Min KOL

ett eHälsoverktyg i plattformen Stöd och behandling, 1177.se

Innehåll

Introduktion av programmet Min KOL	2
Programupplägg	3
Träningsdagbok	3
Personligt träningsprogram	3
Arbetsflöde för arbete med Min KOL i Stöd och behandling (SoB)	5
Logga in som behandlare	6
Behandlarens flikar i programmet	6
Behandlarens flik Hantera	6
Behandlarens flik Resultat	7
Behandlarens flik Meddelanden	7
Behandlarens flik Tidslinje	7
Behandlarens flik Flaggor och aktivitetsplaner	7
Arbeta i programmet – behandlare	8
Ställa in avisering	8
Lägga till en patient	8
Informationsfolder till patient	8
Sammanfattad information	8
Förklaring av symboler i programmets avsnitt	8
Olika formulär i programmet1	0
Enkla formulär:	0
Flik- och kalenderformulär1	0
Mätbatterier1	0
Aktiviteter:1	2
Översikt formulär1	2
Utprovning av personligt träningsprogram1	3
Val av övning:	3
Balansträning:1	3
Muskelträning:	3
Muskelstyrka:	3
Muskeluthållighet:1	3
Konditionsträning:1	4

Kommunikation med din patient:	
Patientens träningsdagbok	
Avsluta programmet	15
Vidmakthålla programmet	15
Gallra	15
Manualer och stöd	
Manual för behandlare	
Vid inloggningsproblem	
Support till behandlare	
Support till invånare	
Logga in som invånare	
Patientens flikar i programmet:	
Patientens flik Mitt innehåll	
Patientens flik Meddelande	
Patientens flik Resultat	
Patientens flik Aktiviteter	
Patientens flik Bokmärken	

Introduktion av programmet Min KOL

För en person med sjukdomen KOL är egenvård den viktigaste delen av behandlingen. Egenvård är det personen gör själv i det dagliga livet för att må så bra som möjligt med sjukdomen. Egenvård har stor betydelse för hälsan, men för att kunna genomföra egenvård behövs kunskap.

I Min KOL finns information och verktyg för att kunna må så bra som möjligt med sjukdomen KOL. Informationen i programmet är baserad på bästa tillgängliga vetenskapliga kunskap och överensstämmer med Socialstyrelsens riktlinjer för vård vid KOL.

Min KOL är ett internetprogram i Stöd och behandling på 1177.se. Programmet innehåller information och träning speciellt anpassad för personer med KOL. Behandlaren har möjlighet att fortlöpande under tiden patienten arbetar i programmet, individanpassa faktainnehållet samt träningsupplägget till viss del.

Programupplägg

De första sex avsnitten eller de så kallade modulerna är öppna från start. Det finns sedan åtta dolda avsnitt som patienten själv kan önska att ta del av eller som behandlaren kan rekommendera till patienten. Behandlaren öppnar upp önskade avsnitt när invånaren fyllt i formuläret "Extra innehåll i formuläret".

Avsnitt öppna från start:

- 1. Välkommen!
- 2. KOL.
- 3. Andnings- och hostteknik.
- 4. Strategi vid andnöd eller försämring.
- 5. Fysisk aktivitet och träning.
- 6. Personligt träningsprogram.

Valbara extra avsnitt:

- Rökning.
- Regelbunden uppföljning.
- Kost och vikt.
- Underlätta vardagsaktivitet.
- Skriftlig behandlingsplan.
- Känslomässigt och socialt stöd.
- Inkontinens.
- Läkemedel.

Träningsdagbok

Träningsdagboken ligger som en aktivitetsplan. Patienten ser den under fliken "Aktivitet". Träningsdagboken är aktiv från start och inställd på att fyllas i på söndagar. Du kan enkelt anpassa den genom att ändra dag då den ska fyllas i. Om patienten så önskar kan du även ställa in att den ska fyllas i vid fler tillfällen under veckan.

Personligt träningsprogram

I avsnittet "Personligt träningsprogram" finns övningar för balans, armar, lår, vader och kondition.

