

Handleiding Thuismeten met app Luscii

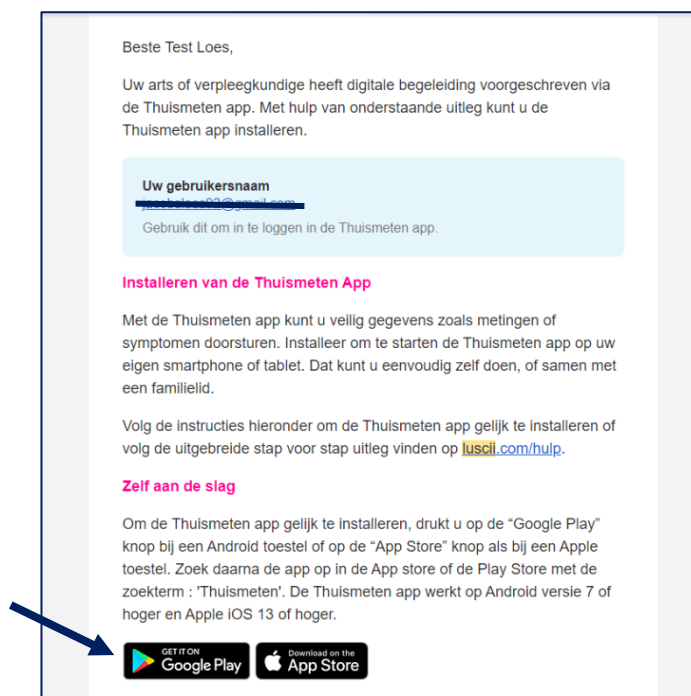
Thuismonitoring Hartfalen

Account (profiel) aanmaken en inloggen

Hoe maakt u een account aan?

Voordat u gebruik kunt maken van de Thuismeten app, ontvangt u een e-mail om uw account te activeren. U heeft hiervoor toegang nodig tot uw e-mail op het apparaat waar u de app op wilt installeren. U ontvangt een e-mail in uw inbox (postvak IN) van Luscii 'noreply@luscii.com' met de naam "Aan de slag met thuismeten". Mocht u de email niet ontvangen hebben, kijk dan ook even bij de ongewenste/spam mail.

Uw gebruikersnaam om in te loggen is uw emailadres en wordt benoemd in de mail. Om de app te installeren klikt u op een van de zwarte rechthoeken met "Google play" of "App Store". Het is afhankelijk van uw apparaat welke u aan klikt. U kiest voor "Google play" tenzij u een iPhone of iPad heeft. Vervolgens wordt u door verwezen om de app te downloaden.



Figuur 1. Welkomstmail

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.

Hoe kunt u inloggen?

Nadat u de app gedownload heeft, opent u de app. U logt vervolgens in met de gebruikersnaam (uw e-mailadres) en een zelf bedacht wachtwoord.

U hoeft maar één keer in te loggen met uw gebruikersnaam en wachtwoord, in het vervolg start de app meteen op als u deze aanklikt.

Schrijft u uw wachtwoord ergens op, zodat u hem terug kunt vinden mocht dat nodig zijn.

De Thuismeten app

De thuismeten app bestaat uit de volgende vier onderdelen:

- Acties
- Zelfzorg
- Metingen
- Berichten

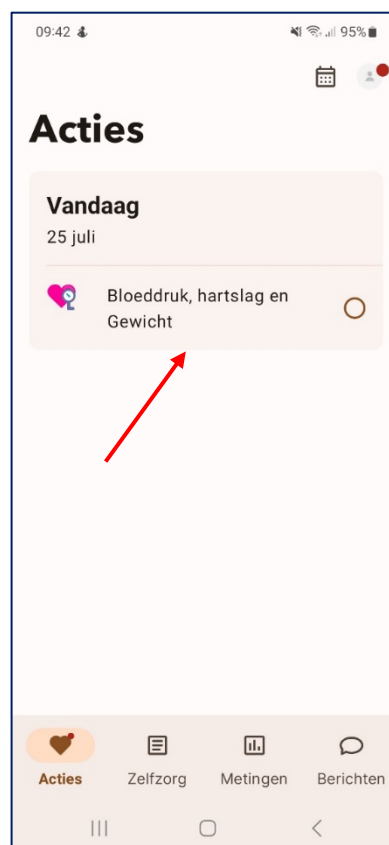
U vindt deze onderdelen onderaan uw scherm na het openen van de app. Hieronder leggen we u per onderdeel uit hoe ze werken en waar u alles kunt vinden.

Acties – Metingen invoeren

Nadat u bent ingelogd verschijnt het tabblad 'Acties'.

Hierin ziet u welke metingen u die dag moet doen. U start met het invoeren van metingen door hierop te klikken. De meting wordt afgevinkt als u hem gedaan hebt en de melding "Klaar voor vandaag!" komt in beeld.

U heeft afgesproken met uw zorgverlener welke metingen en wanneer u deze metingen doet. De geplande meetmomenten bij 'Acties' vult u in de ochtend in voor **10:30 uur**. Mocht u zich in de middag of avond minder goed voelen en een keer een extra meting willen doen, dan kan dat. Zie hieronder bij metingen voor de uitleg.



Figuur 2. Actie lijst



Figuur 3. Acties klaar

Zelfzorg

In het tabblad 'Zelfzorg' vindt u de volgende onderdelen:

- Contact met zorgverlener
- Lessen
- Informatie
- Metingen

Zelfzorg – Contact met zorgverlener

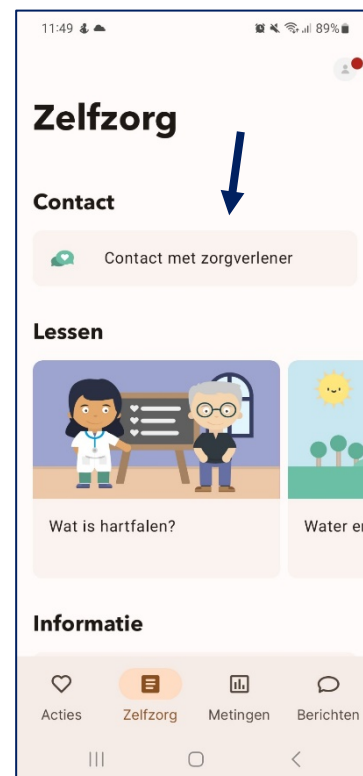
U kunt gebruik maken van de knop 'Contact met zorgverlener' als u vragen heeft over uw gezondheid of als uw gezondheid verandert. Ook kunt u hier aangeven als u enkele dagen afwezig bent en uw metingen niet kunt invoeren. Het is fijn als u ons hiervan op de hoogte brengt. Let wel op dat deze mogelijkheid niet voor spoedgevallen is. Heeft u klachten die niet kunnen wachten, neem dan telefonisch contact op met het Monitoringscentrum: 040-888 8500. Bij spoed belt u 112!

Hoe komt u in contact met uw zorgverlener?

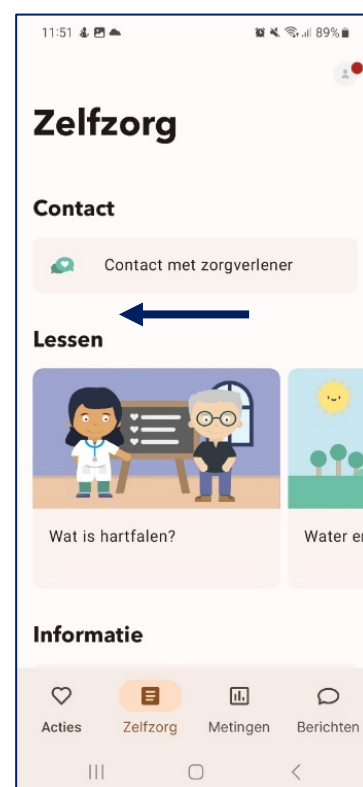
1. Als u klikt op de knop 'contact met zorgverlener', krijgt u eerst extra informatie over deze functie.
2. Als u vervolgens op volgende klikt, komt u bij de vraag of u wilt dat een zorgverlener contact met u opneemt, hier klikt u op 'Ja'.
3. Druk vervolgens op volgende.
4. Hierna kunt u uw vraag of korte toelichting invullen.
5. Als u dat gedaan heeft, drukt u op verstuur en neemt de E-nurse zo snel mogelijk contact met u op.

Zelfzorg – Lessen

In het onderdeel 'Lessen' vindt u extra informatie over uw ziekte en de behandeling. Deze lessen bevatten uitleg, filmpjes en linkjes naar websites met belangrijke informatie over hartfalen. Het is belangrijk dat u deze lessen volgt om meer te weten te komen over uw ziekte en behandeling. Ook kunt u hier informatie vinden over wat u zelf kunt doen om uw ziekte af te afremmen.



Figuur 4. Contact met zorgverlener



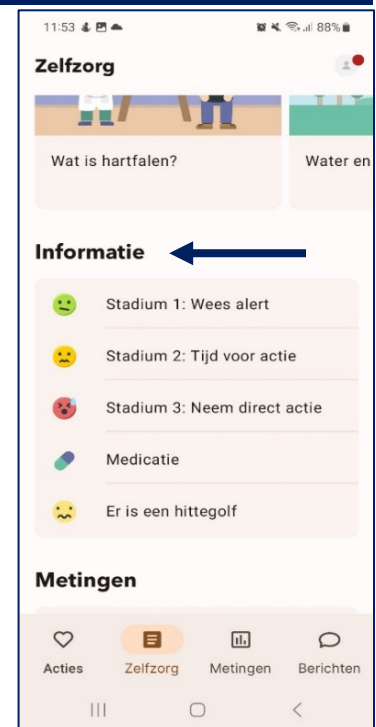
Figuur 5. Lessen

Zelfzorg – Informatie

Bij het onderdeel 'Informatie' vindt u informatie over wat u zelf kunt doen als u klachten krijgt die kunnen passen bij een achteruitgang van het hartfalen. Er wordt onderscheid gemaakt tussen 3 stadia:

- Stadium 1: Wees alert
Mocht u binnen 5 dagen 2 kg in gewicht zijn aangekomen, is het belangrijk dat u de adviezen volgt die u hier kunt vinden.
- Stadium 2: Tijd voor actie
Mocht u binnen 3 dagen 2 kg in gewicht zijn aangekomen of klachten hebben, is het belangrijk dat u de adviezen volgt die u bij stadium 2 kunt vinden.
- Stadium 3: Neem direct actie
Mocht u gewicht verder stijgen en meer klachten hebben, is het belangrijk dat u contact opneemt. U vindt dit advies bij stadium 3.

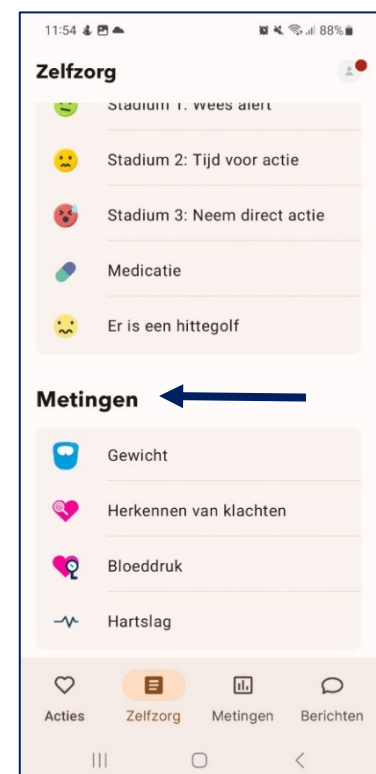
Daarnaast vindt u bij 'Informatie' uitleg over uw hartfalen medicatie.



Figuur 6. Informatie

Zelfzorg – Metingen

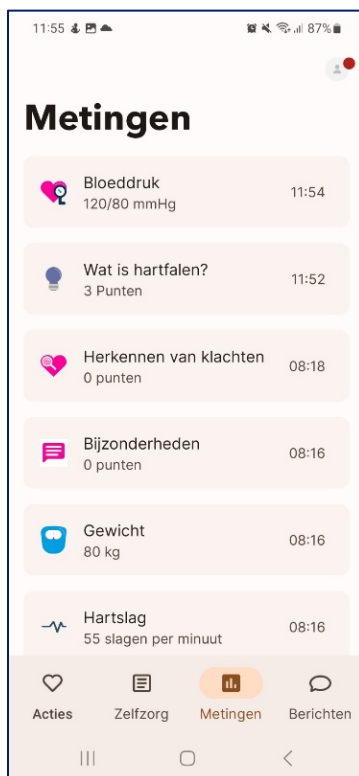
Bij het onderdeel 'Metingen' kunt u extra metingen invoeren buiten de geplande meetmomenten die voor u klaar staan bij 'Acties'. Deze optie staat niet altijd aan, dit is aangepast per ziektebeeld.



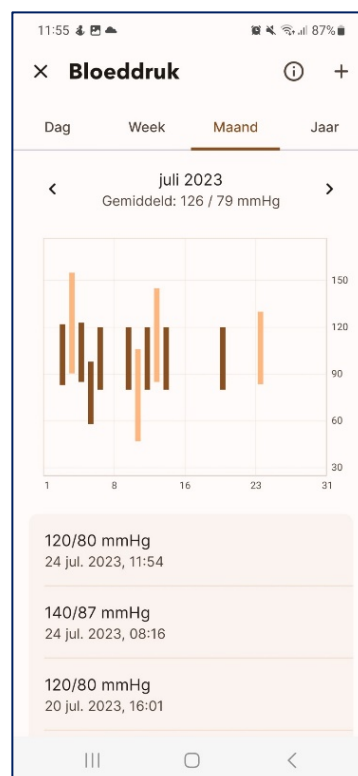
Figuur 7. Metingen

Metingen

Bij het onderdeel 'Metingen' kunt u uw eigen metingen inzien. Als u dit onderdeel opent ziet u een overzicht van uw laatste ingevoerde gegevens, figuur 8. Vervolgens kunt u kiezen welke meting u wilt inzien. Door te klikken op de gewenste meting, kunt u meer details zien van de meting en vergelijkbare metingen, figuur 9. Hier kunt u per dag, week, maand of jaar zien wat uw metingen waren.



Figuur 8. Metingen



Figuur 9. Metingen inzien

Berichten

In het laatste onderdeel van de app kunt u 'Berichten' ontvangen en lezen. U ontvangt hier berichten van de Thuismeten app en uw zorgverlener. In figuur 10 ziet u een voorbeeld van een bericht van app. Als uw zorgverlener u een bericht stuurt, ziet u de naam van de zorgverlener bij het bericht. U kunt niet reageren op de berichten die gestuurd worden. De app heeft geen Chatfunctie.

Mocht u naar aanleiding van een bericht wel graag contact willen, dan kan u dat aangeven bij het onderdeel 'Zelfzorg' bij 'Contact met zorgverlener'.



Figuur 10. Berichten

Vragen of technische problemen

Heeft u vragen over het portaal?

Neemt u dan contact op met de helpdesk van de Thuismeten app, Luscii.

De helpdesk kan de meeste technische vragen direct beantwoorden en een eventueel probleem snel oplossen.

Helpdesk Luscii

Telefoonnummer: (085) 130 5851 (bereikbaar op werkdagen van 9:00 – 16:30 uur)

Website: www.luscii.com/hulp.

Zijn uw vragen hiermee onvoldoende beantwoordt?

Neemt u dan contact op met de E-nurse van het monitoringscentrum.

E-nurse monitoringscentrum

Telefoonnummer: (040) 888 8500 (bereikbaar 24 uur per dag gedurende 7 dagen per week).

Email: telemonitoring@mmc.nl