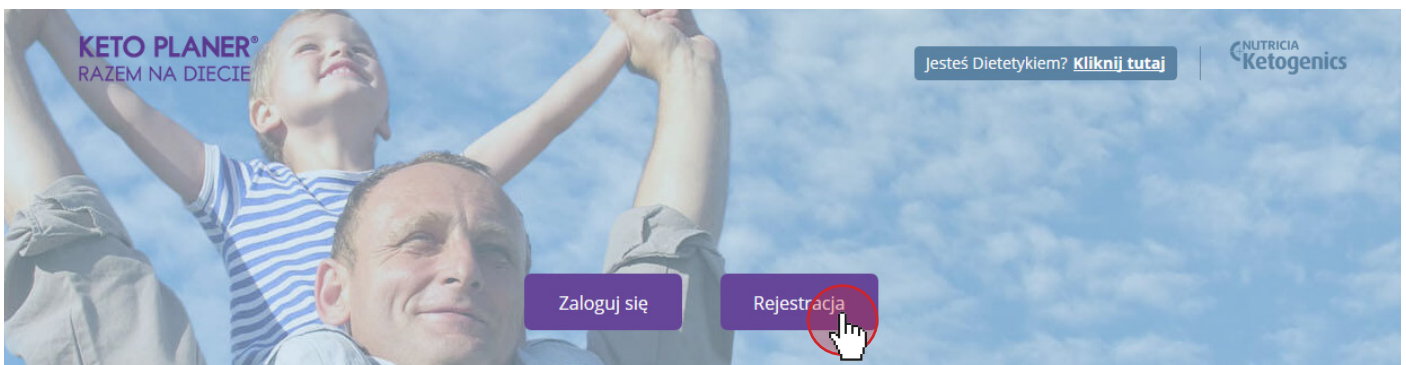




Instrukcja obsługi dla Opiekuna


1. Rejestracja konta


Aby założyć konto Pacjenta, należy wejść na stronę <http://ketoplaner.dieta-ketogenna.pl> i kliknąć przycisk **Rejestracja**.





 Dodaj zdjęcie profilowe
[Wybierz zdjęcie](#)

Imię
Test 

Nazwisko
Testowy 

Imiona rodziców 

Data urodzenia
 DD-MM-YYYY 

Formularz rejestracyjny składa się z 4 etapów, w których należy wypełnić dane Pacjenta i wybrać odpowiedniego Dietetyka z listy.

Ważne, aby do formularza zostały wprowadzone dane Pacjenta, nie rodzica/opiekuna!

To ważne, m.in. ze względu na informacje o dacie urodzenia, która jest brana pod uwagę przy wyliczaniu diety Pacjenta.

Oczekwanie na Dietetyka



Test HCP

Twoje konto czeka na zatwierdzenie przez Dietetyka

Proszę poczekać na e-mail z potwierdzeniem

Adres e-mail

testowy2@highsolutions.pl

Po wybraniu Dietetyka, dostanie on wiadomość z prośbą o akceptację nowego Pacjenta.

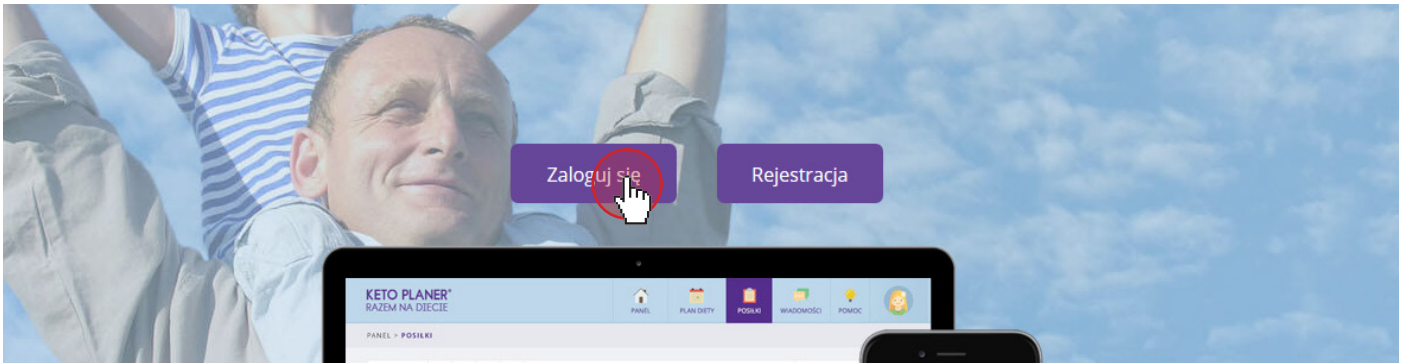
Jest to ostatni etap rejestracji, od tego momentu prosimy czekać na e-mail z potwierdzeniem akceptacji konta.

