

---

# Guide Sanoia

---

## Volume 4 : Suivre ma santé avec Sanoia

---

*Edition Janvier 2012*

---

### Autres guides disponibles sur [SANOIA.COM/AIDE](http://SANOIA.COM/AIDE)

Pré-requis conseillés :

- Volume 1 : Sanoia, c'est quoi ?
- Volume 2 : Démarrer avec Sanoia

Lectures suivantes suggérées :

- Volume 3 : Rassembler mes informations santé avec Sanoia
- Volume 5 : M'informer sur ma santé avec Sanoia

The logo for Sanoia, featuring the word "sanoia" in a lowercase, rounded, green font with a white outline.

Ce guide a été rédigé par des membres de l'association AIMSU afin de vous accompagner dans l'utilisation concrète de votre fiche santé Sanoia.

Si vous avez des questions ou suggestions, le support Sanoia est à votre disposition par email sur [info@sanoia.fr](mailto:info@sanoia.fr)

### **NOTICE LEGALE :**

*Les informations contenues dans ce guide sont des exemples d'utilisation du Site Sanoia.com et sont fournies à titre indicatif. Elles ne constituent en aucun cas un conseil ou une consultation médicale, et ne sont ni complètes, ni exhaustives. Elles ne sauraient remplacer la consultation d'un professionnel de santé compétent. En cas de doute, de symptômes quelconques et de manière générale avant toute prise de décision médicale, il vous appartient de consulter un professionnel de santé compétent. Notre support par email ne peut en aucun cas fournir un quelconque avis ou conseil médical et se limite à aider nos usagers dans l'utilisation du site Sanoia.*

*Le service Sanoia est intégralement régi par ses conditions générales d'utilisations que vous devez accepter pour l'utiliser. Les Fonctionnalités décrites dans ce guide ne sont pas un engagement de fonctionnement du service. Consultez les CGU sur <http://www.sanoia.com/CGU-SANOIA.pdf>*

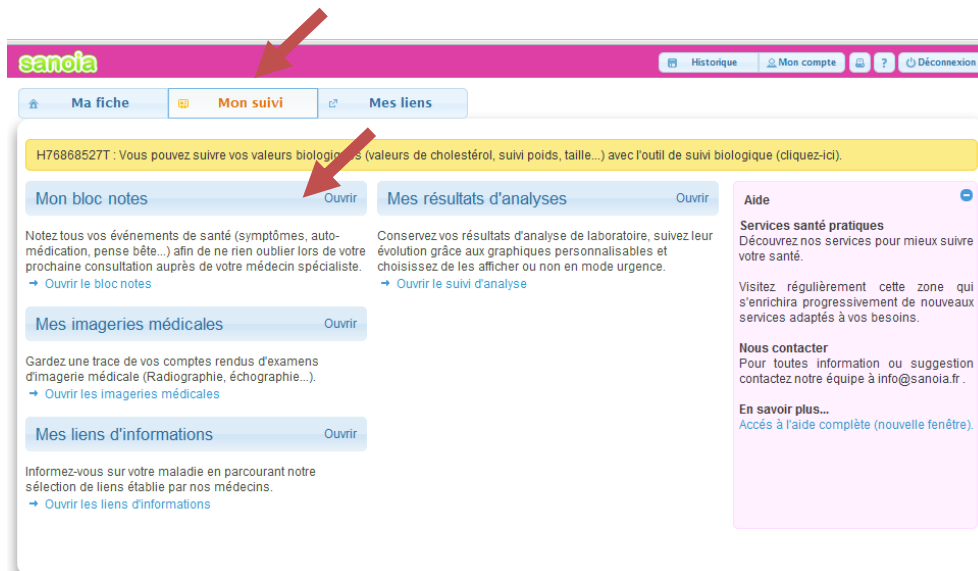
*A la demande la Commission Nationale Informatique et Libertés, il est rappelé à nos usagers que Sanoia est un service anonyme et gratuit de stockage et gestion d'informations santé. De puissants mécanismes sont mis en œuvre afin de garantir votre anonymat d'un point de vue technique. Le recensement de certaines informations (nom ou coordonnées email par exemple) ont été volontairement omis car il pouvait rompre cet anonymat. Il est de votre responsabilité individuelle de ne pas inscrire d'informations personnelles qui permettraient de vous identifier dans votre fiche. De même, quand vous contactez le support Sanoia à [info@sanoia.fr](mailto:info@sanoia.fr), n'indiquez pas votre identifiant ISAN svp.*

