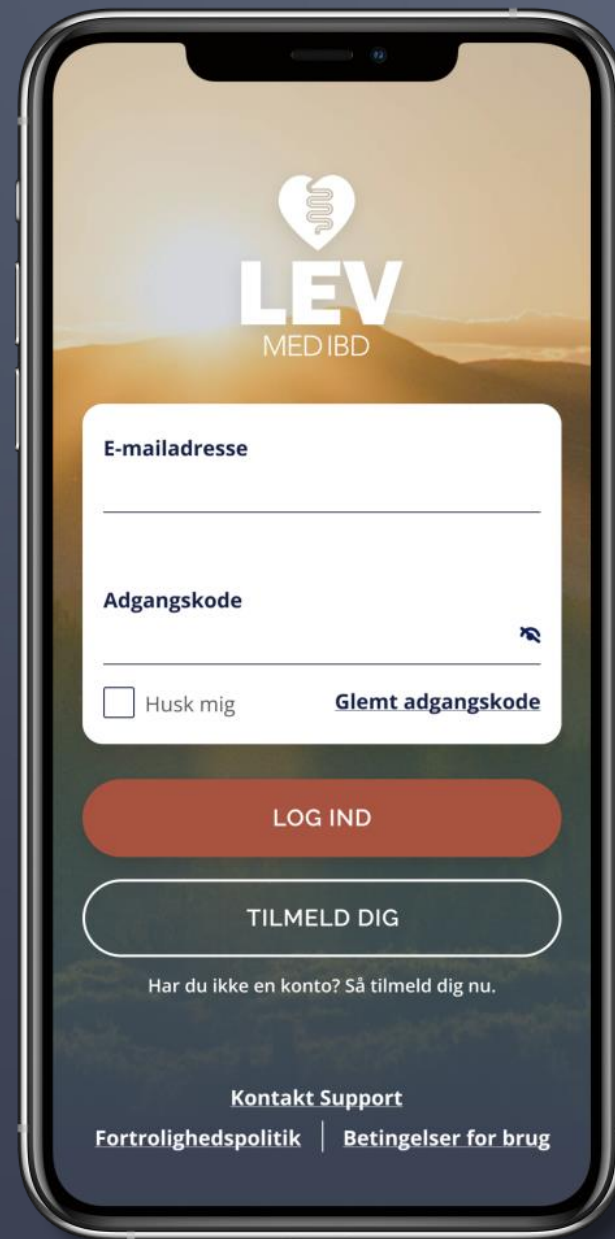




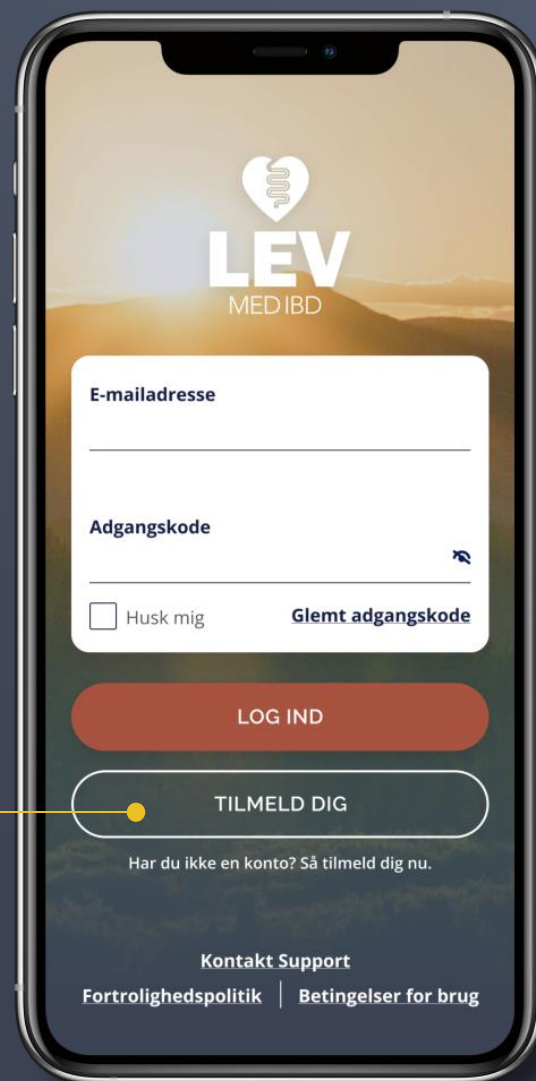
# SÅDAN NAVIGERER DU I LEV MED IBD APP'EN



# SÅDAN OPRETTER DU EN BRUGERPROFIL

Er det første gang, du logger ind i Lev med IBD app'en? Så skal du først og fremmest oprette en brugerprofil.

Klik på **TILMELD DIG**, og udfyld den påkrævede information



# SÅDAN OPRETTER DU EN BRUGERPROFIL

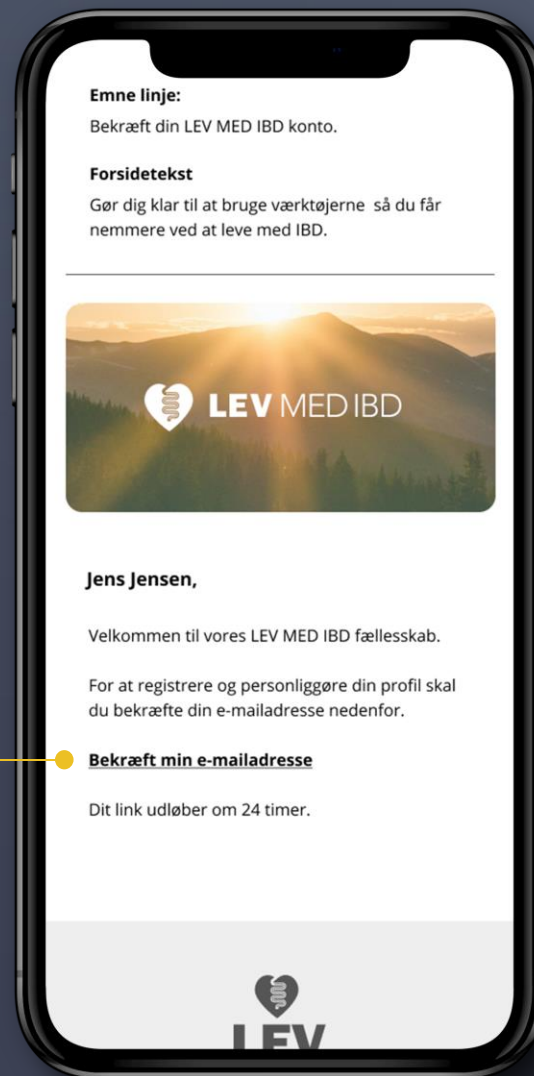
Du vil herefter modtage en e-mail på den e-mailadresse, du har angivet



# SÅDAN OPRETTER DU EN BRUGERPROFIL

Færdiggør din brugerprofil ved at **bekræfte din e-mail.**

Det er vigtigt, at du bekræfter din e-mail inden for 24 timer, hvorefter linket udløber, og du må starte forfra

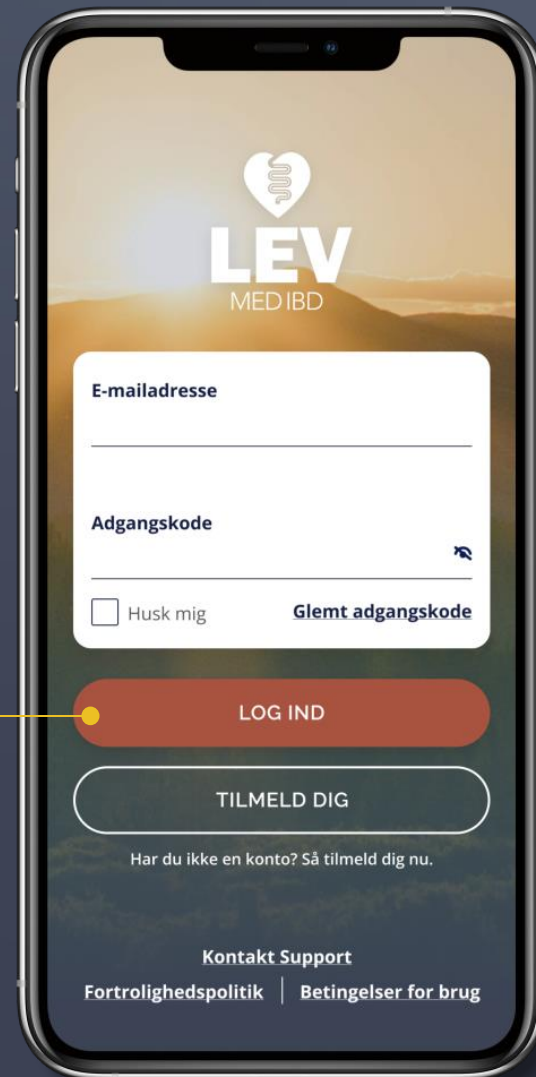


Få mest muligt ud af Lev med IBD app'en med en skræddersyet profil.

