

Älykellot

Suvi Keskinen, Valikoimapäällikkö DNA Oyj

Älykellojen markkina

- Vuonna 2024 Suomessa myytiin kodinelektroniikka jälleenmyyjien kautta n. 400 000kpl älykelloja
- Tänä vuonna Lokakuun loppuun mennessä myytyjä laitteita oli jo noin 300 000kpl ja kasvua viime vuoden vastaavaan ajankohtaan on lähes 14%
 - Älykellot ~44%
 - Aktiivisuusrannekkeet ~31%
 - Lasten kellopuhelimet ~10%
 - Älykellot eSIM ~8%
- Lokakuuhun 2025 mennessä myydyimmät merkit markkinassa ovat:
 - APPLE
 - GARMIN
 - SAMSUNG
 - HUAWEI

Puettavat älylaitteet



ÄLYKELLO

- Suuri värinäyttö
- Ilmoitukset (viestit, puhelut, sovellukset)
- Sovelluksia ja usein navigointi ja GPS
- Monipuoliset liikunta- ja terveystmittaukset
- Lataus 1–10 päivän välein (mallista riippuen)
- Ominaisuuksiltaan kehittynein



AKTIIVISUUSRANNEKE

- Pieni ja kevyt, usein kapeampi näyttö
- Hyvät perusmittaukset (askelmittaus, syke, uni, liikkuminen)
- Ilmoitukset rajallisesti tai ei ollenkaan
- Pitkä akunkesto
- Edullisempi ja huomaamattomampi kuin älykello



ÄLYSORMUS

- Erittäin pieni ja huomaamaton
- Erinomainen unenseuranta ja terveystanalytiikka
- Ei näyttöä, ei ilmoituksia
- Keskimäärin pidempi akunkesto kuin älykelloilla
- Ei yleensä sovellu tarkkaan urheiluseurantaan

Älykellojen yleisimmät ominaisuudet

Mukautuvat näkymät & sovellukset:

valikkojen ja näkymien muokkaus, lisäominaisuuksien lataaminen sovelluksen kautta

Kellojen perustoiminnot:

kellonaika, hälytys/herätys, sää, kalenteri, ajastin

Ilmoitukset:

saapuvat viestit, sähköpostit, puhelut

GPS / sijainti:
useissa kelloissa on sisäänrakennettu GPS, joka mahdollistaa reittien ja matkan tarkan seurannan

Liikunta- ja urheilutoiminnot:
harjoitusten seuranta, havainnot, muistutukset, yhteenvedot ja palautuminen



Terveyden ja hyvinvoinnin seuranta:
syke, askelmäärä, päivän liike, kalorinkulutus, energiankulutus, liikuntasuoritukset, stressitasot ja palautuminen

Unenseuranta: uni- ja lepotilojen seuranta esim. unen kesto, unen laatu, joskus univaiheet

Terveys

Terveyteen liittyvät hyödylliset ominaisuudet

❖ Sykkeen seuranta

Seuraa ja tallentaa päivän syketasot

❖ Stressin ja palautumisen seuranta

Kello arvioi stressitasoa, hengitystä, unta ja palautumista – auttaa löytämään sopivan päivärytmin.

❖ Unenseuranta

Kello mittaa unen määrää ja laatua ilman, että käyttäjän täytyy muistaa tehdä mitään. Unen laatu on tärkeä osa seniorin hyvinvointia.

❖ Urheilu ja liikkumisen muistutukset

Kello kehottaa liikkumaan, jos istumista tai paikallaanoloa on ollut liian pitkään. Ehdottaa palautumisen mukaan päivän liikuntasuorituksen tehoa ja aikaa.

❖ Muistutukset

Helppo tapa varmistaa esim. säännöllinen lääkkeidenotto – useimmissa kelloissa voi asettaa ajastettuja muistutuksia.



Turvallisuus



Turvallisuuteen liittyvät hyödylliset ominaisuudet

❖ Kaatumisen tunnistus

Jotkin kellot havaitsevat äkillisen kaatumisen ja tarjoavat automaattisesti mahdollisuuden soittaa apua. Joissakin malleissa soitto hätänumeroon tai läheiselle käynnistyy automaattisesti, ellei käyttäjä vastaa.

