

2025-08-08

Egenmonitorering – patientinformation tillvägagångssätt

Vård och hälsa - Egenmonitorering - patientinformation

Västra Götalandsregionen utvecklar digital vård som gör att du på ett tryggt och säkert sätt kan bli mer delaktig i din vård. 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 din vårdenhet. Beroende på behovet av uppföljning kan du behöva göra objektiva mätningar av till exempel blodtryck och vikt alternativt fylla i subjektiva skattningsformulär om hur du mår. När du registrerat dina värden delas värdena med ansvarig vårdenhet som följer upp dig och eventuella förändringar.

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.

Det kan till exempel vara utrustning för att mäta vikt, blodtryck, puls eller syremättnad.

Så går det till

- När vi kommit överens om att starta upp egenmonitorering till dig får du ladda ner appen Vård och hälsa till din mobil eller surfplatta. Appen hämtas från App store eller Google Play.
- Du får låna mätutrustning kostnadsfritt. Det vanliga är att utrustningen både levereras och returneras via postombud. Du och din vårdgivare kan dock komma överens om annat förfarande.
- Du får information om hur du genomför dina mätningar och hur dina värden skickas till oss.
- Vårdgivaren läser av och bedömer dina inskickade värden regelbundet. Vårdgivaren bedömer eventuella avvikande värden och kontaktar dig vid behov.
- Du kan alltid kontakta oss genom att skicka meddelande till oss i samma app där du registrerar dina mätningar. Vi kan även boka ett videobesök via appen.
- Du och din vårdgivare kommer överens om hur länge monitoreringen ska pågå och den avslutas när du uppnått syftet med monitoreringen.
- Skulle du få problem med appen eller utrustningen kan du kontakta support med hjälp av formuläret nedan.
- Vid akut sjukdomstillstånd ska du alltid kontakta 112.

Kostnad egenmonitorering

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

Vid behov av support

Du kan få hjälp och stöd på flera sätt:

1. Via chatbot LIV på 1177 - den digitala assistenten
2. Vid problem med tjänsten
3. Vid problem med utrustning

Chatbot LIV

Chatta med den digitala assistenten Liv för att dygnet runt kunna få snabba och säkra svar på frågor om hälso- och sjukvården i Västra Götalandsregionen. Liv kan dock inte göra några bedömningar av symtom eller ge medicinska råd. Ofta får man en länk till en webbsida som har fördjupad information som svar på en fråga. Konversationen med Liv är med andra ord inte privat. Därför ska du heller inte skriva dina personuppgifter.

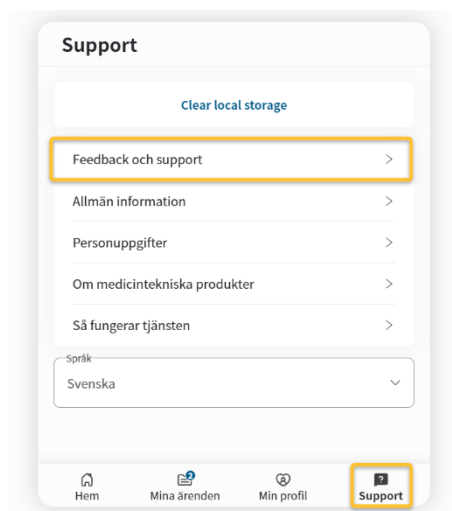
Invånarsupporten

Chatta direkt med Invånarsupporten. Chatten nås via chatbot Liv.

Du kan även ringa Invånarsupporten på telefonnummer 010 - 44 14 600. Mer information och öppettider finns på [Invånarsupport i Västra Götaland - 1177](https://www.vgregion.se/invanarsupport)

Problem med tjänsten Vård och hälsa

Vid problem med själva tjänsten Vård och hälsa fyller du i ett formulär i appen som heter Feedback och support. Du blir kontaktad av medarbetare i supporten. Är det brådskande kan du använda telefonnumret ovan till Hjälpmedelscentralen så slussar de dig den vägen.



Problem med den medicintekniska utrustningen

Vid fel på den medicintekniska utrustningen eller om parkopplingen inte fungerar kan du kontakta Hjälpmedelscentralen:

Telefon: 010-473 80 80 (Måndag – Fredag kl.08:00-12:00, 13:00-16:30)

Webb: [Felanmälan hjälpmedel](#)

Vi vill veta vad du tycker

Vi tar gärna emot dina synpunkter på tjänsten. Du kan lämna synpunkter i appen under samma fält du använder om du är i behov av support.