Udfyld en række informationer om dig selv og indsæt et profilbillede. Så er du klar til at bruge Lev med IBD app'en

# HAR DU ALLEREDE EN BRUGER PÅ LEV MED IBD? SÅDAN LOGGER DU IND

Indtast din e-mailadresse og din personlige adgangskode, og klik på **LOG IND**



LEV  
MED IBD

E-mailadresse

Adgangskode

Husk mig [Glemt adgangskode](#)

LOG IND

TILMELD DIG

Har du ikke en konto? Så tilmeld dig nu.

Kontakt Support

[Fortrolighedspolitik](#) | [Betingelser for brug](#)

# HAR DU ALLEREDE EN BRUGER PÅ LEV MED IBD? SÅDAN LOGGER DU IND

Har du glemt din adgangskode?

Så kan du lave en ny ved at klikke på **GLEMT ADGANGSKODE**

LEV  
MED IBD

E-mailadresse

Adgangskode

Husk mig [Glemt adgangskode](#)

LOG IND

TILMELD DIG

Har du ikke en konto? Så tilmeld dig nu.

Kontakt Support  
Fortrolighedspolitik | Betingelser for brug

HAR DU GLEMT DIN  
ADGANGSKODE

Indtast din email og tryk på "send"

E-mailadresse  
lorem@ipsum.com

GENDAN MIN ADGANGSKODE

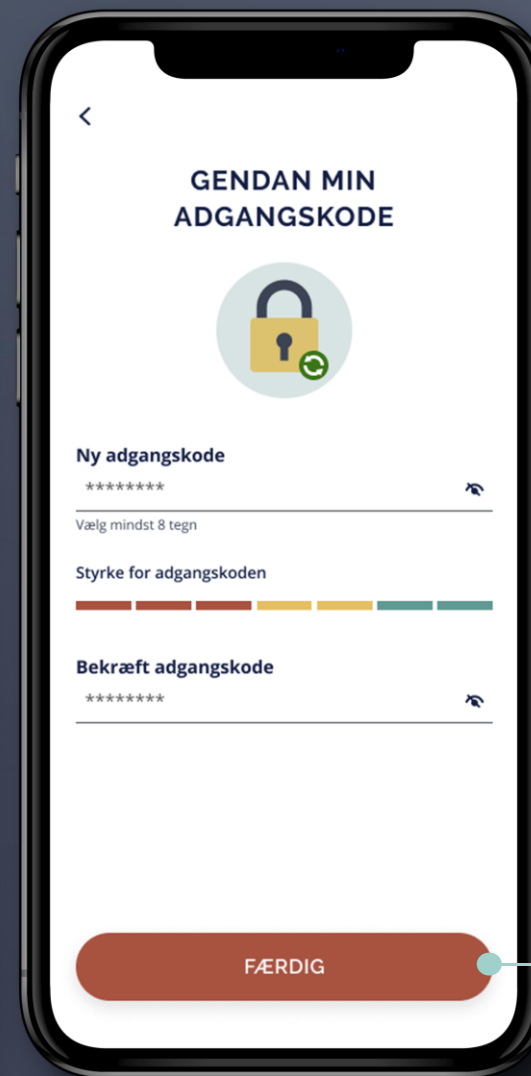
Du vil herefter blive bedt om at **indtaste din e-mailadresse**

# HAR DU ALLEREDE EN BRUGER PÅ LEV MED IBD?

## - HAR DU GLEMT DIN ADGANGSKODE?

Du modtager en e-mail, der trin for trin hjælper dig med at oprette en ny adgangskode.

Det er vigtigt, at du opretter en ny adgangskode **inden for 24 timer**, hvorefter linket udløber, og du må starte forfra



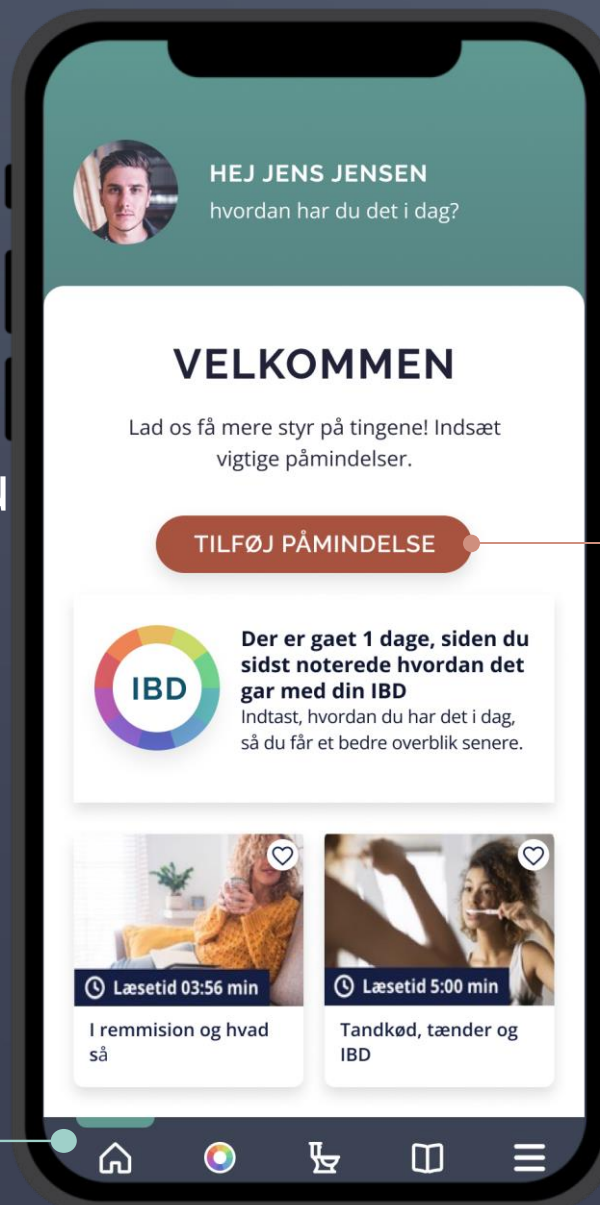
Indtast din nye **adgangskode**, bekræft den og afslut ved at klikke på **FÆRDIG**



# FORSIDEN

Dette vil være den første side, du møder, når du er logget ind i Lev med IBD app'en.

