

Behandeling

# Hartfalen thuismonitoring

Mensen met hartfalen kunnen mogelijk gebruik maken van thuismonitoring. U kunt dit bespreken met uw behandelaar.

Bij thuismonitoring hoeft u minder vaak naar het ziekenhuis. U krijgt op deze manier de zorg die bij u past.

**(073) 553 61 76**

Maandag t/m zondag van 9.00 - 21.00 uur

Stuur een bericht (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/contact-monitoringscentrum>)

## Hoe verloopt thuismonitoring?

Hier vindt u alle belangrijke informatie

## Wat is thuismonitoring?

### Wat is thuismonitoring?

Bij thuismonitoring voert u metingen over uw gezondheid in via een app op uw telefoon of tablet. Deze metingen komen binnen in het Monitoringscentrum.

Wijken de metingen af? Dan nemen we contact met u op om te vragen hoe het met u gaat. Wanneer dat nodig is, overleggen we met de verpleegkundig specialist. Zo houden we u goed in de gaten.

## Wat heeft u nodig voor thuismonitoring?

U heeft een smartphone of tablet nodig. Hierop installeert u de Thuismeten app (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/thuismonitoring-installeren-van-de-app>).

Daarnaast hebben we uw e-mailadres nodig. U kunt uw e-mailadres en mobiele telefoonnummer zelf wijzigen in MijnJBZ.

Via een e-mail krijgt u informatie waar u de app kunt downloaden en hoe u kunt inloggen.

Van het Monitoringscentrum krijgt u een bloeddrukmeter. Hiermee kunt u uw bloeddruk en hartslag meten. U krijgt ook een weegschaal van het Monitoringscentrum. De metingen kunt u via de Thuismeten-app doorsturen naar het Monitoringscentrum.

## Hoe werkt de thuismonitoring?

### Hoe geeft u metingen door via de app?

In de app krijgt u uitleg over het meten van de bloeddruk en hartslag. U vult de gegevens in in de Thuismeten-app. Als u op 'verstuur' drukt, dan komt de meting binnen bij het Monitoringscentrum.

Om uw gewicht te meten, gebruikt u de weegschaal die u van het Monitoringscentrum heeft gekregen. Vanaf de app verstuurt u de

meting naar het Monitoringscentrum.

### **Hoe vaak en wanneer doet u de metingen?**

Dit hangt af van uw situatie.

### **Moeten de medicijnen bij u nog goed worden ingesteld (optitratie)?**

- Dan meet u elke dag uw gewicht. Doe dit telkens op hetzelfde tijdstip en met vergelijkbare kleding aan of zonder kleding. Zorg dat de weegschaal op een harde ondergrond staat.
- Ook uw bloeddruk/hartslag meet u elke dag. Dit doet u het liefst in de ochtend en in rust, 1 uur nadat u uw medicijnen heeft ingenomen.

### **Heeft u chronisch hartfalen?**

- Ook dan meet u elke dag uw gewicht. Telkens op hetzelfde tijdstip en met vergelijkbare kleding aan of zonder kleding. Zorg dat de weegschaal op een harde ondergrond staat.
- Uw bloeddruk/hartslag meet u 2 keer in de week. Dit doet u het liefst in de ochtend en in rust, 1 uur nadat u uw medicijnen heeft ingenomen.

### **Zelfmanagement**

Wanneer u een periode gebruik heeft gemaakt van de Thuismeten-app, bekijkt uw verpleegkundig specialist of u over kunt gaan naar *zelfmanagement*. In dit programma mag u zelf uw meetschema bepalen. U stuurt uw waardes nog wel in naar het ziekenhuis, maar het Monitoringscentrum krijgt geen automatisch signaal als de waardes afwijken. U moet hier zelf contact over opnemen. Wanneer u een bericht stuurt, zien de verpleegkundigen van het Monitoringscentrum dit wel altijd. Zij kunnen vervolgens uw ingestuurde waardes bekijken.

## Waar kunt u terecht voor hulp?

### Waar kunt u terecht voor hulp?

Voor hulp en ondersteuning, bijvoorbeeld bij het installeren van de app, kunt u contact opnemen met het Monitoringscentrum (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/monitoringscentrum>).

Daarnaast kunt u terecht bij de vrijwilligers van de Vriendendiensten in het voorlichtingscentrum van het Jeroen Bosch Ziekenhuis (aan de Boulevard).

U kunt ook via de 'Thuismeten-app' contact opnemen met het Monitoringscentrum. Bijvoorbeeld als u algemene vragen heeft of wanneer u twijfelt over uw situatie. Dit doet u gemakkelijk via de knop 'Contact met zorgverlener' die u kunt vinden onder het kopje 'Zelfzorg'. Ook kunt een chatbericht sturen via de app; Dit doet u via het kopje 'Berichten'.

Let op: in spoedeisende situaties belt u NIET met het Monitoringscentrum maar naar uw eigen huisarts, de huisartsenpost (buiten kantooruren), of 112!

## Meedoen aan wetenschappelijk onderzoek?

Patiënten die in het Jeroen Bosch Ziekenhuis worden behandeld voor hartfalen, kunnen meedoen aan medisch-wetenschappelijk onderzoek. Meedoen is vrijwillig. Dit onderzoek, de HEARTS studie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/deelname-aan-medisch-wetenschappelijk-onderzoek-hearts-studie>), richt zich op eigen regie bij patiënten met chronisch hartfalen. Ook onderzoeken we ervaren gezondheid, ziektebelasting, mate van zelfzorg en de aan hartfalen gerelateerde ziekenhuisopnames.

# Betrokken afdelingen

Cardiologie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/cardiolegie>)

Monitoringscentrum (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/monitoringscentrum>)

Code CAR-146