



Оглавление

Для кого этот материал	2
Предварительные условия	2
С чего начать	2
Как сделать.....	3
Как зарегистрироваться в системе?	3
Как войти в систему?	4
Как посмотреть, что мне назначил врач и инструктор?	4
Когда отвечать на опросники?	5
Что представляет собой опросник?	5
Как заниматься с инструктором?	7
Дополнительные упражнения	8
Как переписываться с врачом?	9
Как приложить файлы	10
Как изменить свои данные?	11
Что дальше?	11

Для кого этот материал

ONCOCENTER – это облачная платформа, предназначенная для дистанционного мониторинга и реабилитации пациентов. Платформа дает возможность *врачу* видеть состояние пациента, а *инструктору* – проводить онлайн занятия с пациентом.

Данный материал предназначен для пациента, который дистанционно наблюдается у врача на базе платформы ONCOCENTER.

Предварительные условия

- Устройство для работы пациента – компьютер, планшет или мобильный телефон. Устройство должно быть подключено к интернету.
- Требуется установка программного обеспечения zoom. Доступно для скачивания <https://zoom.us/support/download>.
- Пациент располагает учетной записью пациента в системе ONCOCENTER. Если у вас нет такой учетной записи, обратитесь в медицинскую организацию, в которой вы проходите лечение.

С чего начать

Аккаунт пациента в системе ONCOCENTER создается его лечащим врачом или вы можете заполнить форму самозаписи на странице <https://oncocenter.online/> (требуется нажать на **вход** и перейти по ссылке **Запись в группу занятий ЛФК**). На ваш email вы получите письмо с темой "**Вы зарегистрированы на сервисе реабилитации**", в котором содержится ссылка для начала работы. Пройдите по ссылке из письма и активируйте свой аккаунт в ONCOCENTER.

Ваша роль в системе состоит из двух частей:

- **Мониторинг.** Врач формирует для вас опросник, на который нужно периодически отвечать. Опросник содержит вопросы по самочувствию, некоторым показателям (таким как температура, давление) и принятым лекарствам.
- **Реабилитация.** Инструктор по реабилитации проводит с вами дистанционно занятия. В дополнение к онлайн занятиям инструктор рекомендует вам некоторые видеоматериалы для ознакомления и самостоятельных упражнений.

ONCOCENTER устроен так, что от вас почти не требуется инициативных действий. В рамках *мониторинга* вы будете получать на свою электронную почту опросники по расписанию. Таким же образом вы будете получать уведомления и приглашения к занятиям с инструктором в ходе *реабилитации*.

