

***DIET TRACKER***  
***TAKIM-10***  
***KULLANIM KILAVUZU***

1-Mobil Uygulama  
(Hastalar için)



## DIET TRACKER

Email

Şifre

[Şifrenizi mi unuttunuz?](#)

Giriş Yap

Üye değil misiniz? [Kayıt olmak için tıklayınız](#)

Hasta mobil uygulama giriş yaptığın da onu 'Giriş Yap' alanı karşılar. Eğer daha önce kaydolmuşsa bilgilerini girerek giriş yapabilir. Kaydolmamışsa 'Kayıt Ol' butonuna tıklayarak açılan sayfada gerekli bilgileri girmelidir ve kaydolmalıdır. Daha sonra girdiği bilgilerle giriş yapabilir.

Kullanıcı adını(e-mailini) buraya yazınız.  
Şifreyi buraya yazınız.

Giriş yapmak için tıklayın.  
Kayıt olmak için tıklayın.

## DIET TRACKER'A ÜYE OLUNUZ

Zaten bir hesabınız var mı? [Giriş Yapmak](#) için tıklayınız

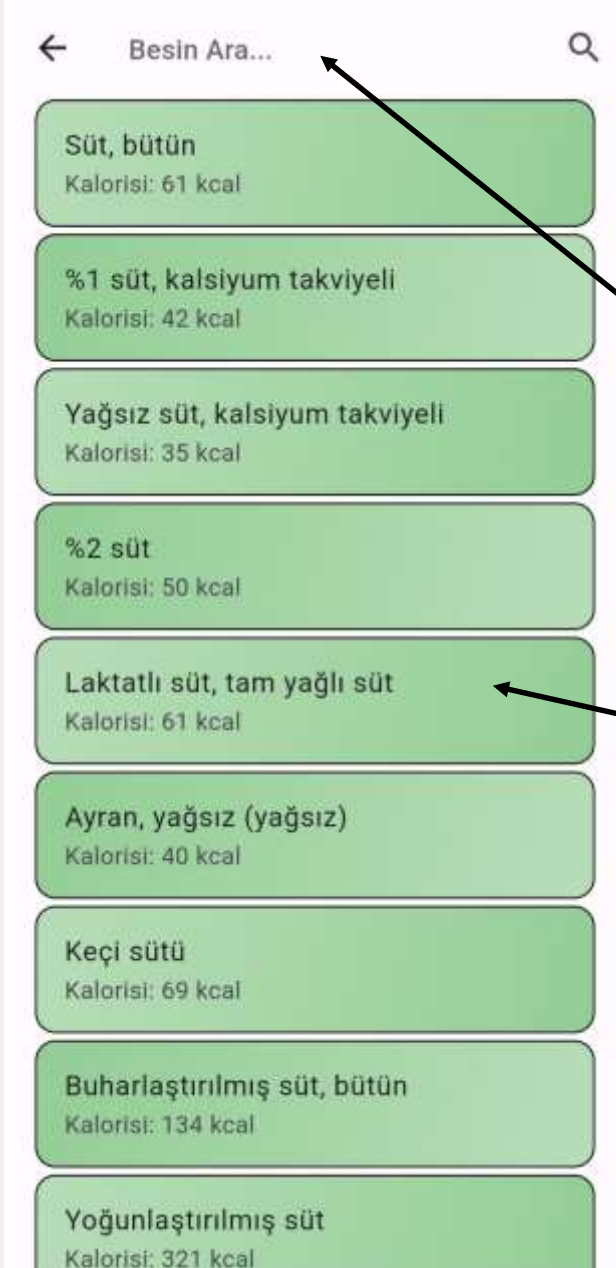
Hasta mobil uygulama giriş yaptığın da onu 'Giriş Yap' alanı karşılar. Eğer daha önce kaydolmuşsa bilgilerini girerek giriş yapabilir. Kaydolmamışsa 'Kayıt Ol' butonuna tıklayarak açılan sayfada gerekli bilgileri girmelidir ve kaydolmalıdır. Daha sonra girdiği bilgilerle giriş yapabilir.

- İsmınızı giriniz.
- Soy isminizi giriniz.
- Yaşınızı giriniz
- E-posta adresinizi yazınız.
- Şifreyi giriniz.
- Şifreyi tekrar giriniz.
- Tüm bilgiler girildikten sonra kayıt olmak için butona basınız.