Följande övningar från träningskategorierna är öppna från start:

- Balans
 - o Gå framåt på linje
- Armar
 - o Axelflexion med motstånd: styrka
 - o Axelflexion med motstånd: uthållighet
- Lår
- Uppresningar från högre stolshöjd: styrka
- o Uppresningar från högre stolshöjd: uthållighet

- Vader
 - Tåhävningar med stöd på ett ben i taget: styrka
 - o Tåhävningar med stöd på ett ben i taget: uthållighet
- Kondition
 - Promenad i kontinuerligt tempo: lätt-måttlig andfåddhet.

Behandlaren har möjlighet att individanpassa träningsprogrammet genom att öppna upp enklare eller svårare övningar. Patienten kan skicka ett formulär till behandlaren med önskan om kontakt för mer information om träningen eller för att revidera ett utarbetat träningsprogram. Behandlaren får en flagga vid önskemål om justering av träningsprogram.

Arbetsflöde för arbete med Min KOL i Stöd och behandling (SoB)

Vad?	När?	Övrigt
Bedömningsträff Fysioterapeut träffar invånaren inför start av Min KOL. Lämnar ut skriftlig info om inloggning i SoB, ger muntlig info om Min KOL, samt provar ut personligt träningsprogram. Träningsdagboken är öppen från start med inställning att fylla i på söndagar. Patienten får en uppmaning att skriva ett meddelande till sin behandlare i början av programmet.	Vid programstart. Du kan när som helt anpassa träningsdagboken efter patientens önskemål. Du kan med ett kort meddelande svara patienten på det första meddelandet. Då har ni båda interagerat i programmet och tröskeln är lägre för fortsatt kommunikation.	I fliken flaggor och aktivitetsplaner kan du anpassa tränings- dagboken så att patienten kan fylla i på annan dag än söndag eller flera dagar.
Observation och lägga till aktivitet Fysioterapeut observerar hur invånaren följer Min KOL och svarar på eventuella meddelanden via programmet. Fysioterapeut aktiverar aktivitetsplanen "Steg per dag" om patienten önskar det eller om behandlaren anser det bra för motivationen.	Varje vecka. När du eller patienten så önskar, kan du aktivera Steg per dag.	Om aktiviteten "Steg per dag" ska aktiveras sker det under fliken "Flaggor och aktivitetsplaner".
Bedöma träningsnivån Fysioterapeut bedömer behov av att revidera träningsprogrammet baserat på information från träningsdagboken.	Varannan vecka	Det finns även ett formulär där patienten kan önska att få träningsprogrammet justerat.
Interaktivitet Fysioterapeut skriver meddelanden till invånaren vid behov för att ge uppmuntran, instruktion eller ny information. Exempelvis vid revidering av träningsprogrammet. Avslut eller vidmakthållande Fysioterapeut avslutar Min KOL eller sätter programmet i vidmakthållande i 2.6 månadar	Vid behov. Det finns uppgifter på att följsamheten hos patienten ökar om behandlaren har regelbunden kontakt. Avslut efter 12 veckor eller när perioden för vidmakthållande är avslutad	Uppföljning via telefon, digitalt vårdmöte eller fysisk träff möjligt vid enstaka tillfälle om fysioterapeut eller patient så önskar.
Gallring Minst var 6:e månad ska avslutade program gallras bort.	När programmet är avslutat.	

Logga in som behandlare

• Logga in till Stöd och behandling med SITHS-kort. Spara sidan som favorit. https://personal.sob.1177.se/

Behandlarens flikar i programmet

Behandlarens flik Hantera

Här är översikten för en enskild patient. Här syns vilka avsnitt som är **startade, kommande** och **avslutade**.

Här hanteras **mätbatterier** och **aktiviteter** samt här avslutas eller vidmakthålls programmet, momentet.

Här finns även en sammanfattning om momentet, programmet under "Information om momentet".

Hantera	Resultat	Meddelanden	Tidslinje	Flaggor och aktivitetsplaner	
INFORMATIO	ом мом	ENTET			~
Välkomsttext till i	invånaren 🧷				
HANTERA H	ÄNDELSER				~
STARTADE	MODULER				~
KOMMANDE	MODULER				~
AVSLUTADE	MODULER				~
MÄTBATTER	RIER				~
AKTIVITETE	R				~
LÄNKADE N	OMENT				~
				AVSLUTA	VIDMAKTHÄLL

20241014

Under fliken Hantera finns en ruta med "Hantera händelser". Där synliggörs och hanteras inskickade formulär och aktiviteter. Ett formulär kan markeras som läst och då försvinner det från fliken Hantera händelser. Efter varje avsnitt finns ett svarsformulär som patienten fyller i, då får behandlaren information om att patienten är klar med det avsnittet.

