

Quick Guide Fytek

Fytek is dé app voor therapeuten!
Voor meer inzicht en een sneller herstel
van uw patiënten.

- www.fytek.nl -



Quick Guide

Inhoudsopgave

Stap 1: Inloggen	blz: 3
Stap 2: Cliënt gegevens invoeren	4
Stap 3: Keuze oefeningen	5
Stap 4: Oefeningen selecteren	6
Stap 5: Tijdspad vastleggen	7
Stap 6: Printen of mailen	8
Vrije oefeningen optie	9



Aan de slag met Fytek

Wanneer u een (demo-)account heeft aangemaakt, kunt u aan de slag met Fytek. Deze Quick Guide zorgt ervoor dat u snel van start kunt gaan. De basis functies worden hier dan ook uitgelegd. Komt u er niet helemaal uit? Of heeft u toch nog vragen, neem dan contact met ons op via www.fytek.nl. Hier vindt u tevens veelgestelde vragen en instructiefilmpjes.

Stap 1: Inloggen

Inloggen kan op twee manieren.

Gebruikt u een EPD?

Wanneer u gebruik maakt van de EPD's **Abakus** of **Fysiomanager** kunt u dit aangeven wanneer u een (demo-)account aanvraagt. Er wordt dan automatisch een verzoek verstuurd naar het betreffende EPD. Hierna wordt de koppeling door het EPD actief gemaakt, er wordt gestreefd dit binnen 3 werkdagen te doen.

Wanneer de Fytek-knop verschijnt in uw EPD dient u eenmalig uw gebruikersnaam en wachtwoord van Fytek in te vullen in het inlogscherm. Dit inlogscherm volgt als u op de Fytek-knop drukt. Als u op een later moment weer op de knop drukt, zult u automatisch naar Fytek worden doorgestuurd.

Maakt u gebruik van een andere EPD? Hier vindt u instructievideo's van andere EPD's:

- **Intramed** (indien de link niet werkt: <http://bit.ly/Fytek-Intramed>)
- **De heer software** (indien de link niet werkt: <http://bit.ly/Fytek-deheer>)

Inloggen portal

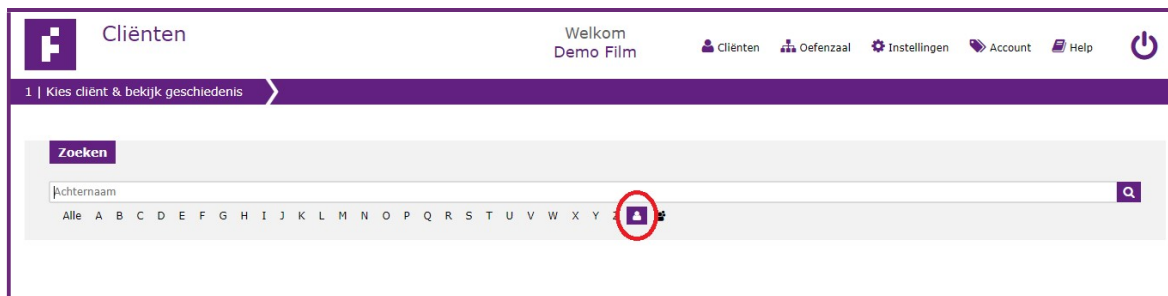
De tweede manier is via de portal van Fytek. Ga naar portal.fytek.nl. Hier kunt u met uw inloggegevens inloggen.

The screenshot shows the Fytek login and registration interface. On the left, under the 'Inloggen' tab, there are input fields for 'Gebruiker' (username) with the value 'Demofilm' and 'Wachtwoord' (password) with masked characters. Below these fields is a security warning: 'Veilige toetsenbord invoer is ingeschakeld' (Secure keyboard input is enabled). On the right, under the 'Aanmelden' tab, there is text explaining the account creation process. It states: 'Indien u geen inlog account heeft op Fytek, kunt u als praktijk voor fysiotherapie een account afsluiten.' (If you do not have a login account on Fytek, you can as a physiotherapy practice create an account). It also provides links for creating a new account, creating a demo account, or creating a paid account. At the bottom, there is a section titled 'Gebruikt u een EPD?' (Do you use an EPD?) which explains that users of 'Abakus' or 'Fysiomanager' can specify this during account creation, leading to an automatic request to the respective EPD to activate the connection within 3 working days.

