

2025-01-09

Egenmonitorering i Närhälsan - patientinformation

Nu kan du mäta dina värden hemma med egenmonitorering.

Vad är egenmonitorering?

Egenmonitorering innebär att du hemifrån mäter och registrerar värden med hjälp av en app och mätutrustning som du får låna av oss. Det kan handla om mätning av exempelvis blodtryck, vikt, blodsocker, fylla i formulär m.m. för att följa det som är viktigt för just dig. När du registrerat dina värden så delas dem med oss och vi följer upp dig och eventuella hälsoförändringar.

Varför är det bra för dig?

Vi kan följa dina mätvärden och upptäcka försämringar snabbare och kan anpassa din behandling direkt. Eftersom du gör dina mätningar hemma behöver du inte besöka oss lika ofta. Du kan också enkelt kontakta oss genom tjänsten.

Det är också ett bra sätt för dig som patient att få bättre insikt i och kontroll över din hälsa.

Det behöver du

Du behöver e-legitimation och en egen mobiltelefon eller surfplatta där appen kan installeras. Vi lånar ut mätutrustning till dig anpassad efter dina behov.

Kostnad egenmonitorering

Du betalar inget för appen eller mätutrustningen. Du betalar, som vanligt, patientavgift för ordinarie fysiska besök och videobesök via appen.

Så går det till

- När vi kommit överens om att starta upp egenmonitorering så laddar du ner appen Närhälsan Online till din mobil eller surfplatta.
- Du får låna mätutrustning kostnadsfritt. Den skickas vanligtvis till dig via postombud.
- Du får information om hur du genomför dina mätningar och hur dina värden skickas till oss.
- Vi läser av och bedömer dina inskickade värden regelbundet och kontaktar dig vid behov.
- Vi kommunicera med varandra via en chatt som är kopplad till egenmonitoreringen. Vi kan även boka ett videobesök via appen om det behövs.
- Vi kommer överens om hur länge monitoreringen ska pågå och den avslutas när du uppnått syftet med monitoreringen.
- Den utlånade mätutrustningen ansvarar du för att den kommer tillbaka (undantag blodsockermätare och spirometer). Utrustningen lämnas tillbaka via postombud eller till din vårdcentral
- Support finns om du skulle få problem med app eller utrustning.