

RAVIMIKARBI KASUTUSJUHEND



SISUKORD

1.	SISSEJUHATUS	3
2.	KONTO LOOMINE	3
3.	RAVIMIKARBI SIDUMINE KLIENDIKONTOGA	5
4.	RAVIMIKARBI KASUTAMINE	6
4.1	RAVIMITE/VITAMIINIDE VÕTMINE	7
5.	TEAVITUSE SEADISTAMINE	7
5.1	RAVIMITE/VITAMIINIDE MANUSTAMISE AJA SEADISTAMINE	7
5.2	KONTAKTISIKU LISAMINE JA TEADETE SEADISTAMINE	9
6.	RAVIM/VITAMIIN JÄI VÕTMATA VÕI MANUSTATI VAREM	10
7.	RAVIMI/VITAMIINI MANUSTAMISE AJALUGU	12
8.	TEHNILISED ANDMED JA MÕÕTEPARAMETRID.....	12
9.	LAADIMINE	13
10.	VASTAVUS	13
11.	TUGI	13
12.	OHUTUS.....	14

1. SISSEJUHATUS

Ravimite maksimaalne mõju avaldub nende õigeaegses ja õiges manustamises. Paljude igapäevaste asjatoimetuste ja juhuslike segavate faktorite mõjul võib ravimi võtmine meelest minna. Teisik ravimikarbiga seda ei juhtu, kuna ta on kasulik abivahend just neile, kellel ei pruugi meeles olla regulaarne ravimite manustamine.



Teisik ravimikarp aitab ravimite võtmist paremini meeles pidada lihtsalt, kuid nutikal moel.

- Iga karbi liigutamine registreeritakse



- Mõõdab temperatuuri



- Ravimi võtmise meeldetuletus töötab vaid siis, kui ravimit pole võetud.



Käesoleva kasutusjuhendi eesmärk on anda juhised, et tagada toote ohutu kasutamine.

2. KONTO LOOMINE

Loo kasutajakonto

Avage koduleht <https://app.teisik.com> ja vajutage sobivale toote nupule, antud juhul „Ravimikarp“.



Avalaht

Keel

Konto

Kodunupp Smart Solutions

Kodunupp is a smart solution designed to enhance the safety, well-being, and convenience for you and your loved ones. Our product range includes two innovative devices: a wearable emergency button and a smart medicine box.

Wearable Emergency Button

The Kodunupp worn comfortably on the wrist is much more than a traditional emergency button. Besides enabling quick assistance during emergencies, it continuously monitors user activity through step counting and temperature sensors. This device functions everywhere—at home, outdoors, in shops, or wherever you go.

If an accident occurs or if the user is unable to press the button, the emergency button detects inactivity and automatically calls for help. Pressing the button immediately sends a GPS signal with location information, ensuring rapid and precise assistance.

The device battery lasts for months, requiring infrequent charging. Kodunupp sends a daily status report about battery life and connection quality, guaranteeing it's always operational.

Smart Medicine Box

Our smart medicine box ensures that you or your loved ones never miss essential medication doses. The medicine box monitors medication intake and reminds users if a pill has been forgotten. This feature helps prevent health risks associated with missed medication and provides peace of mind for both users and their families.

Already purchased a device? [Click here or on the device](#)



Already have an account? [Log in to manage your devices](#)




Tähtselt: OÜ projekti nr 2021-2027.4.09.24-0097 "hoolduskoormuse vähendamine koduhoolduses ravijärgimuse parandamise abil, kasutades uudseid digitaalseid ravimite võtmise meeldetuletuse ja vajastuse lahendusi" toetas Riigi Tugiteenuste Keskus 364 314,72 euroga. Projekti eesmärgiks on positiivselt mõjutada inimeste iseseisvat toimetulekut, suurendada nende heaolu, vähendada kukkumiste riske ja parandada klientide ravijärgimust 20%.

Seejärel avaneb Teile järgmine vaade,



Avalaht

Keel

Konto

Registreerimine

Kasutajanimi

Teie kasutajanimi

Teie kasutajanimi on kohustuslik.

E-post

Teie e-post

Uus parool

Uus parool

Teie parool on kohustuslik.