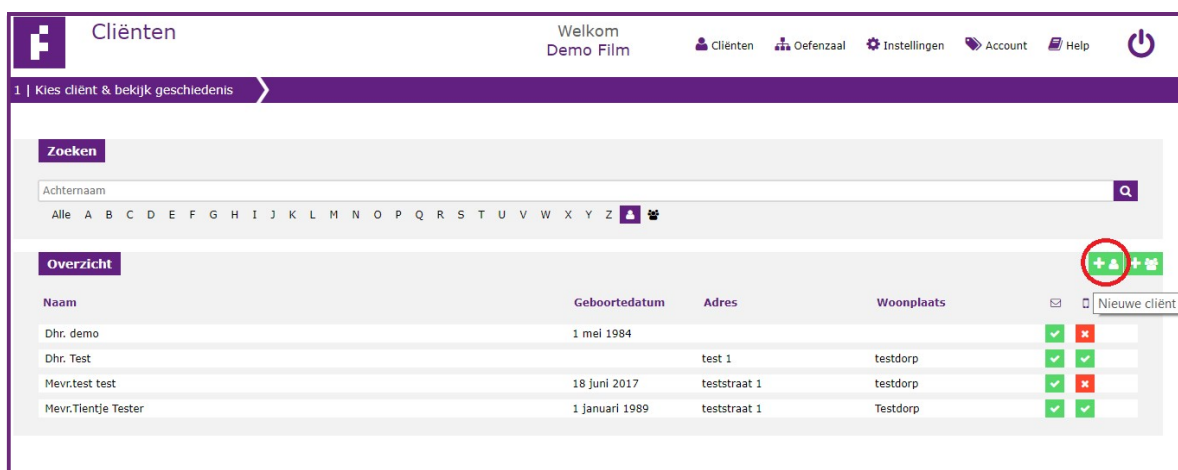


Stap 2: Cliënt gegevens invoeren

Ga in de portal naar 'Cliënten' in het menu. Klik vervolgens op het paarse icoontje naast alle letters van het alfabet. Klik vervolgens op het groene icoontje (nieuwe cliënt) aan de rechterkant.



The screenshot shows the 'Cliënten' portal interface. At the top, there is a navigation bar with the title 'Cliënten' and a welcome message 'Welkom Demo Film'. Below the navigation bar, there is a search bar labeled 'Zoeken' with the placeholder text 'Achternaam'. To the right of the search bar, there is a purple icon next to the alphabet letters, which is highlighted with a red circle.



The screenshot shows the 'Cliënten' portal interface. At the top, there is a navigation bar with the title 'Cliënten' and a welcome message 'Welkom Demo Film'. Below the navigation bar, there is a search bar labeled 'Zoeken' with the placeholder text 'Achternaam'. Below the search bar, there is a table with the following columns: 'Naam', 'Geboortedatum', 'Adres', 'Woonplaats', and 'Nieuwe cliënt'. The table contains three rows of client data. A red circle highlights the green icon for adding a new client.

Naam	Geboortedatum	Adres	Woonplaats	Nieuwe cliënt
Dhr. demo	1 mei 1984			<input checked="" type="checkbox"/>
Dhr. Test		test 1	testdorp	<input checked="" type="checkbox"/>
Mevr.test test	18 juni 2017	teststraat 1	testdorp	<input checked="" type="checkbox"/>
Mevr.Tientje Tester	1 januari 1989	teststraat 1	Testdorp	<input checked="" type="checkbox"/>

Voer vervolgens de gegevens in van de cliënt. Wanneer de cliënt de app wil gebruiken, is alleen de naam en eventueel het e-mailadres noodzakelijk. Wanneer u alle gegevens heeft ingevuld, klikt u op het groene icoontje rechtsboven om alles op te slaan. Uw cliënt is nu opgeslagen.