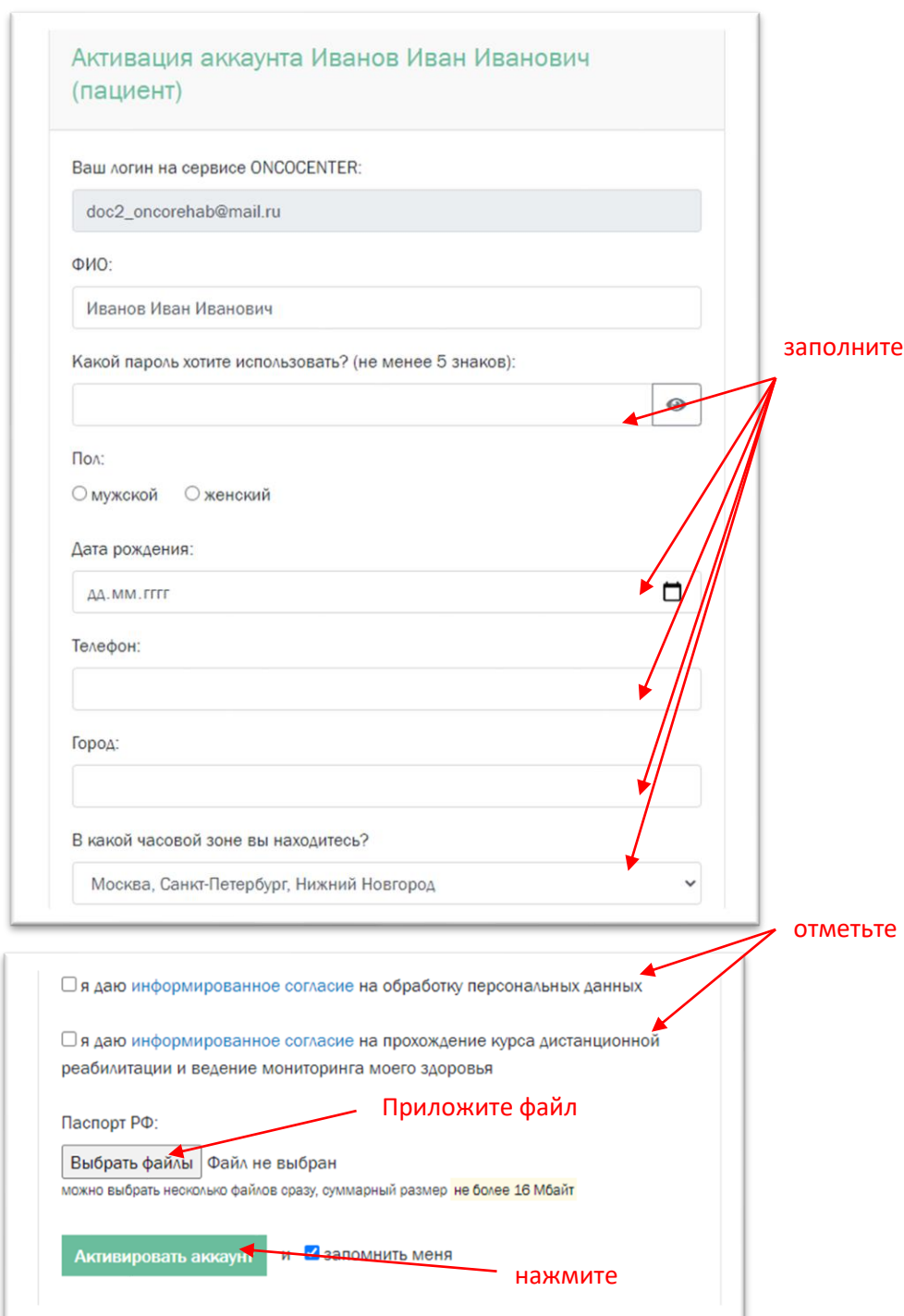
Ваша задача – выполнять простые инструкции, которые вы получите по почте от ONCOCENTER. Тем не менее вы можете выполнять самостоятельные действия, которые описаны ниже.

Как сделать...

Как зарегистрироваться в системе?

Аккаунт пациента в системе ONCOCENTER создается его лечащим врачом или вы можете заполнить форму самозаписи на странице <https://oncocenter.online/> (требуется нажать на **вход** и перейти по ссылке **Запись в группу занятий ЛФК**).

После регистрации вы получите письмо от ONCOCENTER с приглашением активировать аккаунт. Откройте ссылку в письме и выполните активацию.



Активация аккаунта Иванов Иван Иванович (пациент)

Ваш логин на сервисе ONCOCENTER:
doc2_oncorehab@mail.ru

ФИО:
Иванов Иван Иванович

Какой пароль хотите использовать? (не менее 5 знаков):

Пол:
 мужской женский

Дата рождения:
Дд. ММ. гггг

Телефон:

Город:

В какой часовой зоне вы находитесь?
Москва, Санкт-Петербург, Нижний Новгород

я даю информированное согласие на обработку персональных данных

я даю информированное согласие на прохождение курса дистанционной реабилитации и ведение мониторинга моего здоровья

Паспорт РФ:

можно выбрать несколько файлов сразу, суммарный размер не более 16 Мбайт

запомнить меня

заполните (указывает на поля пароля, даты рождения, телефона, города)