## Mobil Uygulama İçin Ana Ekran:

- Giriş yaptıktan sonra Ana Ekran karşılıyor.
- Buraya tıkladığınızda ise profil bilgilerinizi güncelleyebilirsiniz.
- Bu kısım profilimiz hakkında bilgi veriyor.
- Bu kutucuk ise diyetisyenlerimiz (diyetisyen seçme ve puanlama) kısmını açar. Buradan da diyetisyen seçebilirsiniz veya puanlayabilirsiniz.
- Buraya tıkladığınızda ise oyun bölümü açılır. Oyun bölümünde ise besinlerin fotoğrafı olacak. Kalorisini doğru bilmeye çalışacak.
- Bu kutucuğa tıklarsanız mesajlaşma kısmına geçersiniz ve diyetisyenlerle konuşma yapabilirsiniz.
- Bu kutucuk ise besin bilgileri (kalori hesaplama) gibi işlevleri yerine getirebilir.
- Buraya tıklarsanız diyet listelerim kısmını açılır ve diyet listelerinizi görüntüleyebilirsiniz.
- Bu kutucuk vücut kitle indeksinizi hesaplar ve hangi aralıkta olduğunuz bilgisine erişim sağlar.



### Besin Kalori Öğrenme:

Hasta uygulamanın ana ekranında bulunan 'Besin Bilgileri' sekmesine tıklayarak açılan sayfada besinleri arayabilir ve besinlerin temel bilgilerine erişebilir.

### Mobil Uygulama İçin Besinler Listesi sayfası:

- Burada bulunan arama kısmına yiyeceğin adını yazarsanız kaç gramda kaç kalori olacağının bilgisini verir.
- Burada besin listesi yer alır. Bu besin kutucuklarından birine tıklanarak besin bilgileri sayfasına ulaşılır.

← Tiramisu



Porsiyon



Adet:

**Karbonhidrat**

25.02

%52.60

**Yağ**

18.11

%38.07

**Protein**

4.44

%9.33

**Besin Değerleri**

1 Porsiyon (Orta)

Kalori (kcal) 283.00

Şeker 0.00

Kalsiyum 53.00

Sodyum (mg) 97.00

Potasyum (mg) 132.00

Demir 1.18

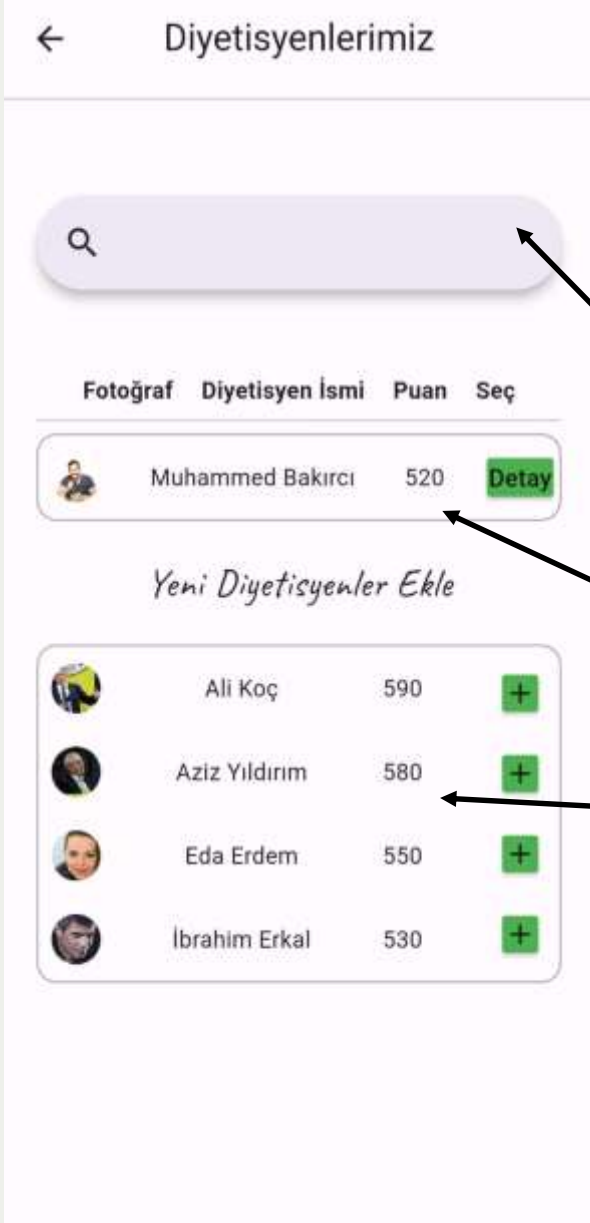
Su 49.90

## Besin Kalori Öğrenme:

Hasta uygulamanın ana ekranında bulunan 'Besin Bilgileri' sekmesine tıklayarak açılan sayfada besinleri arayabilir ve besinlerin temel bilgilerine erişebilir.

## Mobil Uygulama İçin Besin Bilgileri sayfası:

- Buradan besinin porsiyon miktarını seçip besin bilgilerini görüntüleyebilirsiniz.
- Burada besin bilgileri yer alır.



