

Projekt "SIMON - system i metoda komputerowej terapii depresji" nr POIR.01.01.01-00-0272/18-00 jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Inteligentny Rozwój.



Instrukcja używania aplikacji Myśl na zdrowie

Należy uważnie zapoznać się z całą instrukcją używania oraz instrukcją korzystania z aplikacji przed zastosowaniem wyrobu medycznego, ponieważ zawierają one ważne informacje.

Jeżeli wystąpią jakiegokolwiek działania niepożądane związane ze stosowaniem wyrobu medycznego Myśl na zdrowie należy skonsultować się z lekarzem.

W razie jakichkolwiek pytań prosimy o kontakt z zespołem ATI Labs www.myslnazdrowie.pl

Projekt "SIMON - system i metoda komputerowej terapii depresji" nr POIR.01.01.01-00-0272/18-00 jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Inteligentny Rozwój.

Wprowadzenie	4
Informacje ogólne	4
Spodziewane korzyści kliniczne	4
Przewidziane zastosowanie	4
Przewidziani użytkownicy	4
Wskazania do stosowania	4
Częstotliwość użycia	4
Przeciwwskazania	5
Ostrzeżenia	5
Wymagania systemowe	6
Funkcjonalność	6
Pierwsze otwarcie aplikacji	6
Kontakt	7
Informacje o wyrobie medycznym	7
Wersja oprogramowania	7
Dodatkowe informacje	8
Symbole stosowane przez producenta	8

Projekt "SIMON - system i metoda komputerowej terapii depresji" nr POIR.01.01.01-00-0272/18-00 jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Inteligentny Rozwój.

Wprowadzenie

Informacje ogólne

Wyrób jest oprogramowaniem mobilnym i komputerowym oferującym wsparcie psychologiczne oparte o techniki psychoterapii poznawczo-behawioralnej, w tym treści tworzone przy współpracy psychologów i psychiatrów oraz praktyczne ćwiczenia pomagające doskonalić nabyte umiejętności.

Spodziewane korzyści kliniczne

Obniżenie objawów depresji.

Przewidziane zastosowanie

Oprogramowanie Myśl na zdrowie wspiera osoby z obniżonym nastrojem oraz osoby zmagające się z objawami depresji. Aplikacja oferuje wsparcie psychologiczne oparte o techniki psychoterapii poznawczo-behawioralnej.

Oprogramowanie nie ma zastąpić terapii oferowanej przez opiekę medyczną oraz nie ma dostarczać informacji wykorzystywanych przy podejmowaniu decyzji do celów diagnostycznych lub terapeutycznych.

Przewidziani użytkownicy

Osoby z obniżonym nastrojem oraz osoby zmagające się z objawami depresji. Oprogramowanie przewidziane jest dla osób od 18 roku życia.

Wskazania do stosowania

Osoby z pogorszonym nastrojem, osoby z objawami umiarkowanej depresji.

Częstotliwość użycia

Raz w tygodniu.

Projekt "SIMON - system i metoda komputerowej terapii depresji" nr POIR.01.01.01-00-0272/18-00 jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Inteligentny Rozwój.

Przeciwwskazania



- osoby z ciężką depresją,
- osoby, które są w ciąży,
- osoby, które w ciągu ostatniego miesiąca miały myśli samobójcze, miały próbę samobójczą w przeszłości,
- osoby, które mają zdiagnozowane inne zaburzenie psychiczne niż depresja (w tym uzależnienia lub nadużywanie alkoholu i innych substancji psychoaktywnych),
- osoby aktualnie zażywające leki psychotropowe,
- osoby poniżej 18 roku życia.

Ostrzeżenia



- Jeżeli wystąpią jakiegokolwiek działania niepożądane związane ze stosowaniem wyrobu medycznego Myśl na zdrowie należy skonsultować się z lekarzem lub skontaktować się z zespołem ATI Labs.
- Należy skontaktować się z lekarzem lub psychoterapeutą, jeśli twój nastrój lub stan nie uległ zmianie lub poprawie po dłuższym czasie (ponad 2 tygodnie) lub nagle się pogarsza.
- W nagłych przypadkach (np. kryzysu lub gwałtownego pogorszenia stanu zdrowia w tym samopoczucia), należy natychmiast skontaktować się z lekarzem lub psychoterapeutą lub zadzwonić pod poniższy numer telefonu Fundacji Itaka 800-702-222.
- Nie każde ćwiczenie lub każde zalecenie jest jednakowo odpowiednie dla każdego pacjenta. Jeśli korzystanie z aplikacji staje się dla Ciebie zbyt stresujące lub jeśli ćwiczenia lub zalecenia są zbyt trudne, co sprawia, że nie czujesz się komfortowo, powoduje obniżenie samopoczucia, należy zrobić sobie przerwę w korzystaniu z aplikacji i porozmawiać o tym ze swoim lekarzem lub psychoterapeutą.
- Możliwe, że nie każdy użytkownik odniesie korzyści ze stosowania aplikacji Myśl na zdrowie, co może to w pewnych okolicznościach wywołać uczucie rozczarowania.