I bunden finder du **menulinjen**, hvorfra du har adgang til de vigtigste funktioner i app'en



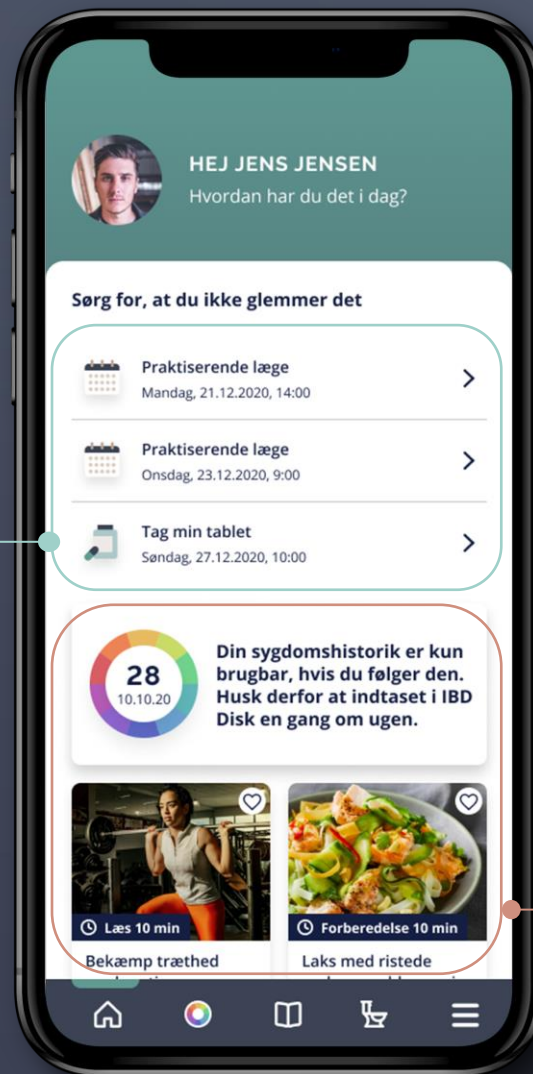
Fra forsiden kan du tilføje en ny påmindelse om enten lægeaftaler eller medicin.

Det gør du ved at klikke på **TILFØJ PÅMINDELSE**



# FORSIDEN

Hvis du allerede har aftaler eller påmindelser i din kalender, vil du kunne se dem her på forsiden



Fra forsiden kan du også tilgå **IBD Disken**, ligesom du kan finde **information** og **opskrifter** til dig med IBD

# IBD DISK



IBD Disken er et simpelt og intuitivt værktøj, der giver dig en visuel præsentation af, hvordan og i hvilken grad din IBD påvirker dig i hverdagen

Klik på **DEN FARVEDE CIRKEL** på menulinjen for at vurdere hvordan din IBD påvirker dig i IBD Disken

# IBD DISK

Klik **VURDER, HVORDAN JEG HAR DET** og vurdér dine helbredsparametre på en skala fra 0-10



Skalaen indikerer, hvor enig eller uenig du er i en række udsagn om mavesmerter, afføring, ledsmerter, seksualitet, kropsbillede, følelser, energi, søvn, arbejde/uddannelse og relationer.

Jo lavere du scorer, jo mindre påvirker din IBD dig på det specifikke parameter

# IBD DISK

Klik på **MIN IBD-HISTORIK** for at se alle dine tidligere resultater i IBD Disken.

Her er det også muligt at sammenligne forskellige parametre



Afspil her en kort introduktionsvideo om IBD Disken og hør, hvordan dette værktøj er en hjælp for andre personer med IBD

# IBD DISK

Det er vigtigt, at du udfylder IBD Disken med jævne mellemrum (fx en gang om ugen, hver anden uge eller månedligt)



Det giver både dig og dit behandlingsteam det bedste udgangspunkt for at kunne følge med i, hvordan din IBD ændrer sig over tid

Har du brug for hjælp til at huske at udfylde IBD Disken, kan du indstille en alarm. Du vælger selv, om du vil modtage en påmindelse en gang om ugen, hver anden uge eller månedligt

# IBD DISK

Når du har besvaret alle spørgsmålene i IBD Disken, modtager du en **SAMLET SCORE** fra 0-100



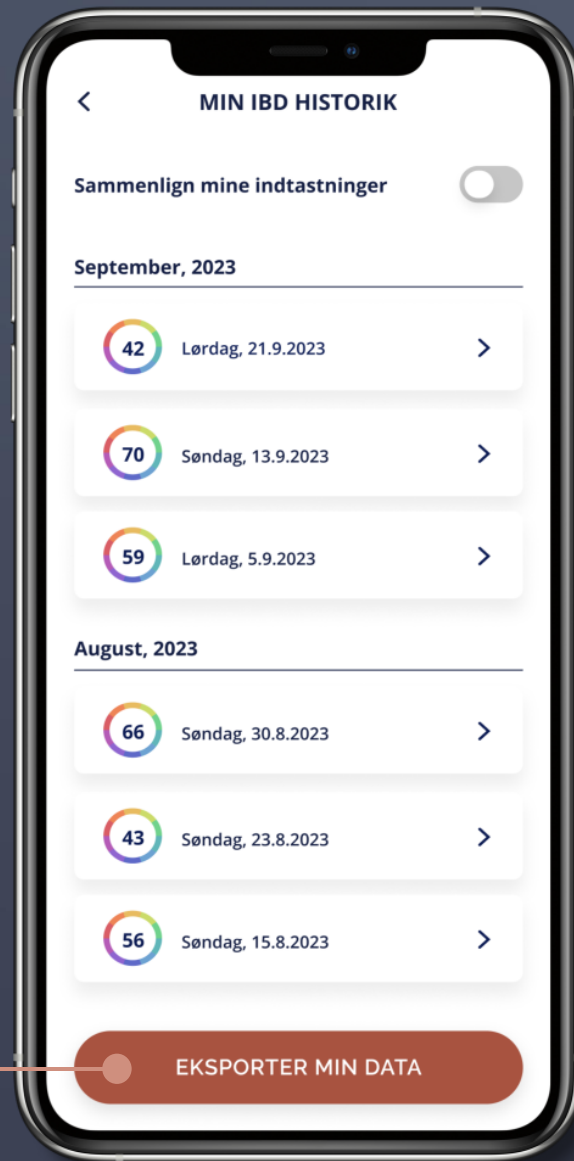
Denne score er en indikation på, hvor godt du har det i hverdagen.

Jo lavere din score er, jo bedre er dit generelle velbefindende



# IBD DISK

Klik **EKSPORTER MIN DATA** for at trække en rapport over dine resultater, som du blandt andet kan dele med dit behandlingsteam



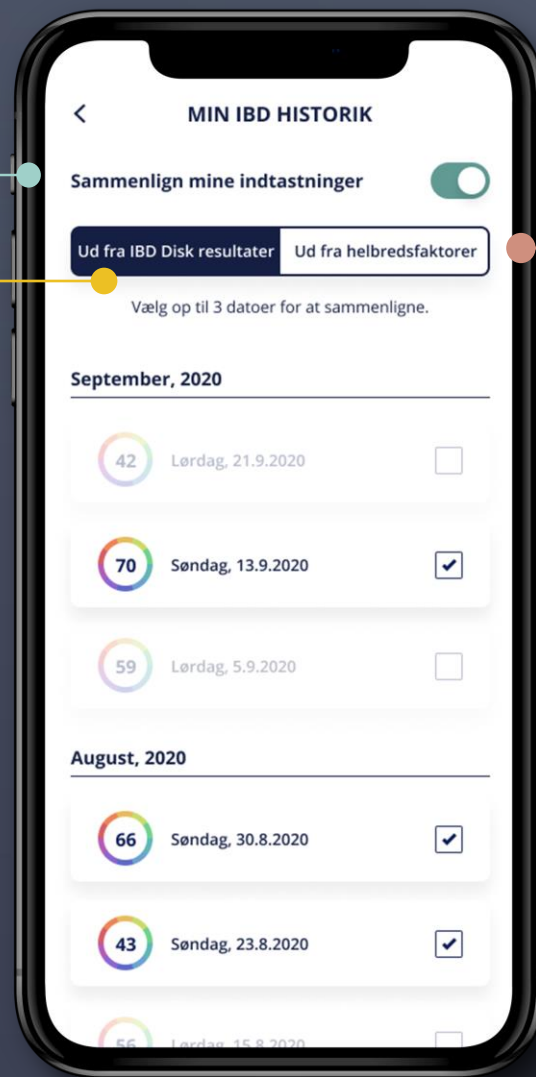
Den kan være med til at danne rammerne for en god samtale og give et billede af, hvordan dit generelle velbefindende har ændret sig siden jeres sidste samtale



# MIN IBD OVER TID

Klik på **SAMMENLIGN MINE INDSTASTNINGER** for at sammenligne forskellige perioder i dit liv