Parooli tugevus:

Uue parooli kinnitus

Kinnita uus parool

Registreeri

Kui soovite [sisse logida](#)

kus tuleb luua endale *kasutajakonto*. Täitke vajalikud väljad, looge parool ning salvestage andmed, vajutades „*Registreeri*“.

Parooli loomisel soovitame kasutada suurt algustähte ja ka numbreid. NB! Parooli loomisel tuleb seda 2x kinnitada.

Järgmiseks ilmub lehele teade „*Kinnituseks kontrollige oma e-posti*“. Konto loomisel sisestatud e-mailile saadetakse link, millele vajutamisel Teie konto aktiveeritakse.



Home

Registration

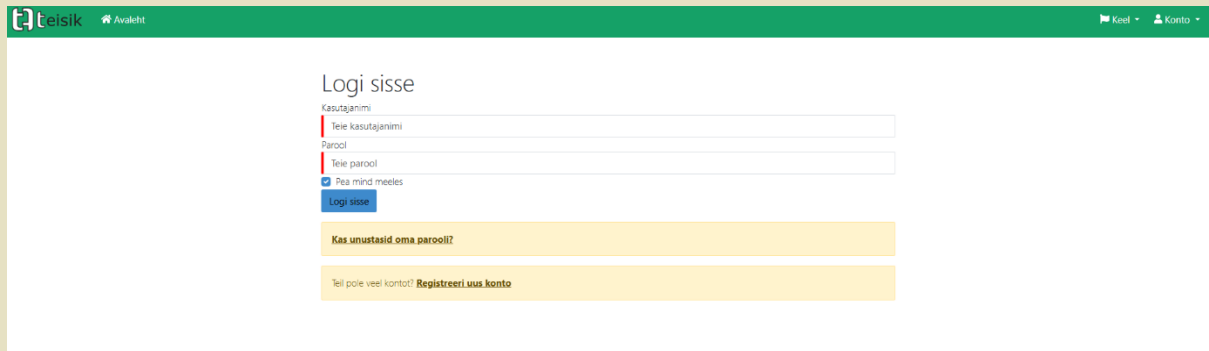
Registration saved! Please check your email for confirmation.

If you want to [sign in](#)

E-postile saadetud lingile vajutades suunatakse Teid tagasi lehele <https://app.teisik.com> ning Te saate teate, et Teie konto on aktiveeritud.



Palun logige sisse, vajutades nupule „Logi sisse“. Avaneb kasutajatunnuse ja parooli sisestamise vaade, kuhu lisage varem loodud kasutajatunnus ja parool.



Kontole sisselogilisel avaneb Teil järgmine avalehe vaade:



3. RAVIMIKARBI SIDUMINE KLIENDIKONTOGA

Ravimikarbi ja kliendi/kasutaja lisamiseks on järgmine võimalus.

Avalehel tuleb valida ravimikarbi pilt



ning sellele vajutades avaneb Teil järgmine aken.

Seade ((imeil)) konfiguratsioon

Lisa uus seade

Kes hakkab seadet kasutama?

Ma kasutan seda

Keegi teine

translation-not-found[addDevice.clientDevice.client]

Loo uus

Eesnimi

Perekonnanimi

Lisainfo kliendi kohta

↓

translation-not-found[addDevice.clientDevice.deviceId]

Tüüp

Medicine box ?

Loobu

Loo

Sõltuvalt kasutamise eesmärgist tuleb valida, kas ravimikarpi kasutate Te ise („I will use it“) või keegi teine („Someone else“). Kliendi või kasutaja ning ravimikarbi ID andmeväljade ja ka lisainfo täitmisel kinnitage valikuid vajutades „Loo“ nuppu.

Lisainfo kliendi kohta

↑

E-post

Send invitation email ☐

ID Code

Telefon

4. RAVIMIKARBI KASUTAMINE

Ravimikarbi kasutamine on kliendile/kasutajale tehtud võimalikult lihtsaks.

Ravimikarp on üles ehitatud selliselt, et Te saaksite planeerida enda või oma „Kliendi“ nädalase ehk seitsme päevase ravimite või vitamiinide annustamise. Päev on jaotatud neljaks osaks: hommik, lõuna, õhtu ja öö/ekstra.