### Diyetisyen Seçme :


Hasta mobil uygulamada giriş yaptıktan sonra ana ekranda bulunan 'Diyetisyenlerimiz' bölümünden diyetisyenlerin bilgilerini görerek kendine uygun diyetisyeni seçebilmektedir. Bir hasta birden fazla diyetisyen seçebilir.

### Mobil Uygulama İçin Diyetisyenlerimiz sayfası:

- Diyetisyenleri ismine göre aratabilirsiniz.
- Burada var olan diyetisyenleriniz listelenir
- Diyetisyen adının yanında 1 aylık diyetisyenlik ücreti yazılıdır.



Muhammed Bakırcı



**Diyetisyen**

**Dr.Muhammed Bakırcı**

Tel No: +90 (531) 516-8165

Email: bakirci@gmail.com

Adres: Bursa/Nilüfer

Deneyim: 0-5 Yıl

D.Tarihi: 01.01.2000

Okul: Ege Üniversitesi

Ucret: 520 TL

Diyetisyen Yorum...

Batuhan  
mamo

Puan: 1

Emir  
yorum

Puan: 4

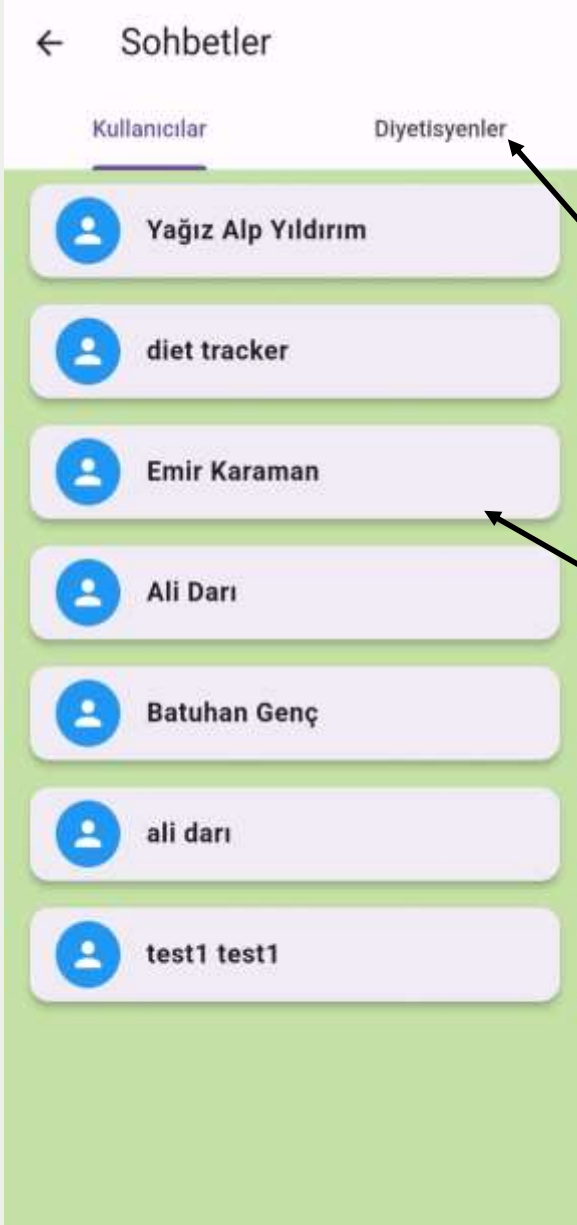
Üyeliliğini İptal Et

### Diyetisyen Bilgileri Ve Puanlama:

Hasta mobil uygulamada giriş yaptıktan sonra ana ekranda bulunan 'Diyetisyenlerimiz' bölümünden diyetisyenlerin bilgilerini görerek kendine uygun diyetisyeni seçebilmektedir. Bir hasta birden fazla diyetisyen seçebilir.Hasta üye olduğu diyetisyenleri puanlayabilir, yorum yazabilir ve bilgilerini görüntüleyebilir. Bu puan ve yorumlar diğer kullanıcılar tarafından görüntülenebilir.

### Mobil Uygulama İçin Diyetisyenlerimiz sayfası:

- Diyetisyen bilgileri görüntülenir.
- Buradab diyetisyen puanlanıp yorum yapılabilir.

