

Ohje PEF.fi laskurin käyttöön

PEF-laskuri on tarkoitettu PEF-seurannan tueksi. Laskurin avulla voit merkitä talteen seurannan tuloksia ja toimittaa tulokset havainnollisesti esitettyinä ja tulostettuna terveydenhuollon henkilöstölle.

Testattavan tietojen syöttö

Jos aloitat uutta PEF-seurantajaksoa, valitse laskurin etusivulta uusi seurantajakso ”**PEF vuorokausi-seuranta**”. Laskuri avaa Testattavan tietojen syöttö -sivun. Täytä kaikki tiedot tarkasti ja oikein, jotta tiedot tallentuvat raporttiin oikein. Nämä tiedot tallentuvat vain tilapäisesti selaimen välimuistiin, ne eivät siirry palvelimelle.

Aikaisemmin tallennetun jakson jatkaminen

Valitse ”**Jatka tallennettua jaksoa**”, jos olet jo aloittanut seurannan ja tallentanut tietoja. Huomioi, että avaat oikean tiedoston tietokoneeltasi. Voit valita tallennuspaikan tai tallentaa tiedoston käyttäjäkohtaisiin ladattuihin tiedostoihin.

Laskurissa liikkuminen

Liiku ohjelmassa eteenpäin napsauttamalla sinisellä pohjalla olevia merkkejä tai käytä sivujen ylälaidassa olevia **Takaisin etusivulle** (PEF.fi pääsivulle) tai **Alkuun** (laskurin etusivulle) painikkeita.

Päivittäiset mittauskerrat

Ohjelma antaa päivämäärät valitsemasi jakson perusteella automaattisesti. Täytä puhallusten arvot (3 kpl) kirjoittamalla ne oikeaan kohtaan (aamu/ilta/puhallusno).

Jos syöttökentän kehys muuttuu punaiseksi, tarkista arvot. Puhallusarvoista kaksi suurinta saa erota toisistaan korkeintaan 20 L/min. Mikäli ero on suurempi, puhalla 1-2 lisäpuhallusta toistettavien mittausten saavuttamiseksi. Syötä lomakkeelle kolme parasta arvoa. Mikäli yksi arvoista on selvästi isompi kuin muut arvot, jätä poikkeava arvo pois. Tarkemmat ohjeet löydät PEF.fi sivuston ohjeista.

Oirepuhallukset

Säännöllisten aamulla ja illalla tehtävien puhallusten lisäksi PEF-seurannassa on tärkeää tehdä lisäpuhalluksia aina silloin, kun sinulla on tavanomaista enemmän oireita. Oirepuhallukset saat merkittyä **Lisää** napista kunkin päivämäärän jälkeen oikeanpuoleisesta sarakkeesta.

Tietojen tallennus

Voit halutessasi tallentaa syöttämäsi tiedot painamalla **Tallenna**-nappia. Tallenna tiedot haluamaasi paikkaan omalla koneellasi. Huomioi tallentamisen yhteydessä tarvittaessa oman organisaatiosi tietoturvamääräykset ja -ohjeet. Voit noutaa tallentamasi lomakkeen myöhemmin ja jatkaa keskeneräistä sarjaa. Jos sinulla on koko seurantajakson tiedot käytettävissäsi, sinun ei tarvitse tallentaa tietoja tietokoneellesi.

Vertailun laskeminen ja tulostus

Kun seurantajakso on suoritettu loppuun, voit tulostaa arvoista yhteenvedon ja graafisen tulosteen painamalla **Laske vertailu** -nappia. Tulokset voi tulostaa pdf-tulosteena painamalla sivun oikeassa ylälaidassa olevaa **Tulosta**-nappia. Voit myös tallentaa pdf-tulosteen.

Ohjelman sulkeminen

Palaa takaisin painamalla **Takaisin etusivulle** -nappia sivun ylälaidasta ja sulje selain. PEF-laskuriin syötetyt tiedot poistuvat selaimen muistista.