozývacom e-maile klepni na odkaz na zobrazenie HealthOS v TestFlighte. Ak ho nevidíš, pozri Spam alebo Reklamy.

03

Prijmi pozvanie

V TestFlighte klepni na Accept / Prijat'. Tým pozvánku potvrdíš; u mňa sa stav zmení z Invited na Accepted.

04

Nainštaluj HealthOS

Klepni na Install / Inštalovať. Po stiahnutí sa stav zmení na Installed a appku nájdeš aj na ploche.

05

Povoľ iba to, čo chceš

Pri prvom spustení vyber kategórie Apple Health, ku ktorým chceš dať aplikácii prístup.



TestFlight je oficiálna aplikácia od Apple

Apple ju používa na bezpečnú distribúciu beta verzí a prvý externý build prechádza TestFlight App Review. Pozvánka je individuálna, nie verejná. Pozývam ja, ty iba prijímaš; nič mi neposielaš na ďalšie schválenie.

Čo zostáva u teba - a čo vidím ja.

Zdravotné dáta a technické údaje z beta testovania nie sú to isté. Tu je rozdiel bez drobného písma.



Lokálne a šifrované

Zdravotné záznamy sa ukladajú lokálne v zariadení v šifrovanej podobe.



Tvoj súkromný iCloud

Ak používaš príslušnú synchronizáciu alebo zálohu, kópia zostáva v tvojom iCloudu podľa tvojich nastavení.



Povolenia riadiš ty

Prístup k jednotlivým kategóriám Apple Health môžeš schváliť, odmietnuť alebo neskôr odobrať.



Ty rozhoduješ, čo odošleš

Zdravotný obsah ani screenshot sa nepripoja automaticky. Odošli sa iba vtedy, keď ich pridáš ty.

ČO UKAZUJE TESTFLIGHT VÝVOJÁROVI

Transparentne: základné údaje o beta testovaní

Pri e-mailovej pozvánke môže App Store Connect zobrazovať meno a pozvaný e-mail, stav inštalácie, model zariadenia, verziu iOS, počet sessions a pády aplikácie. Text feedbacku alebo screenshot sa odošle iba vtedy, keď ho vedome pošleš.

Súkromie je súčasťou návrhu

HealthOS je navrhnutý tak, aby tvoje zdravotné záznamy zostávali pod tvojou kontrolou. Ukladajú sa lokálne v zariadení; ak používaš synchronizáciu alebo zálohu, využíva sa tvoj súkromný iCloud. Prístup k údajom riadiš cez povolenia Apple Health a môžeš ho kedykoľvek zmeniť.

Používaj ho. Všimaj si. Povedz mi pravdu.

Nepotrebujem pochvalu. Potrebujem vedieť, či HealthOS funguje v skutočnom živote.

POČAS PRVÉHO TÝŽDŇA

Rozumiem?

Je jasné, na čo appka slúži a čo mám urobiť?

Verím dátam?

Sedia údaje a viem, odkiaľ pochádzajú?

Nachádzam?

Sú funkcie tam, kde ich prirodzene čakám?

Má to hodnotu?

Pomohlo mi to uvidieť niečo v novom kontexte?

Feedback bez narušenia používania



Niečo nefunguje



Niečomu nerozumiem



Niečo mi chýba



Toto sa mi páči



Stačia tri odpovede

Čo sa stalo? Čo si očakával? Ako veľmi ti to prekážalo? Technické údaje môžu pomôcť s diagnostikou; zdravotný obsah alebo screenshot zdieľaj iba vedome.

Ďakujem, že si pri tom od začiatku.

Pred týždňom bol HealthOS iba nápad. Dnes ho testuješ vo svojom telefóne. To, čo bude nasledovať, už vytvárame spolu.

Ak sa stratíš už pri pozvánke alebo inštalácii, napíš mi na juraj@vaculikhealtos.com. Aj to je dôležitý feedback.