Ravimikarbil on kokku 28 väikest kaanega suletavat karbikest. Seitse nädalapäeva (külgedel ja esiplaanil E-P tähised) on kujundatud erinevate värvidega ning igal värvil on neli karbikest, millel on vastav tähis st kas tegemist on hommikuse, lõunase, õhtuse või öise/ekstra karbikesega. Tähised vastavalt:

HOMMIK



LÕUNA



ÕHTU



ÖÖ/EKSTRA



Täitke ravimikarbi karbikesed vitamiinidega või vastavalt Teile määratud ravimi(te)ga st, kui ravimit peab võtma nii hommikul kui ka õhtul, siis asetage ravim hommiku ja õhtu karbikesse ning sulgege selle kaas.

4.1 RAVIMITE/VITAMIINIDE VÕTMINE

Ravimi võtmiseks on kaks võimalust. Neist esimene on **SOOVITUSLIK** ning tagab harjumuspärase ja efektiivse ravimikarbi kasutamise.

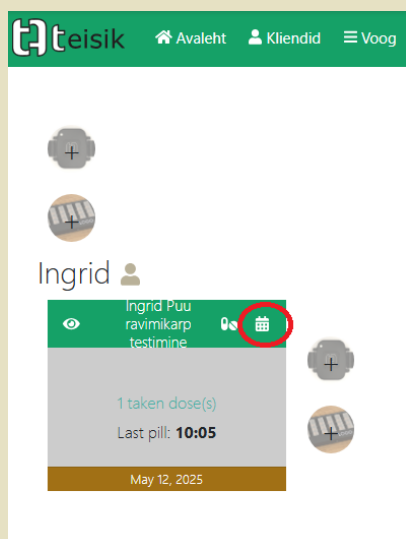
- 1) Ravimi võtmiseks avage konkreetse nädalapäeva karbikese kaas nt neljapäeva hommikne karp ning asetage avatud karbi suudmele teine käsi ning kallutage ravimikarp teistpidi nii, et avatud karbikesest kukkub ravim(id) Teile peopesale. Keerake ravimikarp oma algsesse asendisse tagasi ning manustage rohke veega ravim/vitamiin. Ravimikarbi **tagurpidi keeramine kinnitab**, et olete õigeaegselt ravimit/vitamiini manustanud. Ravimikarbi kaane võite sulgeda või jätta avatuks – viimane võimaldab paremini jälgida manustatud ravimite päevakorda.
- 2) Ravimi võtmiseks avage konkreetse nädalapäeva karbikese kaas nt neljapäeva hommikne karp ning võtke näppudega soovitud ravim/vitamiin. Sõltuvalt mugavusest sulgege ravimikarbi kaas või jätke see avatuks ning seejärel vajutage **ravimikarbi esiküljel olevat nuppu** (hoia all max 3 sekundit, kuni kuuled heli „piiks“), mis kinnitab õigeaegselt ravimi/vitamiini tarbimist.



