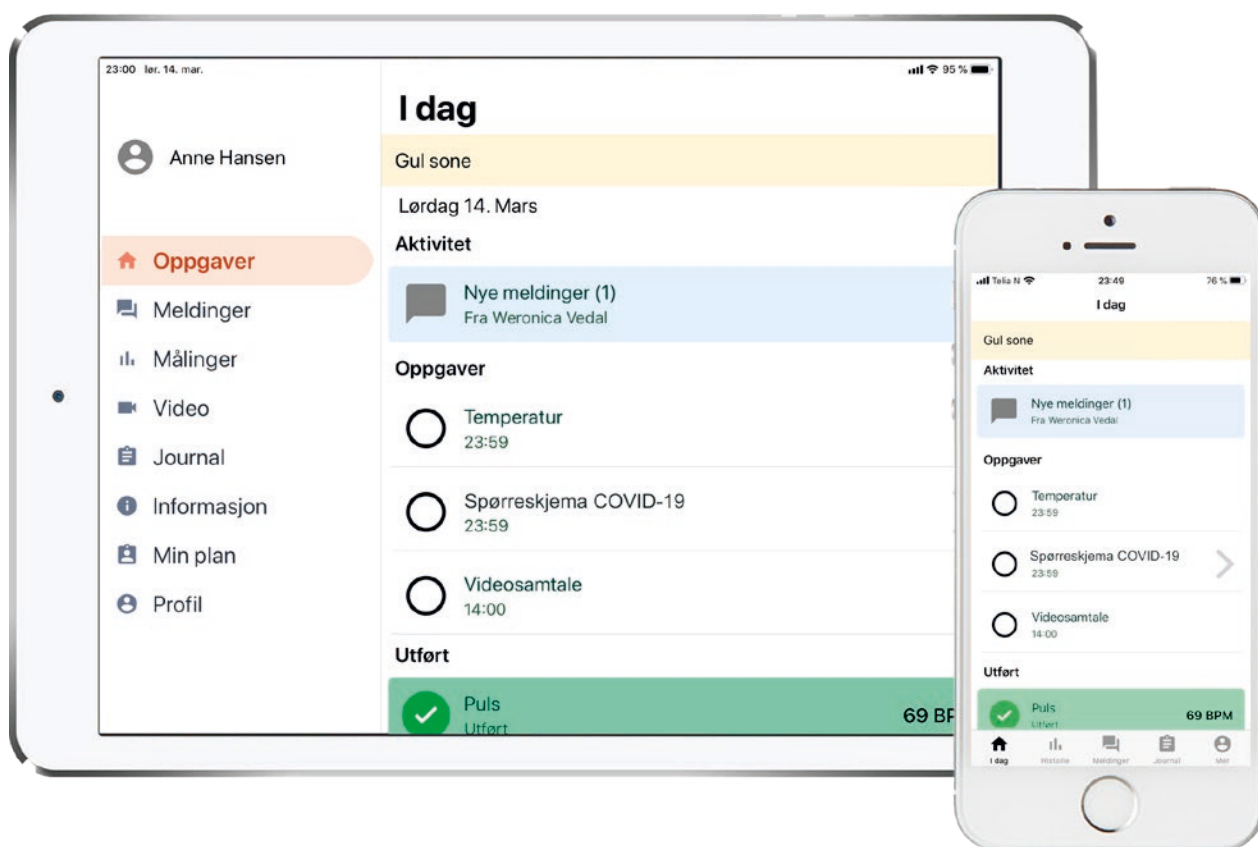
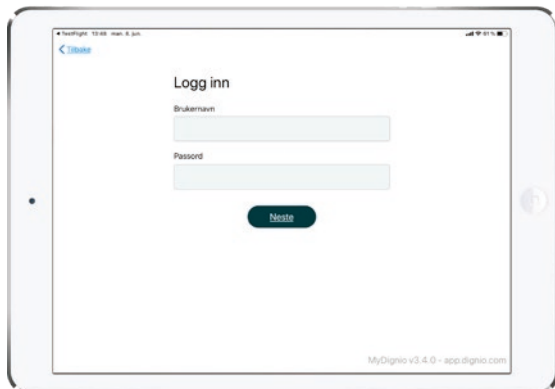
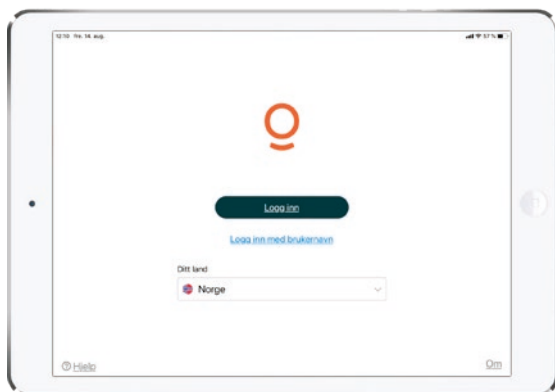


# BRUKSANVISNING FOR MyDignio V4



## INNLOGGING

Låst nettbrett

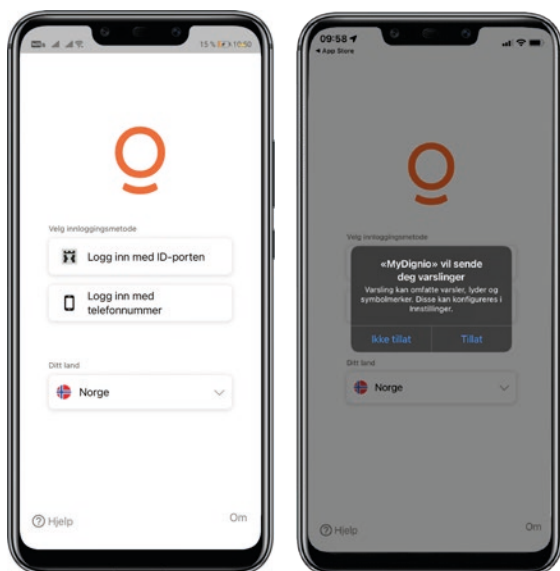


Hvis du har fått utdelt nettbrett fra helsepersonell, får du innloggingsopplysninger av dem.