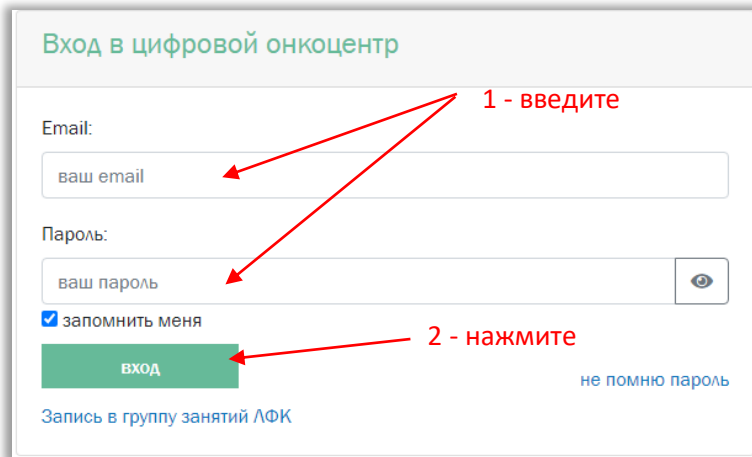
отметьте (указывает на чекбоксы согласия)

Приложите файл (указывает на поле загрузки паспорта)

нажмите (указывает на кнопку активации)

Как войти в систему?

1. Откройте в браузере адрес oncocenter.online.
2. Нажмите на Вход.



Вход в цифровой онкоцентр

Email:
ваш email

Пароль:
ваш пароль

запомнить меня

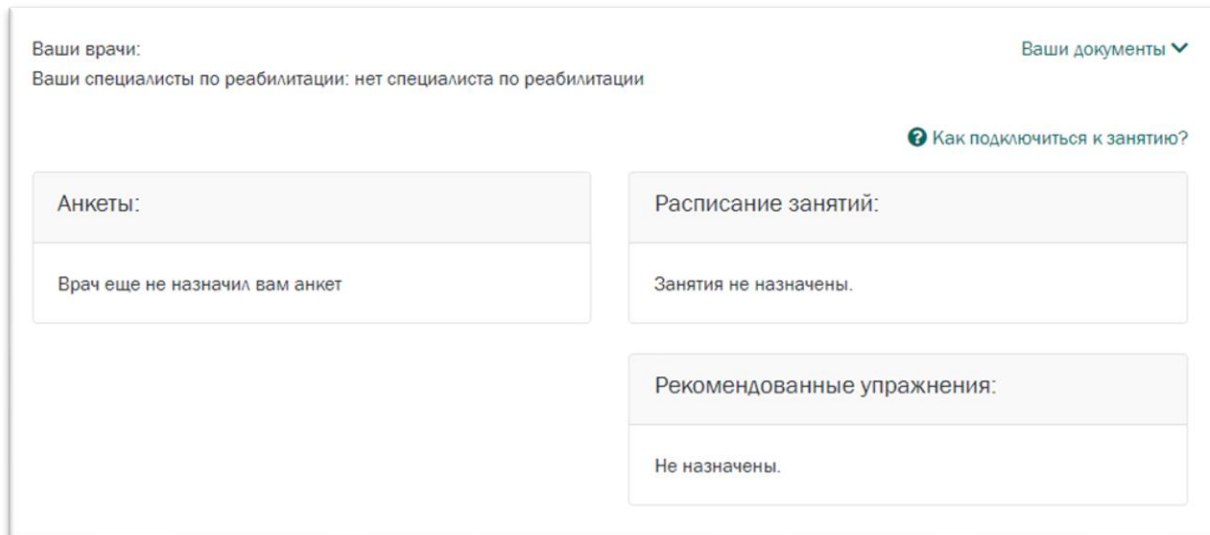
[не помню пароль](#)

[Запись в группу занятий ЛФК](#)

3. Введите свой email и пароль.
4. Нажмите на вход.