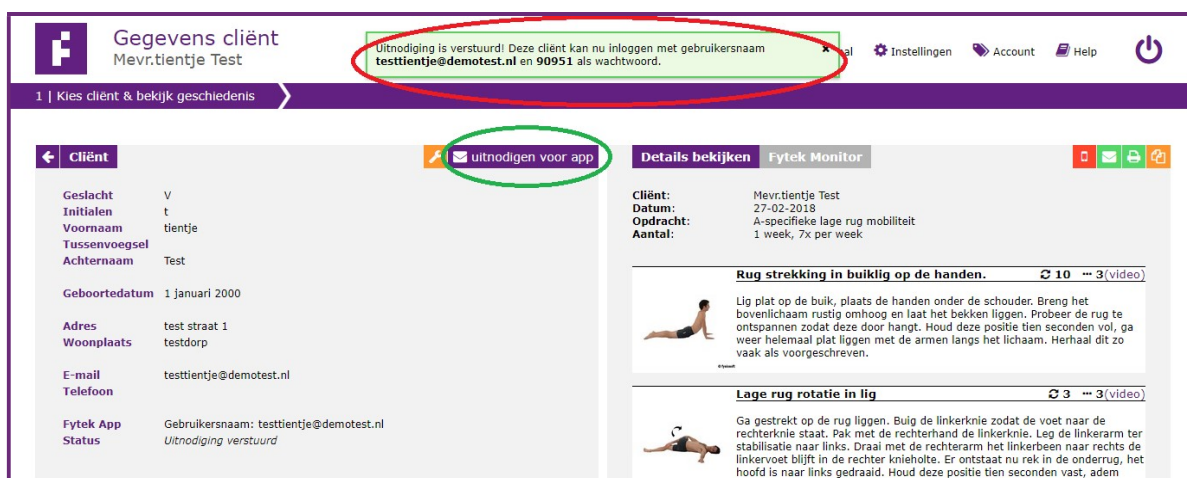
The screenshot shows the 'Nieuwe cliënt' portal interface. At the top, there is a navigation bar with the title 'Nieuwe cliënt' and a welcome message 'Welkom Demo Film'. Below the navigation bar, there is a search bar labeled 'Zoeken' with the placeholder text 'Achternaam'. Below the search bar, there is a form for adding a new client. The form has a tab labeled 'Algemeen' and contains fields for 'Geslacht', 'Initialen', 'Voornaam', 'Tussenvoegsel', and 'Achternaam'. A red circle highlights the green icon for saving the client.



In deze omgeving kunt u tevens uw cliënt uitnodigen voor de Fytek App. Dit doet u door te klikken op de paarse knop 'uitnodigen voor de app'

 uitnodigen voor app

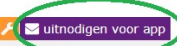
Wanneer u op deze knop drukt, verschijnt er een groen balkje boven aan de website. Hierin staan de inloggegevens van uw cliënt. Deze gegevens zullen ook gemaaild worden naar het door u ingevulde e-mailadres van de cliënt.



Gegevens cliënt
Mevr.tientje Test

Uitnodiging is verstuurd! Deze cliënt kan nu inloggen met gebruikersnaam testtientje@demotest.nl en 90951 als wachtwoord.

1 | Kies cliënt & bekijk geschiedenis

Cliënt 

Geslacht: V
Initialen: t
Voornaam: tientje
Tussenvoegsel:
Achternaam: Test
Geboortedatum: 1 januari 2000
Adres: test straat 1
Woonplaats: testdorp
E-mail: testtientje@demotest.nl
Telefoon:
Fytek App Status: Gebruikersnaam: testtientje@demotest.nl
Uitnodiging verstuurd

Details bekijken **Fytek Monitor**

Cliënt: Mevr.tientje Test
Datum: 27-02-2018
Opdracht: A-specifieke lage rug mobiliteit
Aantal: 1 week, 7x per week

Rug strekking in buiklig op de handen. 10 3(video)
Lig plat op de buik, plaats de handen onder de schouder. Breng het bovenlichaam rustig omhoog en laat het bekken liggen. Probeer de rug te ontspannen zodat deze door hangt. Houd deze positie tien seconden vol, ga weer helemaal plat liggen met de armen langs het lichaam. Herhaal dit zo vaak als voorgeschreven.