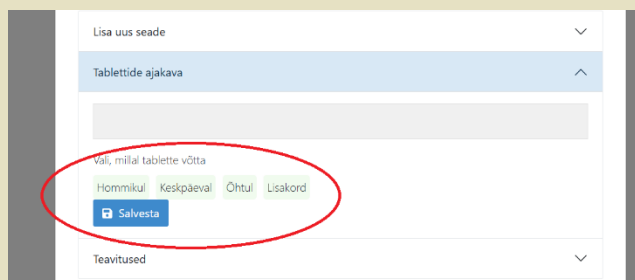
5. TEAVITUSE SEADISTAMINE

5.1 RAVIMITE/VITAMIINIDE MANUSTAMISE AJA SEADISTAMINE

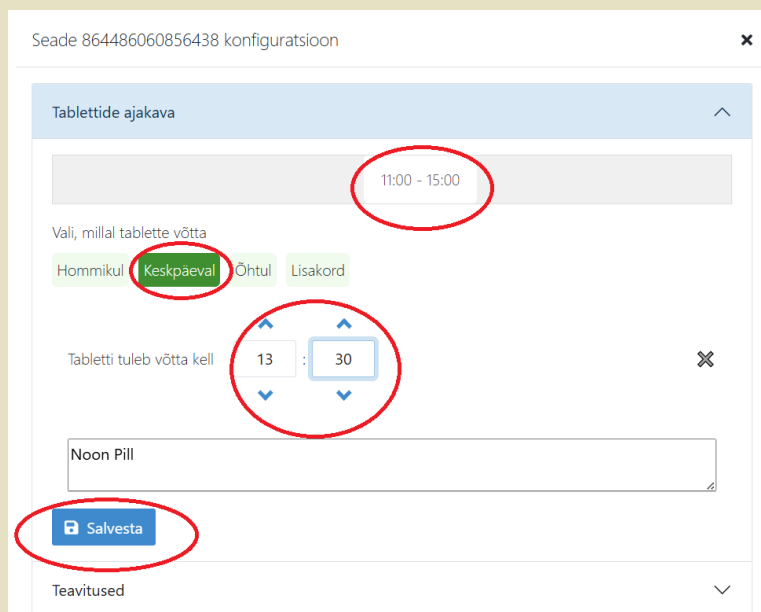
Logige enda kontole ning avalehel avaneb Teil juba eelnevalt sisestatud, kas „Kliendi“ või „Kasutaja“, andmed nt *Ingrid*. Ravimite või vitamiini manustamise aja seadistamiseks vajutage „Kliendi“ või „Kasutaja“ kasti paremas nurgas asetsevale kalendri logole:



Teile avaneb järgnev vaade, kus Te saate vastavalt Teile määratud ravile või vajadusele seadistada ravimite/vitamiinide võtmise aega.



Nt Te soovite ravimit/vitamiini manustada lõunal, siis valite „Keskpäeval“. Programm on seadistatud selliselt, et ravimi/vitamiini võtmise ajale eelneb ja järgneb ajavahemik, mille jooksul tuleb ravim/vitamiin manustada ning selle vahemikku sisse jäävad ka vajadusel ravimikarbi poolt edastatavad teavitused.



Konkreetsel näitel on ravimi/vitamiini võtmise ajaks seadistatud 13:30 ning üldine ravimi võtmise ajavahemik sellel lõunaajal on 11:00-15:00. Ehk Kliendil on võimalus võtta soovitud ravim/vitamiin

alates kella 11 kuni 14-ni. Kui ravim/vitamiin jääb mingil põhjusel võtmata, siis alates kella 14 hakkab tööle valitud **TEAVITUS**.

Ravimi/vitamiini mitte õigeaegsel manustamisel hakkab ravimikarp „Kliendile“ või „Kasutajale“ edastama varem valitud teavitusi. Teavitusi on kokku kolm:

- heli koos punase LED-lambi vilkumisega
- „e-mail“
- „SMS“

Teavitused kasutajale, kellel seade on
Kliendi teavituse sätted
☒ Karbi heli ☐ Email ☐ SMS

Kui on valitud „karbi heli“, siis:

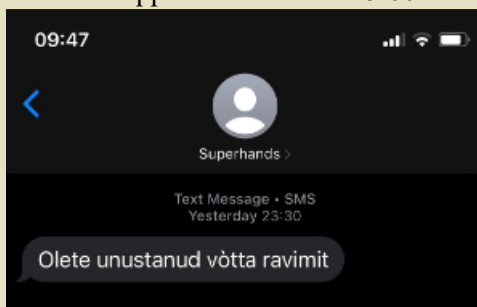
- alates kella 14:00-st leiab 5 minutiliste intervallide tagant kuni kella 15:00-ni aset ravimikarbi 30x piiksumine koos mõõduka heliga ja esipaneelil vasakul pool oleva LED-lambi (punase) vilkumisega.

Kui on valitud „e-mail“, siis:

- Perioodi lõppemisel ehk kell 15:00 edastab programm e-kirja, et ravim/vitamiin on võtmata. Nt: *Ingrid Puu ei ole võtnud 13:30 ravimit*
- Vastava teavituse saab kell 15:00 ka „Kliendi“ või „Kasutaja“ poolt määratud kontaktisik(ud).

Kui on valitud „SMS“, siis:

- Perioodi lõppemisel ehk kell 15:00 edastab programm SMS'i, et ravim/vitamiin on võtmata.