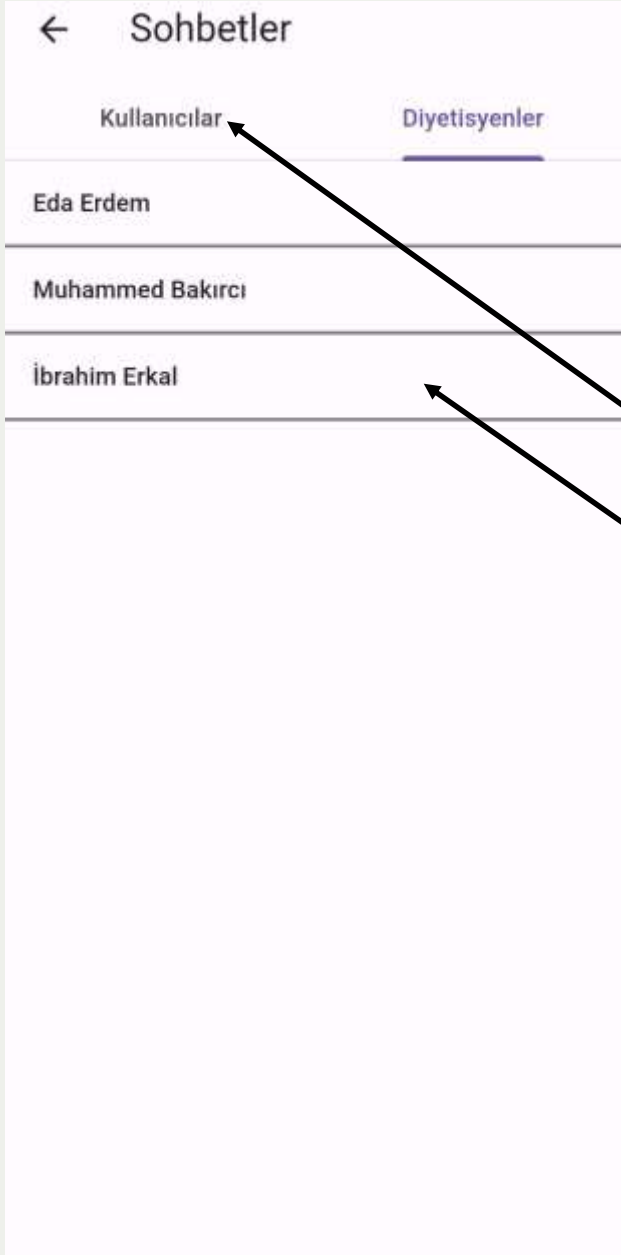


### **Mesajlaşma:**

Hastanın diğer kullanıcılarla mesajlaşıp sohbet edebilir.

### **Mobil Uygulama İçin Diyetisyenlerimiz sayfası:**

- Buradan var olan diyetisyenlerinizle mesajlaşma ekranına geçersiniz.
- Mesajlaşabileceğiniz diğer kullanıcılar.

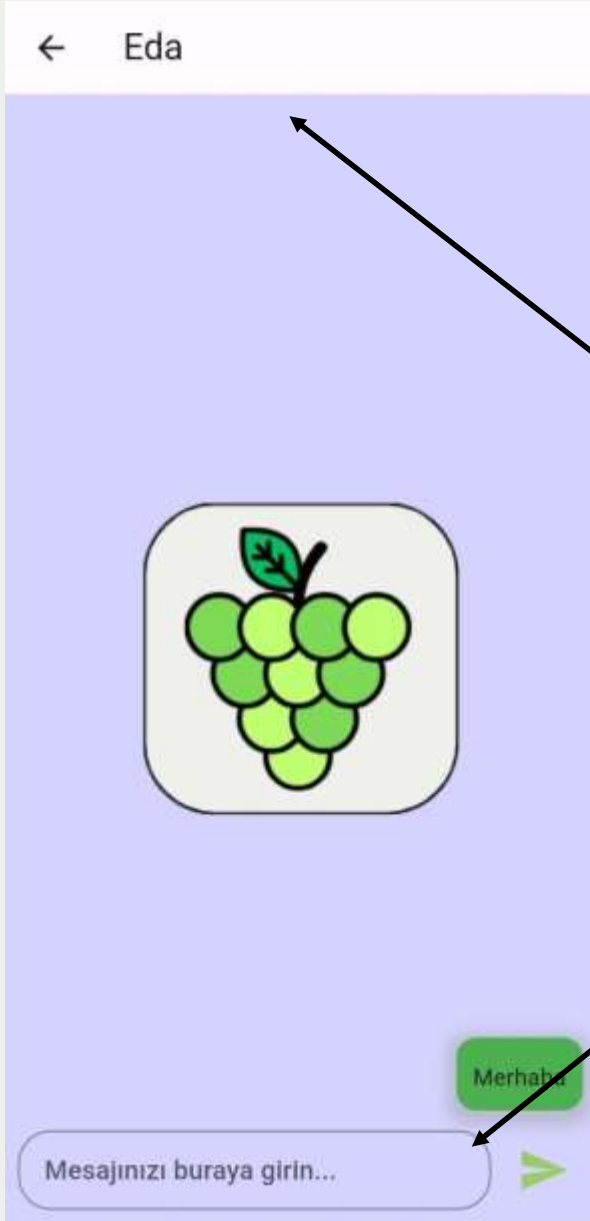


### **Mesajlaşma:**

Hastanın bağlantı kurduğu diyetisyenler mesajlaşma sekmesinde görünür hale gelir. Hasta istediği zaman diyetisyene mesaj yollayabilir. Diyetisyen de aldığı mesajı cevaplayabilir.

