



Wybrane aplikacje zdrowotne dla Seniorów

Dagmara Podgórska-Kowalczyk



Wybrane aplikacje zdrowotne



mojeIKP

Aplikacja do zarządzania zdrowiem osobistym.

Aplikacja przypominająca o lekach.

Kto ma Lek



Pij Wodę

Aplikacja do monitorowania spożycia wody.

Aplikacja do monitorowania poziomu glukozy.

FreeStyle LibreLink



KRAJOWY
PLAN
ODBUDOWY



Rzeczpospolita
Polska

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU

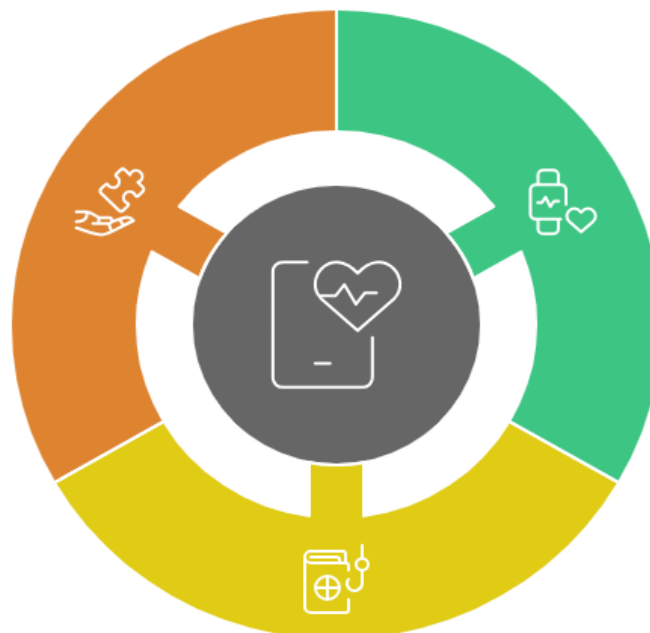


BU
POMOC
SPOŁECZNA

Korzyści z aplikacji zdrowotnych

Personalizacja

Dostosowuje
zalecenia
zdrowotne do
indywidualnych
potrzeb



Samokontrola zdrowia

Umożliwia
pacjentom
monitorowanie i
śledzenie
wskaźników
zdrowotnych

Edukacja zdrowotna

Zapewnia dostęp
do informacji
zdrowotnych i
zasobów

Aplikacja przypominająca o lekach

narzędzie mobilne (dostępne na smartfony i tablety), które pomaga użytkownikom zarządzać harmonogramem przyjmowania leków.

Jest szczególnie przydatna dla :

- ✓ osób przewlekle chorych,
- ✓ seniorów,
- ✓ opiekunów osób niesamodzielnych
- ✓ osób regularnie zażywających leki



←



Glucophage

Jak często przyjmujesz ten lek?

Raz dziennie ☒

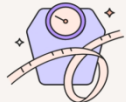
Dwa razy dziennie ☐

W razie potrzeby (bez przypomnienia) ☐

Potrzebuję więcej opcji... ☐

Dalej

Funkcjonalność aplikacji



Ustaw przypomnienia, aby regularnie rejestrować swoje pomiary i śledzić postępy.

Częstotliwość 

Dwa razy dziennie

Szczegóły przypomnienia

Wpis 1	08:00 ▼	
Wpis 2	10:00 ▼	
Dodaj godzinę		
Jednostka	mmHg	

Zapisz

Użytkownik może ustawić dokładną godzinę i częstotliwość przyjmowania każdego leku (np. codziennie, co kilka godzin, raz w tygodniu).



