

اطلاعاتی درباره «اویرا» (Evira)

ما از یک ابزار دیجیتال به نام «اویرا» (Evira) استفاده می‌کنیم که می‌تواند در درمان چاقی فرزند شما به کار رود. برای اولین بار، خانواده شما این فرصت را دارند تا روند افزایش وزن کودک یا نوجوان خود را پیگیری و مستقیماً مشاهده کنند که چگونه سبک زندگی روزانه شما بر رشد او تأثیر می‌گذارد و در نتیجه رابطه بین عادات خود و نتایج درمان را درک نمایند. شما تصمیم می‌گیرید که مایل به اجرای کدام تغییرات هستید.

اویرا چیست؟

اویرا یک برنامه کاربردی ویژه تلفن همراه است که آن را در گوشی تلفن همراه خود نصب می‌کنید. این برنامه برای پیگیری سیر درمان کودک یا نوجوان شما استفاده می‌شود و امکان تماس دیجیتال با کلینیک را فراهم می‌کند.

شما یک دستگاه اویرا را قرض خواهید گرفت که در حین استفاده از آن، به طور خودکار داده‌های اندازه‌گیری را به برنامه اویرا و کلینیک ارسال می‌کند. این دستگاه یک ترازو است که هیچ عددی را نمایش نمی‌دهد؛ البته برنامه اویرا نیز هیچ عددی را نمایش نمی‌دهد. در عوض، قادر خواهید بود روند افزایش وزن کودک یا نوجوانتان را با استفاده از یک منحنی پیشرفت در برنامه پیگیری کنید.

این ابزار چگونه در زندگی روزمره کار می‌کند؟

در کلینیک: ما با هم یک طرح فردی ایجاد خواهیم کرد که جزئیات نحوه کاهش سریع سطح چاقی برای فرزندتان و پشتیبانی بهینه از شما و اهداف درمانی فرزندتان را مشخص می‌کند.

با کمک اویرا، چیزی به نام «ناحیه هدف» را ایجاد خواهیم کرد که به‌عنوان یک توصیه عمل می‌کند، درحالی‌که هدف شما این خواهد بود که منحنی پیشرفت سیاه، که نمایانگر اندازه‌گیری‌های شما است، را در این ناحیه نگه دارید. این موضوع را طی دیدار بعدی در کلینیک، با جزئیات بیشتری توضیح خواهیم داد.

در خانه: این دستگاه در فضای راحت خانه شما استفاده خواهد شد و فرزند شما روزی یک بار روی آن خواهد ایستاد. وزن به طور طبیعی روزانه در نوسان است، اما این بر هدف بلندمدت تأثیر نمی‌گذارد. بلکه، برنامه اویرا میانگین جدیدترین اندازه‌گیری‌ها را نمایش می‌دهد. بنابراین، اینکه اندازه‌گیری‌ها در صبح یا عصر، با لباس یا بدون لباس انجام شود، مهم نیست—مهم‌ترین کار این است که هر روز یک بار روی دستگاه اویرا بایستید.

با مشاهده ناحیه هدف و منحنی، خواهید دید که چگونه روند افزایش وزن در طول زمان تغییر می‌کند، و قادر خواهید بود تأثیر عادات تغییر یافته خود را بر رشد شناسایی کنید. از طریق خدمات پیام‌رسانی در برنامه اویرا، از ما در کلینیک، بازخورد مستقیم و پشتیبانی مستمر را دریافت خواهید کرد.

وقتی ناحیه هدف منقضی شد، شما به کلینیک مراجعه خواهید کرد. ما قد و وزن را اندازه‌گیری و همچنین طرح فردی را مرور خواهیم کرد. براین اساس، یک ناحیه هدف جدید در اویرا برای دوره آینده ایجاد خواهد شد.

