

Thuismonitoring na een hartinfarct

Wat moet u weten?

In overleg met uw cardioloog, verpleegkundig specialist of physician assistant start u met thuismonitoring. In deze folder leest u alle informatie die u nodig heeft om te starten.

Wat is thuismonitoring?

Met thuismonitoring kunnen we uw gezondheidssituatie in de gaten houden dichtbij huis. U voert thuis uw gegevens in. U gebruikt hiervoor de app Thuismeten. Uw zorgverlener houdt uw ingevoerde gegevens in de gaten. Wijken de metingen af? Dan neemt uw zorgverlener, als het nodig is, met u contact op om te vragen hoe het met u gaat. Of kunt u zelf contact opnemen via een e-consult.

Altijd in verbinding met uw zorgverlener van Noordwest

U gebruikt de app Thuismeten van de leverancier Luscii. Via deze app staat u altijd in verbinding met uw zorgverlener van Noordwest. Dat is prettig als het goed gaat en geruststellend als het nodig is.

U houdt zelf de regie in handen. U ziet het verloop van uw ziekte of uw klachten. De app is een onderdeel van uw behandeling in Noordwest.

Thuismonitoring na een hartinfarct

Na een hartinfarct kunnen we thuismonitoring inzetten:

- om u informatie te geven over de gevolgen van een hartinfarct
- om u te stimuleren een gezonde levensstijl aan te houden
- om zelfmanagement te bevorderen: ook wel 'eigen regie' genoemd
- om u inzicht te geven in uw risicofactoren
- voor betere ondersteuning in het aanpassen van uw leefstijl

Wat heeft u nodig voor de thuismonitoring na een hartinfarct?

Voor thuismonitoring heeft u nodig:

- uw eigen smartphone of tablet
- de app Thuismeten van Luscii, die uw downloadt vanuit de App Store of Google Play op uw eigen apparaat
- een DigiD voor het inloggen op het patiëntenportaal 'Mijn Noordwest'
- een e-mailadres
- betrouwbare meetapparatuur (bloeddrukmeter en een weegschaal)

Om deel te kunnen nemen aan thuismonitoring vragen wij u om uw eigen meetapparatuur te kopen:

- uw eigen bloeddrukmeter
- uw eigen personen weegschaal

Betrouwbare meetapparatuur

Bloeddrukmeter: band om uw arm

Het is belangrijk dat u een betrouwbare bloeddrukmeter en weegschaal gebruikt. Een goede bloeddrukmeter heeft een band die u om de bovenarm doet. Bloeddrukmeters die u om de pols doet meten minder goed. Deze zijn niet geschikt voor thuismonitoring. Lees de gebruiksaanwijzing ook goed door van uw bloeddrukmeter.

Waar kunt u een bloeddrukmeter kopen?

U kunt meetapparatuur kopen die u via bluetooth kunt koppelen aan de app Thuismeten. Op de volgende website staan de bloeddrukmeters die direct aan de app Thuismeten gekoppeld kunnen worden: Bloeddrukmeters (luscii.com). Op de website staat ook een lijst waarin u kunt controleren of uw bloeddrukmeter gevalideerd is.

U kunt ook een bloeddrukmeter kopen die de Hartstichting aanbeveelt. Deze lijst met betrouwbare bloeddrukmeters kunt u vinden op www.hartstichting.nl. U zoekt op 'bloeddrukmeter kopen'. Deze bloeddrukmeters zijn niet gekoppeld met de app Thuismeten van Luscii. Dit betekent dat u uw meetwaarden zelf moet invullen in de app.

Geen bloeddrukmeter of weegschaal

Heeft u niet de juiste apparatuur en bent u niet in de mogelijkheid om deze te kopen? Neem dan contact op met de polikliniek cardiologie, e-mail polikliniekHLC@nwz.nl. U kunt dan niet deelnemen aan thuismonitoring. U gaat dan weer over op de zorg zonder thuismonitoring.