Postęp	EKSPORTUJ
WYKRESY	LISTA
niedziela, 2.03.2025	
 Glucophage 1 tabletka/i	20:00 ✓
sobota, 1.03.2025	
 Glucophage 1 tabletka/i	20:00 ✓
piątek, 28.02.2025	
 Glucophage 1 tabletka/i	20:00 ✓
czwartek, 27.02.2025	
 Glucophage 1 tabletka/i	20:00 ✓
środa, 26.02.2025	
 Glucophage 1 tabletka/i	20:00 ✓
 Dzisiaj	 Postęp
 Wsparcie	 Terapia

Funkcjonalność aplikacji

Rejestracja i monitorowanie zażytych leków

Możliwość odznaczania już przyjętych dawek.

Historia przyjmowania leków – użytkownik może śledzić, czy nie pominął żadnej dawki.

Statystyki – raporty dotyczące regularności przyjmowania leków

Funkcjonalność aplikacji

Zarządzanie wieloma lekami jednocześnie

Możliwość dodania nieograniczonej liczby leków z ich nazwą, dawką, sposobem podania (tabletki, krople, syrop itp.)

Personalizacja leków – dodanie zdjęcia opakowania lub leku, aby łatwiej je rozpoznać



Funkcjonalność aplikacji

Integracja z kalendarzem i synchronizacja

Synchronizacja z kalendarzem systemowym, co ułatwia planowanie wizyt lekarskich.
Możliwość synchronizacji między różnymi urządzeniami (np. telefonem i tabletem).





Witaj w MyTherapy

Cieszymy się, że bierzesz zdrowie w swoje ręce z MyTherapy!

Korzystaj z przypomnień o lekach!

Za każdym razem, gdy potwierdzasz przyjęcie lub pominięcie dawki, MyTherapy rejestruje te informacje. Aby zobaczyć dokumentację, przejdź do sekcji „Postęp”. Tam sprawdzisz, czy leki zostały zażyte, co pozwoli Ci zachować spokój ducha.

Funkcjonalność aplikacji

Przypomnienia dla opiekunów

Funkcja „Opiekun” pozwala bliskim monitorować, czy osoba, którą się opiekują, zażyła lek. W przypadku pominięcia dawki, aplikacja może wysłać powiadomienie do opiekuna.

Inteligentne powiadomienia i personalizacja

Możliwość dostosowania rodzaju powiadomienia (cichy alarm, głosowe przypomnienie, SMS). Opcja przypomnienia o kończącym się zapasie leków i konieczności uzupełnienia recepty.

