

# REGISTRERA DIN VIKT

## NÄR DU SKA BÖRJA MÄTA DIN VIKT

Du har kommit överens med din vårdgivare om att registrera och följa upp din vikt. Vikten ska mätas **en gång per dag**.

Du mäter din vikt med den medföljande vågen som har Bluetooth. Enheten måste vara parkopplad med din läsplatta eller mobiltelefon.

## OM HJÄRTSVIKT

En försämrad hjärtsvikt ger ökad vätskeansamling i kroppen och därmed en ökad vikt. Viktökningen börjar ofta 1-2 veckor innan du själv märker av några symptom. Hälsoflödet jämför därför din rapporterade vikt med din tidigare vikt. Du och vårdgivaren informeras om det sker en långsam viktökning över längre tid eller en snabbare viktökning på kort tid.

## UPPFÖLJNING

Efter varje viktökning gör vårdgivaren en bedömning om egenvården ska fortsätta eller om andra åtgärder behövs sättas in, exempelvis vätskedrivande medicin. Både du och vårdgivaren får återkoppling om viktökning i *ImagineCare*. Vårdpersonal kan även vid behov skicka ett frågeformulär till dig i *ImagineCare* för att ta reda på mer om dina eventuella hjärtsviktsbesvär så som, trötthet, andfåddhet osv.

**Om du känner att du inte mår bra så ska du kontakta din hälsocentral. För rådgivning kvällar och helger ring 1177. Vid akut sjukdom ring 112.**

**VIKTIGT! Mätutrustningen är personlig och får inte lånas ut till någon annan person eftersom detta kommer att påverka din uppföljning.**



## FÖRBEREDELSE

1. Starta läsplattan eller mobiltelefonen och starta vågen.
2. Starta ImagineCare ange din **PIN-kod**.
3. Välj enhet **Vikt**.

## NÄR IMAGINECARE UPPMANAR DIG ATT MÄTA DIN VIKT

1. Klicka på: **Uppdatera Vikt**
2. Följ instruktionerna tills mätningen är klar.
3. Klicka på: **Se resultat**




## NÄR DU SJÄLV VÄLJER ATT MÄTA DIN VIKT

1. Klicka på din senaste vikt som visas på displayen.
2. Klicka på: **Uppdatera Vikt**
3. Följ instruktionerna tills mätningen är klar.
4. Klicka på: **Se resultat**

## SE TIDIGARE MÄTNINGAR

När du använder ImagineCare kan du se dina tidigare mätningar i en graf genom att skrolla ner på sidan.

## RESULTATMARKÖRER

-  Grönt = normalt värde.
-  Turkos = något över eller under normalt värde.
-  Orange = över eller under normalt värde.



## KONTAKTA IMAGINECARE

Har du frågor eller funderingar som gäller din personliga mätutrustning eller hur du använder den? Då är du välkommen att kontakta vår tekniska support via e-post.

**E-postadress:** [support@imaginecare.com](mailto:support@imaginecare.com)

**Öppettider:** Måndagar till fredagar 08.00 – 17.00

Om du har frågor kring ditt hälsotillstånd bör du kontakta din vårdgivare via chatten i appen **ImagineCare** via telefon.

- **Om du inte känner dig frisk, kontaktar du din hälsocentral eller vårdgivare.**
- **För rådgivning kvällar och helger ring 1177.**
- **Vid akut sjukdom ring 112.**

# IMAGINECARE

[www.imaginecare.com](http://www.imaginecare.com)