W przypadku błędnie wpisanego adresu e-mail, można skorzystać z możliwości zmiany, poprzez przycisk **Zmień e-mail**.

Pacjent może zalogować się i korzystać z KetoPlanera dopiero po zaakceptowaniu konta przez Dietetyka

2. Logowanie

Aby zalogować się do serwisu, należy wejść na stronę: <http://ketoplaner.dieta-ketogenna.pl>
Następnie, aby przejść do ekranu logowania - klikamy przycisk **Zaloguj się**



Zaloguj się

W polu logowania wpisujemy swój **e-mail** i **hasło**, które podawaliśmy podczas zakładania konta.

Adres e-mail

Hasło

Zapamiętaj mnie

Zaloguj się

Nie masz jeszcze konta? Zapisz się
Zapomniałeś hasła? Zresetuj hasło

Jak się pacjent dzisiaj czuje?



Źle



Neutralnie



Dobrze



Bardzo dobrze

Po zalogowaniu do KetoPlanera (jeśli konto zostało już zaakceptowane przez Dietetyka), zostaniemy poproszeni o wybranie jednej z czterech ikon w zależności od **samopoczucia Pacjenta**. Ma to na celu codzienną analizę skuteczności diety.

Witaj w KetoPlanerze!

Zapraszamy do krótkiego oprowadzenia po serwisie. Jeśli nie jesteś zainteresowany, kliknij "Zakończ".