Hoe starten we de thuismonitoring?

- controleer in uw patiëntenportaal Mijn Noordwest of uw e-mail juist is. U ontvangt namelijk een bevestigingsmail op uw e-mailadres
- u downloadt de app Thuismeten van Luscii
- wilt u meldingen ontvangen als u een bericht van uw zorgverlener heeft ontvangen? Stel dit voor de app in bij 'instellingen' van uw telefoon
- u opent de app en vult uw emailadres in om u aan te melden
- de app vraagt om een code, deze ontvangt u op uw emailadres. De code is 15 minuten geldig

App thuismeten

Wanneer u de app Thuismeten opent, ziet u 4 onderdelen: Acties, Zelfzorg, Metingen en Berichten.

Acties

De app opent altijd in dit scherm. Hier vindt u de metingen, vragen of informatieblokken die u kunt invullen of lezen.

Zelfzorg

In zelfzorg vindt u:

- mogelijkheid om contact op te nemen met uw zorgverlener
- lessen: hoe werkt thuismeten en een les over bloeddrukmeten
- informatie die u (nogmaals) kunt bekijken over:
 - wat is een hartinfarct, de gevolgen en behandeling
 - bloeddruk
 - gezond eten
 - bewegen
 - medicatie die u gebruikt
 - advies over stoppen met roken
 - vakantie, autorijden, werken
- metingen: hier kunt u een extra meting van bijvoorbeeld de bloeddruk, hartslag of het gewicht invullen

Metingen

Hier staan uw ingevulde metingen, in de vorm van een grafiek.

Berichten

Hier staan alle berichten die u krijgt na het invullen van een meting of vraag. Deze berichten bevatten belangrijke informatie, adviezen of tips.

Wat moet u zelf doen?

De app Thuismeten stuurt u een melding als er informatie, een vraag of een meting voor u klaar staat.

Hartritme registreren

Iedere 2 weken wordt u gevraagd om uw hartritme te registreren. U krijgt de melding hartslagmeting in de app Thuismeten.

- u klikt op het ronde bolletje achter 'hartslagmeting', zo start u de hartmeting
- u meet uw hartritme door uw vinger op de camera van uw smartphone of tablet te leggen. De lens registreert uw hartritme. Dit gaat via een speciale techniek binnen de app ('Happitech'). Leg uw vinger op de cameraleens, zodat het ronde icoon op uw telefoon helemaal zwart is afgedekt. Zo kunt u controleren of u de goede camera lens afdekt. Als u een smartphone heeft met meerdere lenzen, dan ziet u op uw smartphone uw vinger verschijnen zodra uw vinger de lens juist afdekt. De meting duurt 80 seconden. Zorg ervoor dat u de camera lens goed blijft afdekken, zonder op de lens te duwen
- u stuurt na de meting uw resultaat in
- u drukt op 'klaar' en krijgt resultaat te zien
- u drukt op 'gereed' om de meting te versturen

Wanneer waarschuwt uw arts?

Bij spoed

Thuismonitoring is geen vervanging van de gewone spoeddienst. Heeft u direct hulp nodig? Neem dan direct contact op met uw huisarts. Buiten kantoor tijden belt u de huisartsenpost. Bel bij spoedeisende situaties 112.

U belt altijd bij de volgende klachten:

- pijn op de borst in rust die niet zakt na tablet NTG of spray onder de tong

Centraal monitoringscentrum Noordwest

Als u uw gegevens heeft ingevuld in de Thuismeten app, worden uw gegevens automatisch doorgestuurd naar het centraal monitoringscentrum van Noordwest. Verpleegkundigen beoordelen de metingen en kunnen u opbellen voor een extra gezondheidscheck. Wanneer het nodig is, overleggen zij met uw behandelend zorgverlener in Noordwest.

Wilt u stoppen met thuismonitoring?