1. Trykk på Logg inn med brukernavn
2. Fyll inn ditt Brukernavn og Passord
3. Trykk Neste
4. Du vil få opp et spørsmål om MyDignio kan sende deg varslinger. Trykk på **Tillat**.

## INNLOGGING

Egen mobil



### Førstegangsregistrering

Ved førstegangsregistrering vil du motta en sms med en link fra helsepersonell. Fra linken laster du ned MyDignio på din enhet.

Du får opp et spørsmål om MyDignio kan sende deg varslinger. Trykk på **Tillat**.

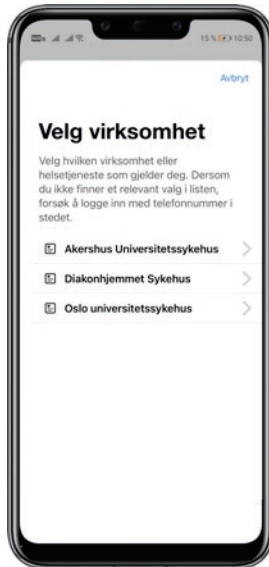
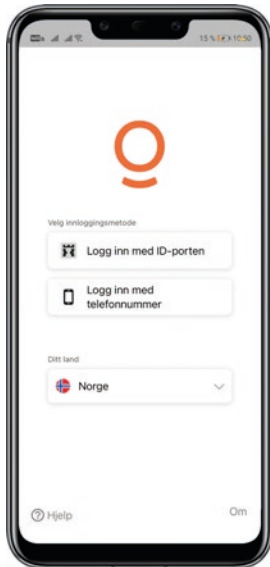
Innloggingsopplysninger oppretter du selv når du registrerer deg for første gang i MyDignio. Helsepersonell har på forhånd registrert deg i systemet.

Du vil få valget mellom to innloggingsmetoder;

*Logg inn med ID-porten*

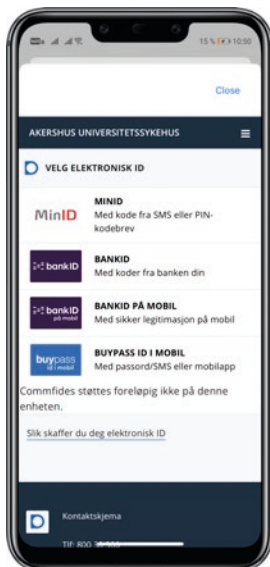
eller

*Logg inn med telefonnummer*



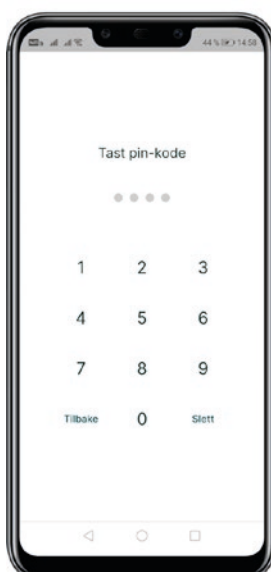
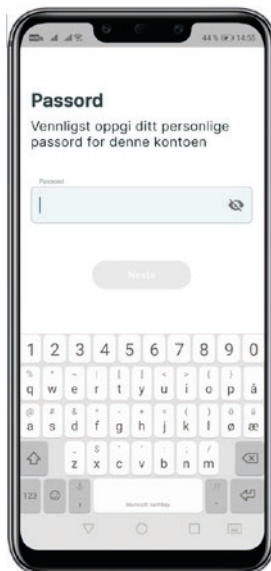
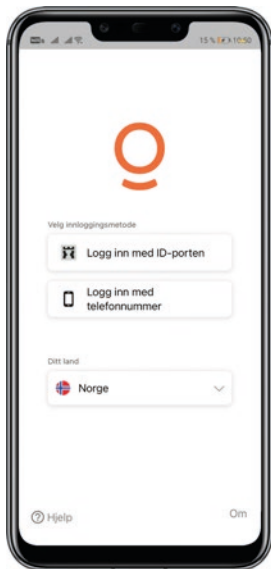
## Logg inn med ID-porten

Du logger deg først inn med ID-porten og deretter oppretter du brukernavn og passord.



1. Logg inn med ID-porten
2. Velg den virksomheten eller helsetjenesten som gjelder deg
3. Velg ønsket elektronisk ID og logg inn
4. Innstillinger for skjermlås
5. Sett pin-kode for enklere innlogging