<< Cofnij

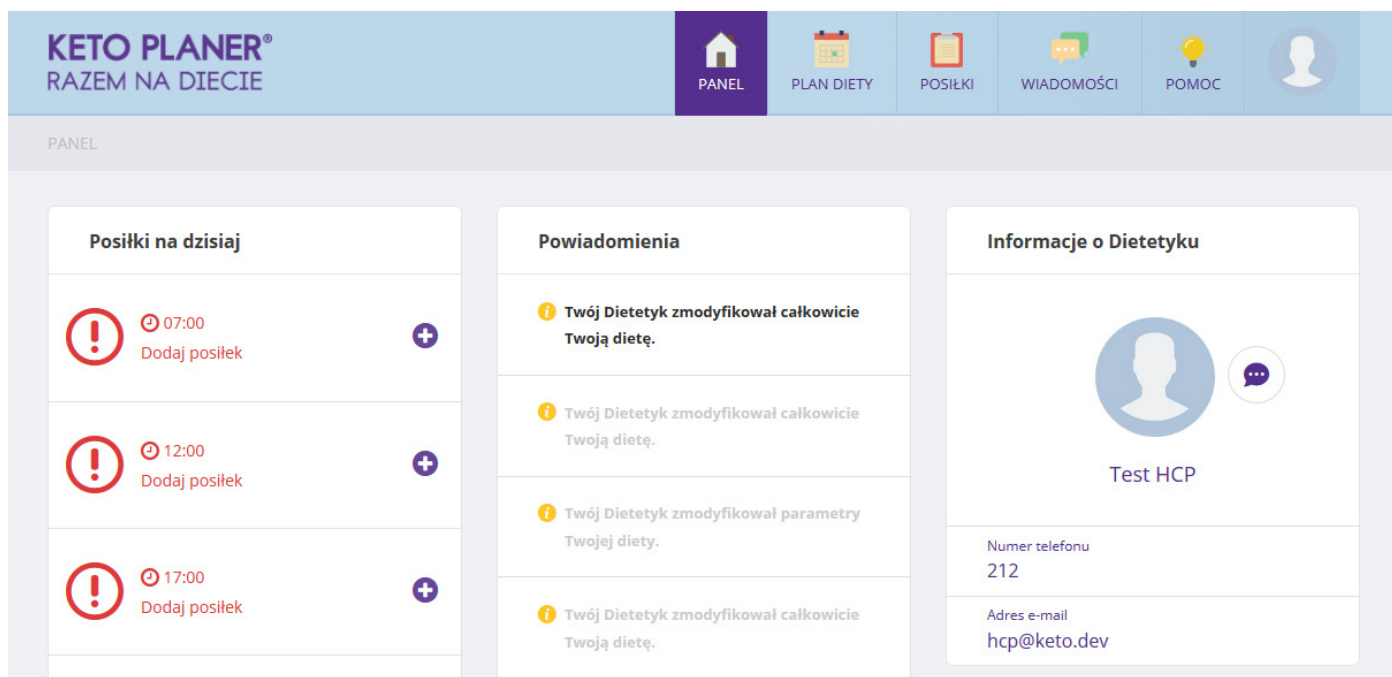
Następny >>

Zakończ

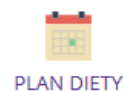
Następnie jeśli jest to pierwsze logowanie, wyświetlony zostanie „**samouczek**”, który oprowadzi nas po systemie i wytłumaczy najważniejsze elementy i funkcjonalności.

3. Zakładka - Panel

Po zalogowaniu wyświetlony zostanie główny **PANEL** główny z menu i najważniejszymi informacjami. W zakładce **Panel** wyświetlają się **dane Dietetyka**, najnowsze **powiadomienia** oraz **lista posiłków na dzisiaj** (jeśli plan diety został już utworzony przez Dietetyka).



Menu zawiera następujące zakładki:



Podgląd **planu dietetycznego** - brak możliwości edycji typu diety oraz pozostałych danych dotyczących diety (dane wprowadza Dietetyk).



Lista posiłków - możliwość samodzielnego komponowania posiłków, które po zapisaniu czekają na akceptację Dietetyka. Dodatkowo, korzystając z przycisku **Ulubione**, Pacjent może zaznaczać swoje ulubione posiłki. Jest to podpowiedź dla dietetyka, które posiłki Pacjent preferuje. Posiłki z gwiazdką są **Polecane** tylko przez Dietetyka, a więc Pacjent nie ma możliwości oznaczania tych posiłków.



Wiadomości - możliwość korespondencji z Dietetykiem.



Pomoc - podstawowe informacje dotyczące korzystania z KetoPlanera.



Profil - ostatnia zakładka ze zdjęciem Pacjenta zawiera podstronę do edycji danych profilowych oraz umożliwia wylogowanie z systemu.

4. Zakładka - Plan Diety

Po kliknięciu na zakładkę **PLAN DIETY**, przejdziemy do panelu podglądu diety. Tutaj widzimy posiłki, które zostały zaplanowane przez dietetyka. Możemy również samodzielnie dobrać posiłki dla odpowiednich dni i godzin.

Na górze wyświetlą się podstawowe informacje odnośnie **rodzaju diety**, **proporcji ketogennej**, a także **czasu trwania diety**.

Poniżej wyświetli się tabela z dniami tygodnia oraz rozkładem posiłków. Maksymalnie możemy stworzyć jadłospis na 7 dni.

KETO PLANER®
RAZEM NA DIECIE

PANEL > PLAN DIETY

Dieta: KD Proporcja: 3:1 od: 26-03-2018 trwa już 8 dni

Wtorek

- 07:00 ▲ Kusząca zupa pomid...
- 12:00 ▲ Zupa dyniowa 3:1
- 17:00 ▲ Podwieczorek
- 22:00 ▲ Kolacja

Proporcja 3:1

Środa

- 07:00 ▲ Śniadanie
- 12:00 ▲ Obiad
- 17:00 ▲ Podwieczorek
- 22:00 ▲ Kolacja

Proporcja 3:1

Czwartek

- 07:00 ▲ Śniadanie
- 12:00 ▲ Obiad
- 17:00 ▲ Podwieczorek
- 22:00 ▲ Kolacja

Proporcja 3:1

Piątek

- 07:00 ▲ Śniadanie
- 12:00 ▲ Obiad
- 17:00 ▲ Podwieczorek
- 22:00 ▲ Kolacja

Proporcja 3:1

Aby dodać posiłek do rozkładu, należy kliknąć przycisk **+**. Następnie z listy posiłków dodać przepis, który spełnia wymagania diety (parametry wyświetlane są wtedy w kolorze zielonym).