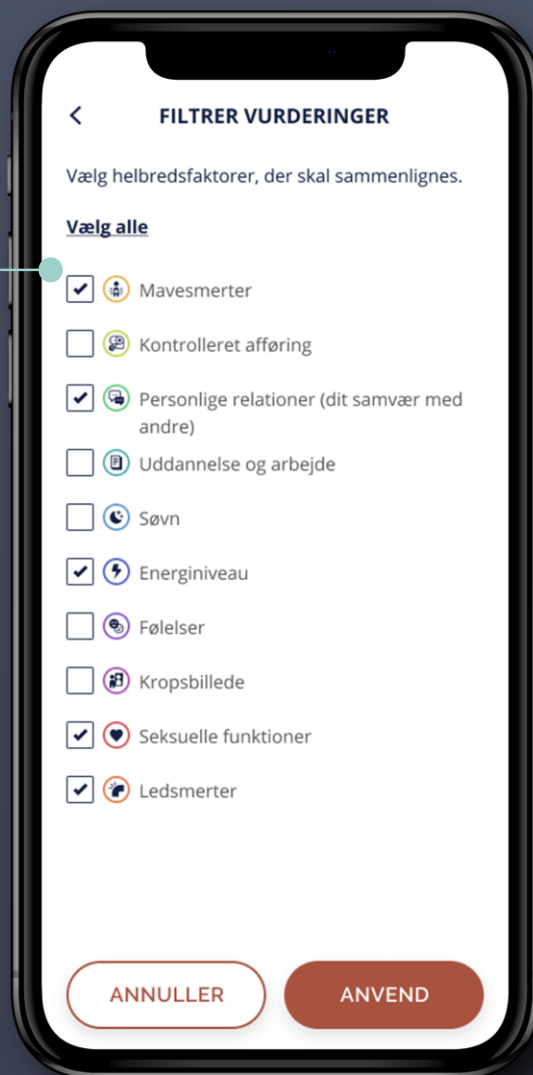
Vælg **UD FRA IBD DISK RESULTATER** for at sammenligne din samlet score i de valgte perioder



Vælg **UD FRA HELBREDSFAKTORER** for at sammenligne forskellige parametre i de valgte perioder

# MIN IBD OVER TID

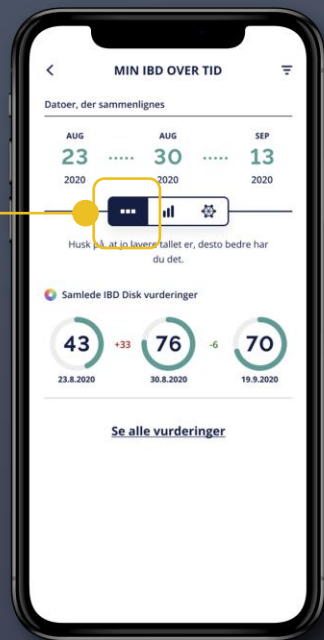
Det kan fx være mavesmerter, personlige relationer, energiniveau, seksuelle funktioner og ledsmerter



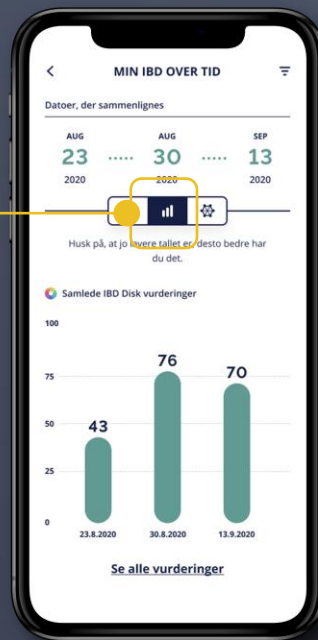
På den måde får du et **overblik** over, hvordan din IBD har ændret sig over tid, og hvordan den har påvirket dig

# MIN IBD OVER TID

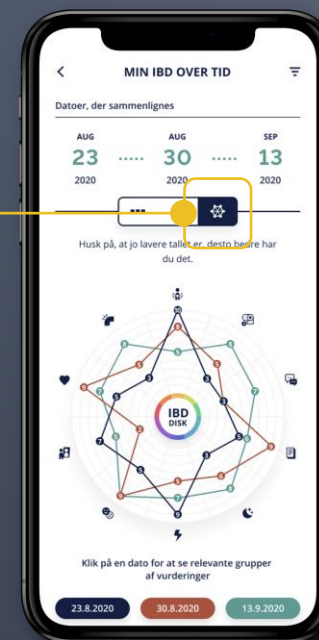
Du har mulighed for at ændre visningen af dine resultater ved at klikke på de forskellige ikoner på siden



Cirkeldiagram



Søjlediagram



Radardiagram

Klik på **SE ALLE VURDERINGER** for at opdele resultaterne ud fra de forskellige parametre. Det kan du både gøre i cirkeldiagrammet og i søjlediagrammet

# BLIV KLOG PÅ IBD

Vil du vide mere om IBD?

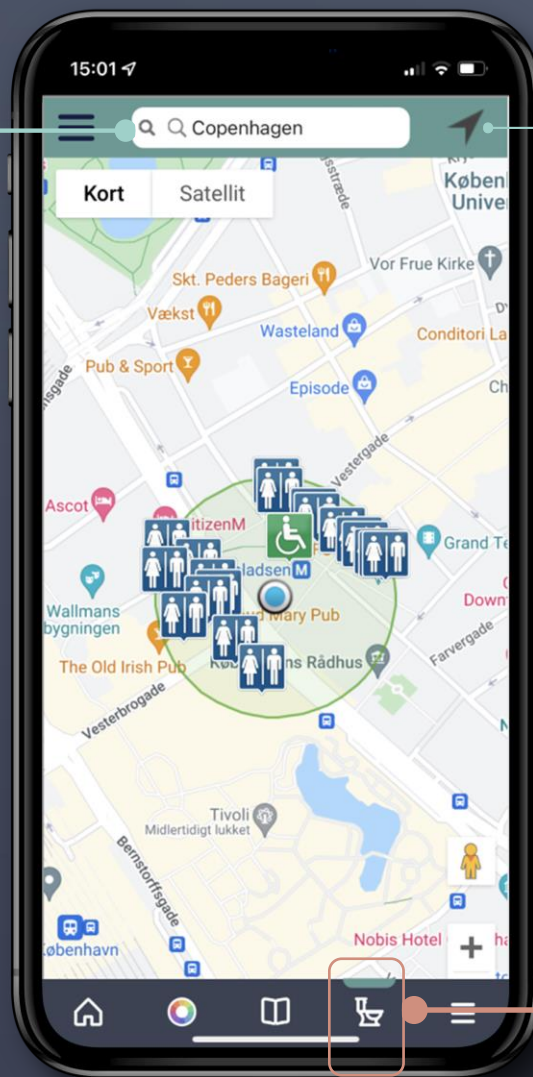
Klik på **BOG-IKONET** i menulinjen nederst på siden



Her finder du spændende artikler om blandt andet sygdommen generelt, graviditet, behandling og sex, skrevet i samarbejde med læger og sygeplejersker. Der er også link til podcast og forskellige videoer.