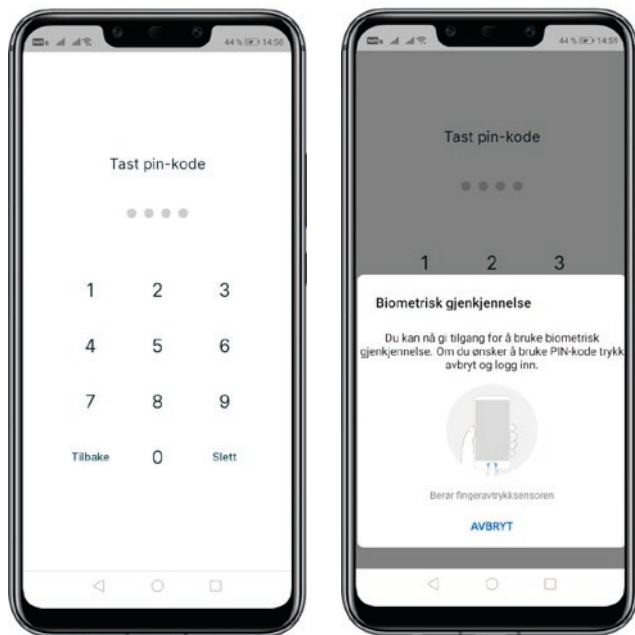
## Logg inn med telefonnummer

Du logger deg først inn med ditt mobilnummer og deretter oppretter du brukernavn og passord.

1. Logg inn med telefonnummer
2. Tast inn mobilnummeret
3. Personlig passord
4. Kode fra SMS tastes inn
5. Innstillinger for skjermlås
6. Sett pin-kode for enklere innlogging

## INNLOGGING

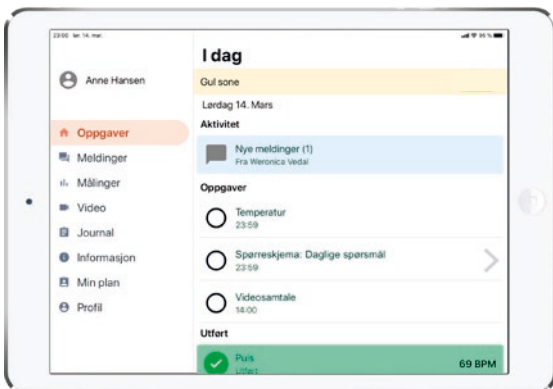
Egen mobil



Hver gang du åpner appen vil du bli bedt om å angi PIN-kode. Denne koden definerte du selv ved førstegangs innlogging.

Du kan også logge inn med fingeravtrykk eller annen form for biometri.

## OPPGAVER



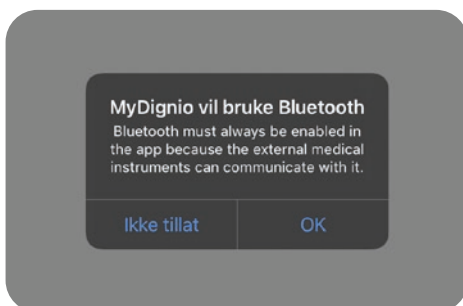
Dine målinger, oppgaver, spørreskjemaer og videosamtaler for dagen vil være synlig på hovedsiden under **Oppgaver**.

Alle oppgaver du har utført vil bli grønne og vil legge seg under **Utført**.

### Gi MyDignio tilgang til Bluetooth

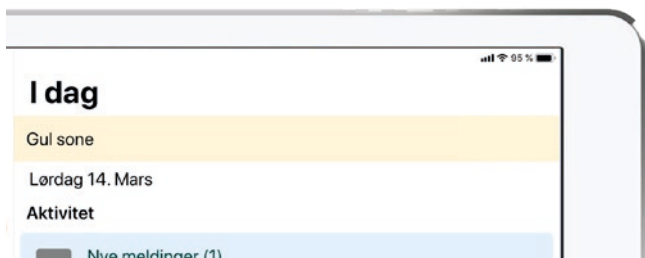
Denne boksen dukker opp første gang det blir lagt til en måling i oppgavelisten. Det er viktig at pasienter som skal bruke medisinteknisk utstyr aksepterer bruk av Bluetooth. Hvis ikke vil ikke målingen komme inn automatisk.

Trykk **OK**.



## OPPGAVER

Grønn/Gul/Rød sone



Denne funksjonen vil være tilgjengelig for noen. Den viser hvilken sone du er i ut fra dine verdier på målinger, svar fra spørreskjemaer og kontakt med helsepersonell.

Helsepersonell setter deg i en sone i sin løsning som vil gjenspeile seg i MyDignio.

## OPPGAVER

Utføre en måling  
Automatisk overføring



Utstyr du har fått fra helsepersonell er koblet til nettbrettet ditt. Alle utførte målinger tatt med disse utstyrene vil overføres automatisk til nettbrettet ditt.