## 1. Prenez des notes (symptômes, choses à faire)

Vous craignez d'oublier votre prochain rendez-vous chez un spécialiste ou cet épisode de santé que vous avez géré vous-même et dont vous aimeriez parler à votre médecin généraliste?

Ne multipliez pas les post-it, la fiche santé Sanoia met à votre disposition un espace dédié à tout ce que vous souhaitez noter.

- Pour accéder à cet espace, cliquez sur « Mon Suivi » puis sur "Mon Bloc-Notes ».



- Pour ajouter une note, cliquez sur "Ajouter une note".









- Datez, consignez et décrivez toutes les informations que vous souhaitez (symptômes, choses à faire, consultation...).

**sanoia** Historique Mon compte ? Déconnexion

Ma fiche Mon suivi Mes liens

Sommaire Bloc notes Résultats analyses Imageries médicales

**Notes actives**

Date	Catégorie	Description	Active	Actions
14/08/2011	Symptôme	Douleur vive à la gorge, façon angine. Rien pris et c'est passé tout seul en 2 jours.	<input checked="" type="checkbox"/>	 
10/09/2011	Symptôme	nez qui coule avec fièvre à 38. Soigné en 5j par doliprane 500mg 3 fois / jour.	<input checked="" type="checkbox"/>	 
04/12/2011	Chose à faire	faire un bilan sanguin (HEPA + Remato VSCRF) avant prochaine consultation.	<input checked="" type="checkbox"/>	 
Ajouter une note...		<input type="checkbox"/> Symptôme <input checked="" type="checkbox"/> Chose à faire <input type="checkbox"/> Divers <input type="checkbox"/> Scores <input type="checkbox"/> Valeur biologique <input type="checkbox"/> Consultation médicale		

Notes archivées

**Aide**

Cette zone vous permet de noter toute information à ne pas oublier lors de votre prochaine consultation : nouveau symptôme, effet indésirable, rendez-vous... qui ne seront pas affichés dans l'accès urgence.

Veillez à éviter toute information trop nominative (personnes à contacter...) susceptible de rompre l'anonymat de votre fiche.

En savoir plus...  
[Accès à l'aide complète \(nouvelle fenêtre\).](#)

Annuler Valider

- Cliquez sur « Valider » pour terminer.

En décochant l'option « active » d'une note, cette dernière se retrouvera automatiquement dans la section « Notes archivées » vous garantissant ainsi la conservation de toutes vos notes !

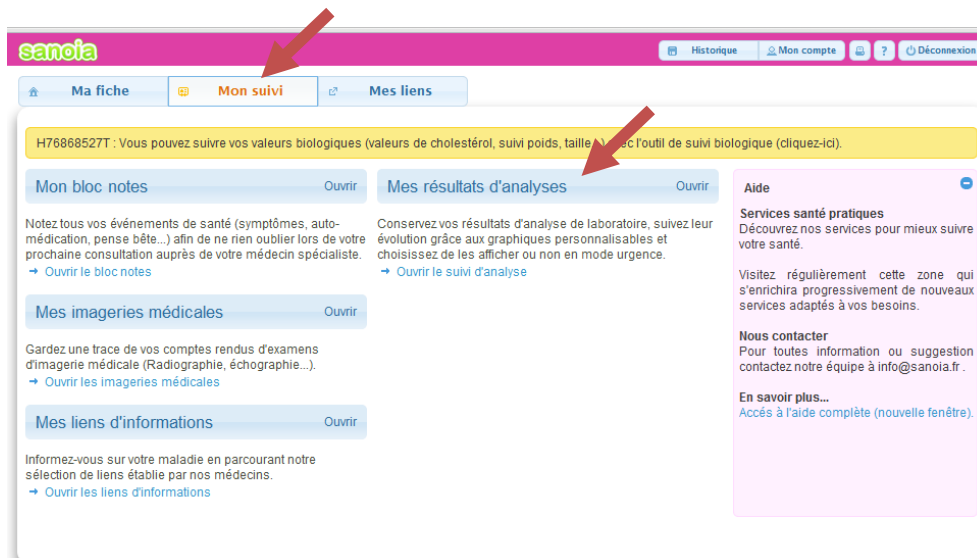
**Important** : Ce bloc-notes vous appartient totalement : ces données ne seront pas affichées en mode urgence.

