D-Diet
Dialysis Diet Charts

# NÁPOVĚDA

## Úvod

Aplikace funguje jako průběžný přehled příjmu tekutin a minerálů pro usnadnění dodržování diety a pitného režimu pro dialyzované pacienty.

Budete mít neustále na očích, co si ještě můžete dovolit sníst/vypít do příští dialýzy.

Celý systém je založen na tom, že uživatel ručně zadává veškerý příjem potravy a tekutin. To znamená, že vždy, když něco vypije nebo sní, zadá to do systému, kde je možné jednotlivé položky (druhy nápojů a potravin) vyhledat v databázi a následně potvrdit. Aplikace po zadání z tabulky automaticky vypočítá objem tekutin a množství draslíku a fosforu z nápojů i potravin. Hodnoty všech příjmů se sčítají a průběžně zobrazují v přehledných ukazatelích. Hodnoty na každém ukazateli jsou barevně odlišeny. Zelně jsou zobrazeny hodnoty od nuly do optimální hodnoty, která odpovídá doporučenému příjmu mezi jednotlivými dialýzami, a červeně do maximální hodnoty, která by neměla být překročena. Ukazatel měří hodnoty průběžně od konce jedné dialýzy (kdy dialyzační přístroj odfiltruje z krve přebytečný draslík a fosfor a prostřednictvím ultrafiltrace sníží množství vody v organismu) do začátku příští dialýzy (dle nastavení v kalendáři) a zobrazuje přehled v intervalu mezi dvěma dialýzami. V průběhu dialýzy aplikace neměří. Po skončení dialýzy se hodnoty draslíku a fosforu vynulují a počítání začíná znovu od začátku. V případě tekutin zadá uživatel po skončení dialýzy novou výchozí váhu (jíž bylo dosaženo) a od této hodnoty se začne počítat nové množství přijatých tekutin.

V rozšířené verzi aplikace je možné rozšiřovat databázi potravin o další položky a je zde i možnost sestavit si z jednotlivých položek databáze vlastní pokrmy,

které uživatel pravidelně konzumuje, a uložit si je od vlastním názvem pro snazší budoucí zadávání.

Z uvedeného vyplývá, že správné fungování aplikace je založeno na disciplíně uživatele, kdy je třeba svědomitě zadávat opravdu vše, co člověk sní nebo vypije. K dispozici je i vyhledávání hodnot draslíku, fosforu a množství vody v jednotlivých potravinách v offline databázi pro přehled, kolik kterých látek daná potravina obsahuje a je-li vhodná pro zahrnutí do jídelníčku. Položky s vyšším obsahem jednotlivých látek jsou pro upozornění barevně odlišeny. Uložené položky je možno zobrazit v denním seznamu (i zpětně, podle data). Tečka u konkrétního data označuje, kdy bylo provedeno nějaké zadání konzumace.

**Vysvětlení jednotlivých položek nabídek**

**KONZUMACE:**

Nabídka Konzumace obsahuje dvě karty, Potraviny a Pokrmy.

Na kartě Potraviny je zobrazena tabulka pro výběr zkonzumovaných potravin/nápojů. Každý řádek tabulky obsahuje symbol potraviny/nápoje, název položky, způsob zadávání (váha/objem) a informační ikonku.

V horní části tabulky je ikonka vyhledávání, informační ikonka a ikonka filtru. Po klepnutí na ikonku vyhledávání můžete zadat název potraviny nebo nápoje a již v průběhu psaní se začnou položky tabulky odpovídajícím způsobem filtrovat. Po klepnutí na informační ikonku se zobrazí legenda s vysvětlením použitých barev. Po klepnutí na ikonku filtru je možné položky vzestupně nebo sestupně třídit podle množství draslíku nebo fosforu.

Pokud některou položku nemůžete v tabulce najít, zkuste zadat jiný název. Pokud se daná položka v tabulce nevyskytuje, vyberte potravinu podobného charakteru. Ve verzi Premium máte možnost přidávat do tabulky nové položky.

Premium: V horní části na kartě Potraviny je umístěna lišta Přidat potravinu pro vkládání nových položek do tabulky. Po klepnutí na lištu se zobrazí dialogové okno, kde se zadává název položky, typ (potravina / nápoj) a hodnoty jednotlivých obsažených látek.

Karta Pokrmy obsahuje lištu Přidat pokrm pro zadání nového vlastního pokrmu a pod ní seznam již vytvořených pokrmů. Po klepnutí na lištu se zobrazí

dialogové okno pro vytvoření pokrmu. Zde můžete postupně vyhledat jednotlivé položky z tabulky potravin/nápojů a zadat jejich množství obsažené ve vytvářeném pokrmu. Jakmile máte vyplněné všechny obsažené položky, zadáte vlastní název daného pokrmu a pokrm uložíte pro další použití.