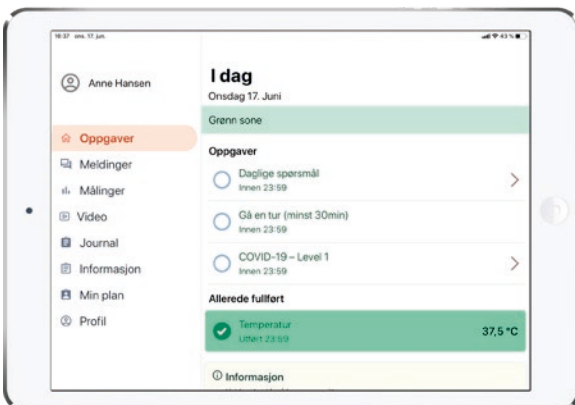
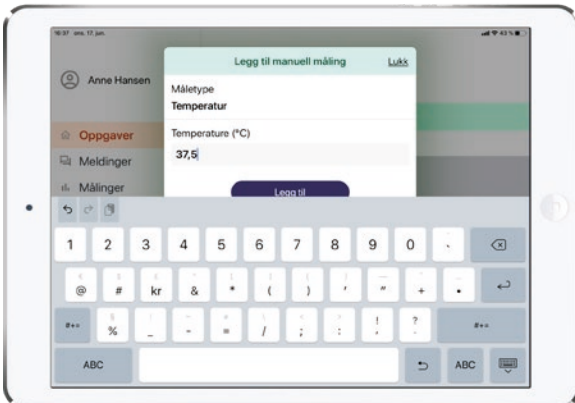
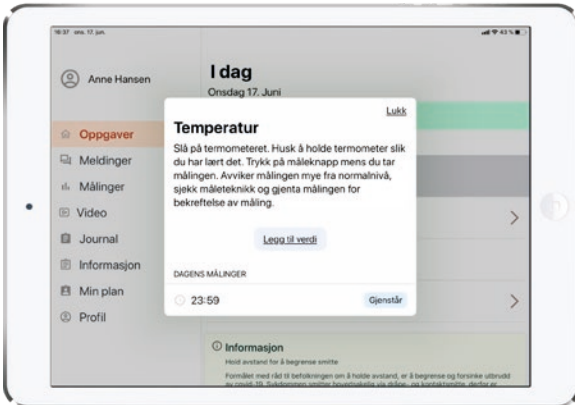
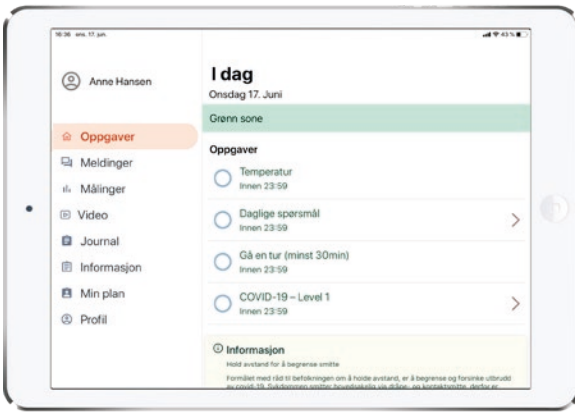


1. Ha nettbrettet/mobilen ved din side med oppgavelisten åpen.
2. Utfør målingen med ditt utstyr.
3. Målingen overføres automatisk til MyDignio når målingen er klar.
4. Målingen du utførte vil markeres som utført med grønn bakgrunn og legge seg under **Utført**.

Vær oppmerksom på at spirometri og blodsuktermåling fungerer på en litt annen måte. Se bruksanvisningen for dette utstyret for detaljer.

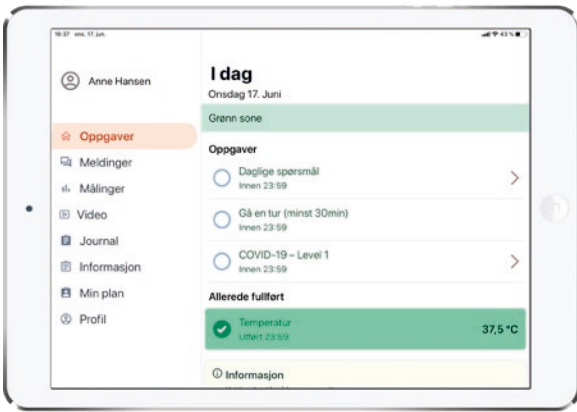
## OPPGAVER

Utføre en måling  
Legge til manuell



Du kan legge til verdier fra en måling manuelt i MyDignio. Det kan være at du bruker ditt eget utstyr eller at du har tatt målinger et annet sted, som for eksempel hos din fastlege.

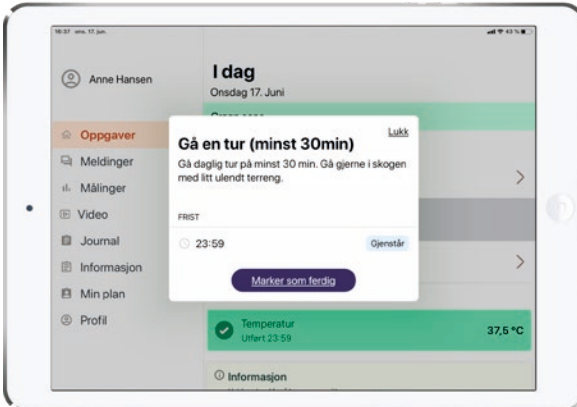
1. Utfør målingen med ditt eget utstyr (eller om du har tatt målingen hos din fastlege eller andre).
2. Velg målingen du ønsker å legge inn manuelt ved å trykke på den i oppgavelisten din.
3. En popup dukker opp på skjermen din. Trykk på **Legg til verdi**.
4. Legg til verdien og trykk på **Legg til**.
5. Oppgaven som du la til en verdi på, vil markeres som utført med grønn bakgrunn og legge seg under **Utført**.



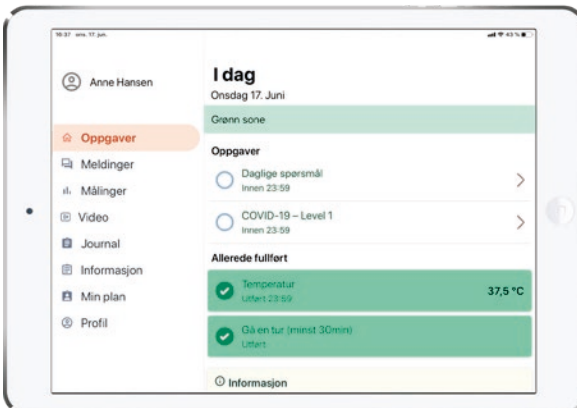
## “Gå en tur (minst 30min)”

I oppgavelisten kan du få “fri-tekst”-oppgaver som passer deg. Dette kan f.eks. være gå en tur, gå opp og ned trapper, pusteøvelser eller ta dine medisiner.