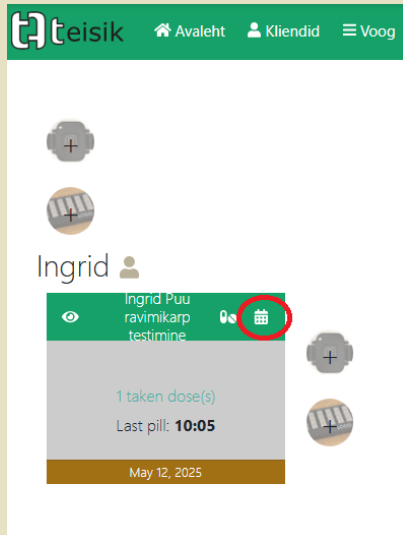


- Vastava teavituse (sõltuvalt eelnevalt tehtud valikutest) saab kell 15:00 ka „Kliendi“ või „Kasutaja“ poolt määratud kontaktisik(ud).

5.2 KONTAKTISIKU LISAMINE JA TEADETE SEADISTAMINE

Lisaks „Kliendil“ või „Kasutajale“ edastatavate teavituste liikidele on võimalik teavitusi edastada ka „Kliendi“ või „Kasutaja“ enda poolt määratud kontaktisikule, kellel on hea ülevaade nt enda lähedase ravimi/vitamiinide manustamise üle. Kontaktisikule suunatud teavituste peamine ülesanne on vajadusel „Kliendile“ või „Kasutajale“ teha täiendav meeldetuletus ravimi/vitamiini manustamiseks.

Kontaktisiku lisamiseks avage avalehel oleva „Kliendi“ või „Kasutaja“ aken ning valige paremas nurgas olev kalendriloogo:



Seejärel avaneb Teile juba tuttav ravimite manustamise ajavahemike määramise tööleht, mille alumises osas on alajaotus „Teavitused“. Sellele vajutades avaneb Teile järgmine vaade, kuhu saate lisada kontaktisiku andmed ja sobiva teavituse viisi: „e-post“ või „SMS“.

Teavitused kasutajale, kellel seade on

Kliendi teavituse sätted

☐ Karbi heli
 ☐ Email
 ☐ SMS

Vabatahtlikud teavitused teistele

Teavitus iga vahelejäanud annuse kohta

Kontaktisik +

Tarmo

Eemalda

☒ Email
 ☒ SMS

E-post:

Telefoninumber:

Kontaktisikuid saab lisada piiramatul hulgal. Peale andmete salvestamist edastatakse kontaktisiku e-postiaadressile vastavasisuline e-kiri või telefoninumbri SMS teavitusega, et ta on lisatud nt *Ingrid Puu kontaktisikuks*. Kontaktisikul on võimalik aktiveerida app.teisik.com keskkonnas enda konto, kus ta saab jälgida “Kasutajaga” seotud ravimi/vitamiini manustamisi.

NB! telefoninumbri määramisel jälgige, et see oleks vastava riigi suunakoodiga. Eesti näitel algusega +372.

