

2024-10-14 Patientinformation Astmaplan

## Innehåll i Astmaplan för egenmonitorering

Planen för egenmonitorering av astma innehåller följande aktiviteter:

- Spirometri för att bedöma lungfunktion, ffa PEF-värdet
- Formulär medicinering astma som underlag för vilka läkemedel du intagit innan spirometrin
- ACT- formulär som du fyller i var 4e vecka för att avgöra hur väl inställd din astma är
- Ev. ytterligare formulär för att kartlägga din astma

## Så här gör du

Öppna appen Vård och hälsa/Närhälsan Online och logga in med din e-legitimation. Starta registrering av värden genom att välja en aktivitet. För att utföra spirometri kommer du automatiskt flyttas över till appen Astmatuner. Följ instruktionerna där för din blåsning. Efter avslutad spirometri kommer du automatiskt flyttas tillbaka till Vård och hälsa/Närhälsan Online igen.

Formulären fyller du i direkt i Vård och hälsa/Närhälsan Online.

## Lathund för registrering av spirometri

Klicka på Ny mätning vid Spirometrin så öppnar sig en instruktionerna



Första gången behöver du fylla i viss bakgrundsinformation för att vi ska få rätt referensvärden. Resterande gånger är dina värden förifyllda och vill du inte ändra på något klickar du dig förbi.

14:00  
Vård och hälsa

Har vi rätt information?

Informationen behövs för att räkna ut rätt referensvärden för dig

Ålder  
41

Kingstet kön  
Kärlös

Vikt  
85 kg

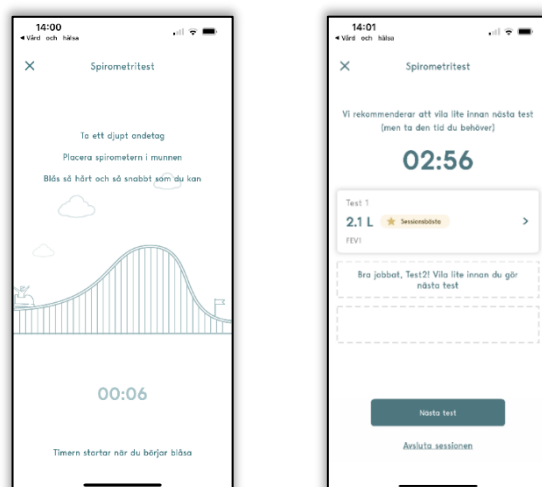
Längd  
162 cm

Etnicitet  
Kaukasisk (Europeisk härkomst)

Varför följer vi om etnicitet?

Nästa

Följ instruktionerna på skärmen och upprepa mätningen tre gånger med vila emellan.



När du är färdig med det trycker du på "avsluta sessionen". Du slussas då tillbaka till appen Vård och hälsa/Närhälsan Online och fortsätter fylla i aktuella formulär där.

Du kan följa dina mätvärden via Min profil->Mätvärden

I själva appen finns mer detaljerad information om hur du ska göra men tveka inte att kontakta vår support om du har behov av hjälp.

Ring 010 - 44 14 600 alternativt följ de instruktioner som finns på 1177:

[Invånarsupport för Västra Götalandsregionen-1177](#)