

Handleiding Thuismonitoring COPD

Thuismeten met app Luscii

In overleg met uw zorgverlener heeft u ervoor gekozen om te starten met thuismonitoring. Dit wordt ook wel telemonitoring of meten op afstand genoemd. Door regelmatig uw hartslag, bloeddruk, gewicht, saturatie en eventuele klachten te monitoren wordt het voor uw behandelaar makkelijker om de behandeling van uw COPD aan te passen wanneer nodig. Ook is een achteruitgang van uw gezondheid makkelijker te herkennen. Wij geven u hier graag meer informatie over thuismonitoring.

Wat is thuismonitoring?

Met thuismonitoring houden we uw COPD op afstand in de gaten. Dit werkt als volgt:

- U meet thuis onder andere uw gewicht, bloeddruk, hartslag en saturatie;
- U voert uw meetgegevens in via de app (op uw telefoon of tablet);
- Uw zorgverlener leest deze gegevens uit en kan op deze manier uw gezondheid in de gaten houden.

Zijn er bijzonderheden in uw metingen? Dan neemt uw zorgverlener met u contact op om te vragen hoe het met u gaat. U mag ook altijd zelf contact opnemen met de zorgverlener. Het telefoonnummer staat in de app. Zo wordt u toch in de gaten gehouden, maar hoeft u mogelijk minder vaak naar het ziekenhuis.

Waarom is thuismonitoring voor u belangrijk?

Met thuismonitoring wordt uw COPD op afstand in de gaten gehouden. U kunt veel klachten ervaren van COPD. Het risico om (opnieuw) opgenomen te worden vanwege COPD is groot. Na een opname wordt 30% van de patiënten nog een keer opgenomen binnen 30 dagen. Door uw COPD thuis op te volgen, kan dit risico verlaagd worden. Door het doorgeven van uw meetgegevens, zal een eventuele verandering in uw gezondheid eerder opgemerkt worden. Uw behandeling kan zo tijdig aangepast worden en zo kan een ziekenhuisopname voorkomen worden.

Hoe werkt thuismeten?

Nadat u heeft aangegeven te willen starten met thuismonitoring, wordt er een account aangemaakt voor de Thuismeten app van Luscii. Uw privacy en veiligheid worden gewaarborgd binnen deze app.

Om een account aan te maken hebben wij de volgende persoonsgegevens nodig:

- Uw Burger Service Nummer (BSN);
- Uw volledige naam;

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

- Persoonlijke gegevens zoals geslacht, geboortedatum;
- Uw e-mailadres.

Zodra uw account is aangemaakt, krijgt u een uitnodigingsmail en kunt u de app gaan gebruiken.

Wat heeft u nodig om te starten met thuismonitoring?

Om te kunnen starten met thuismonitoring heeft u een smartphone of tablet en een e-mailadres nodig.

Hoe start u met de thuismonitoring?

U heeft afgesproken met uw zorgverlener dat u gaat starten met thuismonitoren. Er is een account voor u aangemaakt nadat uw e-mailadres is gecontroleerd. Om te kunnen starten met monitoren, doorloopt u de volgende stappen:

1. U opent uw e-mail en opent de uitnodigingsmail van 'Luscii'.
2. Klik vervolgens op knop om de app te installeren (in de App store of via Google Play) op uw apparaat.

U kunt de app ook installeren op meerdere apparaten.

Hoe werkt de Thuismeten app?

Nadat u de Thuismeten app heeft geïnstalleerd, kunt u starten met thuismonitoring. In de app vindt u onderaan het scherm 4 verschillende onderdelen; acties, zelfzorg, metingen en berichten. Hieronder leggen we u kort uit waarvoor u ieder onderdeel kunt gebruiken.



Acties

- Bij 'Acties' vindt u de openstaande taken. U kunt hier uw metingen doorgeven en de vragen over uw gezondheid beantwoorden.
Uw zorgverlener spreekt met u af op welke dagen u taken kunt verwachten. U ontvangt een melding op uw telefoon of tablet en een e-mailbericht als er een nieuwe taak voor u klaar staat. Hiervoor dient u meldingen/notificaties op uw telefoon of tablet aan te zetten.
- In de rechterbovenhoek kunt u op het poppetje klikken voor instellingen. Onderaan staat de optie om uit te loggen. Mocht u niet na elke sessie willen uitloggen, dan adviseren wij u nadrukkelijk om uw telefoon goed te beveiligen, bijvoorbeeld met een vingerafdruk of pincode.