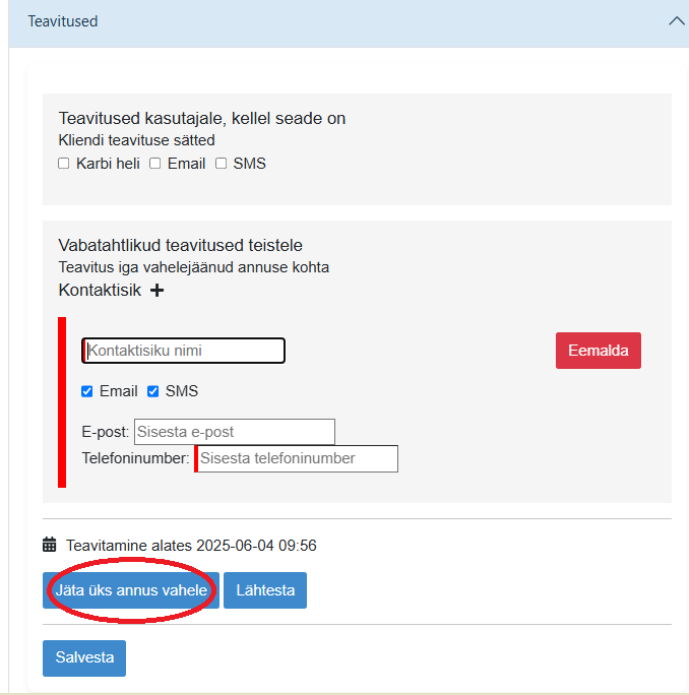
6. RAVIM/VITAMIIN JÄI VÕTMATA VÕI MANUSTATI VAREM

Kui ravim/vitamiin jäi võtmata, siis rakenduvad kõik varasemalt seadistatud teavitusviisid „Kliendile“, „Kasutajale“ kui ka valitud „Kontaktisiku(te)le“.

Sõltuvalt ravimist manustage seda esimesel võimalusel või konsulteerige oma perearstiga, kui pikk võib olla kahe järjestikku manustava ravimi vahe.

Kui Te plaanite ravimit manustada varem, siis Te saate ravimikarbil kättejõudnud ajavahemikul vajutada esipaneelil asetsevat nuppu või keerata ravimikarb teist pidi sh veendudes, et käib ravimi võtmist kinnitav heli ning keerate ravimikarbi algasendisse tagasi.

Samuti on võimalik ravimikarbi seadeid muuta app.teisik.com vahendusel. Nt kui lõunane ravim on võetud varem ehk hommikul ajavahemikul, siis valige „Kliendi“ või „Kasutaja“ andmete alt ravimite seadistamise kalendrilogo ning alamjaotuses „Teavitused“ valite „Jäta üks annus vahele“. Valik kinnitage salvestamisega ehk vajutate nuppu „Salvesta“.



Teavitused

Teavitused kasutajale, kellel seade on
Kliendi teavituse sätted

☐ Karbi heli ☐ Email ☐ SMS

Vabatahtlikud teavitused teistele
Teavitus iga vahelejäanud annuse kohta
Kontaktisik +

Kontaktisiku nimi

☒ Email ☒ SMS

E-post: Sisesta e-post

Telefoninumber: Sisesta telefoninumber

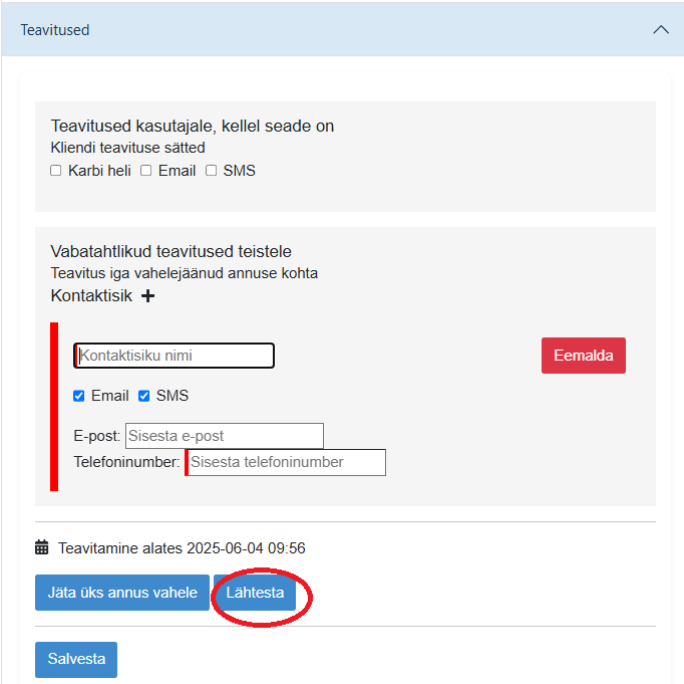
Eemalda

Teavitamine alates 2025-06-04 09:56

Jäta üks annus vahele Lähtesta

Salvesta

Samuti on võimalik meeldetuletusi app.teisik.com abil saata koheselt valides „Kliendi“ või „Kasutaja“ andmete alt ravimite seadistamise kalendrilogo ning alamjaotuses „Teavitused“ valite „Lähtesta“. Valik kinnitada nupule „Salvesta“ vajutamisega.