Astuce : Vous pouvez classer ces notes par date ou par catégorie (symptômes, valeurs biologiques, etc.) en cliquant sur le haut des colonnes.

## 2. Conserver mes résultats d'analyse et suivre leur évolution

La fiche santé Sanoia vous offre un espace dédié vous permettant de rassembler tous vos résultats de laboratoires et de suivre l'évolution de vos données en disposant de graphiques représentatifs.

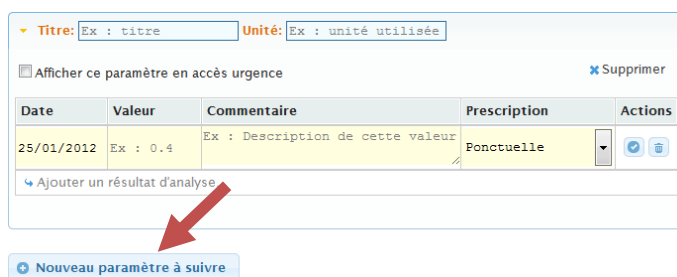
- Pour accéder à cet espace, cliquez sur « Mon Suivi », puis « Mes résultats d'analyse ».



The screenshot shows the Sanoia website interface. At the top, there's a navigation bar with 'Ma fiche', 'Mon suivi', and 'Mes liens'. Below this, a yellow banner contains the user ID 'H76868527T' and a message about following biological values. The main content area is divided into several sections: 'Mon bloc notes', 'Mes résultats d'analyses', 'Mes imageries médicales', and 'Mes liens d'informations'. A sidebar on the right contains 'Aide', 'Services santé pratiques', 'Nous contacter', and 'En savoir plus...'. Red arrows highlight the 'Mon suivi' tab and the 'Mes résultats d'analyses' sub-tab.

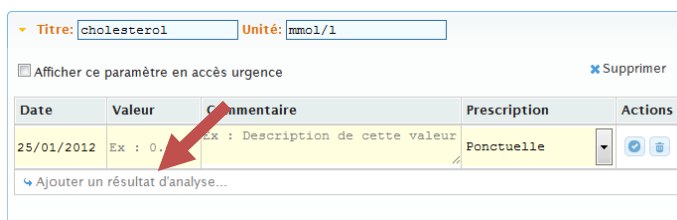
Chaque paramètre d'analyse suivi est caractérisé par un titre (son nom), son unité de mesure et un tableau où sont consignés les dates d'examens, les valeurs, les commentaires, etc.

- Pour créer un nouveau paramètre cliquer sur « Nouveau paramètre à suivre ».