Lage rug rotatie in lig 3 3(video)
Ga gestrekt op de rug liggen. Bulg de linkerknie zodat de voet naar de rechterknie staat. Pak met de rechterhand de linkerknie. Leg de linkerarm ter stabilisatie naar links. Draai met de rechterarm het linkerbeen naar rechts de linkervoet blijft in de rechter knieholte. Er ontstaat nu rek in de onderrug, het hoofd is naar links gedraaid. Houd deze positie tien seconden vast, adem

Stap 3: Keuze oefeningen

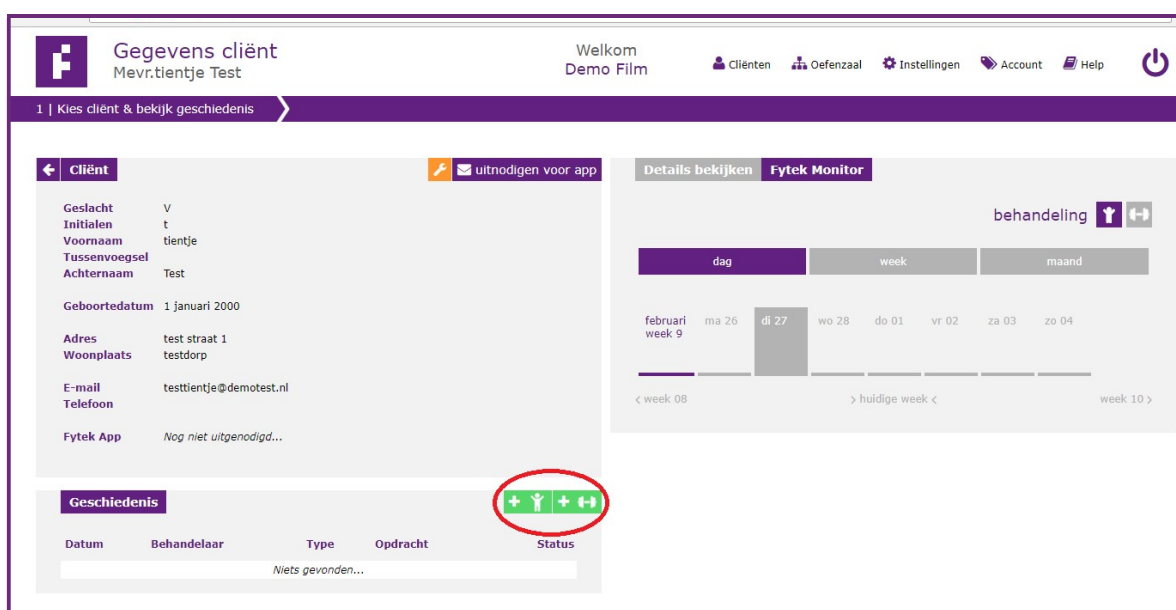
Wanneer u de cliënt heeft aangemaakt komt u in het dossier van de cliënt terecht. Hier maakt u de keuze of u huiswerk oefeningen of een trainingschema mee wilt geven.



= huiswerk oefeningen



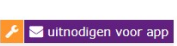
= trainingschema's



Gegevens cliënt
Mevr.tientje Test



Welkom
Demo Film

1 | Kies cliënt & bekijk geschiedenis

Cliënt 



Geslacht: V
Initialen: t
Voornaam: tientje
Tussenvoegsel:
Achternaam: Test
Geboortedatum: 1 januari 2000
Adres: test straat 1
Woonplaats: testdorp
E-mail: testtientje@demotest.nl
Telefoon:
Fytek App: Nog niet uitgenodigd...

Details bekijken **Fytek Monitor**

behandeling  

dag week maand

februari week 9 ma 26 di 27 wo 28 do 01 vr 02 za 03 zo 04
< week 08 > huidige week < week 10 >

