

Egenmonitorering: Obesitas barn

Aktiviteter och smarta händelser

Egenmonitoreringsplanen för barn med obesitas innehåller fyra aktiviteter varav två är förvalda och två valbara. De aktiviteter du startar upp egenmonitoreringsplanen redigeras i efterhand.

Patienten kan alltid själv utföra en mätning men du har möjlighet att anpassa hur ofta och när på dagen patienten skall bli påmind att utföra aktiviteterna. På vissa mätningar kan du även ställa in önskade målvärden.

Om du vill veta mer om hur du arbetar med barn och unga i Vård och hälsa kan du läsa på under rubriken ”Möten med barn och unga” på [användarstödet](#) på Vårdgivarwebben.

Mätning av kroppsvikt (förvald)

1 Mål (frivillig)
Kroppsvikt kg

2a Påminnelsefrekvens för mätning (frivillig)
Upprepa varje dag

2b Påminnelsefrekvens för mätning (frivillig)
Upprepa varje vecka

2c Påminnelsefrekvens för mätning (frivillig)
Upprepa anpassad... var 2 vecka

3 Tid på dagen
När som helst Morgon (kl 05:00 - 10:00)
Eftermiddag (kl 12:00 - 18:00) Kväll (kl 18:00 - 00:00)

1 Mål – här kan du, om du vill, skriva in målvärde (i kg) för patientens kroppsvikt.

2a Påminnelsefrekvens – förinställt på 1 gång i veckan på söndag

Du kan ändra frekvens om du vill, under rubriken ”upprepa”:

- Upprepa varje dag = Patienten skall påminnas varje dag.
- Upprepa varje vecka = Patienten skall påminnas varje vecka.
- Anpassad upprepning = Här väljer du själv med vilken frekvens patienten skall påminnas.

2b samt 2c om du väljer att påminnelsen för mätningen skall ske på veckobasis behöver du också välja vilken eller vilka veckodagar som patienten skall påminnas att genomföra mätningen på.

3 Tid på dagen – förinställt på ”Morgon (kl 05:00 – 10:00)” vilket innebär att patienten notifieras klockan sju men mätningen syns för patienten från klockan 05:00.

Du kan även ändra inom vilket tidsspänn patienten ska utföra mätningen. Du kan välja en eller flera gånger per dag.

Fortsättning på nästa sida ->

Frågeformulär steg (förvalt)

The screenshot shows a form titled 'Steg /dag'. It has four main sections:

- 1 Mål (frivillig):** A text input field containing 'Steg' followed by '/dag'.
- 2a Påminnelsefrekvens för mätning (frivillig):** A dropdown menu labeled 'Upprepa' with 'varje dag' selected.
- 2b Påminnelsefrekvens för frågeformulär (frivillig):** A dropdown menu labeled 'Upprepa' with 'varje vecka' selected, and a row of buttons for days of the week: Mån, Tis, Ons, Tor, Fre, Lör, Sön.
- 3 Tid på dagen:** Three buttons: 'När som helst', 'Morgon (kl 05:00 - 10:00)', and 'Kväll (kl 18:00 - 00:00)'. The 'Kväll' button is highlighted in green.

1 Mål – här kan du, om du vill, skriva in önskat antal steg som patienten ska ta per dag.

2a Påminnelsefrekvens – förinställt på varje dag

Du kan ändra frekvens om du vill, under rubriken ”upprepa”:

- Upprepa varje dag = Patienten skall påminnas varje dag.
- Upprepa varje vecka = Patienten skall påminnas varje vecka.
- Anpassad upprepning = Här väljer du själv med vilken frekvens patienten skall påminnas.

2b samt 2c om du väljer att påminnelsen för mätningen skall ske på veckobasis behöver du också välja vilken eller vilka veckodagar som patienten skall påminnas att genomföra mätningen på.

3 Tid på dagen – förinställt på ”Kväll (kl 18:00 – 00:00)”

Du kan även ändra inom vilket tidsspänn patienten ska utföra mätningen. Du kan välja en eller flera gånger per dag.

Frågeformulär (valbart)

Registrera måltid och aktivitet
poäng

✓ Tillagd Ta bort

Påminnelsefrekvens för formulär (frivillig)

1 Upprepa varje dag

Tid på dagen

2 När som helst Morgon (kl 05:00 - 10:00) Eftermiddag (kl 12:00 - 18:00) Kväll (kl 18:00 - 00:00)

1. **Påminnelsefrekvens – förinställt på varje dag**
2. **Tid på dagen – förinställt på ”Kväll (kl 18:00 – 00:00)”**

Du kan även i denna aktivitet ändra inom vilket tidsspänn patienten ska utföra mätningen. Du kan välja en eller flera gånger per dag.

Mätning av blodtryck (valbart)

Blodtryck
mmHg

1 Mål (frivillig)

Systoliskt blodtryck mmHg

Diastoliskt blodtryck mmHg

Påminnelsefrekvens för mätning (frivillig)

2a Upprepa varje dag

Tid på dagen

3 När som helst Morgon (kl 05:00 - 10:00) Eftermiddag (kl 12:00 - 18:00) Kväll (kl 18:00 - 00:00)

1. **Mål** – här kan du, om du vill, skriva in ett målblodtryck
2. **Påminnelsefrekvens – förinställt på 1 gång i veckan på söndag**
3. **Tid på dagen – förinställt på ”Morgon (kl 05:00 – 10:00)”** vilket innebär att patienten notifieras klockan sju men mätningen syns för patienten från klockan 05:00.

Du kan även i denna aktivitet ändra inom vilket tidsspänn patienten ska utföra mätningen. Du kan välja en eller flera gånger per dag.