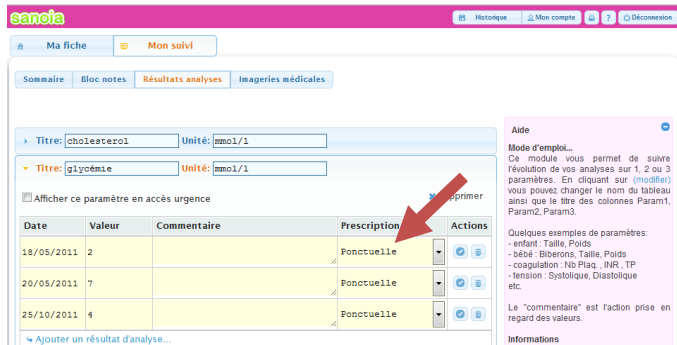
The screenshot shows the 'Nouveau paramètre à suivre' form. It has input fields for 'Titre' (Example: titre) and 'Unité' (Example: unité utilisée). There's a checkbox for 'Afficher ce paramètre en accès urgence' and a 'Supprimer' button. Below is a table with columns: Date, Valeur, Commentaire, Prescription, and Actions. The table contains one row with the date '25/01/2012', value 'Ex : 0.4', and comment 'Ex : Description de cette valeur'. There's a 'Prescription' dropdown set to 'Ponctuelle' and 'Actions' icons. A red arrow points to the 'Ajouter un résultat d'analyse' button.

- Indiquez son titre et son unité de mesure.
- Pour ajouter un résultat d'analyse, cliquez sur « Ajouter un résultat d'analyse ».

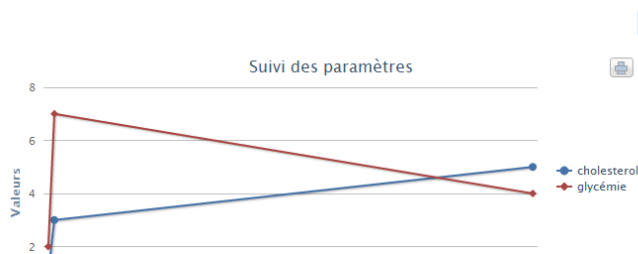


The screenshot shows the 'Nouveau paramètre à suivre' form with 'cholesterol' entered in the 'Titre' field and 'mmol/l' in the 'Unité' field. The table below has the same structure as the previous screenshot, but the 'Ajouter un résultat d'analyse' button is now labeled 'Ajouter un résultat d'analyse...'. A red arrow points to this button.

- Saisissez la date de vos examens et les valeurs de votre paramètre. Vous pouvez inscrire un commentaire et préciser s'il s'agit d'une prescription ponctuelle ou récurrente.



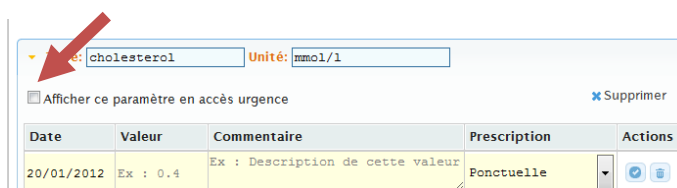
- Au fur et à mesure de la création des paramètres et de la saisie des résultats concernant chacun d'eux, le graphique se met à jour automatiquement.



Astuce : Pour ne pas voir le tracé de l'un des paramètres, cliquez sur leur titre dans le graphique.

Par défaut, ces données n'apparaissent pas en mode « accès médecin ». Néanmoins, si vous ou votre médecin jugez ces informations indispensables lors de votre prise en charge :

- Cochez l'option « Afficher ce paramètre en accès urgence » pour chacun des paramètres jugés importants d'être connus par le professionnel de santé qui vous soignera.



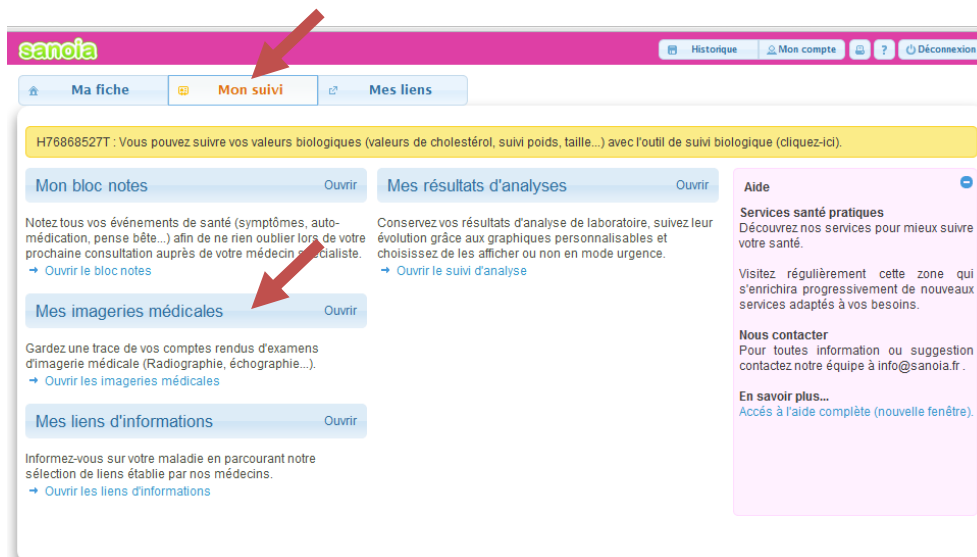
- Cliquez sur « Valider ».