HANTERA HÄNDELSER	
? Visa förklaring för hur du hanterar händelser	
Aktiviteter	Formulär
	ronnaidi
STEG PER DAG - 1 OLÄST AKTIVITET	a) 1 OLÄST FORMULÄR
(a) STEG PER DAG - 1 OLÄST AKTIVITET 2024-10-09, 18:00	1 OLÅST FORMULÄR Tagit del av avsnittet "Bra att veta om programmet"

Behandlarens flik Resultat

Här samlas den insamlade informationen från träningsdagboken i skilda grafer.

Hantera	Resultat	Meddelanden	Tidslinje	Flaggor och aktivitetsplaner

Behandlarens flik Meddelanden

Alla som arbetar med Stöd och behandling på enheten och har rollen behandlare kan skriva meddelande till patienten. Alltså inte bara den som står som ansvarig behandlare. Det kan vara bra att informera hur ofta behandlare förväntas svara på meddelanden. Det står vanligen i inledningen till programmet. Det går att göra ett meddelande oläst.

	Hantera	Resultat	Meddelanden	Tidslinje	Flaggor och aktivitetsplaner
Meda	delanden				
Här kan konvers	du skapa ny ko ationen. Dina n	onversation, läsa neddelanden sp	a och skriva meddela aras som utkast om	nden till invåna du inte skickar i	en. När det finns nya meddelanden markeras ingången och väg dem.
OLÄST (0 UTKAST () 0)				

Behandlarens flik Tidslinje

Tidslinjen används oftast för att sortera data eller för att få en samlad bild av behandlingen vid dokumentation eller liknande.

Behandlarens flik Flaggor och aktivitetsplaner

Här kan behandlaren skapa egna flaggor, se vilka flaggor som finns aktiverade samt skapa och redigera aktivitetsplaner för enskild patient.

Under aktivitetsplaner kan behandlaren aktivera formuläret "Steg per dag" genom att kryssa i rutan "aktivera" längst ner i aktiviteten.

Arbeta i programmet – behandlare

Att arbeta med patienter i Stöd och behandling ger dig möjlighet att få en överblick på aktuella patienter och deras progress i behandling. Du kan på ett tidseffektivt sätt ta del av pågående träningsupplägg, patienters reflektioner samt vara interaktiv med samtliga.

En behandlare utvecklas från att vara novis i början av digitalt hälso- och sjukvårdsarbete till att bli expert med lite träning. Nedan finns en kort förklaring av symboler som du kan möta i ditt arbete.

Ställa in avisering

När behandlaren loggat in till Stöd och behandling första gången ska inställningar för avisering göras under fliken Min profil. Detta behöver endast göras vid ett tillfälle. Det är viktigt att ställa in aviseringar för att bland annat få information om meddelande om flaggor i programmet.

Lägga till en patient

På startsidan blir de egna patienterna synliga under fliken Mina. Under fliken "Alla" kan du se alla patienter på vårdenheten som har ett startat SoB-program. Du kan lägga till en invånare till programmet Min KOL genom att klicka på "starta nytt moment". Du kan lägga till patienten både i fliken Mina och Alla. Skillnaden är att du under fliken Alla även behöver bestämma vem som ska vara ansvarig behandlare. Den fliken är användbar om uppdraget att lägga till patienter är delegerat till en administratör eller en annan behandlare.

Skriv in patientens personnummer och välj sedan det aktuella programmet och klicka på "starta nytt moment".

Informationsfolder till patient

Nu har patienten fått sitt program till sin 1177-sida. Det finns en liten folder med patientinformation för att komma i gång. Den innehåller info om:

- hur inloggningen går till. Information om inloggning finns också på 1177.se.
- att ställa in sina inställningar för att få aviseringar. Info finns på också på 1177.se.

Sammanfattad information

För att se en sammanfattad information om programmet kan du klicka på Information om momentet.