Как посмотреть, что мне назначил врач и инструктор?

После авторизации вам сразу показывается список назначений.



Ваши врачи:

Ваши специалисты по реабилитации: нет специалиста по реабилитации

Ваши документы

Как подключиться к занятию?

Анкеты:

Врач еще не назначил вам анкет

Расписание занятий:

Занятия не назначены.

Рекомендованные упражнения:

Не назначены.

Назначения разделяются на:

- назначения от врача – измерения, лекарства, анкеты – образуют *мониторинговую* часть вашего лечения;
- назначения от инструктора – расписание занятий, рекомендованные упражнения – *реабилитационная* часть.

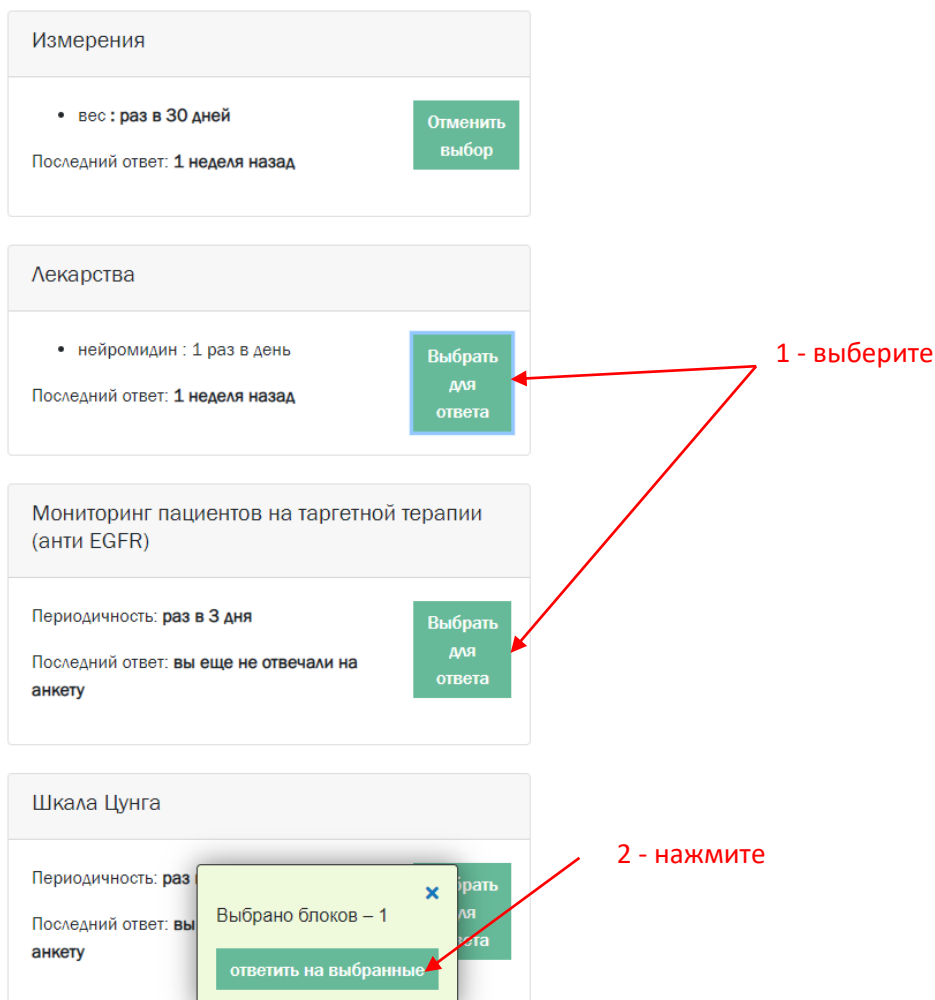
Возможно, назначения будут сначала пустыми. Они заполняются, когда врач прикрепляет к пациенту инструктора для прохождения курса реабилитации.