### 3. Conserver mes interprétations d'imageries médicales

Vos imageries médicales sont des données importantes dans votre suivi. Néanmoins, vous ne savez pas toujours où ni comment les conserver.

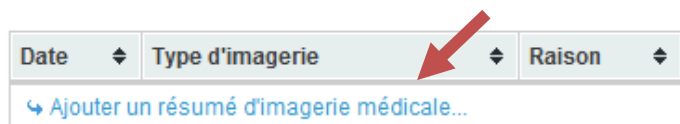
La fiche santé Sanoia vous offre un espace dédié vous permettant de noter le compte-rendu (ou résumé) de vos examens d'imagerie médicale : radiographie, scanner, échographie, densitométrie, etc.

- Pour accéder à cet espace, cliquez sur « Mon Suivi » puis sur « Mes imageries médicales ».



The screenshot shows the Sanoia user interface. At the top, there is a navigation bar with the Sanoia logo and links for 'Historique', 'Mon compte', and 'Déconnexion'. Below this, there are three main menu items: 'Ma fiche', 'Mon suivi', and 'Mes liens'. The 'Mon suivi' menu is highlighted. Underneath, there are several sections: 'Mon bloc notes', 'Mes résultats d'analyses', 'Mes imageries médicales', and 'Mes liens d'informations'. A red arrow points to the 'Mon suivi' menu item, and another red arrow points to the 'Mes imageries médicales' link.

- Pour ajouter un examen, cliquez sur "Ajouter un résumé d'imagerie médicale".



The screenshot shows a form for adding a medical imaging summary. It has three columns: 'Date', 'Type d'imagerie', and 'Raison'. A red arrow points to the 'Type d'imagerie' column. Below the columns, there is a link that says 'Ajouter un résumé d'imagerie médicale...'. The form is currently empty.

- Indiquez la date et le type d'imagerie (densitométrie, échographie...); vous pouvez en préciser la raison (accident, prescription, suivi de votre pathologie) et saisir le résumé de l'analyse. N'oubliez pas d'indiquer la zone concernée par le cliché.

**sanoia** Historique Mon compte ? Déconnexion

Ma fiche Mon suivi Mes liens Test Rapid3

Sommaire Bloc notes Résultats analyses **Imageries médicales** Test Rapid3 Aide

Date	Type d'imagerie	Raison	Analyse	Zone du cliché	Actions
25/01/2011	Densitométrie	Autre	pas d'ostéoporose		
10/10/2009	Radiographie	Acte prescrit	Radio montrant érosion du carpe	main et pieds	
10/06/2009	Radiographie	Autre	Radio thorax et sinus sans anomalie.	thorax et sinus	
08/01/2011	Echographie	Autre	ténosynovite de l'extenseur ulnaire du carpe	main	

Ajouter u  
 Densitométrie  
 Coloscopie  
**Echographie**  
 IRM  
 Mammographie  
 Magnétoencéphalographie (MEG)  
 Radiographie  
 Scanner X  
 Scintigraphie  
 Tomographie (TEP)  
 Autre

Annuler Valider

Pour plus de sécurité cette liaison est cryptée et votre adresse IP est masquée.  
 Hébergeur agréé par le Ministère de la Santé.

