

# Svara på ett patientmeddelande

Öppna ett oläst programmeddelande och svara patienten i den säkra konversationen.

---

1

## Öppna det olästa meddelandet

Här är du: Programfliken visar att patienten har skickat ett nytt meddelande.

Gör så här: Välj Meddelanden.

The screenshot displays a web application interface for a patient program. At the top, the user is identified as 'Alex Lind'. A notification icon with a red '1' indicates a new message. The interface is divided into two main sections. The left section, titled 'Patientprogram', shows a 'Knärehabilitering' (Knee Rehabilitation) program. It includes a 'Programtitel' (Program Title) field with the value 'Knärehabilitering' and a 'Programbeskrivning' (Program Description) field. Below this, there is a list of exercises. The first exercise, 'Höftlyft med elastiskt band' (Hip lift with elastic band), is highlighted with a red circle and the number '1'. It includes a description: 'Ryggliggande höftlyft där bäckenet lyfts och sänks med ett elastiskt band ovanför knäna.' (Supine hip lift where the pelvis is lifted and lowered with an elastic band above the knees). Two illustrations show the exercise: one with the band above the knees and one with the band below the knees. The exercise is numbered '1' and has a 'Skicka uppdatering' (Send update) button. The right section shows a list of programs. The first program is 'Kontorsarbete – rörelsepaus' (Office work – movement break), which is public and has 6 exercises. It includes a description: 'En kort följd med stående rörlighet, axelrörelse, uppresning, knäböj och tåhävning som bryter långvarigt bildskärmsarbete...' (A short sequence of standing mobility, arm movement, squats, knee bends, and toe raises that breaks up long-term screen work...). The second program is 'Knäartros – grundprogram' (Knee osteoarthritis – basic program), which is public and has 6 exercises. It includes a description: 'Ett granskningsförslag med knä- och höftstyrka, uppresning, vadstyrka och balans som fysioterapeuten väljer och anpassa...' (A review proposal with knee and hip strength, squats, leg strength, and balance that the physiotherapist chooses and adapts...). Both programs have a 'Lägg till filter' (Add filter) button and a 'Rensa filter' (Clear filter) button.

DEV-ent  
Alex Lind

+ Nytt program Knärehabilitering

Patientprogram  
Ändringar sparas automatiskt efter en kort stund. Klicka på en övningstext för att anpassa den för just den här patienten. Dra program eller övningar från biblioteket till patienten och dra övningarna i programmet för att bestämma ordningen.  
Skicka uppdatering

Programtitel  
Knärehabilitering

Programbeskrivning

1 Höftlyft med elastiskt band  
Ryggliggande höftlyft där bäckenet lyfts och sänks med ett elastiskt band ovanför knäna.

1 Ligg på rygg med böjda knän och fötterna höftbrett isär. Sätt bandet runt låren strax ovanför knäna. Håll knäna lite isär och låt armarna vila mot golvet.

2 Pressa fötterna mot golvet och lyft höfterna. Håll knäna lite isär och lyft tills kroppen bildar en rak linje från axlarna till knäna. Sänk höfterna långsamt igen.

+ Ange dosering

Sök program, taggar, kroppsregioner eller övi  
+ Lägg till filter Rensa filter

Program 2 Övningar 13

Kontorsarbete – rörelsepaus  
Publik 6 övningar  
En kort följd med stående rörlighet, axelrörelse, uppresning, knäböj och tåhävning som bryter långvarigt bildskärmsarbete...  
Arbetsplats Rörelsepaus Rörlighet  
Styrka Nacke Bröstrygg Axel

Knäartros – grundprogram  
Publik 6 övningar  
Ett granskningsförslag med knä- och höftstyrka, uppresning, vadstyrka och balans som fysioterapeuten väljer och anpassa...  
Artros Styrka Funktion Balans  
Knä Höft Fotled

Klart när: Programkonversationen öppnas med patientens meddelande.

2

## Skriv svaret

Här är du: Patientens meddelande visas.

Gör så här: Skriv ditt svar och tryck på Enter.

DEV  
Patient  
Alex Lind

+ Nytt program

Knärehabilitering

Patientprogram

Ändringar sparas automatiskt efter en kort stund. Klicka på en övningstext för att anpassa den för just den här patienten. Dra program eller övningar från biblioteket till patienten och dra övningarna i programmet för att bestämma ordningen.

Skicka uppdatering

Programtitel

Knärehabilitering

Programbeskrivning



1 Höftlyft med elastiskt band

Ryggliggande höftlyft där bäckenet lyfts och sänks med ett elastiskt band ovanför knäna.

1 Ligg på rygg med böjda knän och fötterna höftbrett isär. Sätt bandet runt låren strax ovanför knäna. Håll knäna lite isär och låt armarna vila mot golvet.

2 Pressa fötterna mot golvet och lyft höfterna. Håll knäna lite isär och lyft tills kroppen bildar en rak linje från axlarna till knäna. Sänk höfterna långsamt igen.

+ Ange dosering

PATIENTKOMMUNIKATION  
Alex Lind

Nytt program: Knärehabilitering

RE

Läst 22:30

AL Övningen kändes bra idag.  
22:30

2 Bra, fortsatt i samma lugna tempo.

Klart när: Svaret skickas i den säkra konversationen.

3

## Bekräfta svaret

Här är du: Svaret har skickats.

Gör så här: Kontrollera att det visas i konversationen.

DEV  
Patient  
Alex Lind

+ Nytt program

Knärehabilitering

Patientprogram

Ändringar sparas automatiskt efter en kort stund. Klicka på en övningstext för att anpassa den för just den här patienten. Dra program eller övningar från biblioteket till patienten och dra övningarna i programmet för att bestämma ordningen.

Skicka uppdatering

Programtitel

Knärehabilitering

Programbeskrivning

1 Höftlyft med elastiskt band

Ryggliggande höftlyft där bäckenet lyfts och sänks med ett elastiskt band ovanför knäna.

1 Ligg på rygg med böjda knän och fötterna höftbrett isär. Sätt bandet runt låren strax ovanför knäna. Håll knäna lite isär och låt armarna vila mot golvet.

2 Pressa fötterna mot golvet och lyft höfterna. Håll knäna lite isär och lyft tills kroppen bildar en rak linje från axlarna till knäna. Sänk höfterna långsamt igen.

+ Ange dosering

PATIENTKOMMUNIKATION  
Alex Lind

Nytt program: Knärehabilitering

Övningen kändes bra idag.

3 Övningen kändes bra, fortsätt i samma lugna tempo.

Skickat 22:30

Skriv ett meddelande

Klart när: Det skickade svaret syns i meddelandehistoriken.