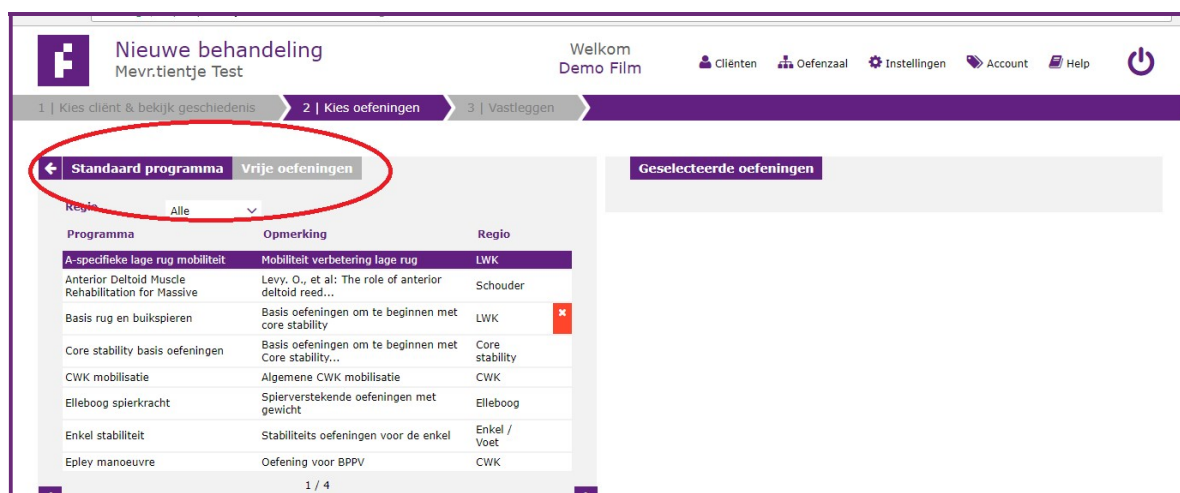
Geschiedenis  

Datum	Behandelaar	Type	Opdracht	Status
Niets gevonden...				



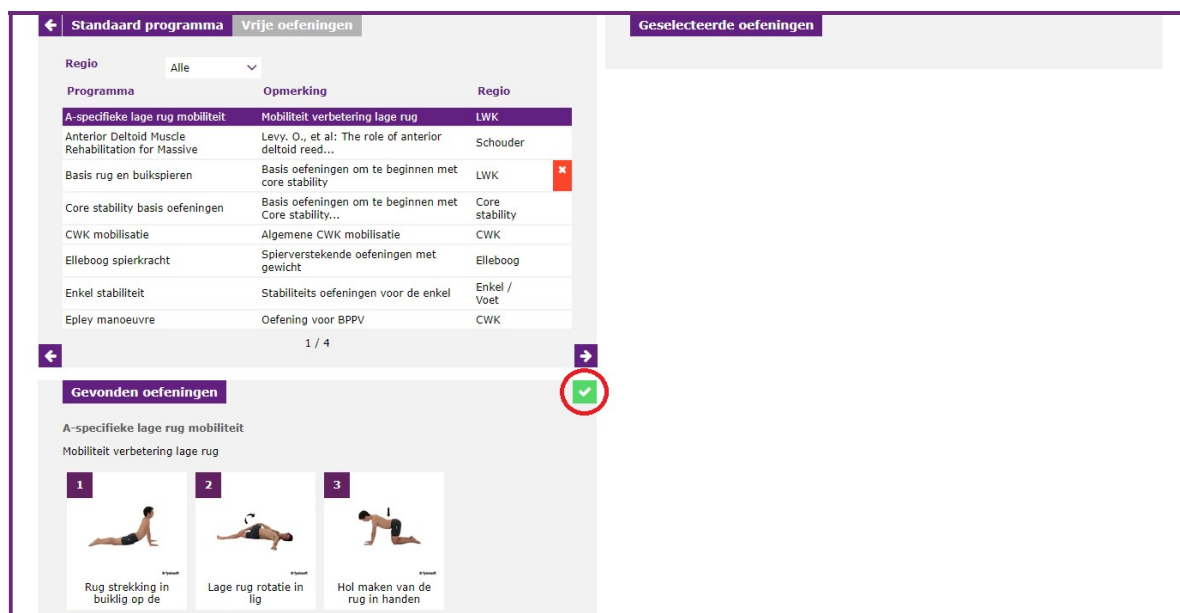
Stap 4: Oefeningen selecteren

In dit voorbeeld gaan we uit van de huiswerkoefeningen. Wanneer u in het dossier van de cliënt zit, klikt u op het groene icoontje met huiswerkoefeningen. U komt in een nieuw keuze menu. Er zijn hier twee mogelijkheden. Zo kunt u kiezen voor één van de standaardprogramma's welke door ons zijn toegevoegd of u kunt deze zelf toevoegen.



Standaard programma

Wanneer u een programma selecteert ziet u linksonder de oefeningen verschijnen. U kunt kiezen of u ze allemaal wilt gebruiken of een aantal daarvan. Wanneer u alle oefeningen wilt selecteren, klikt u op het groene vinkje. Als u slechts een aantal oefeningen wilt meegeven, klikt u simpelweg op de plaatjes van de betreffende oefeningen en klikt u vervolgens op het groene vinkje.