Snakk med helsepersonellet som har med deg å gjøre hvis du ønsker slike oppgaver.



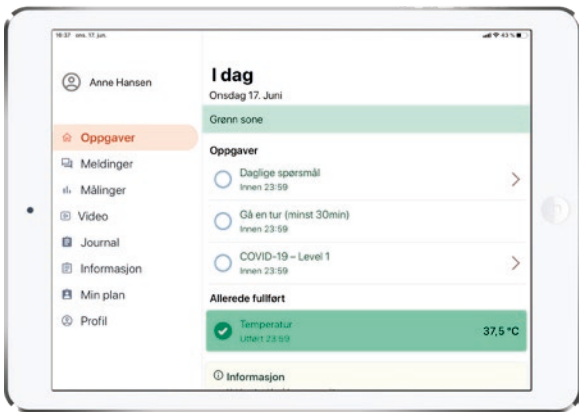
1. Mer informasjon om oppgaven du skal utføre finner du ved å klikke på oppgaven i oppgavelisten din.
2. Når oppgaven er utført trykker du på **Marker som utført** i popupen.
3. Oppgaven du har markert som utført markeres med grønn bakgrunn og legges seg under **Utført**.



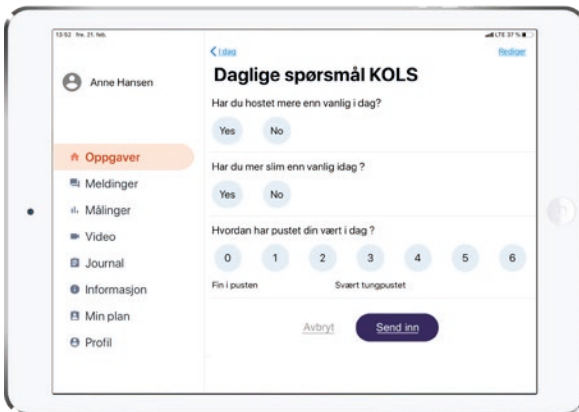


## OPPGAVER

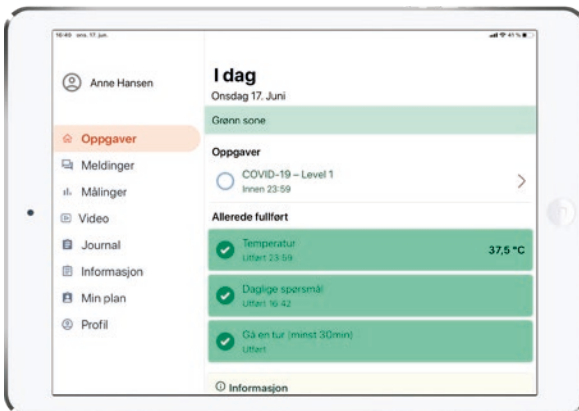
Svare på spørreskjema



I oppgavelisten kan du få spørreskjemaer som må besvares innen tidsfristen som er oppgitt i oppgaven.



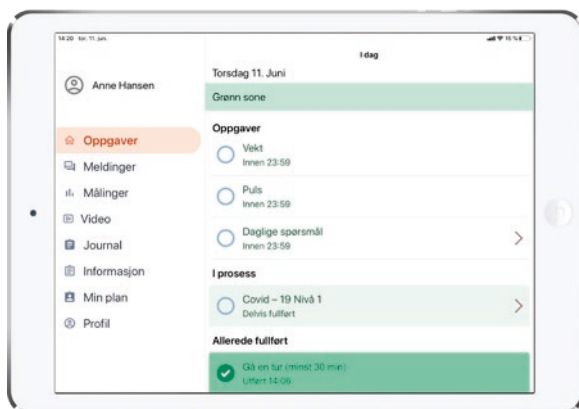
1. Trykk på spørreskjemaet i oppgavelisten.
2. Svar på alle spørsmål i spørreskjemaet og trykk på knappen **Send** når du er klar.
3. Spørreskjemaet blir markert som utført med grønn bakgrunn og legger seg nederst under **Allerede fullført**.



Helsepersonell vil bli varslet om det er svar utenfor normalen.

## OPPGAVER

Delvis utførte spørreskjema

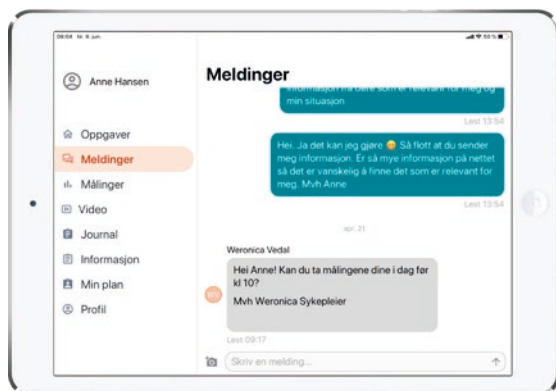


Hvis du ikke skulle få tid å fullføre spørreskjemaet ditt så vil det legges seg som delvis utført under **I prosess** og du kan fullføre det senere.

Spørreskjemaet må fullføres før fristen utløper. Dette gjelder bare for noen spørreskjemaer.