❖ Hätätila-/SOS-painike

Kellosta voi tietyn SOS -toiminnon kautta soittaa hätäpuhelun tai lähettää sijainnin ennalta määritetylle läheiselle. ICE-tiedot (In Case of Emergency)

❖ Reaaliaikainen sijainnin jakaminen

Läheinen voi nähdä käyttäjän sijainnin turvallisuuksyistä, jos tämä halutaan ottaa käyttöön.

❖ Ranteen sensorit ja ihokosketuksen tunnistus

Varmistaa, että kello mittaa oikein ja huomaa, jos se irtoaa — hyödyllinen turvallisuus- ja terveystietojen luotettavuuden kannalta.

Muita ominaisuuksia (Premium)



❖ eSIM – mobiiliyhteys kellossa

Kello voi toimia itsenäisesti — soittaa ja vastaanottaa puheluita, käyttää dataa, lähettää viestejä — ilman että puhelin on koko ajan mukana. Vaatii Multi-SIM ominaisuuden, joka aktivoidaan operaattorilla käyttöön.

[Multi-SIM - Kaksi laitetta samalla numerolla | DNA](#)

❖ Maksaminen älykellolla

Joillakin älykelloilla voi maksaa ostokset kaupassa lähimaksua käyttäen. Vaatii NFC -ominaisuuden sekä kellovalmistajan käyttämän sovelluksen, joka tukee käytössä olevaa pankkia. Tämä tulee aina erikseen varmistaa.

❖ Edistyneet terveysanturit

Happisaturaation mittaus, EKG-mittaus, rytmihäiriöiden tunnistus, kehon lämpötila, uniapneatunnistus, verenpaineen mittaus (Huom! Älykello ei koskaan ole lääkinnällinen laite)

❖ Yhteisöjen luonti ja tietojen jakaminen

Mahdollisuus luoda läheisten ja ystävien kanssa erilaisia yhteisöjä, joissa käyttäjät voivat nähdä toistensa päivittäiset aktiivisuustasot tai unen laadun (vaatii käyttäjiltä saman valmistajan kellon ja sovelluksen käyttämisen).

Älykellon käyttöönotto

Älykellojen taustalla on aina valmistajan oma sovellus, josta älykelloa hallitaan. Seuraavat vaiheet voivat vaihdella, mutta yleisesti ottaen käyttöönotto on aina samanlainen

1. Kellon lataaminen
2. Sovelluksen lataaminen puhelimeen
(esim. Apple Watch, Samsung Health, Garmin Connect, Huawei Health)
3. Käyttäjätilin luonti (Tiliä tarvitaan datan synkronointiin ja varmuuskopiointiin)
4. Bluetoothin kytkeminen päälle puhelimesta
5. Kellon käynnistys ja Bluetooth pariliitos kellon ja puhelimen välille
6. Ohjeiden seuraus sovelluksessa sekä kellossa ja asetusten määrittäminen ohjeen mukaan
7. Ohjelmistopäivitys, mikäli kello sitä tarjoaa

Kellon käyttöönottoon kannattaa varata aikaa, sillä mitä paremmin asetukset määritetään heti alussa, sen mukavampaa ja sujuvampaa on käytön aloittaminen.

Älykellon muokkaus

Älykellon paras puoli on se, että sitä voi muokata käyttäjän tarpeisiin sopivaksi.

Mitä enemmän kelloa käyttää sen tarkemmin kello oppii tuntemaan ja antamaan oikeellisempaa tietoa käyttäjästään

❖ Ilmoitusten ja hälytysten hallinta

- ❖ Valitaan vain oikeasti tärkeät ilmoitukset käyttöön
- ❖ Poistetaan turhat urheilutilat, hälytykset ja värinät

❖ Näyttö ja käyttöliittymä

- ❖ Mahdollisuudet valita suurempi fontti ja parempi näytön kontrasti
- ❖ Yksinkertaistettu näkymä / kotinäyttö selkeyttää, valittavana erilaisia kellotauluja
- ❖ Mahdollisuus valita käyttöön vain ne lisäosat ja sovellukset, joita oikeasti halutaan käyttää

❖ Sovelluksia ja toimintoja saa aina lisättyä ja poistettua myöhemminkin mikäli tarve tai käyttö muuttuu

Päivä älykellon kanssa – seniorin arjessa



Päivän yhteenveto: Illalla kello näyttää selkeän raportin: askeleet, aktiiviset minuutit, syke ja stressi, päivän muistutukset.