### **Mobil Uygulama İçin Diyetisyenlerimiz sayfası:**

- Buradan mesajlaşabileceğiniz diğer kullanıcıları görüntüleyebilirsiniz.
- Var olan mesajlaşabileceğiniz diyetisyenleriniz.



### **Mesajlaşma:**

Hastanın bağlantı kurduğu diyetisyenler mesajlaşma sekmesinde görünür hale gelir. Hasta istediği zaman diyetisyene mesaj yollayabilir. Diyetisyen de aldığı mesajı cevaplayabilir.

### **Mobil Uygulama İçin Diyetisyenlerimiz sayfası:**

- Buradan mesajlaştığınız kişinin bilgileri yer almaktadır.
- Buradan mesaj yazıp gönderebilirsiniz.

< Vücut Kitle İndeksi

Kilo (kg)  
60

Boy (cm)  
180

Hesapla Kaydet

**BMI: 18.5 (Normal Kilo)**

Underweight Normal weight Overweight Obesity Class 1 Obesity Class 2 Obesity Class 3

< 18.5 18.5 - 24.9 25.0 - 29.9 30.0 - 34.9 35.0 - 39.9 ≥ 40



### Vücut Kitle İndeksi Hesaplama:

Hasta ve diyetisyen ilgili sekmeye içerisindeki gerekli yerleri doldurarak(boy ve kilo) vücut kitle indeksini öğrenebilir.

### Mobil Uygulama İçin Vücut Kitle İndeksi sayfası:

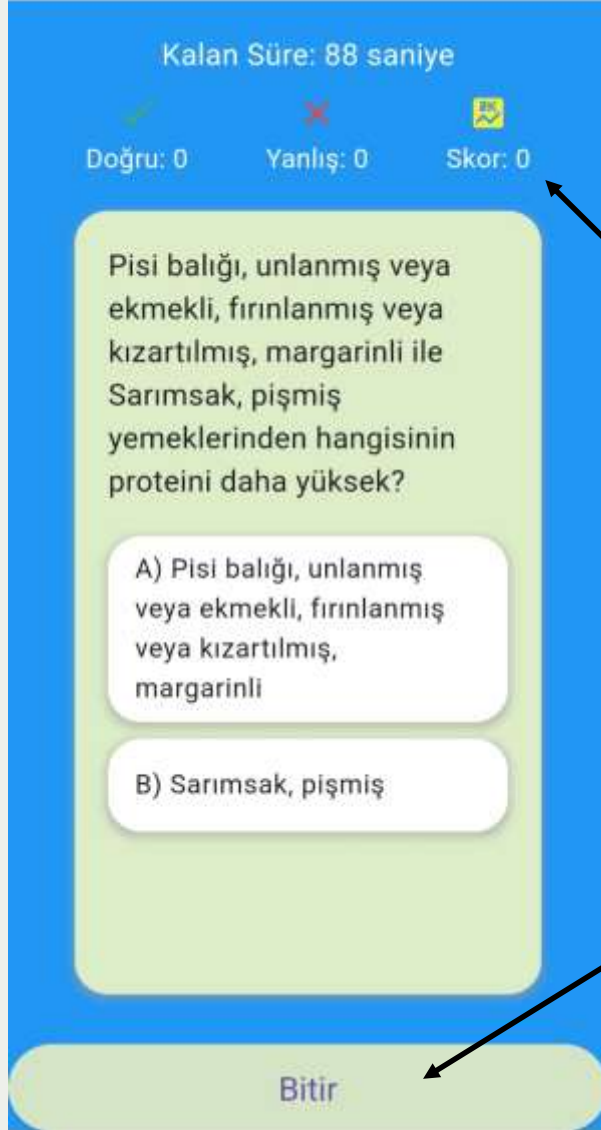
- Burada boy kısmına boyunuzu, kilo kısmına kilonuzu yazıp hesapla butonuna tıklayarak alt kısımda oluşan vücut kütle indeksinizi görüntüleyebilirsiniz.
- Burada çıkan sonuca göre hangi aralıkta olduğunuzu görebilirsiniz



### Oyun Başlangıç ekranı:

Hastalar uygulamaya giriş yaptıktan sonra 'Oyun' Sekmesine tıklayarak kendileri için hazırlanmış oyunu görüntüleyebilir ve oynayabilirler. Oyunlardan elde ettikleri puanlar veri tabanında tutulur. Ayrıca oyunlar bilgilendirici oldukları için hastaların yararınadır.