Hantera	Resultat	Meddelanden	Tidslinje	Flaggor och aktivitetsplaner	
INFORMATIC	DN OM MOME	NTET			~

Förklaring av symboler i programmets avsnitt.



I programmet finns infogad information om symboler i programmet/modulen.

Olika formulär i programmet

Det finns olika typer av formulär i Min KOL. Det är:

- Formulär enkla.
- Formulär flikformulär.
- Formulär kalenderformulär.
- Mätbatterier.
- Aktiviteter.

Enkla formulär:

De formulär som endast ska fyllas i vid ett tillfälle ligger i anslutning till texten.

Efter varje avsnitt har patienten ett formulär där de ska kryssa för att de tagit del av innehållet. Formuläret heter "Tagit del av (och så avsnittets namn)". Formuläret ska öka behandlarens möjlighet att se att patienten tagit del av avsnittets innehåll, inte bara öppnat aktuell text.

Flik- och kalenderformulär

De formulär som är möjliga att fylla i vid flera tillfällen ligger under översikten under rubriken Formulär/uppgifter att fylla i. Det kan vara så kallade flikformulär där patienten kan öppna obegränsat antal flikar genom att kryssa på plus-tecknet. Det kan också vara så kallade kalenderformulär som ska fyllas i vissa dagar under en vecka. Du som behandlare kan påverka vilka dagar som ska vara formulärdagar.

Mätbatterier

I programmet Min KOL finns fyra formulär i mätbatterier som inte är schemalagda. I de tre bilderna på nästa sida kan du se hur du arbetar med formulären:

- Utvärdera träning med uppresningstest.
- Räkna ut ditt BMI.
- Bedöm risk för undernäring.
- Skattningsformulär CAT.

Mätbatterier kan du som behandlare hantera på fyra olika sätt.

- 1. Du kan aktivera ett mätbatteri vid en särskild modul (avsnitt)
- 2. Du kan skapa en repetition med viss regelbundenhet, schemaläggning.
- 3. Du kan starta en extra mätning vid något speciellt tillfälle
- 4. Du kan självklart även avbryta ett aktiverat mätbatteri.

När du startar ett mätbatteri med schemaläggning skickas en flagga till patienten med informationen att de nästa gång de öppnar Min KOL kommer att finna ett nytt formulär.

Mätbatterier är alltid tvingande att fylla i. Patienten kommer inte vidare i programmet förrän patienten har fyllt i formulären som dyker upp automatiskt.

Beräkningarna och resultaten från formulären i mätbatterierna kommer att synas under fliken "Resultat".



Aktiviteter:

Aktiviteten Träningsdagbok är aktiv redan från start och det finns angivet att den ska fyllas i på söndagar. Behandlaren kan redigera inställningarna.

Översikt formulär

Här följer en översikt på alla typer av formulär och var de finns i programmet:

Öppna avsnitt eller moduler	Formulär
Välkommen!	Extra innehåll i programmet
KOL	
Andnings- och hostteknik	
Strategi vid andnöd eller försämring	
Fysisk aktivitet och träning	Registrera antal uppresningar
Personligt träningsprogram	Planering för när jag ska träna (obligatoriskt)
	Önskar kontakt för justering av träningsprogram
	Målsättning antal steg per dag
Valbara avsnitt eller moduler	
Rökning	
Regelbunden uppföljning	
Kost och vikt	
Underlätta vardagsaktivitet	
Skriftlig behandlingsplan	
Känslomässigt och socialt stöd	
Inkontinens	
Läkemedel	
Aktivitet:	Träningsdagbok
 Förifylld att skrivas på sönde som 	
- Går att redigera	
Aktivitet:	Steg per dag
- Måste aktiveras av	
fysioterapeuten - Går att redigera	
Mätbatterier att starta:	Bedöm risk för undernäring
- Vid särskilt avenitt	Rökna ut ditt BMI
- Med repetition	
- Går att starta extramätning	Skattningsformular CA I
	Utvärdera träning med uppresningstest

Utprovning av personligt träningsprogram

Val av övning:

En viktig del av Min KOL är det personliga träningsprogrammet som patienten uppmanas genomföra minst 2 gånger/vecka under 12 veckor. Programmet provar du ut till din patient vid ett fysiskt besök på hälsocentralen, vårdcentralen eller mottagningen. Övningarna under de olika kategorierna (balans/armar/lår/vader/kondition) finns med olika svårighetsgrader.

För att underlätta för dig som behandlare finns det ett förvalt träningsprogram med en måttlig svårighetsgrad som du kan utgå ifrån. Programmet kan sedan revideras utifrån patientens önskemål och utifrån hur de skattar sin andfåddhet och muskeltrötthet i träningsdagboken.

Balansträning:

Det finns övningar för att förbättra stående och gående balans. Balansträningen ska vara utmanande för att ge resultat och det är viktigt att instruera/prova ut hur övningarna kan utföras på ett säkert sätt.

Rekommendationen vid träning av stående balans är att utföra övningen i cirka 30 sekunder med höger respektive vänster ben främst och att upprepa övningen 2 gånger med en kort vila mellan omgångarna. Övningen kan göras mer utmanande genom att öka tiden (upp till 60 sekunder), minska understödytan och handstödet eller genom att byta till en mer utmanande övning.

Muskelträning:

Det finns övningar för att träna muskelstyrka eller muskeluthållighet i armar och ben. För att öka muskelstyrka bör träningen leda till en muskeltrötthet motsvarande 6 eller högre på Borgskalan (CR-10). Muskeltröttheten kan vara hög så länge den upplevda andfåddheten inter överstiger 6 på Borgskalan.

Rekommendationen är att börja med muskelstyrka de första 4 veckorna för att sedan övergå till muskeluthållighet de resterande 8 veckorna. Vid övergång till uthållighetsträning behöver ofta belastningen justeras och patienten kan behöva få information om det förändrade träningsupplägget.

Muskelstyrka:

Rekommendationen är 8–12 repetitioner (reps) i sträck utan paus, i 2 set med 1–2 minuters vila mellan varje set. Patienten uppmanas att försöka klara 12 reps av varje övning. Om patienten inte orkar 8 gånger är övningen för svår och motståndet bör sänkas, exempelvis genom att träna en sida i taget, byta till ett träningsband med mindre motstånd eller välja en lättare övning.

Om patienten klarar att utföra mer än 12 reps av en övning vid två träningstillfällen i rad bör belastningen ökas, till exempel genom att korta träningsbandet, byta till ett träningsband med större motstånd eller välja en ökad svårighetsgrad på övningen. Det går även att öka antalet set.

Muskeluthållighet:

Rekommendationen är 15–25 reps i sträck utan paus, i 2 set med 1–2 minuters vila mellan varje set. Patienten uppmanas att försöka klara 25 reps av varje övning. Om patienten inte orkar 15 reps bör motståndet sänkas, exempelvis genom att träna en sida i taget, byta till ett träningsband med mindre motstånd eller välja en lättare övning. Om patienten inte klarar 15 reps på den lättaste övningen fortsätt då med träning för att öka muskelstyrka. Nytt försök till att byta till uthållighetsträning kan göras varannan vecka. Om patienten klarar att utföra mer än 25 reps av en övning vid två träningstillfällen i rad bör belastningen ökas, till exempel genom att korta träningsbandet, byta till ett träningsband med större motstånd eller välja en ökad svårighetsgrad på övningen. Det går även att öka antalet set.

Konditionsträning:

I programmet finns övningar för konditionen som kan utföras som en kontinuerlig aktivitet eller i intervaller. Föra att öka den fysiska förmågan bör träningen leda till en andfåddhet motsvarande 4–6 på Borgskalan (CR-10) och utföras i minst 20 minuter vid varje tillfälle. Anpassa upplägget utifrån din patient.

Rekommendationen är att börja med kontinuerlig träning (inte längre än 4 veckor) för att sedan övergå till intervallträning som fortgår under resten av behandlingsperioden. Om intervallträning inte fungerar för patienten kan återgång till kontinuerlig träning ske, men med målsättning att försöka uppnå en andfåddhet motsvarande 4–6 på Borgskalan. För vissa patienter kan det vara svårt att klara av kontinuerlig konditionsträning initialt. Använd då ett träningsupplägg med intervaller som patienten klarar av (kortare intervaller, lägre intensitet) från start.

Intensiteten på träningen kan ökas genom att exempelvis gå fortare, kliva upp på högre trappsteg, öka motståndet på träningscykeln och genom ökad längd på träningspasset.

Kommunikation med din patient:

Under behandlingstiden med Min KOL kan du och din patient kommunicera med varandra via meddelandefunktionen i programmet. Patienten uppmuntras att skriva ett meddelande redan från början för prova att skriva meddelande. Du rekommenderas att logga in varje vecka för att se om du fått några meddelanden från din patient. Varannan vecka bör du även se över om det finns behov av att revidera patientens personliga träningsprogram.

Patienten har möjlighet att fylla i ett formulär som skickas till behandlaren vid önskemål om att justera träningsprogrammet. Behandlaren får då en flagga om detta. Patienten kan även kommentera behov av justering av träningsprogrammet i träningsdagboken.

Patientens träningsdagbok

Träningsdagboken och stegräkningsformuläret är inbyggda i en så kallad Aktivitet. Patienten återfinner denna längst upp i sitt program och uppmanas att fylla i dessa en gång per vecka. Träningsdagboken är förifylld med söndag som rapportdag men du kan enkelt ändra detta. Du kan även i samråd med patienten bestämma ifall det finns värde att fylla i träningsdagboken fler dagar under veckan.

För dig som behandlare finner du aktiviteterna samlade under fliken Flaggor och aktivitetsplaner, se bild.

Hantera	Resultat	Meddelanden	Tidslinje	Flaggor och aktivitetsplaner	
Flaggor	Aktivitetsplane	r			

AKTIVITETER			^
		<u>Samlad historik</u>	Översikt aktivitetsplaner
Namn	Utförda aktiviteter 🛈	Senaste utförda aktiviteter	
Stegräkning 🛈	0 av 1		<u>Historik</u>
Träningsdagbok (i)	0 av 1		<u>Historik</u>
			<u>Till toppen av listan</u>

De inknappade värdena i träningsdagboken skapar underlag och visas under fliken Resultat.

Avsluta programmet

Du som behandlare avslutar Min KOL efter 12 veckors behandling (*Mina-Välj invånare-Hantera-Avsluta*). När 10 veckor har gått får du en påminnelse (en flagga) om att momentet är tänkt att avslutas om två veckor. Du har möjlighet att sätta programmet i vidmakthållande ytterligare en tid om det skulle var lämpligt. Vanligen vidmakthålls ett program 3-6 månader.

Vidmakthålla programmet

I vidmakthållet läge har patienten fortsatt tillgång till den information som finns i Min KOL samt sitt träningsprogram, men inga ytterligare anpassningar kan ske och invånaren kan inte längre kommunicera med dig som behandlare via Min KOL. Min KOL avslutas sedan när perioden för vidmakthållande är slut.

And Martin		
OL		
Doe (19610926-XXXX)		
bligatoriskt		
akthâll antal dagar *		
moduler som ska vara synliga för invånaren under vidmakthållande		
15 är markerade) 🗌 Markera alla moduler		
л	Status på modul	
älkommen!	Startade	
OL	Startade	

Gallra

När programmet är avslutat ska det gallras bort från fliken Avslutade.

Manualer och stöd

Du kan vända dig till regionens förvaltning för Stöd och behandling för att få utbildning och handledning i plattformen.

Det finns även mycket bra material på Ineras sidor.

Manual för behandlare

Länk till manual:

https://inera.atlassian.net/wiki/spaces/OSOB/pages/3062428/Manual+Behandlare?preview=/306242 8/2622423282/Manual%20Behandlare.pdf

Vid inloggningsproblem

- Testa att starta om datorn
- Ha alltid SITHS-kortet insatt före du öppnar webbläsaren.
- Här finns en länk till checklista vid inloggningsproblem.

Support till behandlare

A) I första hand hjälper behandlare varandra och bygger på så sätt upp den gemensamma kunskapen på enheten.

Kolla alltid om;

- SITHS-kortet sitter rätt.
- Du använder rätt webbläsare (Chrome eller Edge).
- Att du använder en uppdaterad inloggningsadress eller loggar in via Ineras sida.
- B) I andra hand söker behandlare information i manualerna.
- C) I tredje hand kontaktas den regionala supporten som i sin tur kan kontakta nationell support.

Support till invånare

- Vid problem, frågor eller synpunkter på själva innehållet i programmet uppmanas invånaren vända sig till sin behandlare
- Om tekniska problem eller frågor, till exempel kring inloggning, kan invånaren kontakta supporten på 1177.

Logga in som invånare

- Patienten loggar in på 1177.se med bank-ID eller Freja+.
- Om patienten loggar in via en dator klickar hen på Stöd och behandling i övre listen (se bild).

art Inkorg Bokade tider Journalen Eg	gen provhantering Stöd och behandling	Intyg Övriga tjänster	
Inkorg (i)	Hälsoval ()	Journalen ()	
> Se inkorg	Valj/andra halsoval	> journalen	
Bokade tider ①		Egen provhantering ()	
> Se bokade tider	Mottagningar ()	> Beställ provtagning och se svar	
Genvägar 🕕		Registrera provtagningskit	
Du kan lägga till en genväg till en tjänst genom att söka upp tjänsten och klicka på stjärnan bredvid tjänstens namn.	Regionen rekommenderar 🕕	Läkemedelstjänster 1	
	> 1177 direkt Västerbotten	 > Se information om recept > Förnya recept 	
		Övriga tjänster 🕕	
		A 40. C	

Om patienten loggar in via en mobil ska patienten klicka på de tre strecken uppe i högra hörnet för att kunna öppna Stöd och behandling (se bild).

)		×	
Inställningar Logga ut		Inställningar	Logga ut	
		Start		
		Inkorg		
> <u>Se inkorg</u>		Bokade tider		
		Journalen		
Bokade tider (i)		Egen provhantering		
> <u>Se bokade tider</u>	*	Stöd och behandling		
		Övriga tjänster		
Genvägar ()				
Du kan lägga till en genväg till en tjänst		Inkorg 🕕		

Under rubriken Mina stöd eller behandlingsprogram ligger Min KOL när patienten tilldelats programmet.

Patientens flikar i programmet:

Patientens flik Mitt innehåll

Programmets innehåll ligger under fliken Mitt innehåll och består av sex avsnitt med texter, filmer och övningar.

រំ Mitt in	ື້ inehåll	⊠ Meddelande	(III) Aktiviteter	Bokmärken	
Mitt i Här får o alltid me	nnehå du en över ed att ta d	II rsikt samt kan ta (el av innehållet in	del av de olika de man du fyller i ev	elar som ingår i Min ventuella formulär.	KOL. Börja
Ditt stöd rekomm Förlop	d- eller beh 1enderat a 2 95mäta	handlingsprogran antal dagar är 90. I ITE	n Min KOL starta	des för 0 dagar seda	n,
● <u>Visa</u> Mitt al	a inte förld ktuella i	nnehåll (i)			
	/älkomm	nen!			
k	(OL				
4	Andning	s- och hosttel	knik		
5	Strategi	vid andnöd el	ler försämrin	g	
F	-ysisk ał	ktivitet och trä	äning		

Patientens flik Meddelande

Patienten och behandlaren kan skriva till varandra under fliken Meddelande. Ett meddelande kan göras "oläst". Meddelanden med liknande innehåll kan samlas under en konversationsrubrik. Även annan personal som arbetar i Stöd och behandling kan svara på meddelanden, inte bara i programmet ansvarig behandlare.



Patientens flik Resultat

När patienten fyllt i sin träningsdagbok skapas resultatgrafer för vissa frågor. Syftet är att behandlare och patient ska kunna följa utvecklingen vid träningen.



Patientens flik Aktiviteter

Här finns träningsdagboken. Den är förifylld för att patienten ska fylla i träningsdagboken på söndagar. Stegräkningsaktiviteten är inaktiv från start och behandlaren behöver aktivera den för att patienten ska se den.

Du som behandlare kan ändra dag om söndag inte är en lämplig dag. Det går även att fylla i träningsdagboken och stegräkningen upp till 7 dagar efter tillfället. Behandlaren kan även justera inställningen så att det går att fylla i vid fler tillfällen.



Patientens flik Bokmärken

Om det finns innehåll i programmet som patienten tycker är extra viktig kan hen enkelt favoritmarkera sidan. Då öppnas en snabblänk under fliken bokmärken.