Kulki czekoladowo-kokosowe

Proporcja 5,52:1

Dodaj przepis

Koktajl truskawkowy z Ketocal

Proporcja 3,51:1

Dodaj przepis

Soczysty koktajl malinowy 3,5:1

Proporcja 3,51:1

Dodaj przepis

Ryba (dorsz) po grecku

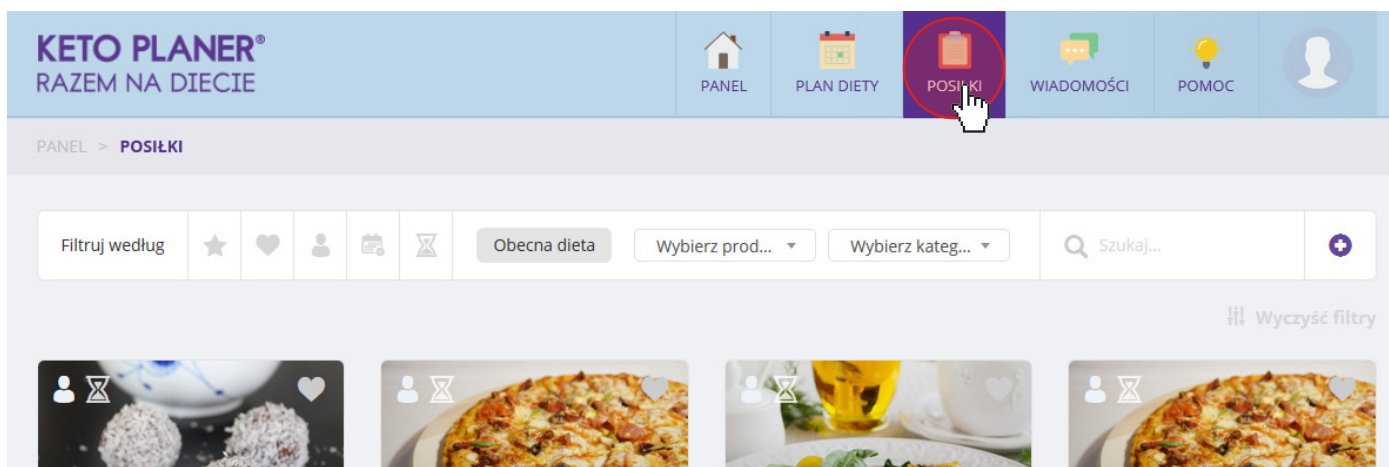
Proporcja 3,00:1

Dodaj przepis

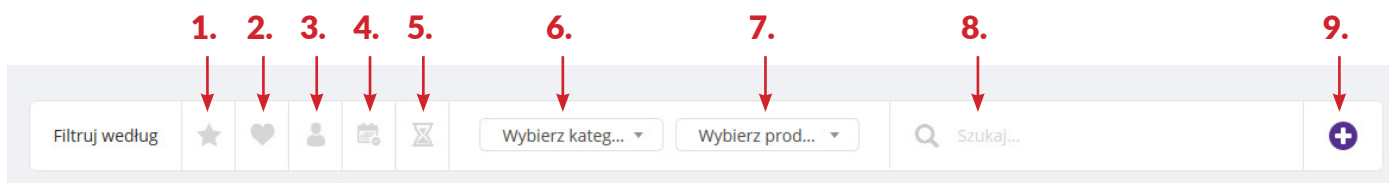
W przypadku preferencji posiłku, który nie spełnia wymagań diety, **nie należy dodawać** przepisu do rozkładu. Należy najpierw kliknąć na kafelek z posiłkiem lub ikonkę **→**, a następnie odpowiednio go **zedytować (str. 6)**.

5. Zakładka - Posiłki

Po kliknięciu na zakładkę **POSIŁKI**, zostanie wyświetlona baza posiłków zapisanych w systemie.



Korzystając z filtrów można selekcjonować listę wyświetlanych posiłków, aby ułatwić wyszukiwanie tych, które nas interesują.



1 - Ikona **Polecane**, po zaznaczeniu tej opcji wyświetlą się posiłki polecane przez Dietetyka dla naszej obecnej diety. Takie, które są dopasowane pod względem zapotrzebowania na białko, tłuszcz i węglowodany, a także kaloryczność. Oczywiście są też dopasowane pod względem proporcji ketogenicznej.