- Süre bitmeden verilen sorulardan cevaplayabildiğiniz kadar doğru cevapladığınız ve doğru başına puan kazandığınız bir oyun
- Burada en yüksek skorunuzu görüntüleyebilirsiniz.
- Başlamak için basınız.



### Oyun:

Hastalar uygulamaya giriş yaptıktan sonra 'Oyun' Sekmesine tıklayarak kendileri için hazırlanmış oyunu görüntüleyebilir ve oynayabilirler. Oyunlardan elde ettikleri puanlar veri tabanında tutulur. Sistem tarafından sıralama oluşturulur ve sırası kullanıcıya gösterilir. Ayrıca oyunlar bilgilendirici oldukları için hastaların yararınadır.

Oyundaki anlık olarak doğru , yanlış cevaplarınız ve skorunuzu görüntüleyebilirsiniz.

Süre bitmeden oyunu bitirmek için butona basınız.



### Oyun Sonu Ekranı:

Hastalar uygulamaya giriş yaptıktan sonra 'Oyun' Sekmesine tıklayarak kendileri için hazırlanmış oyunu görüntüleyebilir ve oynayabilirler. Oyunlardan elde ettikleri puanlar veri tabanında tutulur. Sistem tarafından sıralama oluşturulur ve sırası kullanıcıya gösterilir. Ayrıca oyunlar bilgilendirici oldukları için hastaların yararınadır.

Burada oyun bilgilerinizi görüntüleyebilirsiniz.

Ana ekrana dönmek ya da sonucunuzu kaydetmek için butonlar mevcut



# 2- Masaüstü Uygulaması (Diyetisyenler İçin)

Diyetisyen masaüstü uygulamasına ilk girişinde proje sahipleri tarafından verilen kendine özel kodla kullanıcı kaydını yapmalı ve kişisel bilgilerini girmelidir. Kodu olmayan diyetisyen uygulamaya kayıt yaptıramaz. Kaydolduktan sonraki girişlerinde 'Giriş Yap' diyerek direkt bilgileriyle giriş yapabilir.

Giriş



TC Kimlik Numaranız:

Şifreniz:

Giriş Yap

Kayıt Ol

[İletişime Geçmek İçin Tıklayınız](#)

Kullanıcı T.C. kimlik numarasınız buraya yazınız.

Şifreyi buraya yazınız.

Kayıt olmak için tıklayın.

Giriş yapmak için tıklayın.

Kayıt



Adınız:

Soyadınız:

TC Kimlik Numaranız:

Doğum Tarihiniz:

Telefon Numaranız:

Mail Adresiniz:

Adresiniz:

Deneyiminiz:

Aylık Ücretiniz:

Mezun Olduğunuz Okul:

Şifreniz:



Resim Ekle

Kayıt Ol

Diyetisyen masaüstü uygulamasına ilk girişinde proje sahipleri tarafından verilen kendine özel kodla kullanıcı kaydını yapmalı ve kişisel bilgilerini girmelidir. Kodu olmayan diyetisyen uygulamaya kayıt yaptıramaz. Kaydolduktan sonraki girişlerinde 'Giriş Yap' diyerek direkt bilgileriyle giriş yapılabilir.

• Kullanıcı kişisel bilgilerini doldurur.

• Şifreyi giriniz.

• Kayıt olmak için tıklayın.

Onay Kodunu  
Giriniz

Onayla



Kayıt ol butonuna basıldıktan sonra masaüstü uygulamasının kullanılabilmesi için verilmiş olan kodun girilmesi gerekir



## Masaüstü Uygulaması İçin Ana Ekran:



Adınız: Asuman

Soyadınız: Delici

TC No: 12345678998

Toplam Hasta Sayısı: 25

Ortalama Puan: ★ ★ ★ ★ ★

Aylık Kazanç: 15.500 TL



Hastalarım



Besinler



Diyet Yaz



Mesajlarım



Hesapla



Listelerim

Bu kısım profilimiz hakkında bilgi veriyor. Buraya tıklarsanız diyet listesi oluşturma kısmını açılır ve hastalarınız için diyet listelerinizi oluşturabilirsiniz.

Bu kutucuk ise besin bilgileri (kalori hesaplama) gibi işlevleri yerine getirebilir. Bu kısımda var olan diyet listelerini görüntüleyebilir ve güncelleyebilirsiniz.


