HOŞ GELDINIZ

Daha düzenli bir sağlık yolculuğu

20 günlük denemede sağlık bilgilerini bir araya getirin; doktor öncesi ve sonrası takip adımlarını keşfedin.

Doktorun söyledikleri, ilaç saatleri, tahliller ve aklınıza gelen sorular farklı yerlerde kalabilir. BebeRutin toplar, düzenler, özetler ve zamanı geldiğinde hazır eder.

1. **HAZIRLAN**
   Bilgileriniz ve sorularınız hazır olsun.
2. **KAYDET**
   Doktorun önerilerini bir araya getirin.
3. **TAKİP ET**
   Takvim, hatırlatma ve tamamlanma.
4. **YENİDEN HAZIRLAN**
   Geçmiş kayıtlarla sonraki görüşmeye.



Akışı anlatan temsili görünüm

Başlamadan önce

Gerçek sağlık verileriyle kullanımın açıldığı bildirilene kadar verilen örnek profil ve belgeleri kullanın. BebeRutin tanı koymaz veya tedavi önermez; doktorunuzun yönlendirmesi esastır.

Denemede beklentimiz: Kusursuz kullanım değil, dürüst geri bildirim. Nelerin yardımcı olduğunu ve nerede takıldığınızı öğrenmek istiyoruz.

İLK KULLANIM

Profil, günlük plan ve hatırlatma

Önce temel bilgileri girin. Sonra günlük hayatta tekrar kullanabileceğiniz bir takip oluşturun.

01 Çocuğunuzun profilini oluşturun

Giriş bilgilerinizi kullanarak profil oluşturun. Doğum tarihi ve temel bilgileri kontrol edin. Varsa alerji, devam eden rahatsızlık ve sağlık geçmişini ekleyin. Birden fazla profil varsa doğru çocuğu seçin.
Deneyin: Kaydedin, ekrandan çıkın ve bilgiyi tekrar bulun.

02 Ana Sayfa ve Bugün bölümünü keşfedin

Ana Sayfa'yı inceleyin. Bugün bölümünde o güne ait ilaç, vitamin ve sağlık görevlerine bakın. Yeni görev ekledikten sonra tekrar dönüp doğru gün ve saatte göründüğünü kontrol edin.
Düşünün: Bugün ne yapacağınız kolayca anlaşılıyor mu?

03 İlaç veya vitamin ekleyip hatırlatma kurun

İlaç kullanıyorsa mevcut ilacını; kullanmıyor ama vitamin veya takviye alıyorsa onu ekleyin. Mevcut plana göre miktar, sıklık, saat ve varsa süreyi girin. Hatırlatma kurun ve bildirim iznini kontrol edin.
Deneyin: Bildirim geldi mi? Kullanımdan sonra görev tamamlandı olarak işaretlenebiliyor mu?

Hiçbir ürün kullanmıyorsa

Verilen örnek kayıtla deneyin; test için yeni bir ürün kullanmaya başlamayın. Önemli sağlık görevlerinde deneme boyunca mevcut takip yönteminizi sürdürün.

BELGELER VE BILGIYE ERIŞIM

Belgeleriniz elinizin altında

Kâğıt, PDF ve WhatsApp belgelerini aynı sağlık arşivinde düzenlemeyi ve yeniden bulmayı deneyin.

04 Üç farklı yoldan belge ekleyin

Kâğıt: Reçete, tahlil veya raporun fotoğrafını çekip kaydedin.
WhatsApp: Gelen belgeyi veya görseli telefonun paylaşma seçeneğiyle BebeRutin'e aktarın.
Her kayıtta doğru çocuğu, belge başlığını ve tarihi kontrol edin. Kaydettikten sonra belgeyi tekrar açın.

05 e-Nabız belgesini klasörüne alın

1. e-Nabız'dan çocuğunuza ait bir tahlil veya raporu PDF olarak alın.
2. Telefonda Paylaş → BebeRutin seçeneğini kullanın.
3. Kaydedileceği yer olarak e-Nabız Belgeleri klasörünü seçin.
4. Çocuğunu, başlığını ve tarihini kontrol ederek kaydedin.
5. Arşivde e-Nabız Belgeleri klasörüne dönüp PDF'yi yeniden açın.

06 Bir kaydı Arama ile bulun

Arama alanında eklediğiniz bir belgenin, ilacın veya vitaminin adını yazın. Sonuçtan ilgili kaydı açmayı deneyin.
Düşünün: Aradığınız bilgi bulundu mu? Hangi kelimeyi yazacağınız açık mıydı?

Akıllı belge bilgilerini kontrol edin

Belgeden bilgi çıkarma seçeneğini kullanırsanız oluşturulan bilgileri asıl belgeyle karşılaştırıp doğrulayın. e-Nabız adımını gerçek veri kullanımına izin verildikten sonra uygulayın.

SAĞLIK HAFIZASINI BESLEYIN

Gözlem, büyüme ve özel bakım

Küçük kayıtlar birikir; zaman içinde doktorla paylaşabileceğiniz daha düzenli bir geçmiş oluşturur.