Не исключено, что у вас будет не один врач. Бывает, что несколько врачей ведут пациента по разным специальностям. Также может быть и больше одного инструктора. Каждый специалист имеет возможность делать свои назначения. Однако не следует волноваться из-за комплексного характера лечения – обо всех изменениях и событиях система уведомит вас.

Когда отвечать на опросники?

Обычно вам не нужно самостоятельно открывать свой опросник. По расписанию, назначенному врачом, в вечернее время вы будете получать письма (не чаще раза в день) с приглашением ответить на опросник. Просто откройте письмо и нажмите кнопку в нем – она приведет вас на нужную страницу.

Если вы хотите ответить на опросник вне расписания, откройте свою страницу в системе ONCOCENTER и выберите, на что хотите ответить.



The screenshot displays a list of survey categories in the ONCOCENTER system:

- Измерения** (Measurements): Includes 'вес : раз в 30 дней' (weight: once every 30 days). Last response: 1 week ago. Button: 'Отменить выбор' (Cancel selection).
- Лекарства** (Medications): Includes 'нейромидин : 1 раз в день' (neomidine: once a day). Last response: 1 week ago. Button: 'Выбрать для ответа' (Select for response).
- Мониторинг пациентов на таргетной терапии (анти EGFR)** (Targeted therapy monitoring): Includes 'Периодичность: раз в 3 дня' (Frequency: once every 3 days). Last response: 'вы еще не отвечали на анкету' (you have not yet answered the survey). Button: 'Выбрать для ответа' (Select for response).
- Шкала Цунга** (Zung Scale): Includes 'Периодичность: раз' (Frequency: once). Last response: 'вы еще не отвечали на анкету' (you have not yet answered the survey). Button: 'Выбрать для ответа' (Select for response).

Red arrows indicate the following steps:

- 1 - выберите** (1 - select): Points to the 'Выбрать для ответа' buttons in the Medications and Targeted Therapy Monitoring sections.
- 2 - нажмите** (2 - click): Points to the 'ответить на выбранные' (answer selected) button in the Zung Scale modal window.

Что представляет собой опросник?

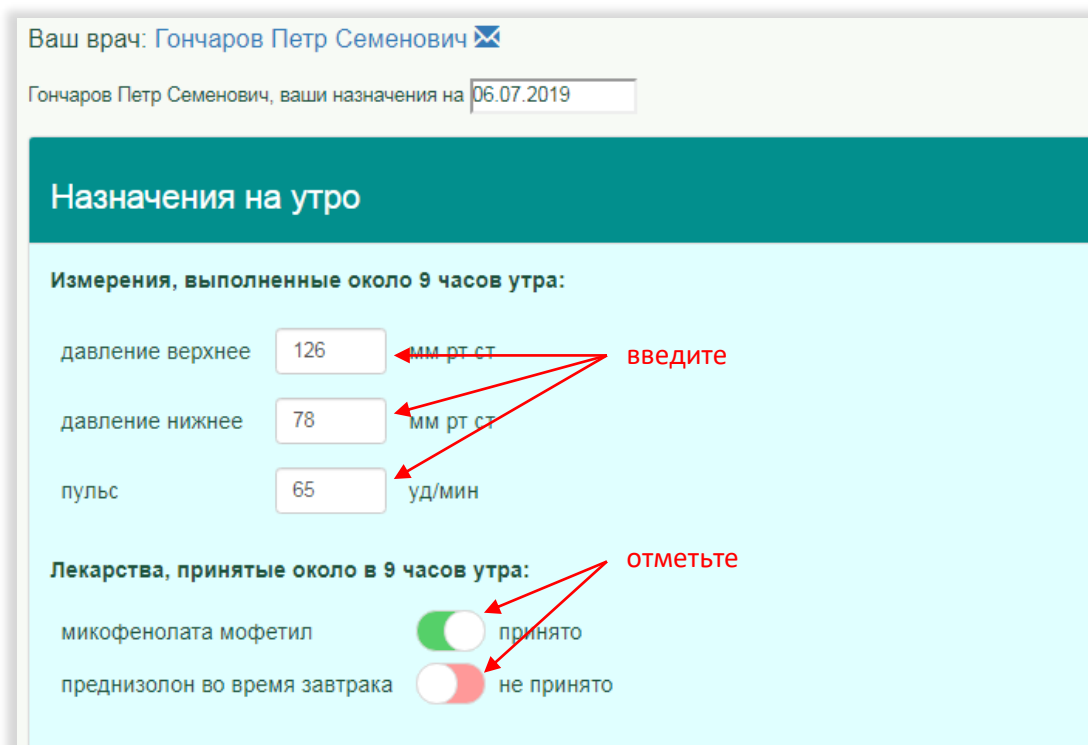
Цель опросника – составить картину вашего состояния в течение дня для врача, наблюдающего вас. Обычно врач делает назначения на конкретные периоды дня, например:

- утром (около 9 часов) измерить давление

- днем (около 14 часов) принять лекарство
 - вечером (около 20 часов) еще раз измерить давление
 - раз в 2 дня взвеситься
- и т.д.

Поэтому опросник разбит на разделы: назначения на утро, назначения на середину дня и т.д. (измерения, лекарства). Анкеты всегда относятся к вашему самочувствию в течение дня в целом.

1. Заполните ответы на вопросы, относящиеся к утренним назначениям.



Ваш врач: **Гончаров Петр Семенович** ✉

Гончаров Петр Семенович, ваши назначения на

Назначения на утро

Измерения, выполненные около 9 часов утра:

давление верхнее мм рт ст **введите**

давление нижнее мм рт ст **введите**

пульс уд/мин **введите**

Лекарства, принятые около в 9 часов утра: **отметьте**

микофенолата мофетил принято

преднизолон во время завтрака не принято

2. Аналогично заполните дневные, вечерние и общесуточные назначения. (Не обязательно в вашем случае присутствуют все они – врач, например, может ничего не назначить вам на вечер.)
3. Ниже расположен раздел анкет. Ответьте на каждый вопрос либо выбором одного из вариантов ответа, либо установкой "бегунка" в положение, соответствующее интенсивности ощущения.

Исходно все ответы установлены в положение "норма" (ничего не беспокоит), поэтому обратите внимание только на те моменты, где ваше самочувствие отличается нормального.



Температура
● Нормальная температура 36,5 - 37

Рвота
● Рвоты нет

Диарея
● Диарея 2-4 раз в день

● Диареи нет
● Диарея 2-4 раз в день
● Диарея чаще 5-7 раз в день
● Диарея непрекращающаяся

или

Головокружения
● 4

Нарушение равновесия
● 0

Головная боль
● 5

оцените интенсивность ощущения: 0 — отсутствует, 10 — максимум

5

4. Если вы хотите что-то сообщить врачу помимо анкетных данных, напишите это в поле Комментарий внизу анкеты. Вы также можете приложить к опроснику файлы (например, результаты анализов – их увидит врач).

напишите, если нужно

Что еще вы хотели бы сообщить врачу?

ваш комментарий...

Анализы, обследования, документы:

Выбрать файлы | Файл не выбран

можно выбрать несколько файлов сразу, суммарный размер не более 16 Мбайт

нажмите и выберите файлы, если нужно

нажмите

Отправить данные

5. Нажмите Отправить данные.

Как заниматься с инструктором?

Расписание ближайших занятий вы всегда можете видеть на своей главной странице ONCOCENTER. Когда подойдет время очередного занятия (примерно за 10 минут до начала), вы получите на электронную почту уведомление с кнопкой перехода к занятию. Одновременно на вашей главной странице появится кнопка Перейти к занятию.

