

28.8.2025

Digipolun käyttöohje asiakkaalle

Päijät-Hämeen hyvinvointialue on luonut asiakkaiden digitaalisen asioinnin tueksi digipolkuja. Digipolut ovat digitaalisia hoito- tai palvelupolkuja, jotka tarjoavat tukea ja rohkaisevat omahoidon toteutukseen.

Digipolkuja on kahdenlaisia

- Suurin osa on ammattilaisen sinulle avaamia esimerkiksi lähetteen tai diagnoosin pohjalta
- On sellaisia, joita voit itse aloittaa tarpeen mukaan eli itsehoitopolkuja

Päijät-Sote -sovelluksessa on useita muitakin toiminnallisuuksia, joihin voit tutustua verkkosivujen kautta. Tässä käyttöohjeessa on sinulle tukea Päijät-Sote-sovelluksen ja digipolun käytön aloittamiseen.

Verkkosivuiltamme löydät paljon hyviä vinkkejä ja usein kysytyjä kysymyksiä liittyen sovelluksen käyttöön: www.paijatha.fi/palvelut-ja-hoitoon-hakeutuminen/digitaaliset-palvelut



Digipolun käyttäminen Päijät-Sote -sovelluksella

Sovelluksen lataaminen

- Sovellus löytyy puhelimen sovelluskaupasta



Digipolkuja voit käyttää Päijät-Sote -sovelluksella tai tietokoneen verkkoselaimella osoitteessa <https://paijatsote.suomisote.fi/>

Sovellukseen kirjautuminen

- Kirjautumiseen tarvitset pankkitunnukset tai mobiilivarmenteen
- Vahvan tunnistautumisen yhteydessä hyväksy sovelluksen käyttöehdot

Ohjevideon sovelluksen käyttöönoton tueksi löydät oheisesta QR-koodista



28.8.2025

Digipolun tai itsehoitopolun löytäminen sovelluksesta

- Digipolut löytyvät sovelluksen alareunan Digipolut -osiosta
- Digipolut -osiossa voi olla näkyvissä tilanteesi mukaan erilaisia digipolkuja.
- Listassa on sekä ammattilaisen avaamia digipolkuja, että itsehoitopolkuja joita voit avata itsellesi tarpeen mukaan.

Mitä digipolulla voi tehdä?

- Digipolulla on monenlaisia toimintoja, jotka tukevat digitaalista asiointia.
- Kaikki toiminnot eivät ole käytössä kaikilla digipoluilla. Sinulla olevalle digipolulle ammattilainen on valinnut siinä tarvittavat toiminnot.



Digipolun eri toiminnot

Päiväkirja

Voit vastata digipolulla päiväkirjan kysymyksiin. Kysymyksiä voi olla erilaisia. Päiväkirjaan voi vastata kerran päivässä.

Mittaukset

Digipolulla saattaa olla käytössä mittaukset-toiminto. Digipolun kautta voit kirjata pituuden, painon, vyötärön ympäryksen, veren sokerin ja verenpaineen, jos ominaisuus on kyseisellä digipolulla käytössä.

Sisällöt ja niihin liittyvät tehtävät

Digipoluilla on aiheeseen liittyvää tekstisisältöä, mutta siellä voi olla myös videoita ja kuvia. Sisällöt voivat olla vaihteittain ajastettuja tai polun alusta loppuun asti käytettävissä. Sisältöihin on voitu rakentaa sinulle tehtäviä, joilla tuetaan omahoitosi toteutumista.

Kyselyt

Asiointiisi liittyvät kyselyt voi täyttää myös digipolulla. Täytettävät kyselyt löytyvät digipolun etusivulta.

Liitteet

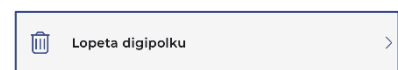
Digipolun kautta voit lähettää liitteenä ammattilaiselle PDF-tiedoston tai kuvia. Ammattilainen voi lähettää sinulle liitteitä, esimerkiksi erilaisia potilas-/asiakasohjeita.

Kiireetön viestintä

Voit käydä chat-keskusteluja sinua hoitavien ammattilaisten kanssa digipolun kautta. Viestintä-toiminnon kautta voit laittaa myös kuvia ammattilaiselle tarvittaessa. Viestithän digipolun kautta vain kiireettömissä asioissa.

Digipolun lopettaminen

- Jos digipolun alareunassa on lopeta digipolku-painike, voit sitä painamalla lopettaa asiointisi digipolulla kokonaan.
- Jos digipolulla ei ole näppäintä, mutta haluat lopettaa asioinnin digipolulla, pyydä sinua hoitavaa ammattilaista sulkemaan digipolukusi.
- Digipolulle on voitu määrittää sulkeutumisaika, jolloin digipolku päättyy automaattisesti.
- Kaikissa tapauksissa löydät päätetyn digipolun sisällöt historia-välilehdeltä.



28.8.2025

Digipolun käyttäminen verkkoselaimella

Digipolun tai itsehoitopolun löytäminen

- Digipolut löytyvät verkkoselaimen vasemmasta reunasta Omahoito-otsikon alta, kohdasta **digipolut**.
- Digipolut -osiossa voi olla näkyvissä tilanteesi mukaan erilaisia digipolkuja.
- Listassa on sekä ammattilaisen avaamia digipolkuja, että itsehoitopolkuja joita voit avata itsellesi tarpeen mukaan.

Digipolun toiminnot pysyvät samoina alustasta riippumatta.

Vinkkejä toimintoihin löydät ylempää.

Digipolkuja voit käyttää verkkoselaimella osoitteessa <https://paijatsote.suomisote.fi/>