Teavitused

Teavitused kasutajale, kellel seade on
Kliendi teavituse sätted

☐ Karbi heli ☐ Email ☐ SMS

Vabatahtlikud teavitused teistele
Teavitus iga vahelejäanud annuse kohta
Kontaktisik +

Kontaktisiku nimi

☒ Email ☒ SMS

E-post: Sisesta e-post

Telefoninumber: Sisesta telefoninumber

Eemalda

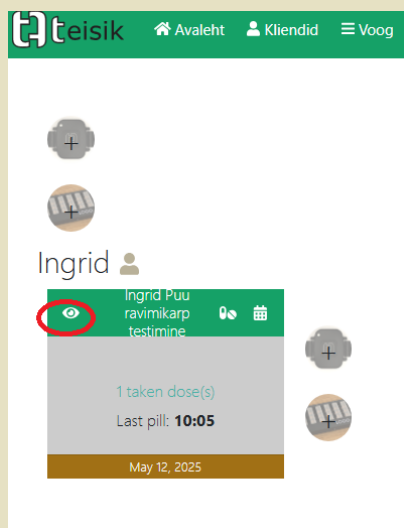
Teavitamine alates 2025-06-04 09:56

Jäta üks annus vahele **Lähtesta**

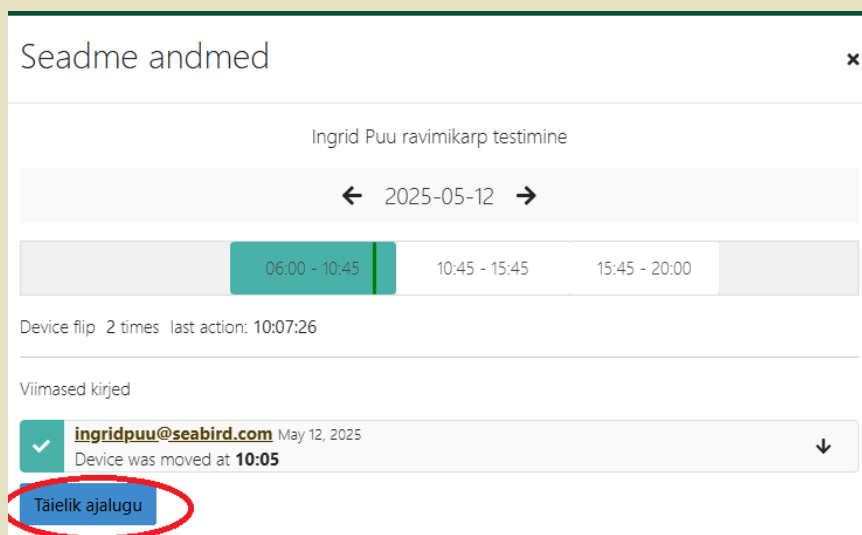
Salvesta

7. RAVIMI/VITAMIINI MANUSTAMISE AJALUGU

Selleks, et kontrollida „Kliendi“ või „Kasutaja“ ravim/vitamiini manustamise reeglipärasust on võimalik jälgida „Ravimikarbi“ ajalugu. Selleks valite esipaneelil „Kliendi“ või „Kasutaja“ andmed ning vasakul pool oleva logo „silm“:



Sellele vajutades avaneb Teil vaade ravimikarbi kasutamise andmetele st kas ja millal on seda liigutatud, ravimit manustatud, teavitusi edastatud. Valides alajaotuse „Täielik ajalugu“ avanevad Teile seadmega seotud sündmused.



8. TEHNILISED ANDMED JA MÕÕTEPARAMETRID

Töötemperatuur: -10°C kuni 60°C.

Seade on pritsmekindel ning mõeldud kasutamiseks nii tubastes kui välistes tingimustes, kuid tuleb vältida otsest kokkupuudet veega.

Toiteallikas: aku.

Täislaetud aku kestvus orienteeruvalt 1-2 kuud.

Sammuloendus: püsivalt toimiv.

