

Návod k použití

Vitadio®

Tento návod na použití slouží pro obě varianty aplikace Vitadio: aplikaci pro Android a aplikaci pro iOS. Přečtěte si ho prosím pozorně před začátkem používání.

Určený účel a klinický přínos

Vitadio je mobilní aplikace, jejímž cílem je podpora pacientů při self-managementu (tzn. samostatném zvládnutí) chronického onemocnění. Poskytuje programy digitální péče, které pacientům pomáhají zlepšit self-management a změnit životosprávu tak, aby pacienti zlepšili svůj zdravotní stav, zmírnili projevy onemocnění, předešli zdravotním komplikacím a dosáhli pozitivních klinických výsledků.

Cílové skupiny uživatelů

Vitadio je určeno pro pacienty od 18 let věku s alespoň jednou z níže uvedených indikací:

Indikace

- obezita (E66)
- abnormální test glukózové tolerance (R 73.0)
- diabetes mellitus 2. typu (E11)
- poruchy metabolismu lipoproteinů a jiné lipidemie (E78)
- primární hypertenze (I10)

Kontraindikace

Nejsou známy žádné kontraindikace pro používání aplikace Vitadio.

Vedlejší účinky

Nejsou známy žádné vedlejší účinky používání aplikace Vitadio. V případě, že u sebe zaznamenáte jakékoli vedlejší účinky spojené s používáním aplikace Vitadio, se obraťte na svého lékaře a kontaktujte nás na podpora@vitad.io.

Použití

Instalace a přihlášení

Vitadio je dostupné přes mobilní aplikaci, kterou můžete stáhnout běžným způsobem prostřednictvím k tomu určené platformy (Google Play nebo Apple App Store). Informace k vytvoření uživatelského účtu najdete na internetových stránkách www.vitadio.cz nebo přímo v mobilní aplikaci. Po vytvoření uživatelského účtu se přihlašujete za pomoci svých přihlašovacích údajů.

Použití aplikace

Vitadio je navrženo s cílem pomoci vám zlepšit self-management a podpořit vás v dosažení vašich stanovených cílů léčby. Aplikace nabízí personalizovaný program, který obsahuje edukační materiály, motivační prvky a umožňuje vám průběžně zaznamenávat údaje o vašem zdravotním stavu (například tělesnou hmotnost nebo hladinu krevního cukru) a životosprávě (například stravovací návyky nebo fyzickou aktivitu).

Uživatelské rozhraní obsahuje stránky s jednotlivými funkcionalitami přístupnými po rozkliknutí příslušných ikonek v dolním menu aplikace. Programem vás provází systém úkolů a připomínek, které najdete na úvodní obrazovce aplikace. Aplikace s vámi komunikuje prostřednictvím notifikací a motivačně-edukačních zpráv.

Úkoly, notifikace a vzdělávací materiály jsou personalizované na základě vámi vložených údajů. Vzdělávací materiály vycházejí z doporučených postupů pro léčbu vašeho onemocnění. V aplikaci najdete možnost volby vlastních cílů, prvky podporující motivaci a kvízy. Motivačně-edukační prvky jsou založeny na terapeutických postupech jako je například kognitivně-behaviorální terapie a pomáhají vám s ukotvením nových zvyklostí ve vašem každodenním životě. Pro podporu a sdílení zkušeností s ostatními uživateli aplikace Vitadio můžete v rámci aplikace využívat také diskuzní fórum, které se vám otevře v průběhu programu.

Zdravotní údaje a údaje o životosprávě lze zaznamenávat manuálně (výběrem z nabízených hodnot nebo textem), prostřednictvím fotografií (fotodiář jídel) nebo pomocí automatického synchronizování dat (počet kroků), případně jejich kombinací. Máte možnost nastavení vlastních cílových hodnot a rozmezí. Sledované zdravotní údaje jsou označeny systémem semaforu, tedy parametr blížící se cílové hodnotě nebo nacházející se v cílovém rozmezí je znázorněn zeleně, parametr vzdalující se cílové hodnotě nebo nacházející se mimo cílové rozmezí je znázorněn červeně, hraniční hodnota je označena oranžově.

Ve svém profilu v sekci „Nastavení“ si můžete změnit své osobní údaje, zabezpečení a nastavení aplikace (např. jednotky, oznámení). Můžete si zde také stáhnout vaše zdravotní údaje nebo vygenerovat pdf zprávu o pokroku za vybrané období. Doporučujeme sdílet zprávu o pokroku s vašim lékařem či dalšími ošetřujícími zdravotníky pro optimální nastavení léčby.

V aplikaci máte možnost se propojit s osobním poradcem. Pokud budete mít problémy s plněním programu (například alergie, výkyvy nálad, nárůst hmotnosti apod.) nebo používáním aplikace, můžete svého poradce kontaktovat pomocí chatu v aplikaci. Vezměte prosím na vědomí, že poradce bude reagovat pouze ve výše zmíněných případech. Pokud potřebujete asistenci s efektivním používáním aplikace, můžete si na začátku programu rezervovat telefonickou konzultaci se svým poradcem.