Hierna heeft u nog de mogelijkheid om het programma aan te passen. Zo kunt u onder andere oefeningen toevoegen en de volgorde van de oefeningen wijzigen. Ook kunt u de tekst van de oefeningen, het aantal herhalingen of de bijzonderheden aanpassen. Wanneer u tevreden bent over uw programma, kunt u alles opslaan door op het groene vinkje rechtsboven te klikken.

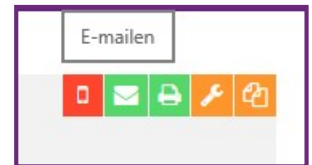
Stap 5: Tijdschema vastleggen

In deze stap kunt u de naam van het schema wijzigen en kunt een tijdschema aan het programma hangen. Dat wil zeggen hoeveel weken iemand de oefeningen moet doen en op welke dagen of zelfs op welke tijdstippen. Al deze gegevens zullen mee gestuurd worden naar de Fytek App of getoond worden in de printversie van het programma. Alle opties binnen het tijdschema zijn niet noodzakelijk, maar kunt u wel invoeren. Wanneer u tevreden bent over uw programma en bijbehorend tijdschema slaat u alles op door op het groene vinkje te drukken.




☒ Naar de Fytek App van de cliënt sturen

Als u gebruik maakt van de App bent u al klaar. Kiest u ervoor om het programma te mailen naar de cliënt of deze te printen, dan kan dat ook door middel van de icoontjes. Met het groene icoontje met een enveloppe kunt u het programma mailen. Met het groene icoontje met de printer, kunt u het programma printen voor uw cliënt.









Zodra u op de knop e-mailen drukt, wordt het programma in de vorm van een PDF-bestand verstuurd naar uw cliënt. De tekst van de e-mail kan aangepast en opgeslagen worden als standaard tekst.



Behandeling per e-mail verzenden


Welkom
Demo Film


 Cliënten
  Oefenzaal
  Instellingen
  Account
  Help
 

1 | Kies cliënt & bekijk geschiedenis

2 | Kies oefeningen

3 | Vastleggen

 E-mail opstellen



Van
E-mail

Nathan Traas
zuid@fysioflexus.nl

☐ Opslaan als standaard e-mail

Aan
E-mail

Dhr. Test
test@testmail.com

Opmerkingen

Dag #NAAM#,
Hierbij ontvang u uw oefeningen als PDF.
Met vriendelijke groot,
Nathan Traas



☐ Opslaan als standaard


De code #NAAM# wordt automatisch vervangen door de naam van deze cliënt.

Behandeling bekijken



Cliënt: Dhr. Test
Datum: 27-02-2018


Opdracht: A-specifieke lage rug mobiliteit
Aantal: 1 week, op Di en Vr om 08:00 uur

Rug strekking in buiklig op de handen.  10 






Lig plat op de buik, plaats de handen onder de schouder. Breng het bovenlichaam rustig omhoog en laat het bekken liggen. Probeer de rug te ontspannen zodat deze door hangt. Houd deze positie tien seconden vol, ga weer helemaal plat liggen met de armen langs het lichaam. Herhaal dit zo vaak als voorgeschreven.

Lage rug rotatie in lig  3 






Ga gestrekt op de rug liggen. Buig de linkerknie zodat de voet naar de rechterknie staat. Pak met de rechterhand de linkerknie. Leg de linkerarm ter stabilisatie naar links. Draai met de rechterarm het linkerbeen naar rechts de linkervoet blijft in de rechter knieholte. Er ontstaat nu rek in de onderrug, het hoofd is naar links gedraaid. Houd deze positie tien seconden vast, adem goed in en goed uit. Wissel hierna van zijde en herhaal dit zo vaak als voorgeschreven.

Bijzonderheden: Zorg dat de ondergrond stevig genoeg is.
Hol maken van de rug in handen knieën stand  10 






Ga op de handen en knieën zitten met de knieën in een hoek van 90 graden met de rug. De ellebogen zijn gestrekt. Maak de rug nu hol door het kantelen van het bekken naar voren. De buikspieren zijn hierbij ontspannen. Maak de rug weer recht door het bekken achterover te kantelen. Herhaal dit zo vaak als voorgeschreven.

Bol maken van de rug in handen knieën stand  10 



Ga op de handen en knieën zitten met de knieën in een hoek van 90 graden met de rug. De ellebogen zijn gestrekt. Maak de rug nu bol door het bekken achterover te kantelen. De buikspieren zijn hierbij aangespannen. Maak de rug weer recht door de buikspieren te ontspannen. Herhaal dit zo vaak als voorgeschreven.

