

## Thuismeten bij COPD

In deze folder vindt u meer informatie over de mogelijkheden van thuismeten. Thuismeten doen we om u en uw mantelzorgers te ondersteunen in de behandeling van COPD. Klachten van uw longen kunt u nu zelf thuis meten, waardoor u minder vaak naar het ziekenhuis hoeft te komen.

### Thuismeten

Thuismonitoring houdt in dat u als patiënt thuis metingen verricht die veilig bij ons in het ziekenhuis binnenkomen. Deze meetwaarden worden op vaste tijdstippen beoordeeld bij ons in het ziekenhuis. Voor COPD gebruikt u hiervoor de Thuismeten app van Luscii.

### Welke gegevens geeft u door?

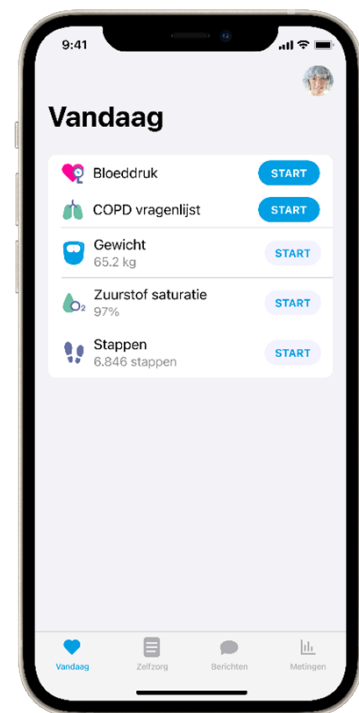
Hoe vaak u thuis meet en de aanvullende vragen beantwoordt in de app, wordt door uw zorgverlener ingesteld.

### Controle op uw meetgegevens

Op de polikliniek Longgeneeskunde worden uw meetgegevens op maandag, woensdag en vrijdag van de dag ervoor uitgelezen. Dit geeft een veilig gevoel. Als er bijzonderheden zijn in de metingen, neemt de zorgverlener contact met u op.

### De Thuismeten app

De gegevens van het thuismeten geeft u door met de Thuismeten app. U kunt zo thuis de nodige ondersteuning krijgen. In de Thuismeten app kunt u ook een aantal filmpjes zien. Deze kunnen u helpen om meer grip te krijgen op uw gezondheid. Ook geven ze aan hoe u vroegtijdig klachten van COPD kunt herkennen.



### Samen

Met uw zorgverlener maakt u afspraken die belangrijk zijn voor uw behandeling. U spreekt af hoe vaak u gaat meten. Ook krijgt u advies over hoe u thuis zo zelfstandig mogelijk met de beperkingen van uw ziekte kunt leven. Thuismeten is een praktische en eenvoudige manier om de belangrijkste lichaamsfuncties goed onder controle te houden. Tijdens het eerste gesprek met uw zorgverlener krijgt u verdere uitleg over het thuismeten en wordt met u besproken of het iets voor u is.

## Zuurstofmeter

Als de longarts ervoor kiest om een zuurstofmeter (ook wel saturatiemeter genoemd) toe te voegen, dan ontvangt u die thuis. Dit apparaat meet uw zuurstofgehalte (SpO<sub>2</sub>), hartslag en een perfusie-index (de kracht van uw hartslag). Alleen het zuurstofgehalte wordt doorgestuurd naar het ziekenhuis.



## Hoe start u met thuismonitoring COPD?

- De zorgverlener meldt u aan voor de Thuismeten app.
- U ontvangt een e-mail waarin staat hoe u aan de slag gaat met thuismeten.
- U downloadt en installeert de Thuismeten app op uw smartphone of tablet via de Google Playstore of de App-store.
- Na het installeren van de app bent u klaar om te starten met het thuismeten.
- U komt nog een keer in het ziekenhuis bij de longverpleegkundige om samen uw longaanval actieplan goed in de app te zetten.

## Vragen en contact

Heeft u hulp nodig of vragen over de app? Raadpleeg de website [www.luscii.com/hulp](http://www.luscii.com/hulp). Of neem contact op met Luscii via [support@luscii.com](mailto:support@luscii.com) of 085 – 130 58 51.

Heeft u medisch-inhoudelijke vragen? Neem dan contact op met de polikliniek Longgeneeskunde van Tjongerschans via een e-consult binnen Mijntjongerschans of via de mail [longziekten@tjongerschans.nl](mailto:longziekten@tjongerschans.nl). Heeft u levensbedreigende klachten? Bel dan 112.

## Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op [www.mijntjongerschans.nl](http://www.mijntjongerschans.nl) met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.