# MELDINGER

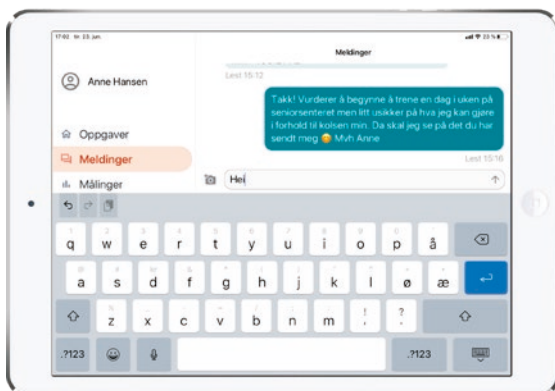
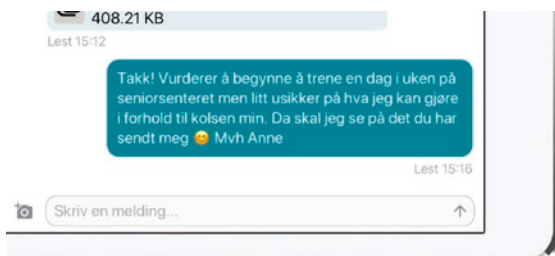
Send melding



I **Meldinger** kan du kommunisere med helsepersonell. Du kan i tillegg motta/dele bilder og vedlegg med helsepersonell.

## Sende melding

1. Trykk i tekstboksen hvor det står **Skriv en melding.**
2. Et tastatur dukker opp på skjermen og du kan begynne å skrive.
3. Send meldingen når den er klar ved å trykke på **pilen**  helt til høyre i tekstboksen.
4. Bekreftelse på at meldingen er sendt dukker opp på skjermen og du vil se meldingen nederst i meldingstråden.





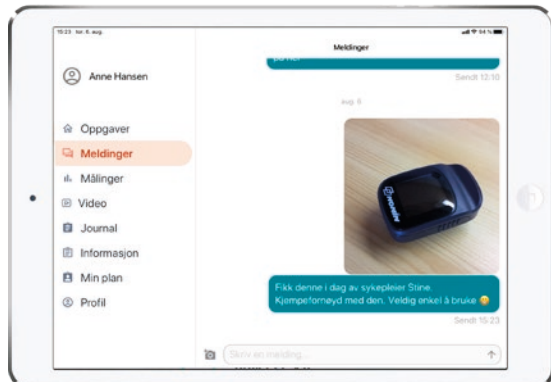
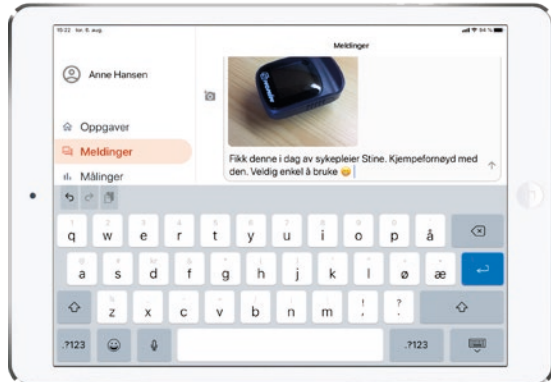
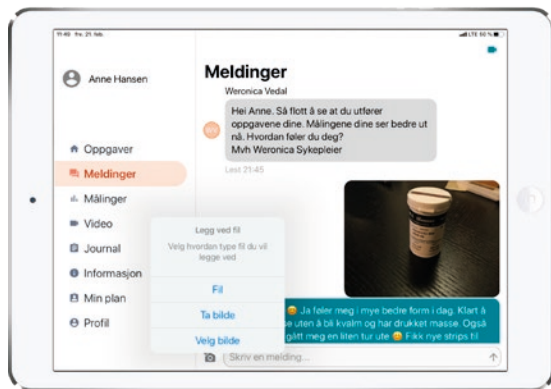
## MELDINGER

### Sende vedlegg

Du kan sende vedlegg (bilder og filer) i meldinger til helsepersonell.

### Send vedlegg

1. Klikk på kamera-ikonet  til venstre for meldingsboksen i meldingen.
2. Velg i popupen om du ønsker å sende en fil, ta et bilde med nettbrettet eller om du ønsker å velge et bilde du allerede har fra før på nettbrettet.
3. Man kan legge ved en tekst sammen med filen man ønsker å sende.
4. Send meldingen når den er klar ved å trykke på **pilen**  helt til høyre i tekstboksen.
5. Vedlegg sendt.



## MELDINGER

### Motta vedlegg

Du kan motta vedlegg som PDF-filer og bilder i meldinger fra helsepersonell.

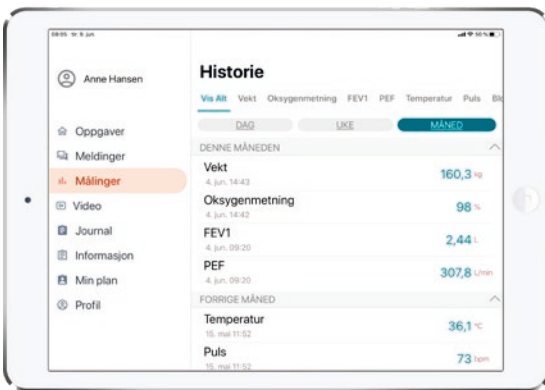
### Se vedlegg

1. Klikk på vedlegget i meldingen.
2. Vedlegget åpner seg i et nytt vindu.
3. Lukk vedlegget ved å trykke på **Ferdig** oppe i venstre hjørnet.

Alle filer du mottar vil legge seg under **INFORMASJON**. Se lenger ned for mere informasjon om dette.