2 - Ikona **Ulubione**, po zaznaczeniu tej opcji wyświetlą się nam posiłki, które zostały oznaczone przez nasze konto Pacjenta jako ulubione.

3 - Ikona **Użytkownik**, po zaznaczeniu tej funkcji wyświetlą się posiłki stworzone przez nas.

4 - Ikona **Historia**, po zaznaczeniu tej funkcji wyświetlają się ostatnio wybierane posiłki.

5 - Ikona **Oczekujące**, po zaznaczeniu tej funkcji wyświetlą się dodane przez nas przepisy, oczekujące na akceptację przez Dietetyka.

6 - Pole **Wybierz kategorię**, korzystając z tej funkcji możemy szukać posiłków z uwzględnieniem kategorii np.: śniadanie, obiad, kolacja.

7 - Pole **Wybierz produkt**, korzystając z tej funkcji wyszukamy przepisy z produktami firmy Nutricia.

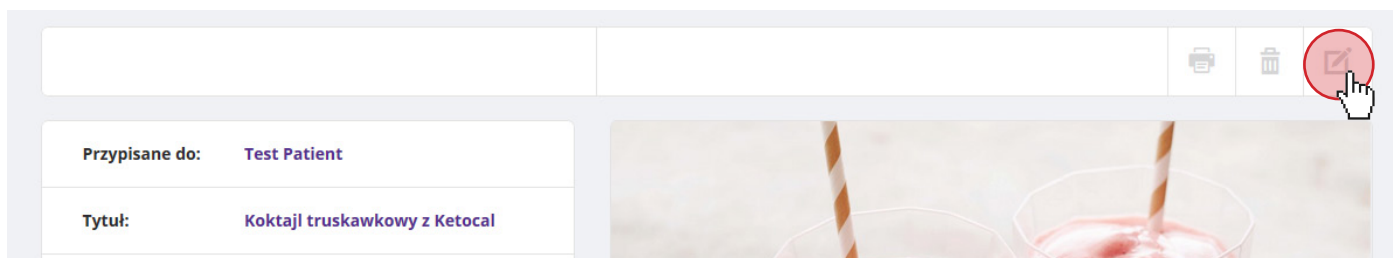
8 - Pole **Szukaj**, korzystając z tej funkcji możemy wyszukiwać posiłek wpisując jego nazwę.

9 - Przycisk **Stwórz**, z tego poziomu możemy stworzyć własny posiłek.