Akutase: edastatakse app.teisik.com süsteemi

9. LAADIMINE

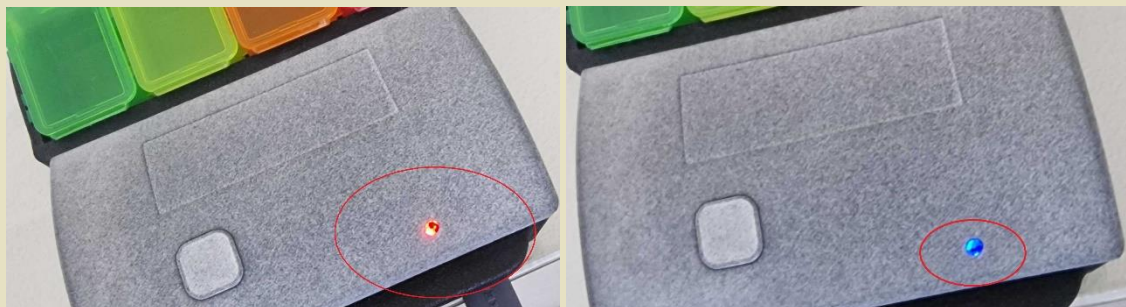
USB juhtmega.

Laadimise kestvus ligikaudu 1 tund.

Aku taset on võimalik jälgida app.teisik.com keskkonnas “Kliendi” või “Kasutaja” andmete juures.



Aku tühjenemisel hakkab seade vilgutama esipaneelil asetsevat punast valgusdiodi (LED). Sellisel juhul soovitame seadet esimesel võimalusel laadida. Seadme laadimisel on valgusdiod punane ning aku täislaadimise järgselt muutub see siniseks.



Kui aku tühjeneb 30%-ni, siis edastatakse vastavasisuline teavitus (e-kiri või sms) “Kliendile”, “Kasutajale” ja “Kontaktisiku(te)le”.

10. VASTAVUS

General Product Safety Directive 2001/95/EC

EMC Directive 2014/30/EU

RoHS Directive 2011/65/EU

RED Directive 2014/53/EU

11. TUGI

10.1 Kahtlus, et seade ei edasta andmeid app.teisik.com süsteemi:

10.1.1 Nupu vajutusel vähemalt 3 sekundi kestvusega peab seade andma kasutajale tagasisidet punase valgusdiodi (LED) ja helisignaali teel.

10.1.2 Tavalise kasutuse puhul peaksid andmed uuenema iga seadme liigutamise või meeldetuletus aja ületamise järel.

10.1.3 Kui kummalgi juhul andmed app.teisik.com süsteemis ei kajastu või nupu mitmekordse vajutamise ja ravimikarbi keeramise järel ikkagi seade tagasisidet ei anna, pöördu teenusepakkuja poole.

10. 2. Kahtlus, et seadme aku tühjeneb oodatust kiiremini:

10.2.1 Veendu, et laadimise jooksul saab aku täiesti täis laetud. Selle kinnituseks peab laadimise ajal süttinud punane valgusdiod (LED) muutuma siniseks.

10.3 Kui seadmel hakkab aku tühjenema:

10.3.1 Kui seadmel hakkab põlema punane LED -tuli, siis tähendab see seda, et seade vajab laadimist.

12. OHUTUS

- Ärge laske lastel omavoliliselt ravimikarpi kasutada ega sellega mängida.
- Ärge asetage ravimikarpi lahtise tule või soojusallikate lähedusse. Võib tekkida tulekahju, toote kahjustus või vigastus.
- Hoidke ravimikarpi tasasel ja stabiilsel pinnal. Ärge pöörake seda tagurpidi v.a juhul, kui Te võtate ravimit välja.
- Enne ravimikarbi täitmist veenduge, et see on täiesti kuiv.
- Ärge avage katet ülemäärase jõuga.
- Ravimi(te) õige organiseerimine ja koguste ning kellaaegade määramine on kasutaja ja/või tema hooldaja ainuvastutus, mille puhul tuleb rangelt jälgida ravimi manustamiseks arsti poolt antud ettekirjutust.
- Kui Teil jääb annus mingil põhjusel vahele, võtke ühendust oma oma hooldaja, arsti, apteekriga või helistage perearsti nõuandetelefonile 1220 ning järgige Teile antud juhiseid.

Abi saamiseks pöördu teenusepakkuja poole info@ravimikarp.ee.