## MÅLINGER



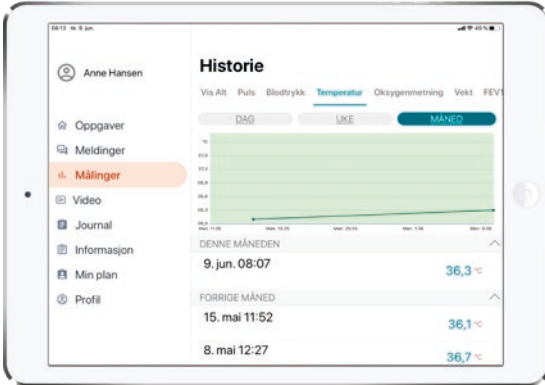
Under **Målinger** ligger historikken over utførte målinger.

Under **Vis Alt** kan du se alle målingene dine, eller velge ut en ønsket måling.

Under enkeltmålinger vil du i tillegg se en graf.

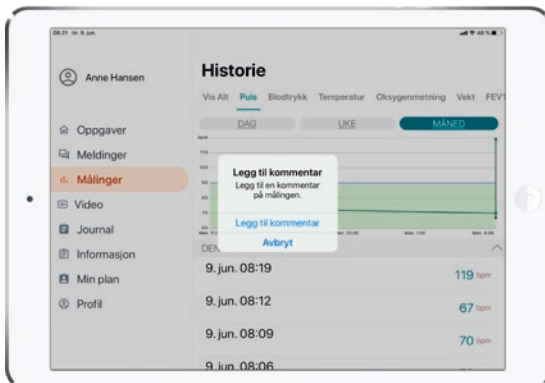
Du kan velge å se på **DAG/UKE/MÅNED**.

Du kan legge inn kommentarer på målingene dine.



## MÅLINGER

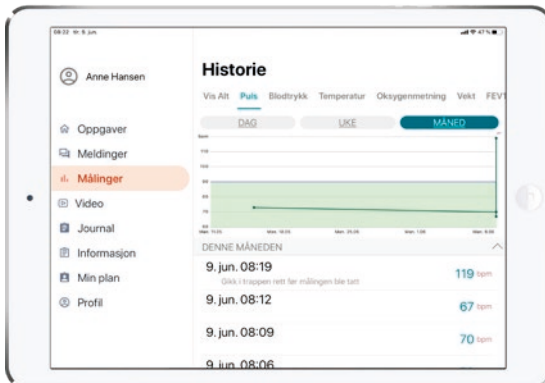
Legg ved kommentar

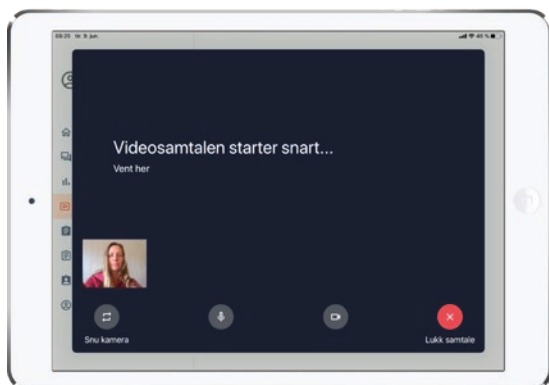
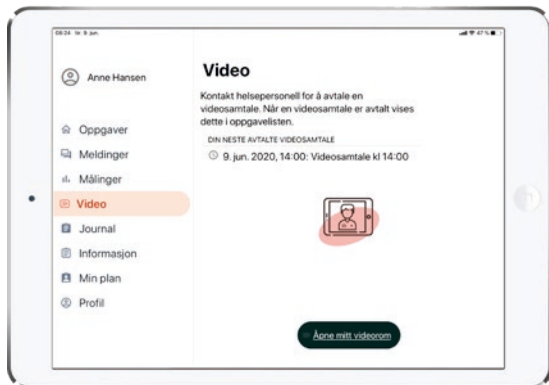
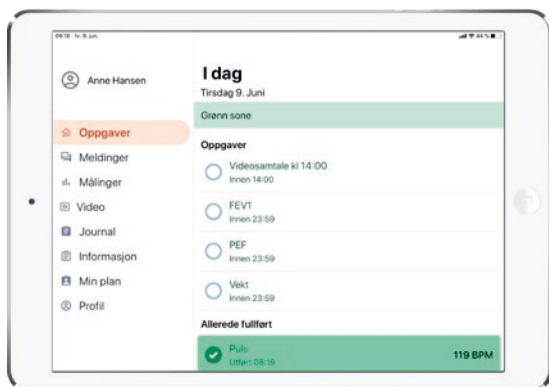


Å legge ved en kommentar til målingen kan være nyttig for både deg og helsepersonell. Kanskje du fikk en forhøyet verdi (puls) for at du gikk i trappen rett før du tok målingen.

### Legg ved kommentar

1. Trykk på ønsket måling som er gjort.
2. Trykk på **Legg til kommentar** i popupsen som dukker opp på skjermen.
3. Skriv inn kommentaren og trykk på **Legg til**.
4. Kommentaren vil dukke opp under målingen du valgte. Helsepersonell vil også kunne se denne kommentaren i sitt system.

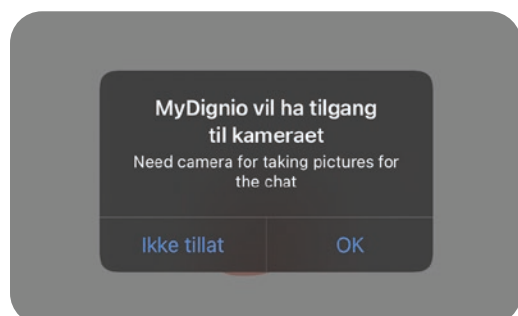
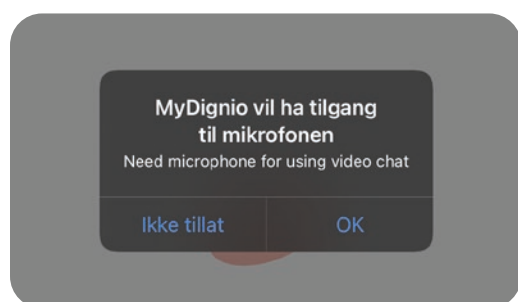




Det kan avtales videosamtaler med helsepersonell. En videosamtale kan kun startes av helsepersonell og det må avtales et tidspunkt for videosamtale.