Wilt u geen gebruik meer maken van thuismonitoring? Neem dan contact op met het hart-long centrum. U stuurt dan een e-mail polikliniekhlc@nwz.nl naar uw zorgverlener via de polikliniek. De zorgverlener wil dan graag weten waarom u wilt stoppen. Als het nodig is gaat u weer over op de zorg zonder thuismonitoring.

Belangrijk

Als u stopt met het invullen van de vragen voor de gezondheidscheck in de app Thuismeten, informeer dan altijd uw zorgverlener. Dat is belangrijk zodat u de zorg blijft ontvangen die nodig is.

Eigen risico

Uw basisverzekering vergoedt de kosten voor thuismonitoring. Dit betekent dat u uw eigen risico verbruikt. Heeft u uw eigen risico voor dit jaar niet (volledig) verbruikt? Dan wordt uw eigen risico aangesproken en in rekening gebracht. De kosten verschillen per behandeling en zijn afhankelijk van uw zorgverzekering.

Ervaringen delen

Noordwest biedt u met thuismonitoring een nieuwe manier van zorg, dat volop in ontwikkeling is. We willen onze zorg blijven verbeteren. Daar hebben we u voor nodig. We vragen u daarom uw ervaringen met ons te delen in de app.

Uw rechten

Bij thuismonitoring maken we gebruik van apparatuur, die via een app van Luscii verbonden is met Noordwest. U downloadt hiervoor de Luscii app. Als u instemt met thuismonitoren, maakt Noordwest voor u een account aan en kunt u de app gaan gebruiken.

Als u ingestemd heeft worden de volgende persoonsgegevens met Luscii gedeeld:

- uw Burger Service Nummer (BSN)
- uw volledige naam
- persoonlijke gegevens zoals geslacht, geboortedatum, of u onderdeel van een tweeling bent en datum van overlijden
- uw volledig woonadres
- telefoonnummer en e-mailadres

De verwerking gebeurt onder verantwoordelijkheid van Noordwest. Noordwest en Luscii hebben hier afspraken over gemaakt.

Uw medisch dossier

U heeft direct toegang tot uw medisch dossier van Noordwest, namelijk via het patiëntenportaal 'Mijn Noordwest'. Dit is een beveiligd portaal dat gekoppeld is aan het beveiligde elektronisch patiëntendossier van Noordwest Ziekenhuisgroep. U vindt het portaal op www.nwz.nl/mijnnoordwest

Volgens de wet (WGBO en AVG) heeft u een aantal rechten, zoals:

- het toevoegen van uw zienswijze of
- wijzigen van feitelijke gegevens en
- het intrekken van uw toestemming voor het delen van gegevens

Meer informatie hierover vindt u op www.nwz.nl/dossier of in de folder '[Afschrift en wijziging medisch dossier](#)'. U vindt deze folder ook in ons folderrek bij de hoofdingang of op www.nwz.nl/patientenfolders

Niet tevreden?

Mocht u een klacht hebben over het thuismeten dan kunt u contact opnemen met de afdeling patiëntbeleving. Voor meer informatie over de klachtenprocedure verwijzen wij u naar onze website www.nwz.nl/klacht

Uw vragen

Heeft u een technische vraag, bijvoorbeeld over de installatie van de Luscii-app? Neem dan contact op met de helpdesk van Luscii, telefoon 085 – 1305 851/ e-mail support@luscii.com
Voor vragen over de Thuismeten app kunt u op werkdagen tussen 08:30 en 12:00 uur het Centraal Monitoringscentrum bellen: 088 - 085 4300.

Heeft u een medische vraag?

Heeft u een medische vraag die niet spoedeisend is en enkele dagen kan wachten? Stuur dan uw vraag in via een e-consult in het patiëntenportaal 'Mijn Noordwest'.

Let op: een e-consult is niet geschikt voor spoedeisende vragen. Uw vraag wordt binnen 3 werkdagen beantwoord.

Meer informatie over e-consult vindt u op: www.nwz.nl/e-consult

Meer informatie over een hartinfarct leest u in onze folder '[Hartinfarct](#)'