Projekt "SIMON - system i metoda komputerowej terapii depresji" nr POIR.01.01.01-00-0272/18-00 jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Inteligentny Rozwój.

- Każdy poważny incydent związany z wyrobem należy zgłosić Wytwórcy i Urzędowi Rejestracji Produktów Leczniczych, Wyrobów Medycznych i Produktów Biobójczych.
- W przypadku nieprawidłowego działania oprogramowania lub zmian w jego działaniu wpływających na jego bezpieczeństwo prosimy o kontakt z zespołem aplikacji.
- Przed rozpoczęciem korzystania z aplikacji należy zapoznać się z instrukcją korzystania z aplikacji.
- Po zakończeniu pracy z oprogramowaniem należy wylogować się z aplikacji w celu ochrony swoich danych.

Ze względu na szyfrowanie przy wpisywaniu hasła aplikacja chroni przed nieupoważnionym dostępem. W aplikacji także wszystkie dane są poufne, a z zakładki konto w menu aplikacji usunięto informacje o nazwisku użytkownika. Wszystkie wprowadzone przez użytkownika informacje są poufne i nie będą przekazywane dalej.

Wymagania systemowe

Kurs dostępny jest w przeglądarce internetowej pod adresem www.myslnazdrowie.pl. Do obsługi aplikacji wymaga się komputera, laptopa, smartfona, bądź tableta z dostępem do sieci internetowej, a także zawierającym aktualną wersję przeglądarek: Google Chrome lub Safari. Minimalna zalecana rozdzielczość to 640x480 px. Wymagane jest również posiadanie adresu e-mail. Do odtwarzania plików wideo zalecana jest przepustowość 1,1 Mb/s. Rekomenduje się zabezpieczenie sprzętu przez użytkowników - wylogowanie się po każdorazowym użyciu oraz zabezpieczenie urządzeń hasłem.

Projekt "SIMON - system i metoda komputerowej terapii depresji" nr POIR.01.01.01-00-0272/18-00 jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Inteligentny Rozwój.

Funkcjonalność

Pierwsze otwarcie aplikacji

Podczas pierwszego uruchomienia aplikacji należy zalogować się za pomocą danych zgodnych z tymi, na które został przydzielony dostęp po uprzednim skontaktowaniu się ze specjalistą ATI Labs. Wyświetlenie się strony jest potwierdzeniem poprawnego przebiegu procesu logowania.

Kontakt

mail: [myslnazdrowie@atilabs.pl](mailto:mysl nazdrowie@atilabs.pl)

Informacje o wyrobie medycznym



Nazwa wyrobu medycznego: Myśl na zdrowie

UDI-DI: 5905954326501

Myśl na zdrowie wersja I



Wytwórca:

ATI labs sp z o.o.

ul. Głogowska 31/33

60-702 Poznań

Data wydania instrukcji używania: 2023-09-04

Projekt "SIMON - system i metoda komputerowej terapii depresji" nr POIR.01.01.01-00-0272/18-00 jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Inteligentny Rozwój.







Dodatkowe informacje

W przypadku pytań technicznych wyślij wiadomość e-mail do zespołu ATI Labs

pod adresem myslnazdrowie@atilabs.pl

Jeśli chcesz bezpłatnie wydrukowaną kopię niniejszej instrukcji użytkownika, prosimy o przesłanie swojej prośby na podany powyżej adres e-mail. Wydrukowaną kopię wyślemy w ciągu 7 dni roboczych.

Symbole stosowane przez wytwórcę

	Wytwórca wyrobu medycznego.
	Zapoznaj się z elektroniczną instrukcją obsługi.
	Niepowtarzalny kod identyfikacyjny wyrobu.
	Produkt jest wyrobem medycznym.
	Ostrzeżenia.
	Oznaczenie CE.