Zijdelings buiging van de rug  10 



Sta recht op en breng de rechterhand naar de rechter knie, let hierbij op dat er niet gedraaid wordt. Houd deze positie twee seconden vast en ga weer rechtop staan. Herhaal dit zo vaak als voorgeschreven en indien nodig wissel van zijde.

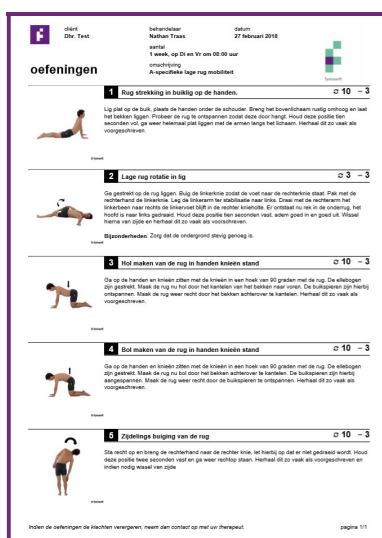


Programma printen

Wanneer u klikt op het printer icoontje, heeft u de optie om te kiezen voor Normaal of Grootletter. Voordat het programma geprint wordt, ziet u eerst nog een preview.

Wanneer u kiest voor 'Normaal' betekent dit ongeveer vijf oefeningen op een A4. 'Grootletter' houdt in twee oefeningen op een A4.

Linksonder in de geschiedenis kunt u zien wat de status van de oefening is.



Normaal



Grootletter

Vrije oefeningen optie

Bij stap 4 hebben we gekozen voor het meegeven van een standaardprogramma. Ook is er de vrije oefeningen optie. In deze optie kunt u zelf uit onze database met ruim 3000 oefeningen selecteren die u mee wilt geven. Hieronder volgt de uitleg om vrije oefeningen mee te geven.

Ga naar het dossier van uw cliënt en kies bij het meegeven van huiswerk oefeningen voor de optie vrije oefeningen. U komt dan bij het scherm uit op de volgende pagina.



Nieuwe behandeling
Mevr. Tientje Test

Welkom
Demo Film

Clienten Oefenzaal Instellingen Account Help

1 | Kies cliënt & bekijk geschiedenis 2 | Kies oefeningen 3 | Vastleggen

Standaard programma **Vrije oefeningen**

Filteren

Regio: CWK TWK Schouder Elleboog Pols / Hand Core stability LWK SI / Bekken Heup Knie Enkel / Voet Advies

Zoeken

Kracht: Weerstand: Oefenvorm: Weerstand: Elastiek Gewicht Lichaamsgewicht Zwaartekracht Mobiliteit Kracht Stabiliteit

Geselecteerde oefeningen

1 Buiging van de elleboog in zit 2 Wisselend buigen van de ellebogen 3 Buiging van de elleboog met de

Oefening aanpassen

Oefening Buiging van de elleboog met de handrug naar boven

Beschrijving Flexie elleboog met pronatie onderarm met elastiek in stand

☒ Links ☐ Rechts

Herhalingen 10

Series 3

Uitvoering Plaats het elastiek onder de linkervoet en pak de andere zijde met de linkerhand vast. De arm is nu gestrekt en hangt naast het lichaam, buig de linkerelleboog en draai de handrug naar boven. Herhaal zo vaak als voorgeschreven, wissel indien nodig van zijde.

Uitgangshouding Stand

Bijzonderheden Let op dat het elastiek niet los schiet dit kan u of personen om u heen verwonden.