# FIND ET TOILET

Du kan **SØGE** efter toiletter i et bestemt område, hvilket kan være en stor hjælp i planlægningen af kommende sociale arrangementer

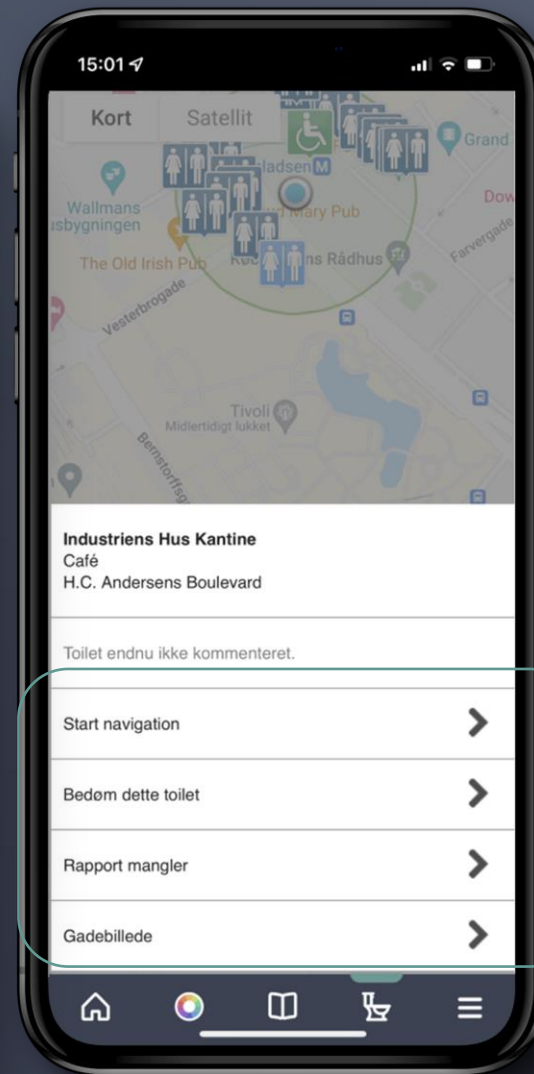
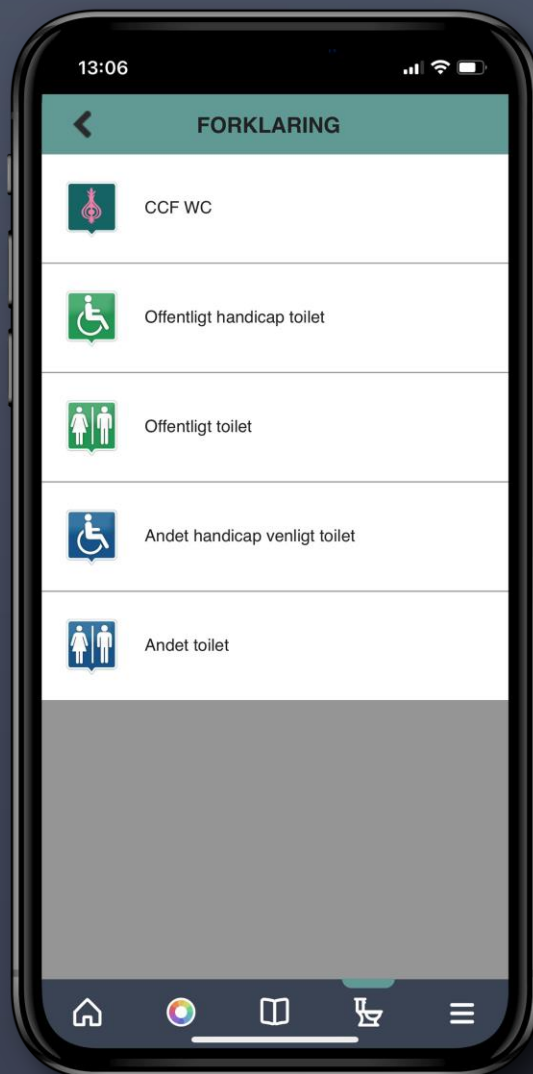


Brug **GPS PILE-IKONET** eller acceptér den automatiske geolokalisering af din enhed for at få hjælp til at finde de nærmeste toiletter i det område, du befinder dig i

Denne funktion gør det muligt at lokalisere det nærmeste offentlige toilet

# FIND ET TOILET

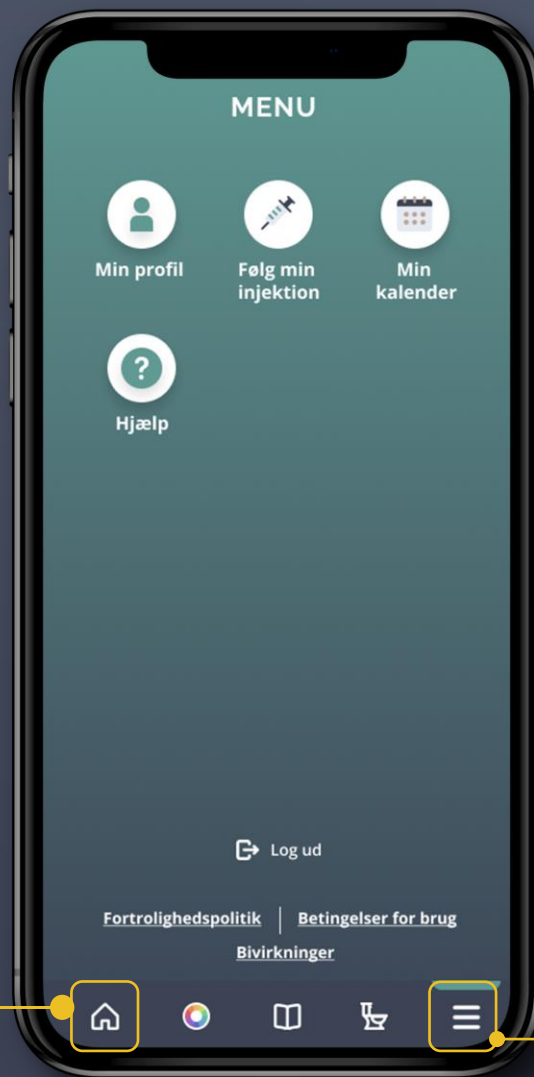
Vælg mellem offentlige toiletter, CCF toiletter og handicaptolletter



Du kan både bedømme, tilføje og rapportere toiletterne direkte i appen



# MENU



Klik på **HUS-IKONET** for at vende tilbage til forsiden

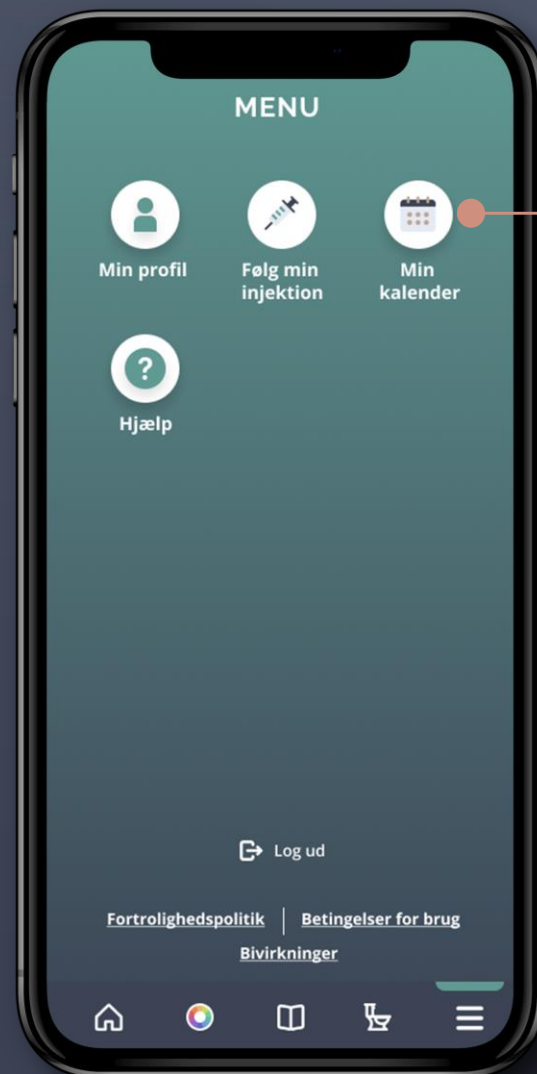
Klik her for at få adgang til yderligere funktioner i app'en

Du kan både:

- Tilpasse din personlige profil
- Få adgang til kalenderfunktionen
- Se hvornår det er tid til at tage din medicin
- Anmode om personlig support



# MIN KALENDER

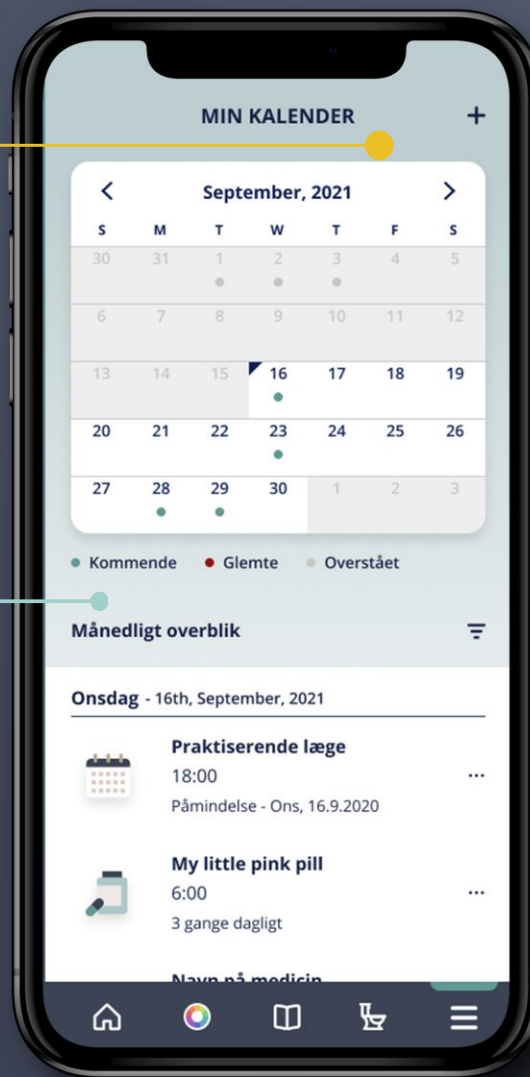


Kalenderen giver dig et overblik over alle dine påmindelser om både medicin og lægebesøg

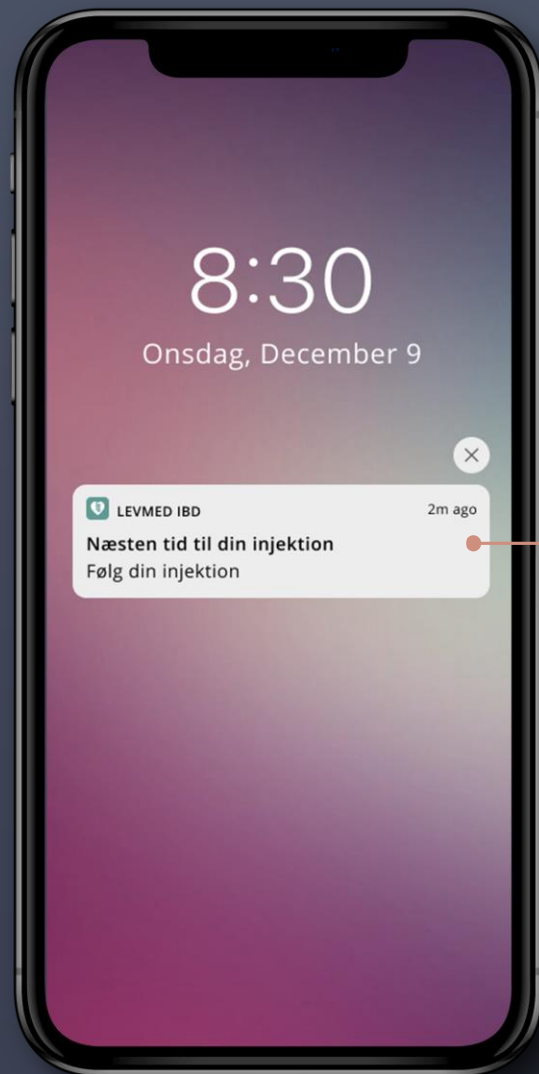
# MIN KALENDER

Klik på det lille plus øverst på siden for at oprette en ny aftale eller en medicin-påmindelse i kalenderen

Dine kommende aftaler er markeret med en ● grøn prik, dine glemte aftaler er markeret med en ● rød prik, og dine overståede aftaler er markeret med en ● grå prik



# MIN KALENDER

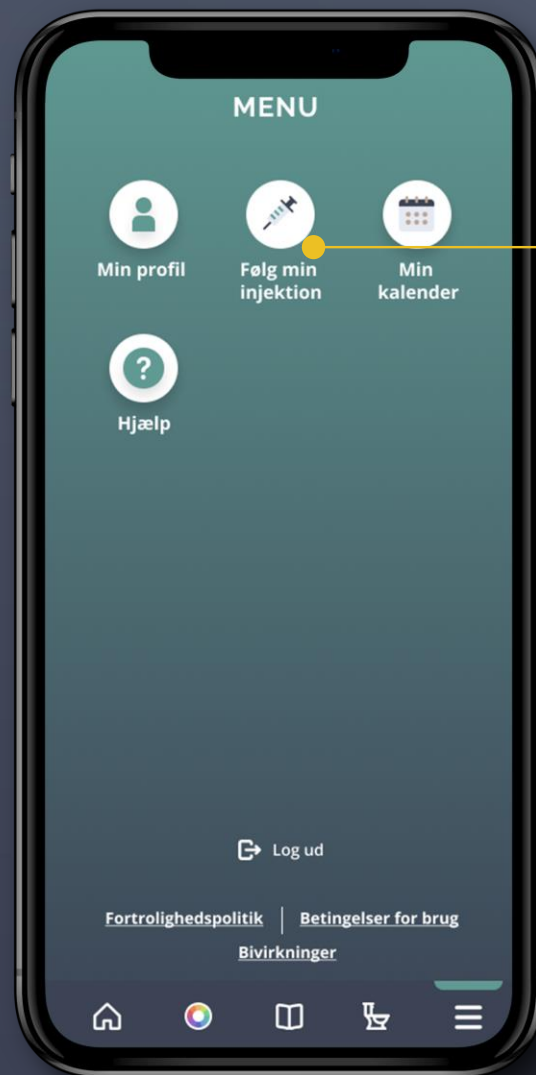


Når det er tid til at tage din medicin, får du en meddelelse på din telefon

Klik på meddelelsen for at bekræfte, om du har taget din medicin eller ej

# FØLG MIN INJEKTION

Er du i biologisk behandling med et lægemiddel, der kan gives med en sprøjte eller pen, kan du i app'en finde hjælp til at håndtere dine injektioner



Klik på **FØLG MIN INJEKTION**, indtast derefter de påkrævede oplysninger og få et hurtigt overblik over, hvornår du modtog din sidste behandling, og hvor på kroppen du injicerede

# FØLG MIN INJEKTION

**FØLG MIN INJEKTION**

**Injektions type**  
Injektionsmedicin

**Navn på medicin**  
Insulin

**Dato** 27.9.2020 **Tidspunkt** 18:00

**Hvor kan du injicere**  
Vælg lokation

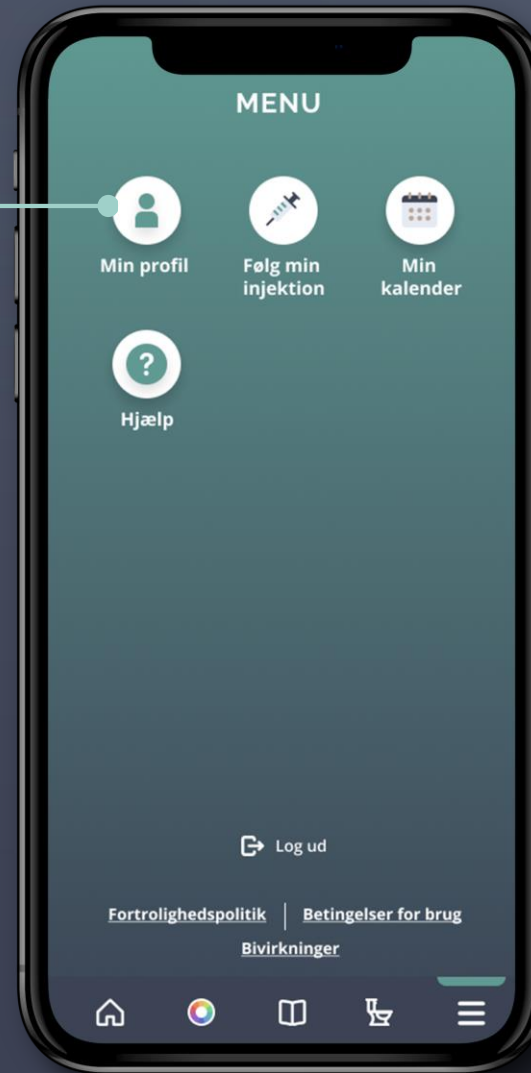
- I venstre side af maven
- I højre side af maven
- På forsiden af venstre lår
- På forsiden af højre lår
- På bagsiden af venstre arm
- På bagsiden af højre arm