Bu kutucuk ise hastalarım(var olan hastalarınızı görüntüler) kısmını açar. Buradan da hastalarınızı kontrol edebilirsiniz.

Bu kutucuğa tıklarsanız mesajlaşma kısmına geçersiniz ve hastalarla konuşma yapabilirsiniz.

Bu kutucuk vücut kitle indeksinizi hesaplar ve hangi aralıkta olduğunu bilgisine erişim sağlar.

## Hastalarım:

Diyetisyen uygulamanın ana ekranında bulunan 'Hastalarım' sekmesine tıklayarak açılan sayfada bir liste ile karşılaşır bu listeden var olan hastalarını arayabilir.



Ad	Soyad	Yaş	Kilo	Boy	Bmi	İşlem
Emir	Karaman	22	184	60	17.72	Görüntüle
Batuhan	Genç	301	86	186	251.49	Görüntüle
Yağız Alp	Yıldırım	1	65	8	18.93	Görüntüle
Ali	Dan	22	178	77.5	24.46	Görüntüle
ali	dan	22	173	58	19.38	Görüntüle
*						

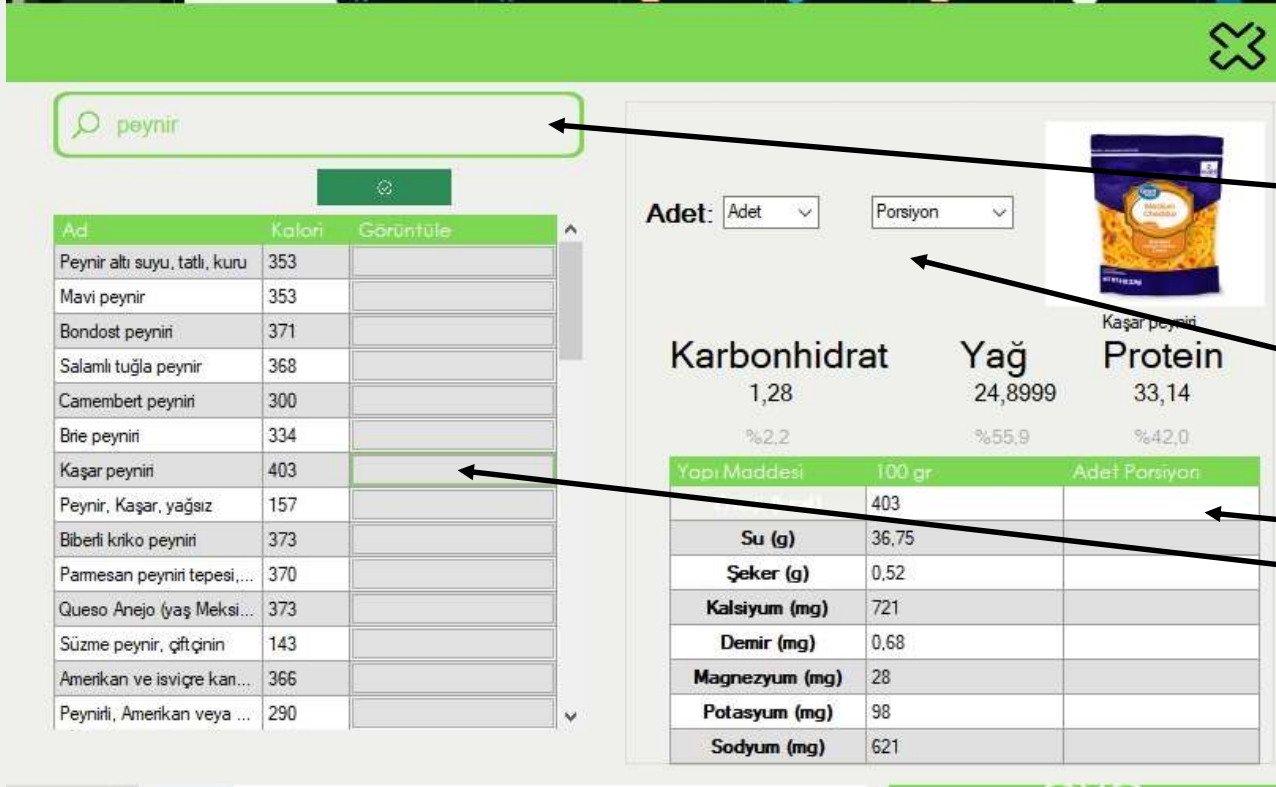
Liste

### Masaüstü Uygulaması İçin Hastalarım sayfası:

- Burada bulunan arama kısmına hasta adını yazarak arayabilirsiniz.
- Burada hastalarım listesi yer alır.