**Korzyści z
Aplikacji
Przypominających
o Lekach**



Regularność w
Przyjmowaniu Leków

1



Wsparcie w Opiece nad
Bliskimi

2



Lepsza Kontrola nad
Terapią

3



Oszczędność Czasu i
Wygoda

4



Poprawa Jakości Życia

5



Unikanie Błędów w
Przyjmowaniu Leków

6



KRAJOWY
PLAN
ODBUDOWY



Rzeczpospolita
Polska

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU

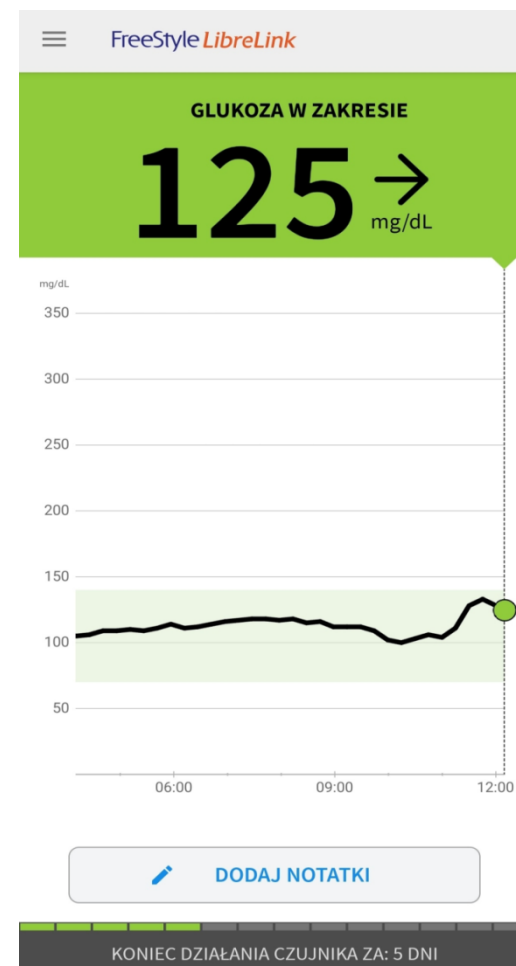


BCU
POMOC
SPOŁECZNA

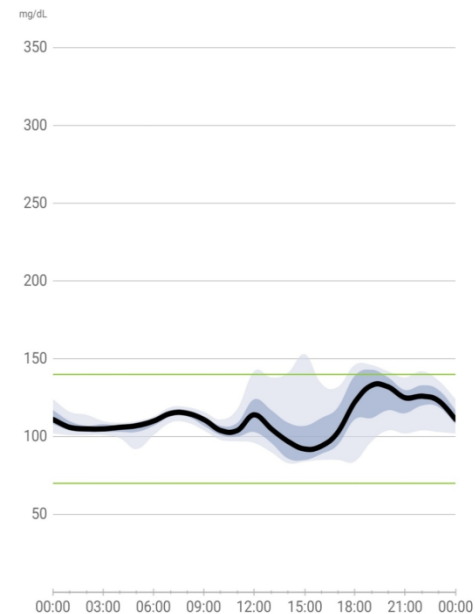
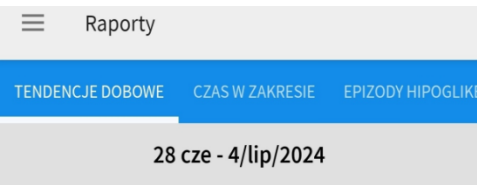
Aplikacja FreeStyle LibreLink

FreeStyle LibreLink to aplikacja mobilna stworzona do monitorowania poziomu glukozy we krwi.

Dzięki niej użytkownicy mogą łatwo i wygodnie śledzić swoje poziomy glukozy w czasie rzeczywistym, bez konieczności używania tradycyjnych glukometrów.

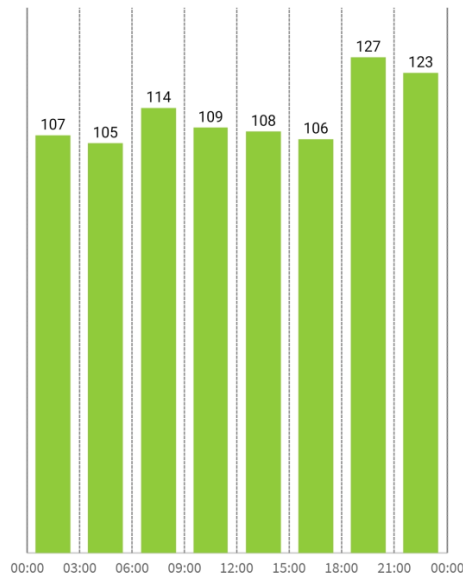
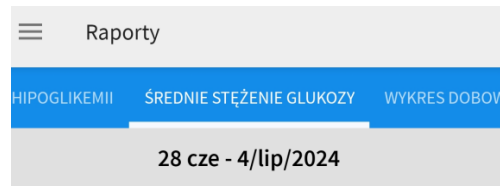