## For å bli med i en videosamtale

1. Trykk på **Video** i menyen din
2. Trykk på **Åpne mitt videorom**.
3. Du kommer inn i videorommet.
4. Når videosamtalen er ferdig trykker du på **Lukk samtale**.

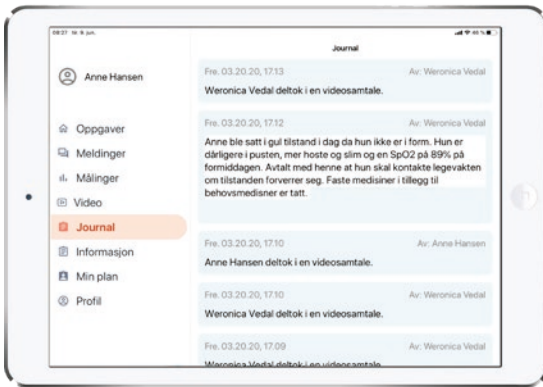


## Gi MyDignio tilgang til kamera og mikrofon

Første gang du blir med i en videosamtale vil du bli bedt om å gi tilgang til kameraet og mikrofonen. Dersom man ikke tillater dette vil ikke videosamtaler fungere.

Trykk **OK** på begge forespørselene.

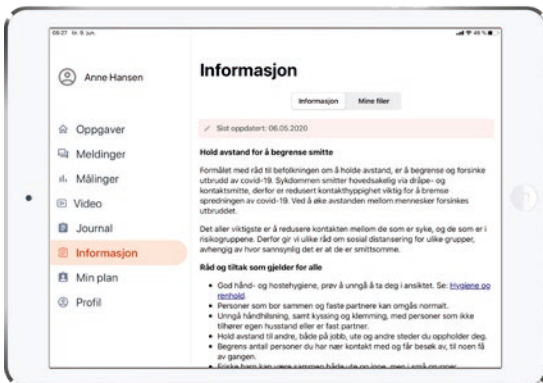
## JOURNAL



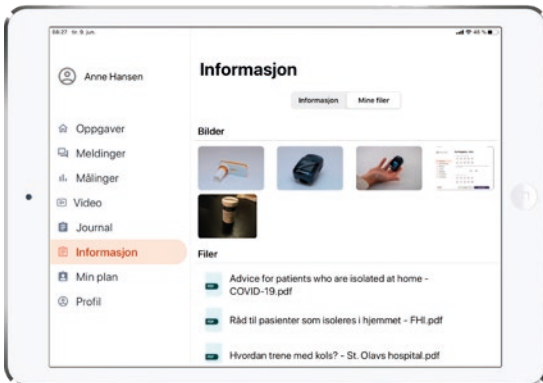
Under **Journal** har du tilgang på informasjon som notater som gjøres av helsepersonell og oversikt over når det er gjennomført videomøter.

Gjelder bare aktivitet i MyDignio.

## INFORMASJON

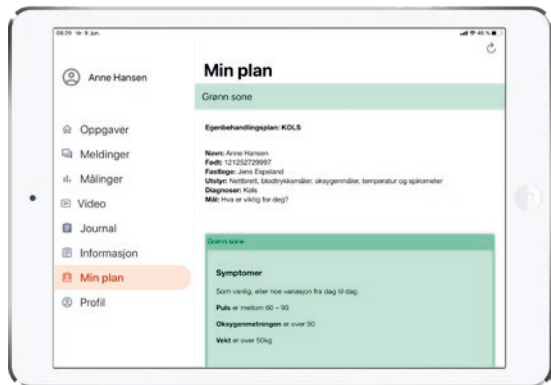


Under **Informasjon** finner du relevant informasjon som helsepersonell har delt med deg.



Under **Informasjon** finner du også **Mine filer**. Her finner du en oversikt over alle bilder og filer som helsepersonell har sendt til deg

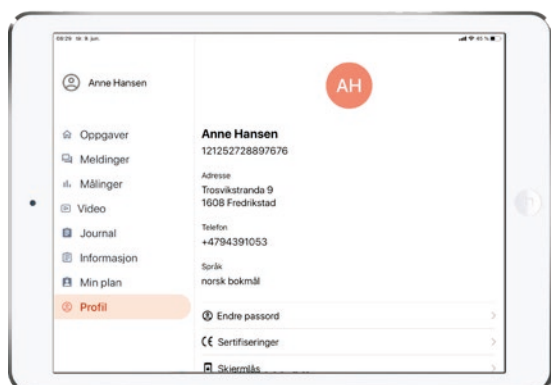
## MIN PLAN



Hvis du har en egenbehandlingsplan så vil den ligge her under **Min plan**.

Egenbehandlingsplan er en individuell plan for deg. Hensikten er å veilede i stabilfase og komme raskt i gang med medisiner og øvrige tiltak for å forhindre forverring.

## PROFIL



Under **Profil** vil du finne dine personlige opplysninger.

Her kan du endre passord, sette på skjermlås og finne annen informasjon som personvern og betingelser.

 dignio