Zelfzorg

- Bij 'Contact' kunt u aangeven dat u contact wilt met de zorgverlener. Dit doet u door te klikken op 'Contact met zorgverlener' en de vervolgvragen in te vullen. We proberen dezelfde dag nog contact met u op te nemen (tussen 08.30-16.00 uur).
Let op: als u klachten heeft van uw COPD, dient u zelf contact op te nemen met **(040) 888 8500** en niet te wachten tot er contact met u wordt gelegd.
- Bij 'Lessen' vindt u meer informatie, tips en adviezen over omgaan met COPD en uw behandeling. De lessen ziet u in de app in de vorm van tekst, filmpjes of afbeeldingen.
- Bij 'Informatie' kunt u gerichte informatie nalezen over uw ziektebeelden, ook bij het verergeren van uw klachten staan hier stadions beschreven wat u het beste kunt doen.



Metingen

- Hier kunt u uw metingen inzien.
- U kunt hier zelf extra metingen invullen, mocht u dit wensen of afgesproken hebben met uw zorgverlener. Indien uw metingen daartoe aanleiding geven, nemen wij dezelfde werkdag tussen 08.30-16.00 uur contact met u op.



Berichten

- Bij 'Berichten' vindt u berichten van de app of van uw zorgverlener.
- Als u ernstige klachten heeft neemt u altijd rechtstreeks contact op met de E-nurse van het Monitoringscentrum: (040) 888 8500.

Wat wordt er van u verwacht?

- Dat u thuismetingen doet op de dagen die met u zijn afgesproken (meestal maandag tot en met vrijdag).
- Dat u uw klachten vóór 10.30 uur invoert in de app.
- Dat u op zaterdag en zondag alleen thuismetingen invoert bij verergering/toename van klachten.

Veel gestelde vragen

Wat te doen bij spoed?

- Voor vragen zonder spoed, is de E-nurse te bereiken op werkdagen tussen 08.30-16.00 uur op telefoonnummer: **(040) 888 8500**.
- Bij toename klachten/vragen met spoed, kunt u 24 uur per dag (ook in het weekend) contact opnemen met de E-nurse of verpleegkundige hartbewaking op telefoonnummer: **(040) 888 8500**.
- Bij klachten die niet gerelateerd zijn aan uw COPD, neemt u contact op met uw eigen huisarts (of huisartsenpost in de avond en nacht).
- Indien uw klachten zo ernstig zijn dat u inschat dat u direct een ambulance nodig heeft, belt u het landelijke alarmnummer 112.

Hoe lang gebruik ik de Thuismeten app van Luscii?

De Thuismeten app helpt u en uw zorgverlener bij uw behandeling. Zolang de Thuismeten app onderdeel is van uw behandeling kunt u er onbeperkt gebruik van maken.

Zijn er extra kosten verbonden aan het gebruik van thuismonitoring?

Uw basisverzekering vergoedt de kosten voor thuismonitoring.

Werkt de Thuismeten app op alle telefoons of tablets?

Heeft u een Android telefoon of tablet?

Dan heeft u minimaal een Android 7 nodig om de Thuismeten app te kunnen installeren. U kunt deze app niet vinden in de app store als u een lagere versie gebruikt.

Heeft u een iPhone of iPad?

Dan heeft u minimaal iOS 13 nodig om de Thuismeten app van Luscii te kunnen installeren. U kunt deze app niet vinden in de app store als u een lagere versie gebruikt.

Heeft u problemen met de Thuismeten app?

Heeft de app een storing, heeft u geen e-mail ontvangen, wilt u hulp bij het installeren of heeft u een ander probleem?

Dan kunt u op werkdagen binnen kantoortijden bellen naar de Luscii helpdesk **(085) 1305851** of kijk op www.luscii.com/hulp.

Wilt u stoppen met thuismonitoring?

Wilt u geen gebruik meer maken van thuismonitoring? Stuur dan via het onderdeel Zelfzorg een berichtje in 'Contact'. U ontvangt binnen 3 werkdagen een reactie op uw bericht. Uw zorgverlener wil dan graag weten waarom u wilt stoppen en zet de reguliere zorg weer in gang.

Niet tevreden?

Mocht u niet tevreden zijn over het thuismeten bespreek dit dan met uw zorgverlener. U krijgt na 3 maanden een vragenlijst over uw ervaringen met het gebruik van thuismonitoring.

Tot slot

De informatie in de Thuismeten app van Luscii is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld. Dit geeft geen garantie dat alle gezondheidsvragen worden beantwoord of dat alle gezondheidsveranderingen tijdig worden opgespoord. Het is belangrijk dat u contact opneemt met uw arts, verpleegkundig specialist of E-nurse als u vragen heeft die niet via de Thuismeten app beantwoord worden.

Neemt u ook contact op als u zich zorgen maakt of persoonlijk advies wilt (voor algemene vragen of klachten gerelateerd aan uw COPD belt u naar (040) 888 8500).