

Hej {{name}}!

Vi är glada att kunna välkomna dig som användare av egenmonitorering med stöd av [ImagineCare](#). Egenmonitorering ger dig möjlighet att själv mäta och följa dina hälsovärden hemma, med stöd av digital teknik. Det är en ordinerad tjänst som tillhandahålls av din vårdgivare.

Vad kan du förvänta dig?

Du har tillsammans med din vårdpersonal kommit överens om att du ska mäta dina hälsovärden hemma, med stöd av digital teknik. Ni har tillsammans gjort en överenskommelse om varför du ska följa dina värden och vad ni vill uppnå med mätningarna. Det kan till exempel handla om att du ska få bättre kontroll över din hälsa och kunna styra din medicinering utifrån hur du mår eller att du och din vårdkontakt (t.ex. vårdcentral, mottagning eller avdelning) ska få ett gemensamt underlag för att diskutera vilka andra åtgärder ni behöver göra för att du ska må bättre.

Din vårdkontakt använder ett vårdverktyg där de ser samma mätvärden som du ser i din app. I tjänsten finns funktioner för att enkelt kommunicera via chatt och videosamtal. Du kan använda dessa för att direkt komma i kontakt med din vårdkontakt om du har frågor kring ditt hälsotillstånd eller dina mätningar. Information om hur tjänsterna ska användas får du av din vårdpersonal. Om din hälsostatus försämrats, ska du i första hand kontakta din vårdkontakt. Vid akut försämring bör du kontakta vården genom att ringa 1177, eller i brådskande och livshotande fall 112.

Vad händer nu?

1. Ladda ner appen via App Store eller Google Play
 - i. [Jag har en iPhone eller iPad \(App Store\)](#)
 - ii. [Jag har en Androidtelefon eller Androidplatta \(Google Play\)](#)
2. Logga in i appen med ditt BankID.
3. Följ instruktionerna för att färdigställa registreringen av ditt konto.
4. Om du ska mäta dina värden med stöd av mätenheter (t.ex. blodtrycksmätare eller våg) kommer du få en avisering om att hämta ut paket från ImagineCare - om du inte redan fått mätenheten av din vårdgivare via din vårdkontakt.
5. Anslut din mätenhet till appen (med Bluetooth).

Om du har frågor

För att enkelt komma igång med appen har vi samlat allt informationsmaterial du behöver i appen under Kontakt-Support- Användarmanual.

Om du behöver ytterligare stöd kan du kontakta ImagineCare support på 08-520 277 35, helgfria vardagar kl. 08.00 till 17.00.

Välkommen!

/Din vårdgivare tillsammans med ImagineCare