GEM

På den måde kan du lettere holde styr på dine injektioner og skifte mellem forskellige injektionssteder

# TILFØJ ENTYVIO® TIL DIN PERSONLIGE PROFIL

Klik på **MIN PROFIL** for at ændre dine medicinske oplysninger og tilføje Entyvio® som behandling



Hvis du er i medicinsk behandling med Entyvio® og vil vide mere om din behandling, kan du her tilføje Entyvio® til din menu-oversigt. Så har du altid den nødvendige information lige ved hånden

# TILFØJ ENTYVIO® TIL DIN PERSONLIGE PROFIL

Fra din profilside kan du også indsætte et profilbillede og indtaste en række oplysninger om dig selv og din IBD



Klik her **MEDICINSKE OPLYSNINGER** for at angive eller ændre information om din IBD og tilføje Entyvio® som behandling



# TILFØJ ENTYVIO® TIL DIN PERSONLIGE PROFIL

Når du retter i dine medicinske oplysninger, bliver du bedt om at indtaste en række oplysninger om din IBD

Her kan du angive, hvornår du blev diagnosticeret med enten Crohns sygdom eller colitis ulcerosa

The image shows a smartphone screen with a form titled "MEDICINSKE OPLYSNINGER". The form contains the following fields:

- Mit sygehus**: Amager og Hvidovre Hospital (with a dropdown arrow)
- Min diagnose**:
  - Crohns sygdom
  - Colitis ulcerosa
- Jeg blev diagnosticeret i**: YYYY (with a calendar icon)
- Jeg blev diagnosticeret i:**: YYYY (with a calendar icon)
- Indtast koden udleveret af din læge**: Indtast koden fra din læge (with a text input field)

At the bottom of the screen are two buttons: "ANNULLER" and "GEM".

# TILFØJ ENTYVIO® TIL DIN PERSONLIGE PROFIL

The image shows a smartphone screen with a form titled 'MEDICINSKE OPLYSNINGER'. The form has several sections: 'Mit sygehus' with a dropdown menu showing 'Amager og Hvidovre Hospital'; 'Min diagnose' with two checked checkboxes for 'Crohns sygdom' and 'Colitis ulcerosa'; 'Jeg blev diagnosticeret i' with a date field 'YYYY' and a calendar icon; and 'Indtast koden udleveret af din læge' with a text input field containing 'Indtast koden fra din læge'. At the bottom are two buttons: 'ANNULLER' and 'GEM'. Two teal lines with circular endpoints point from the text on the right to the hospital dropdown and the code input field.

Angiv her, hvilket sygehus du er tilknyttet

Indsæt her den kode, du har fået af din læge og afslut med **GEM**

# TILFØJ ENTYVIO® TIL DIN PERSONLIGE PROFIL

Når du har indsat koden fra din læge, vil du blive bedt om at angive, hvordan du modtager din behandling

Her kan du vælge mellem:

- Intravenøs (IV) infusion
- Subkutan injektion

Mit sygehus  
Amager og Hvidovre Hospital

Min diagnose

Crohns sygdom  
Jeg blev diagnosticeret i  
YYYY

Colitis ulcerosa  
Jeg blev diagnosticeret i  
YYYY

Behandling  
Entyvio

Hvilken administrationsform er du på?

Intravenøs (IV) infusion *i*

Subkutan injektion *i*

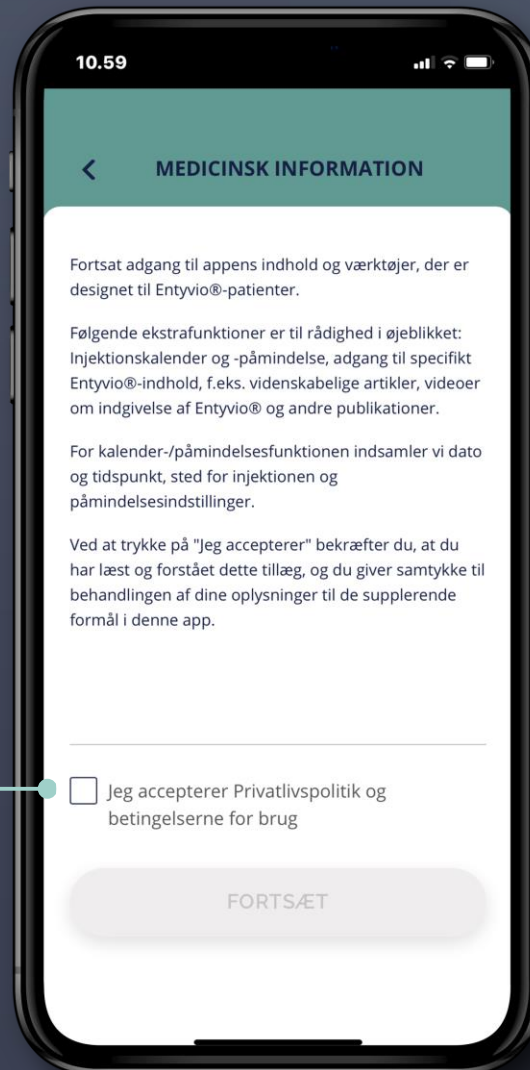
ANNULLER GEM

Er du i tvivl om, hvordan din behandling betegnes, kan du klikke på det lille informations-ikon for at læse mere om de to behandlinger

Afslut med **GEM**

# TILFØJ ENTYVIO® TIL DIN PERSONLIGE PROFIL

Du skal herefter **BEKRÆFTE**, at du har læst og forstået privatlivspolitikken og betingelserne for brug af app'en

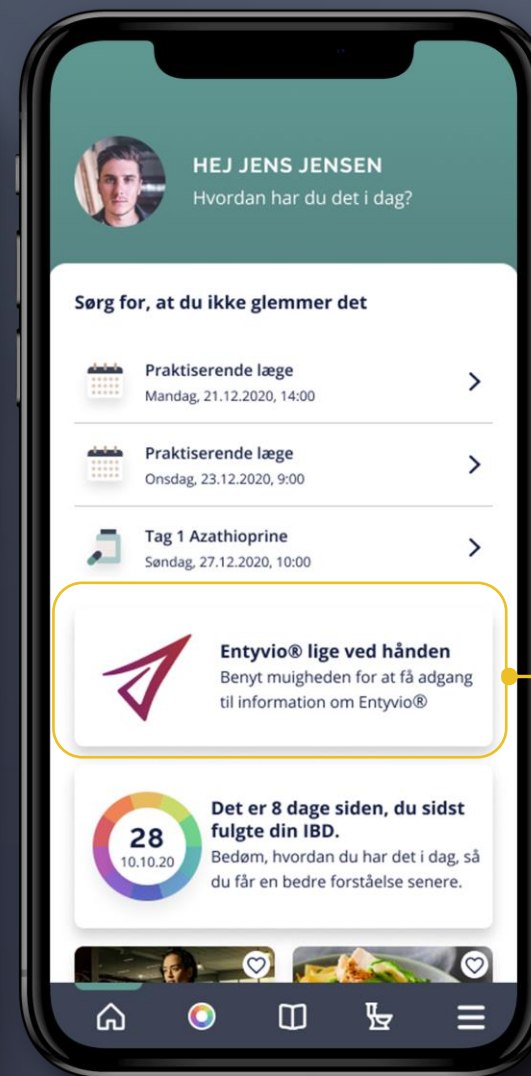
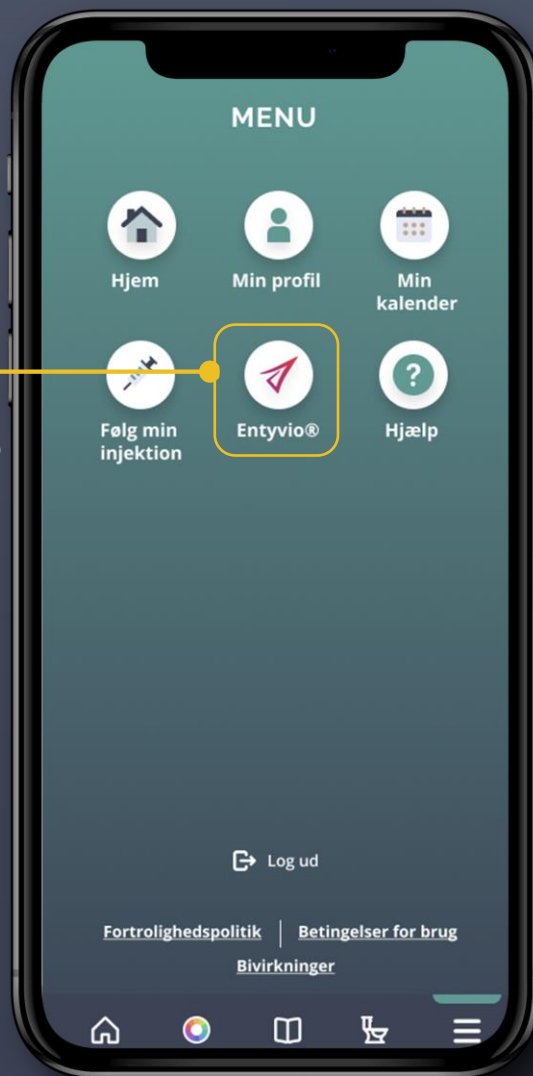