6. Edycja posiłku

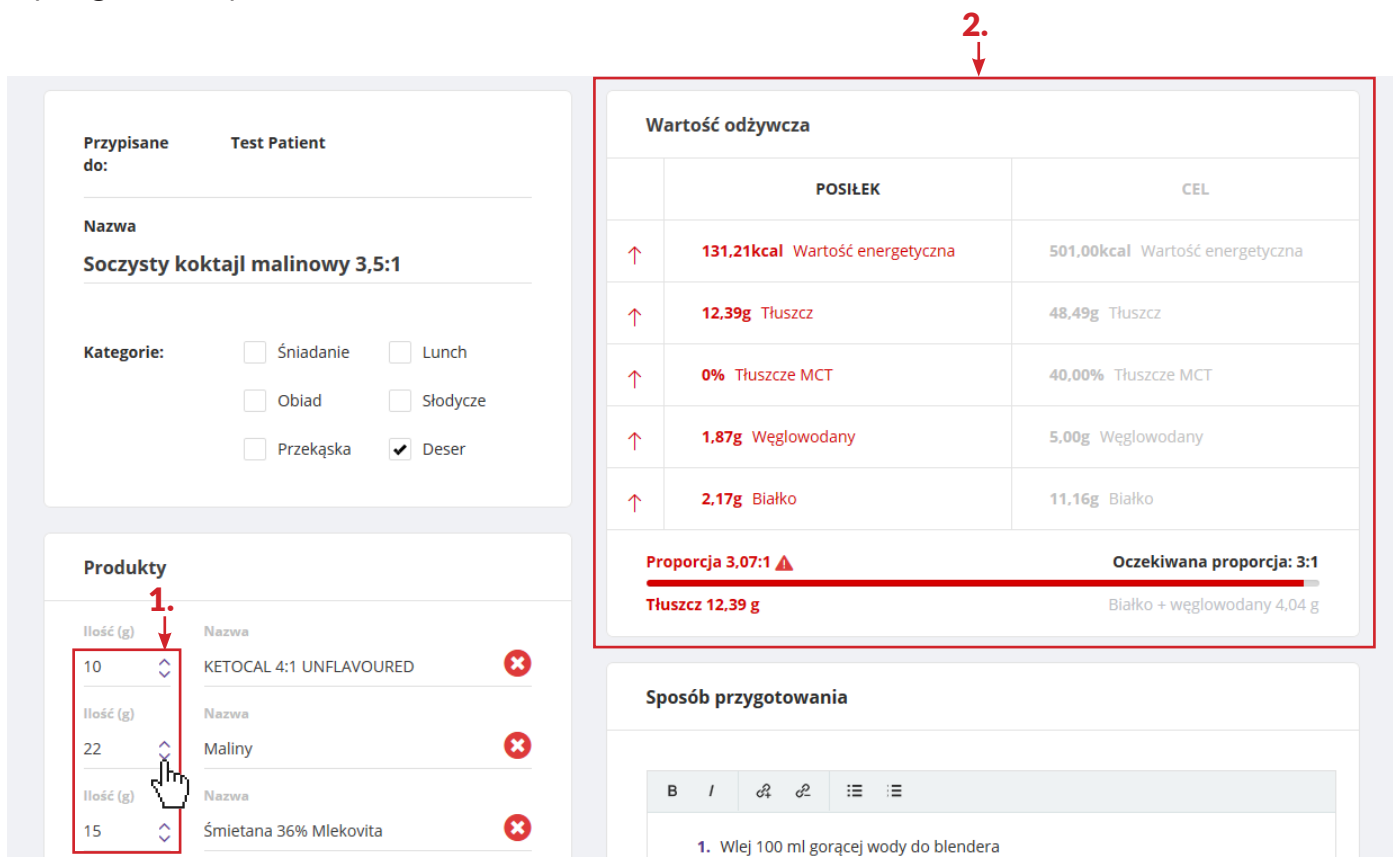
Jeśli posiłek nie jest dopasowany do aktualnej diety, należy edytować jego składniki.

W tym celu, po kliknięciu na kafelek z posiłkiem, musimy go edytować. Aby to zrobić należy kliknąć ikonkę edycji nad zdjęciem dania.





Po wybraniu tej opcji mamy możliwość edycji przepisu i dopasowania go do indywidualnych zaleceń diety.

Korzystając ze strzałek  (nr 1) lub wpisując ręcznie wartość, regulujemy liczbę gram składników w przepisie. Natomiast w kafelku obok (nr 2) przeliczane są wartości odżywcze na wpisaną ilość gram produktu oraz po prawej stronie widoczne są wartości do których należy dążyć, alby spełnić wymagania diety (CEL).



Wartość odżywcza		
	POSILEK	CEL
↑	131,21kcal Wartość energetyczna	501,00kcal Wartość energetyczna
↑	12,39g Tłuszcz	48,49g Tłuszcz
↑	0% Tłuszcze MCT	40,00% Tłuszcze MCT
↑	1,87g Węglowodany	5,00g Węglowodany
↑	2,17g Białko	11,16g Białko

Proporcja 3,07:1  **Oczekiwana proporcja: 3:1**

Tłuszcz 12,39 g  Białko + węglowodany 4,04 g

Gdy dana wartość odżywcza zgadza się z dietą, jego nazwa wyświetla się w **kolorze zielonym** (nr 3). Jeśli w przypisanej diecie proporcje mają znaczenie, kolor zielony pojawia się również gdy spełniona zostaje **odpowiednia proporcja** (nr 4).

Przypisane do: Test Patient

Nazwa: **Soczysty koktajl malinowy 3,5:1**

Kategorie:
 Śniadanie Lunch
 Obiad Słodycze
 Przekąska Deser

Produkty

Ilość (g)	Nazwa

Wartość odżywcza

	POSIŁEK	CEL
	508,49kcal <i>Wartość energetyczna</i>	501,00kcal <i>Wartość energetyczna</i>
↑	47,64g <i>Tłuszcz</i>	48,49g <i>Tłuszcz</i>
↑	0% <i>Tłuszcze MCT</i>	40,00% <i>Tłuszcze MCT</i>
↓	8,17g <i>Węglowodany</i>	5,00g <i>Węglowodany</i>
↑	7,95g <i>Białko</i>	11,16g <i>Białko</i>

Proporcja 2,96:1 **Oczekiwana proporcja: 3:1**

Tłuszcz 47,64 g Białko + węglowodany 16,12 g

W ten sposób należy dopasowywać posiłki do diety, aby stworzyć jadłospis na cały tydzień.