## Besin Kalori Öğrenme:

Diyetisyen uygulamanın ana ekranında bulunan 'Besin Bilgileri' sekmesine tıklayarak açılan sayfada besinleri arayabilir ve besinlerin temel bilgilerine erişebilir.



peynir

Ad	Kalori	Görüntüle
Peynir altı suyu, tatlı, kuru	353	
Mavi peynir	353	
Bondost peyniri	371	
Salamlı tuğla peynir	368	
Camembert peyniri	300	
Brie peyniri	334	
Kaşar peyniri	403	
Peynir, Kaşar, yağsız	157	
Biberli kırko peyniri	373	
Parmesan peyniri tepesi,...	370	
Queso Anejo (yaş Meksi...	373	
Süzme peynir, çiftçinin	143	
Amerikan ve isviçre kan...	366	
Peynirli, Amerikan veya ...	290	

Adet: Adet Porsiyon

Karbonhidrat 1,28 %2,2

Yağ 24,8999 %55,9

Protein 33,14 %42,0

Yeni Maddesi	100 gr	Adet Porsiyon
Su (g)	36,75	
Şeker (g)	0,52	
Kalsiyum (mg)	721	
Demir (mg)	0,68	
Magnezyum (mg)	28	
Potasyum (mg)	98	
Sodyum (mg)	621	

## Masaüstü Uygulaması İçin Besin Bilgileri sayfası:

- Burada bulunan arama kısmına yiyeceğin adını yazarsanız kaç gramda kaç kalori olacağının bilgisini verir.
- Besin adeti ve porsiyonu belirleme bölümü.
- Burada besin bilgileri yer alır.
- Butonlara tıklandığında ilgili satırdaki besin bilgileri sağ tarafta açılır.

## Diyet Listesi Oluşturma:

Diyetisyen uygulamalarının ana ekranında bulunan 'Diyet Yaz' sekmesine tıklayarak açılan sayfada kişiye özel olacak şekilde hastalarına uygun diyet listeleri oluşturabilir.

Liste Adı: diyet

Alıcı: Ali Dan

ID: 1

Besin Adı	Kalori	Görüntüle	Ekle
Queso Anejo (yaş M...	373		
Süzme peynir, çiftçinin	143		
Amerikan ve isviçre ...	366		
Peynirli, Amerikan ve...	290		
Taklit mozzarella pey...	248		
Karides sosu, krem p...	255		
Sebzeli pizzanın tepesi	250		
Etlı pizza, sadece tep...	329		
Galce nadirliğı	162		
Alfredo sosu	450		
Caprese salatası (Mo...	141		
Sütle yapılan bira çor...	192		
Biftek, siğır eti, ızgara...	178		
Siğır eti, çiğ, bonfile, ...	165,68		

SABAH

ÖGLE

AKŞAM

1 Süt, bütün  
1 Vanilyalı gofretli muzlu pu

1 %2 süt  
1 Tiramisu

1 Fırında Alaska  
1 Siğır eti, çiğ, bonfile, kem

Toplam Kcal: 956,68

KAYDET

SİL

## Masaüstü Uygulaması

### İçin Diyet Listesi Oluşturma sayfası:

- Burada bulunan arama kısmına hastasının adını yazarak ona oluşturacağı liste bölümüne erişir.
- Eklenecek yemekleri listeleme ve arama bölümü
- Burada listeyi öğünlere bölünmüş bir halde oluşturur.
- Buradaki butonlar ile listeye yemekler eklenebilir.

## Mesajlaşma:

Hastanın bağlantı kurduğu diyetisyenler mesajlaşma sekmesinde görünür hale gelir.

Hasta istediği zaman diyetisyene mesaj yollayabilir. Diyetisyen de aldığı mesajı cevaplayabilir.

Batuhan Genç

iyi günler

iyi günler adaş

merhaba nasılsın

teşekkür ederim iyiyim

selam batu

naber

deneme

her şey harika

Gönder

## Masaüstü Uygulaması İçin Diyetisyenlerimiz sayfası:

- Burada mesajlaştığınız hastanın kısa bilgileri.
- Mesajlarınız.
- Mesaj yazıp gönderebileceğiniz bölüm.



## Vücut Kitle İndeksi Hesaplama:

Hasta ve diyetisyen ilgili sekmeye içerisindeki gerekli yerleri doldurarak (boy ve kilo) vücut kitle indeksini öğrenebilir.



Boy Kilo

190 80

**Hesapla**

Vücut Kitle İndeksiniz: 22,16--->Normal

## Masaüstü Uygulaması İçin Vücut Kitle İndeksi sayfası:

Burada boy kısmına boy bilgisini, kilo kısmına kilo bilgisini yazıp hesapla butonuna tıklayarak alt kısımda oluşan vücut kütle indeksini görüntüleyebilirsiniz.