2- нажмите после установки Zoom

1- нажмите

Перейти к занятию

Для участия в онлайн-занятиях необходимо установить программное обеспечение zoom.
Если приложение zoom уже установлено, повторная установка не требуется.

Измерения

- вес : раз в 30 дней
- давление : раз в 3 дня

Выбрать для

Расписание занятий:

Цели реабилитации:



Перед тем как начать первое занятие **необходимо установить программу Zoom**, которая обеспечивает видеосвязь. Нажмите на ссылку и следуйте несложным инструкциям по установке. Zoom будет установлен на устройство, которым вы пользуетесь – компьютер, планшет, мобильный телефон.

Когда установка Zoom завершится, нажмите [Перейти к занятию](#). Zoom нужно **установить только один раз**, поэтому если он уже был установлен раньше, переходите к занятию сразу.

Дополнительные упражнения

Дополнительно к онлайн занятиям инструктор может рекомендовать вам некоторые видео-ролики:

- упражнения для самостоятельного выполнения;
- информационные ролики, с которыми полезно ознакомиться.

Список этих рекомендаций вы видите на своей главной странице, в разделе реабилитации.

Рекомендованные упражнения:


[Комплекс упражнений:](#)

№	Название
1.	Школа для родителей. Элементы логопедического массажа при различных поражениях центральной системы. (назначил: Петров Николай Евгеньевич)
2.	Школа для родителей. Индивидуальный образовательный маршрут для детей после ЧМТ и ОВЗ (назначил: Петров Николай Евгеньевич)

[Перейти к рекомендациям](#) ← нажмите

Нажмите [Перейти к рекомендациям](#), чтобы открыть видео.

**РЕКОМЕНДОВАННЫЕ
УПРАЖНЕНИЯ** < на главную



Посмотреть на YouTube

Комплекс упражнений:

Школа для родителей. Элементы логопедического массажа при различных поражениях центральной системы.

Школа для родителей. Индивидуальный образовательный маршрут для детей после ЧМТ и ОВЗ

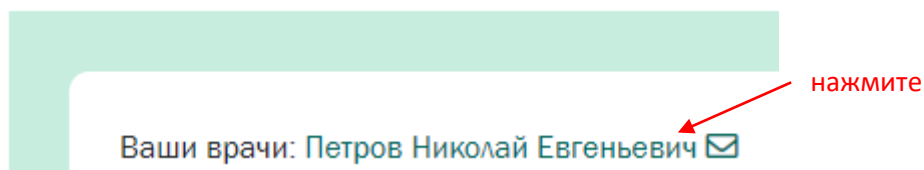
На странице рекомендаций видео разделены на два списка: *упражнения* и полезная *информация*. Выполняйте упражнения в соответствии с указаниями инструктора. Также смотрите информационные видео – они содержат полезные советы для вашего случая.

Как переписываться с врачом?

Если при регистрации вас как пациента врач включил режим переписки (что скорее всего), вы можете отправить ему письмо, которое он получит на свой адрес email.

Переписка устроена так, что, хотя вы с врачом обмениваетесь письмами через обычное почтовое приложение, вы не видите адресов друг друга.

Первое письмо отправляется через форму сайта ONCOCENTER – либо вы пишете врачу, либо он вам. Дальше можно обмениваться письмами без участия сайта, просто нажимая "Ответить" в своем почтовом приложении.



1. Нажмите на имя врача на своей странице ONCOCENTER.
2. Приложите, если нужно, файлы (например, результаты анализов).



ОТПРАВКА EMAIL < на главную

Ваши врачи: Петров Николай Евгеньевич ✉ Ваши
Ваши специалисты по реабилитации: Петров Николай Евгеньевич ✉ документы ▼

Письмо будет отправлено врачу **Петров Николай Евгеньевич** от сервиса opocenter. Ваш личный адрес email не будет раскрыт. При ответе через почтовый клиент в переписку может попасть автоподпись с вашими контактами.

