

Tips for raskere søk

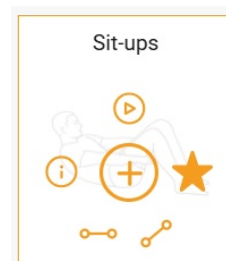
Finn øvelsene du trenger – raskere og enklere

Mange bruker fritekssøk og filtersystemet, men det finnes mange andre måter å finne frem til riktig øvelse raskt. For at du og teamet ditt skal få maksimalt ut av verktøyet, har vi samlet de smarteste søkegrepene i en kortfattet guide.

Favoritter

Lagre dine mest brukte øvelser for umiddelbar tilgang.

Hold musen over en øvelse og trykk på stjerneikonet for å lagre den som favoritt. Stjernen blir gul når den er lagret. Senere kan du trykke på stjernen under søkefeltet for å vise bare favorittøvelsene dine.

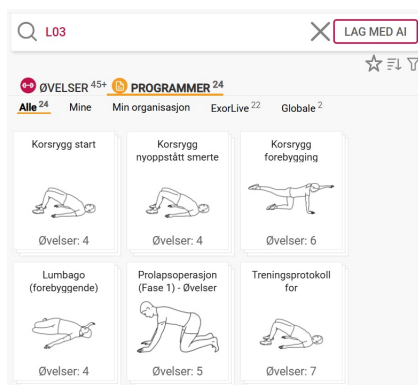


Diagnosekoder

Søk direkte på koder for å finne relevante øvelser raskere.

I ExorLive kan du bruke ICPC-2 og ICD-10 koder for å finne programmaler. Du får da både forskningsbaserte protokoller, programmer fra våre fagpersoner og programmer fra utvalgte kunder.

Nedenfor ser du et eksempel på søk med ICPC-2 koden for "Korsrygg symptomer/plager":



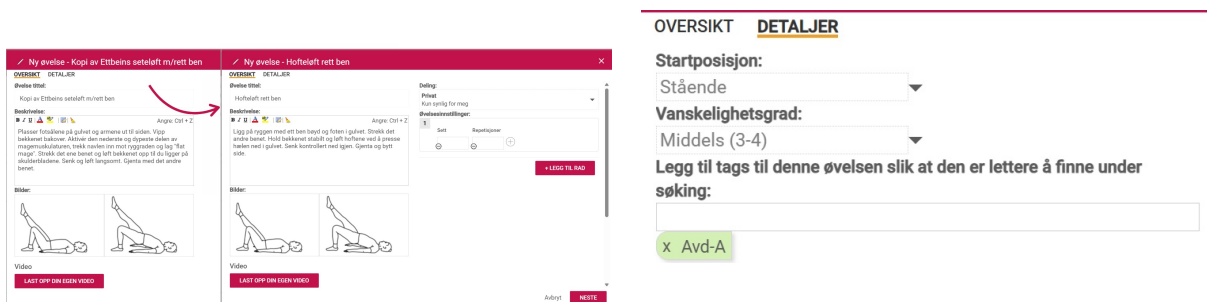
Egen tittel og tag

Kopier øvelser og gi dem navnene dere bruker på klinikken.

Finn øvelsen du vil bruke i øvelsesbiblioteket, og trykk "Vis detaljer". Øverst til høyre finner du en trepunktsmeny hvor du får muligheten til å lage din egen kopi av øvelsen.



I kopien kan du endre navn, beskrivelse, legge til kategorier og egne tags. Du kan endre til et navn du husker bedre eller gjøre beskrivelsen enklere for kunden å forstå. Du kan også legge til egne tags som gjør det enklere å finne frem. For eksempel hvis du tagger en øvelse "Avd-A", vil den dukke opp når du søker det samme i friteksfeltet.

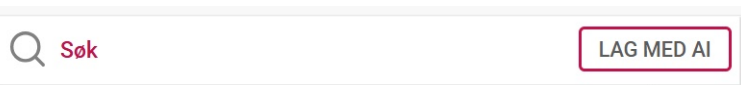


Søk slik du tenker

Prøv AI-assistenten til å lage et program på sekunder.

Synes du det er vanskelig å finne riktig øvelse blant 9 000 alternativer? Beskriv behovet, og få skreddersydde treningsprogram på sekunder! Kanskje den foreslår en ny øvelse du ikke har sett før?

Trykk på "Lag med AI". Basert på din prompt foreslår den relevante øvelser i et redigerbart program.



Inkluder gjerne i prompten:

- Alder / kjønn
- Skade eller begrensning
- Setting (f.eks. treningssenter, hjem)
- Frekvens (f.eks. 2x/uke)
- Treningsmål

Eksempler på prompts:

"Mann, 58, langvarige skuldersmerter over 90°. Rehabilitering på treningssenter, 3x/uke."

"Kvinne, 75, under opptrening etter hofteoperasjon. Hjemmebasert balansetrening."

Håper du fikk nytte av disse tipsene. Lykke til med søkene!