V dolní části nabídky Konzumace je lišta Denní seznam. Seznam zobrazíte klepnutím na lištu.

Po rozkliknutí položky se zobrazí vstupní okno s názvem položky, datem zadávání, vstupním polem množství a seznamem sledovaných hodnot v přepočtu na zadané množství. Okno také obsahuje přepínač pro změnu způsobu zadávání – množství (hmotnost/objem) nebo přednastavené porce (u některých položek).

Zpočátku je dobré jednotlivé položky vážit (resp. měřit objem nápojů), ale po nějaké době už budete mít odhad. Většina jídel se také opakuje, a proto je jejich další zadávání do systému snazší.

**Denní seznam**

Denní seznam obsahuje položky zkonzumované v daném dni (v kalendáři označen tečkou). Zobrazený den je možné změnit zadáním jiného data po klepnutí na ikonku kalendáře. Jednotlivé uložené položky je možno změnit (klepnutím na položku a úpravou zadaného množství) nebo odstranit. Také můžete přidat nové (zapomenuté) položky, které se uloží do zobrazeného dne: Zobrazte požadovaný den a vyberte zapomenutou položku z hlavní tabulky. Po jejím uložení se daná položka připíše na seznam zobrazeného dne v Denním seznamu.

Karta Pokrmy (verze Premium) nabízí možnost zadávání a ukládání vlastních pokrmů složených z jednotlivých položek tabulky s potravinami.

**PROFIL:**

ZÁKLADNÍ ÚDAJE

DÉLKA DIALÝZY – Předepsaná doba trvání jednoho dialyzačního sezení (v hodinách a minutách).

SUCHÁ VÁHA – Zadání stanovené suché váhy v kilogramech. Zde zadejte suchou váhu, kterou máte stanovenou od lékaře. V případě změny pak znovu zadejte upravenou hodnotu. Aktuální váha se zadává vždy po dialýze do pole Váha po dialýze.

VÁHA PO HD – Zadání váhy dosažené po dialýze v kilogramech. Ideálně je shodná s předepsanou suchou váhou, ale v některých případech se může lišit. Rozdíl mezi touto váhou a suchou váhou se použije jako výchozí bod pro ukazatel množství tekutin.

DIURÉZA – Zadání hodnoty zbytkové diurézy (množství moči v mililitrech za 24 hodin). V případě, že už nic nemočíte, zadejte hodnotu 0 (nula).

VAZAČE FOSFÁTŮ – Zde uveďte, zda užíváte nějaké vazače fosfátů, např. vápno ($CaCO_3$), Sevelamer (Renvela) apod. V případě, že tyto léky užíváte, zadejte Ano, jinak zadejte Ne.

PROGRAM DIALÝZY

Po klepnutí na lištu dole s červeným pruhem zadejte postupně den v týdnu a čas začátku a konce jednotlivých dialyzačních sezení. Nastavení každého dne uložte klepnutím na ikonku uložení. Chcete-li provést stálou změnu některého termínu dialýzy, klepněte na příslušnou lištu (daného dne v týdnu) a klepnutím na ikonku odstranění tento den smažte. Následně pomocí vkládací lišty zadejte jiný den v týdnu a čas začátku a konce a po uložení se termíny v kalendáři přepíší. Chcete-li změnit pouze jednotlivý termín a celý program jinak zachovat, klepněte na příslušný den v kalendáři (na jeho datum) a změňte uvedené údaje.

**MOŽNOSTI:**

JAZYK – Nastavení jazyka aplikace. Zde si můžete nastavit jazyk, ve kterém se bude aplikace zobrazovat. Na výběr je čeština nebo angličtina. Výchozí jazyk se nastaví podle nastavení jazyka v telefonu. Chcete-li přepínat na jiné jazyky, je potřeba, aby byl požadovaný jazyk nainstalovaný v telefonu.

**NÁPOVĚDA:**

PŘEHLED – Úvodní informace k aplikaci, jejímu systému a použitým hodnotám.

NÁPOVĚDA – Nápověda k aplikaci s vysvětlením jednotlivých položek nabídek.

PRŮVODCE NASTAVENÍM – Průvodce úvodním nastavením a používáním aplikace.

ODMÍTNUTÍ ODPOVĚDNOSTI – Prohlášení o zřeknutí se odpovědnosti za problémy spojené s používáním aplikace.

AKTUALIZACE – Zde jsou uvedeny změny obsažené v nové aktualizaci.

OCHRANA OSOBNÍCH ÚDAJŮ – Odkaz na Webovou stránku, kde jsou uvedeny Zásady ochrany osobních údajů.

O APLIKACI – Informace o aplikaci.