☐ Wijzigingen opslaan als eigen oefening

Gevonden oefeningen

test op drukken Buiging van de elleboog in zit Buiging van de elleboog in zit




Buiging van de elleboog in zit Buiging van de elleboog in zit Wisselend buigen

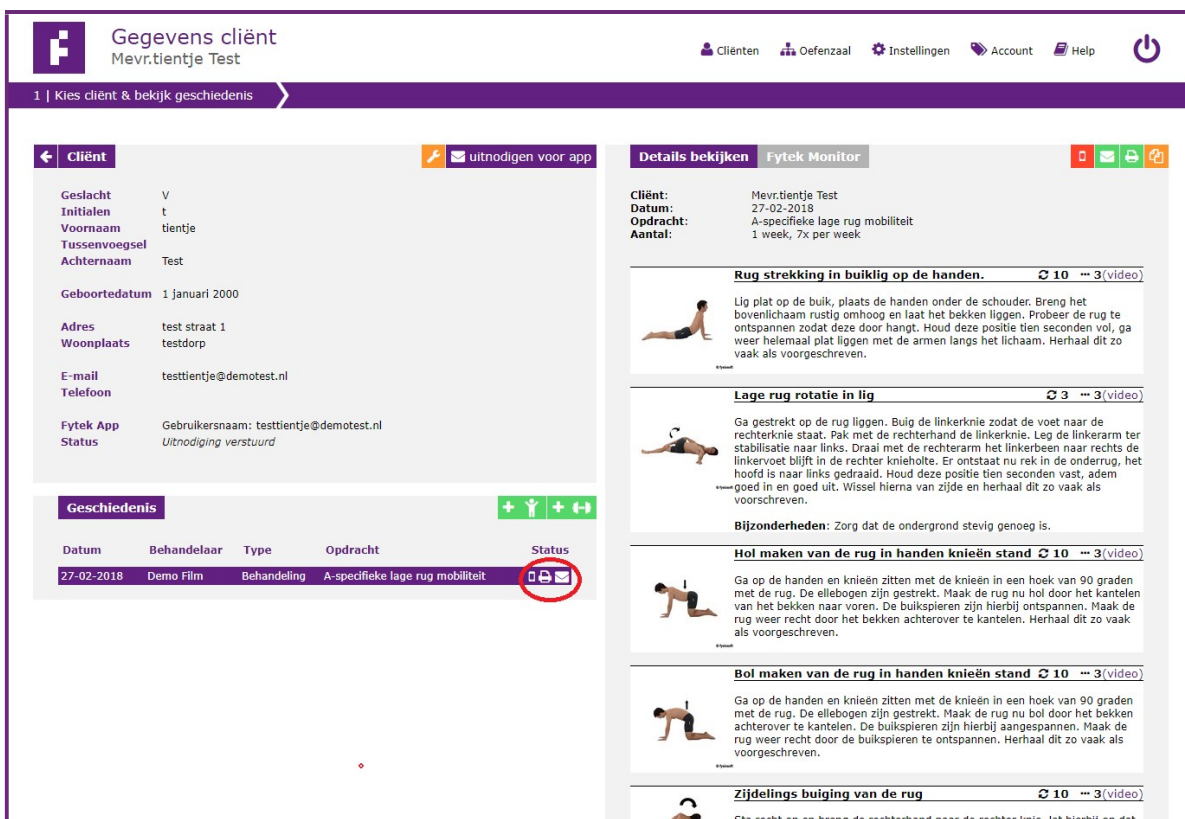
Door te zoeken op regio, oefenvorm en weerstand kunt u uw oefeningen zoeken. Daarnaast kunt u ook gebruik maken van de zoekbalk. U kunt hier bijvoorbeeld ook een bewegingsrichting als anteflexie invullen. Alle oefeningen waar anteflexie binnen de zoekfilters voorkomt, worden vervolgens getoond. De geselecteerde oefeningen staan rechtsboven en kunnen weer aangepast worden naar wens.

Wanneer u tevreden bent, kunt u met het groene icoontje met het vinkje het programma opslaan en gaat u door naar het volgende scherm. Hierna kunt u de stappen 5: Tijdsplan vastleggen en 6: Printen of mailen als eerder beschreven toepassen.



In de geschiedenis van de cliënt kunt u zien wat de status van het programma is:

-  Het huiswerkprogramma is in de app beschikbaar
-  Het huiswerkprogramma is geprint
-  Het huiswerkprogramma is gemaild



Dit zijn de basisfuncties van Fytek. Fytek heeft ook een Fytek Plus pakket. Bij deze versie van Fytek heeft u ook de mogelijkheid om trainingsschema's te versturen naar uw cliënten. Ook van Fytek Plus hebben wij een Quick Guide. Deze vindt u op onze website of kunt u aanvragen door een mailtje te sturen naar info@fytek.nl.

Komt u er niet helemaal uit? Of heeft u toch nog vragen? Neem dan contact met ons op via www.fytek.nl. Hier vindt u tevens veelgestelde vragen en instructiefilmpjes.