Klik på **NÆSTE** for at fortsætte

# FIND INFORMATION OM ENTYVIO®

Du vil nu kunne se et nyt Entyvio® -ikon på din menu-side

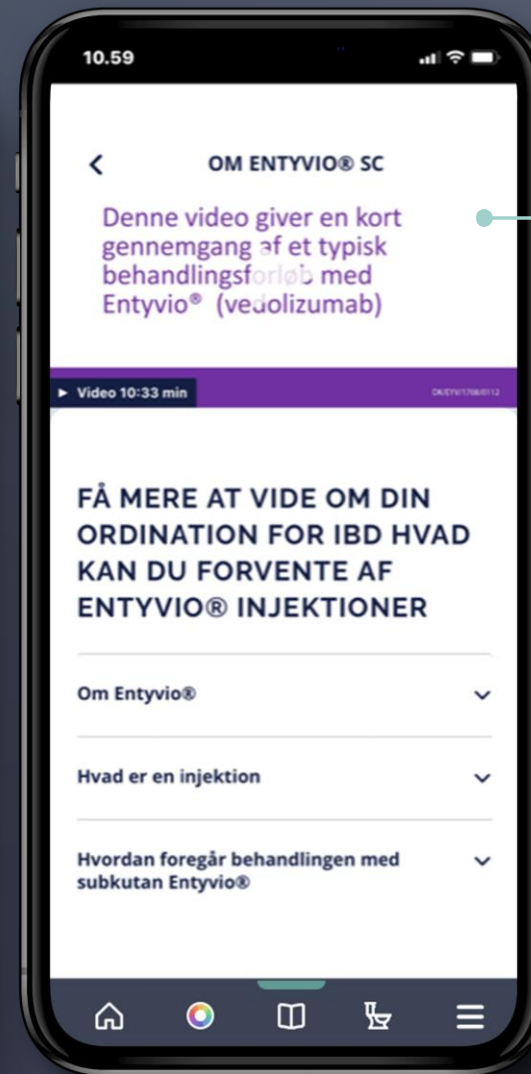
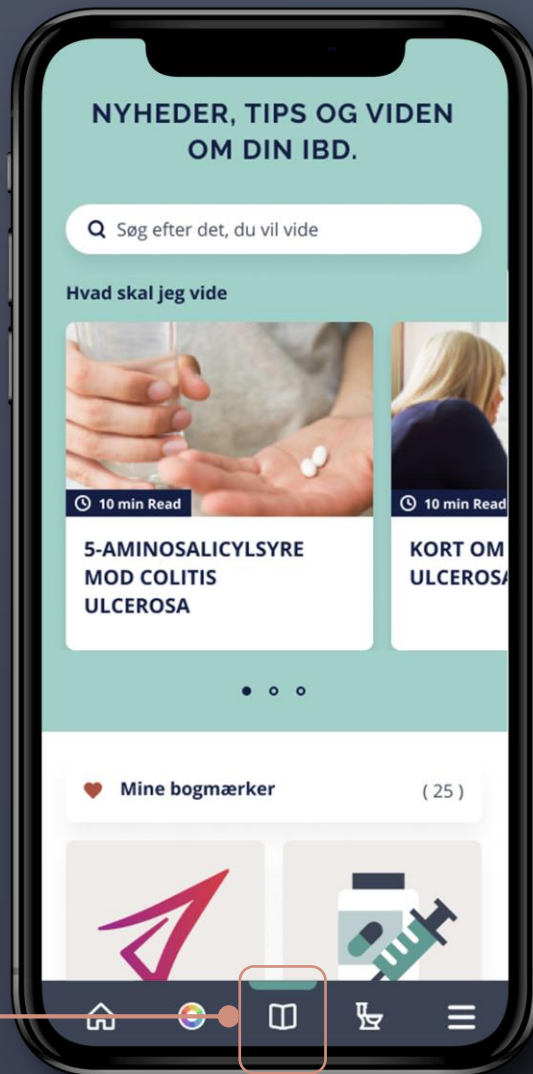
Her kan du blive klogere på Entyvio® – både før, under og efter din behandling



Du har nu også adgang til information om Entyvio® direkte fra forsiden af Lev med IBD app'en

# FIND INFORMATION OM ENTYVIO®

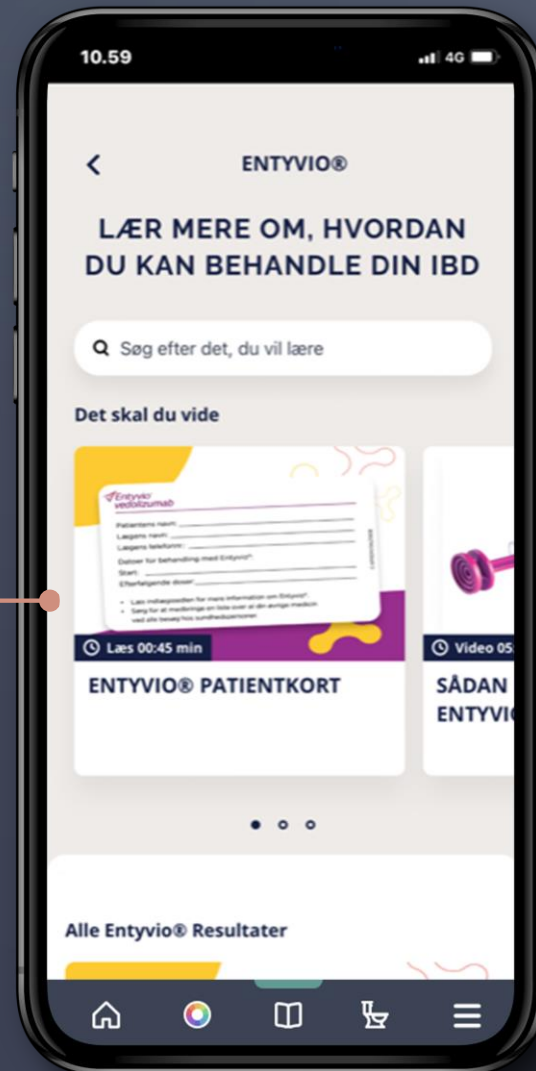
Du kan også klikke på **BOG-ikonet** i menulinjen, hvis du vil vide mere om behandling med Entyvio®



Her kan du blandt andet se en kort introduktionsvideo, der hjælper dig til at forstå, hvordan det foregår, når du skal have din behandling

# FIND INFORMATION OM ENTYVIO®

Du får også adgang til patientkort, patientvejledning, quick guides og gode råd til selv-injektion







# DU ER NU KLAR TIL AT GÅ PÅ OPDAGELSE I LEV MED IBD APP'EN

Vil du vide mere om app'en og alle funktionerne?

Så læs mere på [www.levmedibd.dk](http://www.levmedibd.dk)