Po edycji posiłku należy kliknąć przycisk **Zapisz**. Przepis zostanie przesłany do akceptacji Dietetyka.

Nazwa: **Wyśmienity omelet z szynką i serem 3:1**

Wartość odżywcza

	POSIŁEK	CEL

🖨️
✖ Anuluj
Zapisz

Informacja o akceptacji będzie wyświetlona w zakładce **Panel**, a w zakładce **Posiłki** zniknie ikonka klepsydry w kafelku z danym przepisem.

Kulki czekoladowo-kokosowe

Proporcja 5,52:1

Powiadomienia

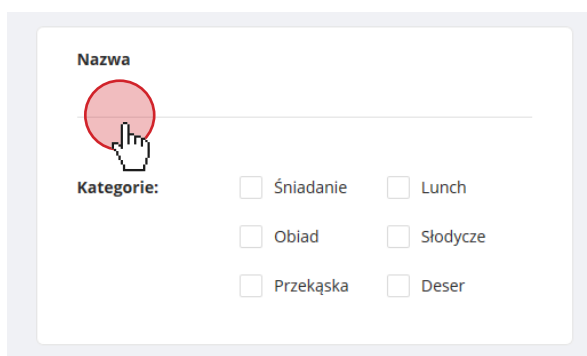
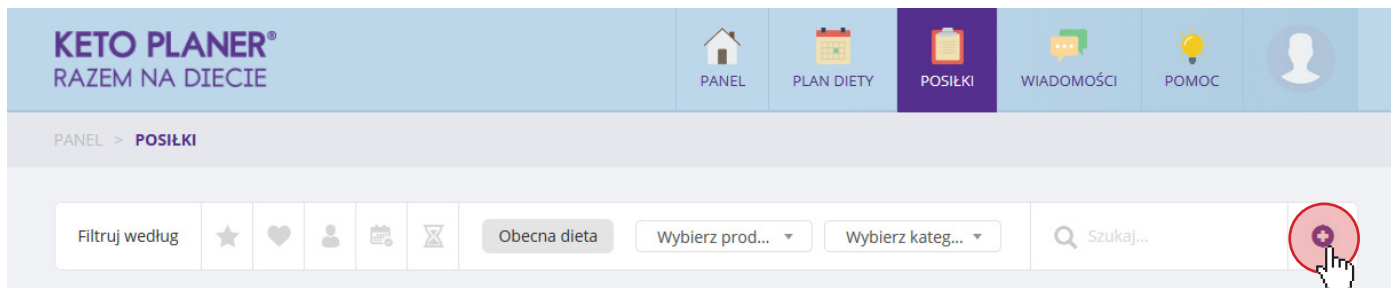
🟢 **Kulki czekoladowo-kokosowe** zatwierdzony przez Twojego Dietetyka.

🟡 Twój Dietetyk zmodyfikował całkowicie Twoją dietę.

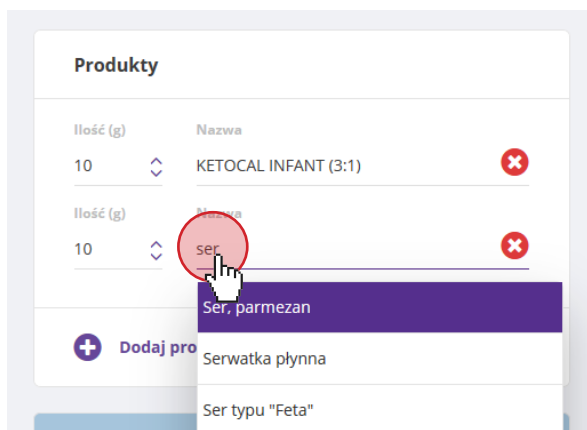
🟡 Twój Dietetyk zmodyfikował całkowicie Twoją dietę.

7. Dodawanie nowego posiłku

W zakładce **POSIŁKI** należy kliknąć na ikonkę **+ Dodaj nowy posiłek**



Na stronie tworzenia nowego posiłku w polu **Nazwa** wpisujemy nazwę posiłku. Następnie możemy wybrać **kategorię**, czyli określić, czy jest to danie śniadaniowe czy też deser. Ułatwi to późniejsze wyszukiwanie przepisów.