07 Günlük gözlem ve not ekleyin; ANLAT'ı deneyin

Uyku, iştah, ateş, öksürük veya sizi düşündüren bir değişikliği tarihiyle kaydedin. Doktora sorularınızı ayrıca ekleyin. Yazmak yerine ANLAT özelliğiyle aktarın; metni kontrol ederek kaydedin.
Deneyin: Kaydı daha sonra bulun ve düzenleyin.

08 Büyüme ve gelişim kayıtlarını inceleyin

Kilo ve boyu ölçüm tarihiyle girin. Yaşa uygun olduğunda baş çevresini de kaydedin. Kayıtları ve büyüme grafiklerini inceleyin; birden fazla tarihli ölçüm varsa değişime bakın.
Düşünün: Geçmiş ölçümlerle karşılaştırma yapmak kolay mı?

09 Aşılar ve özel bakım bilgilerini kontrol edin

Aşı kayıtlarını inceleyin, bildiğiniz bilgileri ekleyin ve ilgili takvim kayıtlarını kontrol edin. Alerji, astım veya düzenli takip gerektiren bir durum varsa doktorun istediği gözlem, tetkik ve kontrolleri takip planına ekleyin.
Çocuğunuz için geçerli olmayan adımları atlayabilirsiniz.

Her kayıt aynı sağlık hafızasını besler

Notlar, belgeler, ölçümler ve ziyaretler birlikte anlam kazanır. Bilgilerin doğru tarihli ve doğru çocuğa ait olduğunu kontrol edin.

DOKTOR ÖNCESI VE SONRASI

Hazırlanın, kaydedin, takip edin

Tek bir ziyaretin ötesinde: doktor önerilerini günlük hayatta uygulanabilir bir plana taşıyın.

10 Randevu ekleyin ve Doktora Hazırlan'ı açın

Doktoru, tarihi ve ziyaret nedenini girin. İlgili geçmiş kayıtları, ilaçları, belgeleri ve gözlemlerinizi seçin; doktora sorularınızı ekleyin. Hazırlık özetini inceleyip PDF'yi açın. Gerçek randevunuz yoksa örnek bir randevuyla deneyin.

11 Doktor Dashboard'unu ve PDF'sini inceleyin

Dashboard kayıtlı sağlık bilgilerini anlaşılır bir genel özette bir araya getirir. İlaçlar, alerjiler, ölçümler, ziyaretler ve diğer bilgilerin yansımasını inceleyin; PDF özetini açın. Fark: Doktora Hazırlan belirli bir görüşmeye yöneliktir; Dashboard genel sağlık görünümünü sunar.

12 Ziyareti Tamamla: önerileri plana dönüştürün

Doktorun önerilerini yazıyla veya ANLAT ile aktarın; varsa reçete ve belgeleri ekleyin. Ziyaret özetini kontrol edin: ilaç adı, doz, sıklık, tetkikler, kontrol tarihi ve gözlemler doğru mu? Doğruladıktan sonra planı kaydedin; özeti yeniden açın.

13 Sağlık Takvimi'nde uygulayın ve takip edin

Görevlerin doğru tarihte göründüğünü kontrol edin. Yaptıklarınızı tamamlandı olarak işaretleyin, bekleyenleri inceleyin. Yeni görüşme öncesinde geçmişinize dönün: neler uygulandı, neler bekliyor, hangi yeni bilgi eklendi?

20 GÜNLÜK DENEME

Sizin deneyiminiz yol gösterecek

Bütün ekranları her gün kullanmanız gerekmiyor. İhtiyaç duyduğunuzda dönün; deneyiminizi olduğu gibi paylaşın.

İLK GÜNLER

Profil, ilaç veya vitamin, hatırlatma, belge ekleme ve Arama.

İLK HAFTA

Gözlem, ölçüm, randevu, Doktora Hazırlan ve Dashboard.

8-19. GÜNLER

Günlük ihtiyaçlarda kullanım; takvim, belgeler ve varsa doktor ziyareti.

20. GÜNÜN SONUNDA

Değerlendirme anketini doldurun; devam etme nedeninizi anlatın.

Geri bildiriminizde bunları anlatın

- Nerede zorlandınız veya ne yapacağınızı anlayamadınız?
- Hangi özellik günlük hayatınızda gerçekten işe yaradı?
- Uygulamaya kendi isteğinizle döndünüz mü; ne için?
- Bir bilgi kayboldu, yanlış göründü veya kaydedilemedi mi?
- Eksikliğini hissettiğiniz bir şey oldu mu?
- Deneme sonunda kullanmaya devam etmek ister misiniz; neden?

Bir sorun yaşarsanız

Hangi ekranda, hangi işlemi yaparken olduğunu belirtin. Ekran görüntüsü paylaşırsanız kişisel ve sağlık bilgilerini gizleyin. Takıldığınız yerler de değerli geri bildirimdir.

İçerik notu: Bu rehber pilot hazırlık taslağıdır. Dağıtımdan önce ekran adları ve özelliklerin pilot sürümdeki çalışması kontrol edilmelidir. Slaytlarda yer alan ailece paylaşım, Acil Sağlık Kartı ve konuşarak uygulamayı yönetme, kullanılabilirlikleri doğrulanana kadar deneme görevlerine dahil edilmemiştir.