

Ohje PEF.fi lomakkeiden käyttöön

Täytettävät PEF-lomakkeet on tarkoitettu PEF-seurannan tueksi. Lomakkeen avulla voit merkitä talteen seurannan tuloksia ja toimittaa tulokset puhtaaksi kirjoitettuna ja tulostettuna terveydenhuollon henkilöstölle. Voit myös tallentaa tiedot .PEFDATA muodossa ja jakaa sinua hoitavan terveydenhuollon yksikön kanssa.

Testattavan tietojen syöttö

Jos aloitat uutta PEF-seurantajaksoa, valitse lomakkeen etusivulta uusi seurantajakso ”**PEF vuorokausi-seuranta**”. Lomake 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.

Lomakkeella liikkuminen

Liiku lomakkeella eteenpäin napsauttamalla sinisellä pohjalla olevia merkkejä tai käytä sivujen ylä laidassa olevia **Takaisin etusivulle** (PEF.fi pääsivulle) tai **Alkuun** (lomakkeen etusivulle) painikkeita.

Päivittäiset mittaukset

Lomake täyttää 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 rinnakkaista arvoa. Mikäli yksi arvoista on selvästi isompi kuin muut arvot, jätä poikkeava arvo pois.

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. Voit jatkaa keskeneräistä sarjaa myöhemmin samalla koneella. Jos haluat jakaa tulokset terveydenhuollon ammattilaisen kanssa, tallenna tiedot tietokoneellesi kun olet täyttänyt koko seurantajakson tiedot. Tiedosto löytyy **Ladatut tiedostot** kansioista .PEFDATA tiedostomuodossa.

Puhtaaksi kirjoitettujen arvojen tulostus

Kun seurantajakso on suoritettu loppuun, voit tulostaa arvot puhtaaksi kirjoitettuina painamalla **Tulosta tiedot** -nappia. Tulokset voi tulostaa pdf-tulosteena painamalla sivun oikeassa ylä laidassa olevaa **Tulosta**-nappia. Voit myös tallentaa pdf-tulosteen.

Lomakkeen sulkeminen

Palaa takaisin painamalla **Takaisin etusivulle** -nappia sivun ylä laidasta ja sulje selain. PEF-lomakkeelle syötetyt tiedot poistuvat selaimen muistista.