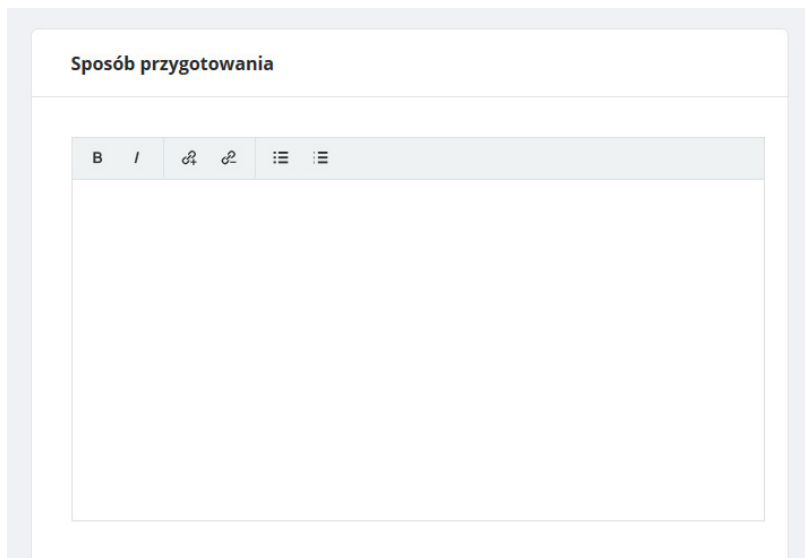
W kafelku **Produkty** wpisujemy poszczególne składowe posiłku.

Klikając **+ Dodaj produkt** możemy dodawać kolejne produkty, wpisując nazwę i wyszukując je z bazy składników.

Aby usunąć produkt, wystarczy kliknąć w ikonkę **x**

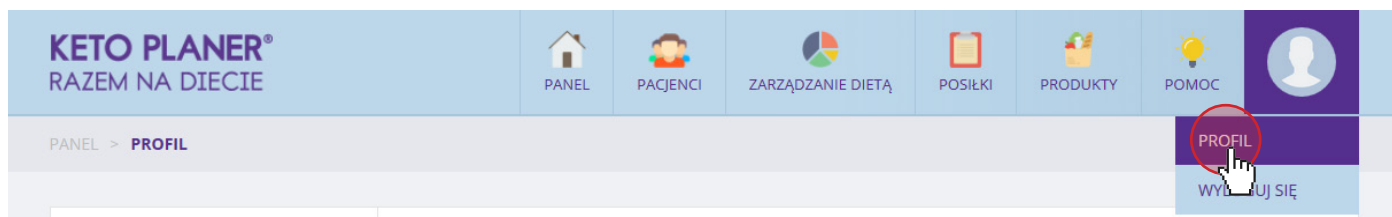
Pola tekstowe po prawej stronie służą do zapisania **sposobu i wskazówek przygotowania**.

Po zakończeniu wprowadzania wszystkich danych, aby zapisać posiłek do bazy posiłków, należy kliknąć przycisk **✓ Zapisz** na górze, po prawej stronie ekranu. Posiłek zostanie przesłany do akceptacji przez Dietetyka.



8. Edycja profilu

Po najechaniu kursorem na zdjęcie użytkownika, możemy przejść do edycji opcji związanych z edycją **PROFILU** lub **wylogować się** z systemu.



W zakładce **PROFIL** możemy zmienić dane dotyczące Pacjenta, wprowadzić dane kontaktowe, wgrać zdjęcie profilowe i zmienić hasło.

The screenshot shows the 'Ustawienia profilu' (Profile Settings) page. On the left is a sidebar with four menu items: 'Profil użytkownika' (User Profile), 'Ustawienia' (Settings), 'Zdjęcie profilowe' (Profile Picture), and 'Zmień hasło' (Change Password). The 'Profil użytkownika' item is selected and highlighted. The main content area is titled 'Twój profil' (Your Profile) and contains several input fields for user information:

- Imię (Name): Test
- Nazwisko (Surname): HCP
- Numer licencji (License Number):
- Adres e-mail (Email): hcp@keto.dev
- Numer telefonu (Phone Number): 212