Respect de votre vie privée: notre engagement Informatique et Libertés.

- Cliquez sur « Valider » pour terminer.

**ASTUCE :** Pour une plus grande lisibilité, vous pouvez classer vos examens d'imagerie selon leur type, leur raison ou leur date et ce, en cliquant en haut de la colonne correspondant au critère de tri choisi.

## 4. Suivre mes vaccins

Le calendrier des vaccins n'est pas simple à mettre à jour ni à mémoriser, que ce soit celui de vos enfants ou le vôtre.

La fiche santé Sanoia vous offre un espace vous permettant de synthétiser toutes ces informations de manière organisée et pertinente pour votre suivi et votre prise en charge.

- Pour accéder à cet espace, cliquez sur « Ma Fiche » puis sur « Vaccins (ajouter/modifier)».

**sanoia** Historique Mon compte ? Déconnexion

Ma fiche Mon suivi Mes liens

H76868527T : vous êtes dans votre fiche santé. Choisissez les informations à modifier.  
 Besoin de revoir l'introduction à Sanoia cliquez-ici.

Antécédents (ajouter / modifier) Traitements (ajouter / modifier)  
 Pathologies (ajouter / modifier) **Vaccins (ajouter / modifier)**  
 Allergies (ajouter / modifier) Risques (ajouter / modifier)  
 Note médicale (ajouter / modifier)

**Aide**  
**Vérfications**  
 Fiche d'une femme de 36 ans  
 Création : 18.10.2009 00:00:00  
 Mise à jour : 25.01.2012 10:08:14  
 Accès urgence : 24.01.2012 13:37:55

**Comment remplir ma fiche ?**  
 Votre fiche santé SANOIA comporte plusieurs zones de renseignements médicaux à remplir. Nous vous aidons ainsi à rapidement consigner les informations importantes de votre santé qui seront essentielles à votre prise en charge en cas d'urgence ou lors d'une consultation non prévue par un médecin qui ne vous connaît pas.

**Comment me documenter ?**  
 Dans chacune des zones, vous pouvez

- La liste des vaccins, dont la connaissance est essentielle à un professionnel de santé afin de vous assurer une meilleure prise en charge, vous est proposée. Indiquez votre statut (non connu, vacciné, non vacciné) ainsi que la date de dernière injection.

The screenshot shows the 'Vaccins' section of the Sanoia interface. It features a table with columns for 'Souche', 'Statut', 'Date dernière injection', and 'Action'. The table lists various vaccines such as BCG, DT, Polio, Coqueluche, HIB, Hépatite B, Pneumocoque, and Grippe. The 'Statut' for Polio is currently 'non indiqué', and a red arrow points to this dropdown menu. Below the table is a section for 'Autres vaccins ou complément d'information'. To the right, an 'Aide' sidebar provides instructions on how to use the vaccine information section.

Souche	Statut	Date dernière injection	Action
BCG	vacciné	10/11/2005	[éditer] [supprimer]
DT	vacciné	15/01/2001	[éditer] [supprimer]
Polio	non indiqué		[éditer] [supprimer]
Coqueluche	non indiqué non connu non vacciné	13/04/2000	[éditer] [supprimer]
HIB	vacciné	09/12/2010	[éditer] [supprimer]
Hépatite B	non vacciné		[éditer] [supprimer]
Pneumocoque	vacciné	05/03/2010	[éditer] [supprimer]
Grippe	non vacciné		[éditer] [supprimer]

Autres vaccins ou complément d'information

Action [éditer] [supprimer]

Annuler Valider

- Si votre vaccin a été réalisé avec une souche particulière ou si vous avez eu d'autres vaccins, indiquez-le (saisie manuelle) dans la zone « Autres vaccins ou complément d'information ».

This image shows a close-up of the 'Autres vaccins ou complément d'information' input field. A red arrow points to the empty text area, indicating where the user should enter additional vaccine information.

- Cliquez sur « Valider » pour terminer.