Тема письма: **1 - напишите**

Сообщение: Иванов Иван Иванович

Текст письма:

добавить файлы **приложите файлы, если нужно**

Выбрать файлы Файл не выбран

можно выбрать несколько файлов сразу, суммарный размер не более 16 Мбайт

Отправить Отменить

Нажмите Отправить.

Как приложить файлы

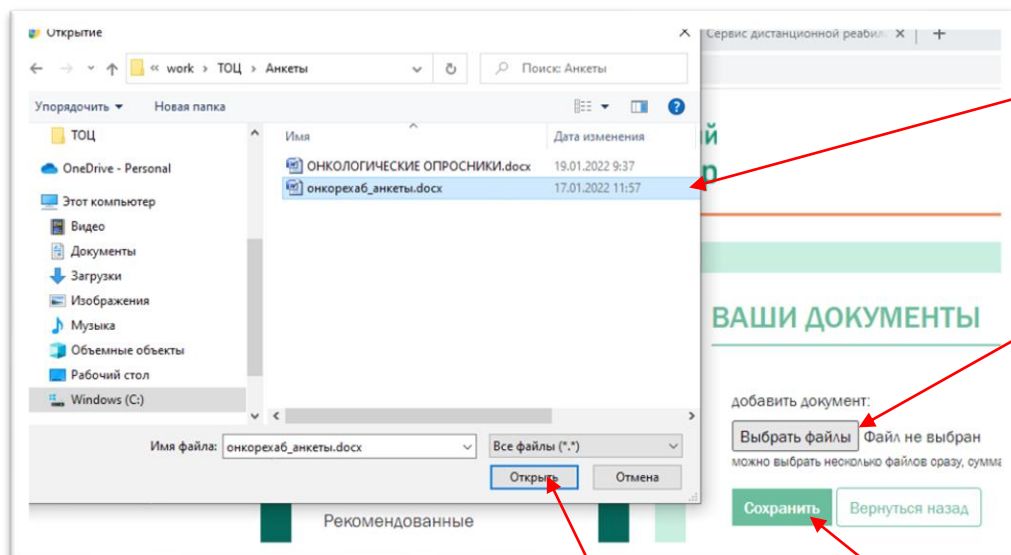
1. Нажмите Ваши документы
2. Нажмите Добавить/удалить

Ваши документы ▼ **1 - нажмите**

нет

добавить/удалить **2 - нажмите**

3. Нажмите Выбрать файл



4. Укажите файл и нажмите Открыть

5. Нажмите Сохранить

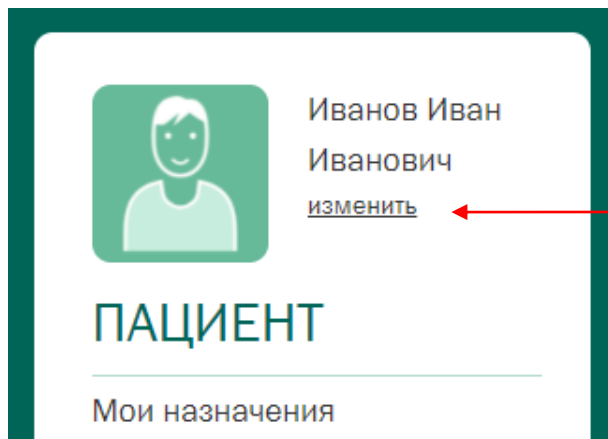
3 - нажмите

4 - нажмите

Приложенный файл становится доступен вашему лечащему врачу и специалисту реабилитологу.

Как изменить свои данные?

1. Выберите в меню пункт Профиль.



2. Измените данные, какие сочтете нужным. Можно поменять свой email, сменить пароль и т.д.

3. Нажмите Сохранить.

Что дальше?

Платформа ONCOCENTER развивается. Будут появляться новые полезные функции, во многом благодаря вашим запросам и пожеланиям. Мы рады принять ваше мнение и помочь в работе – пишите на support@onconet.online.