Kompetencje Aplikacji FreeStyle LibreLink



Dane dostępne dla 7 z 7 dni

☒ 7 DNI ☐ 14 DNI ☐ 30 DNI ☐ 90 DNI



Średnia: 112 mg/dL

Dane dostępne dla 7 z 7 dni

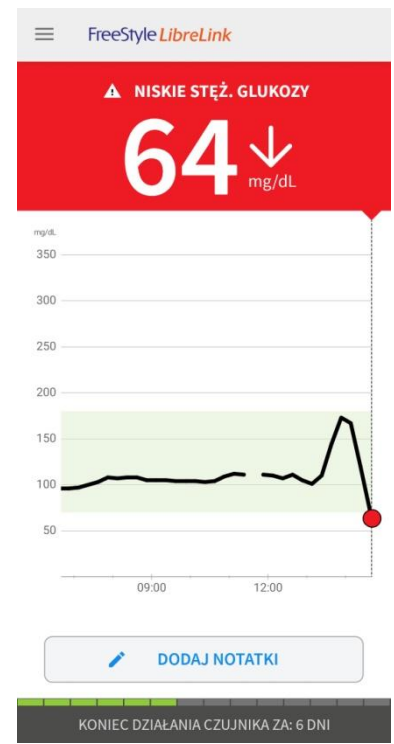
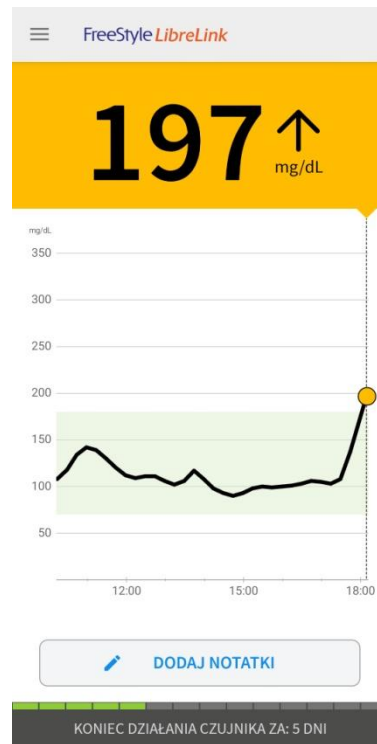
☒ 7 DNI ☐ 14 DNI ☐ 30 DNI ☐ 90 DNI

Historia poziomów glukozy:
Zapisuje dane historyczne, co pozwala na śledzenie zmian i trendów w poziomach glukozy.

Raporty i Analizy: Umożliwia generowanie raportów, które można udostępniać lekarzowi, co pomaga w lepszym zarządzaniu cukrzycą.

Aplikacja FreeStyle LibreLink

Alarmy i Powiadomienia: Możliwość ustawienia powiadomień o niskim lub wysokim poziomie



Aplikacja FreeStyle LibreLink

Dla Kogo Jest Przeznaczona



 KRAJOWY
PLAN
ODBUDOWY

Osoby z Cukrzycą: Główna grupa docelowa to osoby z cukrzycą typu 1 i 2, które potrzebują regularnego monitorowania poziomu glukozy we krwi.

Opiekunowie i Rodzina: Osoby opiekujące się chorymi na cukrzycę mogą również korzystać z aplikacji, aby lepiej monitorować i zarządzać stanem zdrowia swoich podopiecznych.

Lekarze: Specjaliści mogą używać danych z aplikacji do lepszej diagnozy i dostosowania planów leczenia dla swoich pacjentów.


POMOC
SPOŁECZNA

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



 KRAJOWY
PLAN
ODBUDOWY



Rzeczpospolita
Polska

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



Aplikacja FreeStyle LibreLink

Niezbędne Pomoce

- **Smartfon:** Aplikacja działa na smartfonach z systemem Android i iOS.
- **Czujnik FreeStyle Libre:** Niezbędny do monitorowania poziomu glukozy. Czujnik jest umieszczany na skórze i odczytywany przez aplikację.
- **Internet:** Dostęp do internetu nie jest konieczny do codziennego skanowania czujnika, ale jest potrzebny do synchronizacji danych i generowania raportów.



Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



Rzeczpospolita
Polska

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



mojeIKP

Zaloguj się do zdrowia



Ważne numery



Pierwsza pomoc



Przypomnienia
o lekach



Powiadomienia

mojeIKP

to mobilna aplikacja związana z Internetowym Kontem Pacjenta (IKP), które jest centralnym miejscem w polskim systemie ochrony zdrowia, umożliwiającym pacjentom dostęp do ich danych medycznych i informacji o świadczeniach zdrowotnych.

BCU
POMOC
POLECZNA





Dostęp do dokumentacji medycznej: Użytkownicy mogą przeglądać swoją dokumentację medyczną, w tym e-recepty, e-skierowania, e-zwolnienia lekarskie oraz informacje o wizytach lekarskich.

Przypomnienia o lekach: Aplikacja pozwala ustawić przypomnienia o zażywaniu leków, co jest szczególnie przydatne dla osób starszych lub mających wiele leków do zażycia.

E-recepty i e-skierowania: Umożliwia przeglądanie i pobieranie e-recept oraz e-skierowań, co ułatwia zarządzanie leczeniem.

Historia leczenia: Dostęp do historii leczenia, w tym informacji o przeprowadzonych procedurach medycznych i hospitalizacjach.

Wyszukiwanie placówek medycznych: Aplikacja umożliwia znalezienie najbliższych placówek medycznych oraz aptek

Przydatność:

Aplikacja jest bardzo użyteczna dla osób wymagających regularnej opieki medycznej, ponieważ centralizuje i ułatwia dostęp do ważnych informacji zdrowotnych i dokumentacji

Wiedza i Umiejętności:

Użytkownik powinien posiadać podstawowe umiejętności obsługi smartfona oraz wiedzę na temat e-zdrowia.



B&U
POMOC
SPOŁECZNA

Dla Kogo Jest Przeznaczona:

dla pacjentów systemu ochrony zdrowia w Polsce, w tym dla osób pełnoletnich, jak i dla rodziców lub opiekunów dzieci.



KRAJOWY
PLAN
ODBUDOWY

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



KRAJOWY
PLAN
ODBUDOWY



Rzeczpospolita
Polska

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



Ktomalek

to aplikacja, która umożliwia szybkie wyszukiwanie leków w aptekach w Polsce. Pozwala na sprawdzenie dostępności konkretnych leków oraz ich cen.



Funkcje:

Wyszukiwanie leków: Użytkownicy mogą wyszukiwać leki według nazwy i sprawdzić, w których aptekach są one dostępne.

Informacje o lekach: Aplikacja dostarcza szczegółowych informacji o lekach, w tym ich skład, działanie oraz ewentualne zamienniki.

Ceny i lokalizacje aptek : Ktomalek pokazuje ceny leków w różnych aptekach, co pozwala na wybór najkorzystniejszej opcji. Dodatkowo, aplikacja wskazuje lokalizację aptek, w których lek jest dostępny.

Rezerwacje: W niektórych przypadkach możliwe jest zarezerwowanie leku w wybranej aptece, aby mieć pewność, że będzie on dostępny do odbioru.



Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU





Pij wodę



BU
POMOC
SPOŁECZNA

Aplikacja przypominająca użytkownikom o regularnym spożywaniu wody.

Jej głównym celem jest promowanie zdrowego nawyku picia odpowiedniej ilości wody każdego dnia.

Przypomnienia:

- Aplikacja wysyła regularne przypomnienia, by użytkownicy pili wodę w określonych odstępach czasu

Monitorowanie

- Umożliwia śledzenie ilości wypitej wody oraz ustalanie dziennych celów.



Personalizacja

- Użytkownicy mogą dostosować częstotliwość przypomnień oraz ilość wody w zależności od swoich potrzeb i aktywności fizycznej.

Statystyki

- Aplikacja dostarcza statystyk, które pomagają monitorować nawyki picia wody i osiągnięcie wyznaczonych celów



Dziękuję za uwagę

w prezentacji wykorzystano zdjęcia własne



Rzeczpospolita
Polska

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU

