



WELKOM

Samen voor de beste zorg

Graag informeren we je over de behandeling met zuurstof thuis en de Thuismeten-app. Met deze behandeling krijg je de zorg die je nodig hebt. Thuis in je eigen vertrouwde omgeving. Zo werken we samen aan de beste zorg voor jou. De zorgverleners in het ziekenhuis nemen vóór ontslag uit het ziekenhuis de afspraken met je door die belangrijk zijn voor je (thuis) behandeling.

Thuismeten-app

Met de Thuismeten-app houden we je gezondheid in de gaten en sta je in verbinding met je zorgverleners. Via deze app beantwoord je vragen en noteer je het zuurstofgehalte (in medische termen: zuurstofsaturatie) in je bloed, je hartslag en temperatuur. De gegevens die je doorgeeft worden regelmatig gecontroleerd. De zorgverlener meldt je vóór ontslag uit het ziekenhuis aan bij de Thuismeten-app. Je kunt deze app via de App Store of Google Play Store-app downloaden op je smartphone of tablet.

Aan de slag met thuismeten

De Thuismeten-app is makkelijk in het gebruik. Uiteraard begeleiden we je hierbij, zodat alles duidelijk is zodra je het ziekenhuis verlaat.

Meetmomenten

In de Thuismeten-app staan metingen klaar die je dagelijks moet invullen. Het is belangrijk dat je altijd gegevens invult op de geplande meetmomenten. Om 8:00, 14:00 en 20:00 uur worden metingen gevraagd.

Controle van je metingen

De gegevens die je in de Thuismeten-app invult worden rond 10.00, 14.30 en 21.00 uur gecontroleerd door de verpleegkundige van Naast-ZCN. Bij afwijkingen of onduidelijkheden neemt de verpleegkundige van Naast-ZCN contact op met jou of je eerste contactpersoon. Als het nodig is overlegt de verpleegkundige met de huisarts en/of de longarts in het ziekenhuis.

Naast-ZCN is het medisch servicecentrum dat de metingen goed in de gaten houdt.

Wanneer bel ik de huisarts of 112?

Je belt met je huisarts of de huisartsenpost als je je plotseling erg slecht voelt. Bij directe nood bel je met 112. Laat altijd weten dat je meedoet aan thuismonitoring.

Contact verzoek

Als je via de Thuismeten-app een contactverzoek invult, neemt de verpleegkundige van Naast-ZCN contact met je op. Het contactverzoek is voor medische vragen of opmerkingen die geen spoed zijn. Je kunt een contactverzoek doen tussen 10.00 uur en 21.00 uur.

Ik voel me benauwd of zieker

Je kunt dan altijd een extra meting kunt uitvoeren. Vul deze gegevens ook in de Thuismeten-app in. De gegevens worden op de vaste tijdstippen van 10.00, 14.30 en 21.00 uur gecontroleerd.

Hoe moet ik meten?

Zuurstofgehalte (zuurstofsaturatie)

Het zuurstofgehalte geeft aan hoeveel zuurstof in je bloed aanwezig is en geeft goed aan hoe ernstig de ziekte is. Je meet het zuurstofgehalte met een saturatiemeter. Dit is een soort zachte knijper die je op je vinger zet. De saturatiemeter krijg je thuis geleverd via Vivisol.

Hoe meet ik mijn zuurstofgehalte?

- Meet niet als je net wakker bent, in de nacht, in het donker of na inspanning.
- Ga eerst 15 minuten rustig zitten voordat je gaat meten.
- Warm je handen goed op voordat je meet.
- Plaats vervolgens de saturatiemeter op een vinger. Er mag geen nagellak of gelnagel op de vinger zitten. Dit verstoort de meting.
- Het kan een tijdje duren voordat de zuurstofsaturatie gemeten is. Wacht rustig af. Vul de waarde in de Thuismeten-app in bij de meting zuurstofsaturatie.

Hartslag

Als je de saturatiemeter gebruikt, kun je ook je hartslag zien. Vul de hartslag ook op in de Thuismeten-app bij de meting hartslag.

Temperatuur

Je temperatuur meet je met een thermometer. Er zijn verschillende thermometers te koop bij de apotheek of drogist. Voor een goede meting moet je een thermometer voor het oor of de anus (rectaal) gebruiken. Lees vooraf de gebruiksaanwijzing van je thermometer goed door. Vul de gemeten temperatuur in de Thuismeten-app in bij de meting temperatuur.

Wanneer stopt de thuismonitoring?

De thuismonitoring stopt wanneer je 3 dagen geen zuurstof meer nodig hebt en de saturatiewaarden 94% of hoger zijn. Op dat moment is het niet meer nodig om dagelijks controles te doen. De verpleegkundige van Naast-ZCN geeft aan wanneer je kunt stoppen en geeft dit ook door aan je huisarts.

Ophalen zuurstof en saturatiemeter door Vivisol

Neem contact op met Vivisol om de zuurstof en saturatiemeter op te laten halen. Dit kan door te bellen naar 013 523 10 20.

Hoe werkt thuismeten?



Je arts schrijft de Thuismeten app voor.



Je installeert de Thuismeten app op je smartphone of tablet. Wij begeleiden je hier graag bij als dat nodig is.



De Thuismeten app stuurt je nu berichten. Bijvoorbeeld als het tijd is om metingen te doen.



Via de app sta je in contact met de verpleegkundige van Naast-ZCN. Gewoon vanuit je huiskamer.

Heb je nog technische vragen over de Thuismeten-app?

Neem bij vragen of problemen met de Thuismeten-app gerust contact op met de helpdesk van Luscii. Luscii is het bedrijf dat de Thuismeten-app heeft gemaakt.

Telefoon: 085 130 58 51
op werkdagen tussen 8.30 – 17.00 uur

E-mail: support@luscii.com

Website: <http://www.luscii.com/hulp>