Mitä älykello maksaa?



- **Budjettitaso ~ 50 - 150€**
 - Perustoiminnot, kuten askeleet, syke, perusaktiivisuus, ilmoitukset ranteeseen, unen seuranta. Näissä kelloissa ei yleensä ole kaikkein kehittyneimpiä antureita.
- **Keskitason mallit ~ 150 – 350 €**
 - Monipuolisempi seuranta, syke, uni, aktiivisuus, yleensä GPS, parempi näyttö ja akun kesto, vesi-/roiskesuoja. Usein hyvä kompromissi hinta / ominaisuudet.
- **Premium –mallit ~ 350 – 900€**
 - edistyneet terveysturit (esim. SpO₂, EKG), eSIM, paremmat valmistusmateriaalit, vesitiiviys, tarkka GPS, hätä-/turvaominaisuudet, monipuoliset äly- ja sovellustoiminnot, laajat urheilutilat, suunnistus, reittien luonti ja kartat, personointi ja ekosysteemit

Miten valita sopiva älykello?

Käyttötarve

- Terveys ja hyvinvointi
- Urheilu ja liikunta
- Älypuhelimien korvaaja
- Turvallisuus ja hätätoiminnot
- Väri, muoto, materiaalit → asuste
- GPS

Käytössä oleva puhelin / tuttu käyttöliittymä

- iPhone → Apple watch
(Apple Watch toimii vain Apple
puhelimien kanssa)
- OnePlus → OnePlus Watch
- Samsung → Samsung Watch
- Honor → Honor watch
- Universaalit vaihtoehdot
 - Garmin
 - Huawei
 - Suunto
 - Polar

Käyttömukavuus / rakenne

- Näytön koko ja kirkkaus
- Fyysiset näppäimet
- Kellon koko
- Akunkesto
- Kestävyys (vesitiiviys, materiaalit)
- Hinta

Valikoimapäällikön nostot



Garmin Venu 3

- Pitkä akunkesto
- edistynyt uniseuranta
- AMOLED –näyttö
- GPS
- Sisäänrakennettu kaiutin + mikrofoni
- Garmin Pay
- pyörätuulitila
- 2min terveystarkastus (health snapshot)
- Hinta 370€-430€



Huawei FIT 4

- Kevyt ja siro
- AMOLED –näyttö
- Hyvä akunkesto
- GPS
- Health community
- Fyysinen pyörivä näppäin
- Sisäänrakennettu kaiutin + mikrofoni
- vesitiivis
- Hinta 120€-170€



Samsung Galaxy Watch 8

- edistykselliset terveysominaisuudet
- hyvä uniseuranta
- Gemini ja Galaxy AI työkalut
- GPS
- Samsung/Google wallet
- vesitiivis
- hinta 280€-380€



Apple Watch SE 3

- iPhone käyttäjille
- unen seuranta
- SOS-toiminto
- kaatumisen tunnistus
- Vesitiivis
- GPS
- hyvät terveysominaisuudet
- Apple Pay
- hinta 240€-280€

Yhteenveto

Älykello voi auttaa arjessa, terveyden seurannassa ja turvallisuudessa

Omat tarpeet ja käyttötarkoitukset etusijalla valinnassa

Pienin askelin oppii käyttämään kaikkea tarpeellista

DNA Kaupassa myyjät auttavat valinnassa ja kaupoissa on nähtävillä useita malleja

Linkkejä

- [10 parasta Garmin-älykellon ominaisuutta terveytesi seurantaan](#)
- [HUAWEI Health - HUAWEI Suomi](#)
- [Apple Watch - Miksi Apple Watch - Apple \(FI\)](#)
- [Samsung Health | Sovellukset ja palvelut | Samsung Suomi](#)

- [Laitteiden osto-oppaat | DNA](#)
- [Multi-SIM - Kaksi laitetta samalla numerolla | DNA](#)

Kiitos!