Zbytková rizika a výhody

Aplikace Vitadio je určena k používání ve standardních denních životních podmínkách. Používáním získáte lepší kontrolu nad svým self-managementem, denním režimem a zdravotním stavem. Efektivním self-managementem lze docílit zlepšení zdravotního stavu, zmírnit projevy onemocnění, předejít zdravotním komplikacím a dosáhnout pozitivních klinických výsledků. Tato užití jsou spojena se zanedbatelnými riziky identifikovanými v rámci hodnocení rizik. Výhody pro pacienta nemají omezenou dobu trvání.

Důležité informace a výstrahy pro uživatele

Vitadio nenahrazuje lékařskou péči

Aplikace Vitadio je registrovaný zdravotnický prostředek navržený pro podporu pacientů v self-managementu. Používání aplikace nenahrazuje lékařskou péči. Konzultujte použití aplikace Vitadio se svým lékařem a před samotným použitím si prosím pozorně přečtěte návod k použití. Neměňte léčbu nastavenou vaším lékařem bez předchozí konzultace s vaším lékařem.

K úpravě medikace používejte údaje z původního zařízení

Zaznamenávané ukazatele (např. hodnoty glykémie) slouží k lepší kontrole dlouhodobého vývoje vašeho onemocnění. Záznamy jsou zadávány uživatelem manuálně a vzniká tak riziko chybného zápisu. Pokud vaši léčbu (například dávkování medikace) průběžně upravujete v závislosti na sledovaných ukazatelích (například hodnotách glykémie), používejte pro úpravu léčby hodnoty zobrazené na původním zařízením (například glukometru).

Postupujte dle doporučení svého lékaře

Úpravy denního režimu, stravování a pohybové aktivity ovlivňují metabolické parametry (například hodnoty krevního cukru nebo tělesnou hmotnost). Tohoto efektu je také využíváno pro zlepšení kontroly onemocnění. U některých pacientů může vést tato změna metabolických parametrů při nevhodně nastavené léčbě až k nežádoucím stavům (například hypoglykémie). V případě, že se u vás takové stavy objeví, postupujte dle doporučení svého lékaře.

Vitadio neslouží k řešení akutních situací

Nepoužívejte chat v aplikaci k naléhavým dotazům. V případě akutních situací, kdy hrozí bezprostřední ohrožení zdraví nebo života, nemůže Vitadio poskytnout dostatečnou podporu. V těchto případech neprodleně kontaktujte záchranou službu.

Upozornění

Jakákoliv závažná nežádoucí příhoda, ke které došlo v souvislosti s prostředkem Vitadio, by měla být hlášena výrobci a příslušnému orgánu členského státu (v ČR Státní ústav pro kontrolu léčiv).

Bezpečnostní informace

Přístup do aplikace Vitadio je chráněn unikátní kombinací přístupových údajů: telefonním číslem a heslem. Svoje přihlašovací údaje uchovávejte v tajnosti a nesdělujte třetím osobám. V případě, že máte problémy s přihlášením, obraťte se na naši podporu prostřednictvím e-mailu: podpora@vitad.io. Doporučujeme dodržovat tyto zásady bezpečnosti při tvorbě hesla:

- Minimálně 8 znaků.
- Heslo by mělo obsahovat malá i velká písmena, čísla a speciální symboly.
- Neopakovat alfanumerické znaky více než dvakrát v řadě za sebou.
- Neopakovat stará hesla.
- Nepoužívat číselné sekvence jako např. 123.
- Nepoužívat snadno odhalitelná hesla jako deriváty vašeho jména či slova typu „heslo“.

Aplikaci používejte jen v zabezpečeném prostředí. Šifrovaný přístup je preferován pro veřejné sítě WLAN.

Systémové požadavky

Mobilní aplikace Vitadio je kompatibilní s chytrými telefony:

- používající operační systém iOS 16 a novější
- používající operační systém Android 10.0 a novější

Není nutná žádná údržba a nemusíte provádět žádnou kalibraci. Ujistěte se, že máte vždy nainstalovanou nejnovější verzi aplikace. Doporučujeme si v nastavení vašeho telefonu zvolit možnost automatických aktualizací.

Podpora pro uživatele

S veškerými dotazy se neváhejte obrátit na naši uživatelskou podporu dostupnou na emailové adrese podpora@vitad.io nebo od pondělí do pátku mezi 9:00 a 17:00 na telefonním čísle, které naleznete na stránkách www.vitadio.cz.

Výrobce



Vitadio s.r.o.
Římská 678/26, Vinohrady
120 00, Praha 2
Česká Republika

Kontakt: podpora@vitad.io

Katalogové číslo: Vitadio 02

Verze software: 1 (tento návod k použití slouží pro všechny softwarové verze začínající číslicí 1)

Verze dokumentu: 3

Datum vydání: 23/5/2023

Software Vitadio je zdravotnickým prostředkem.



www.vitadio.cz