Behandeling

Hoge bloeddruk (hypertensie) thuismonitoring

Mensen met een hoge bloeddruk 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?

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 uw behandelaar. Soms besluit de behandelaar dat u naar het ziekenhuis moet komen. Het kan ook zijn dat we uw medicijnen aanpassen.

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.

U krijgt een bloeddrukmeter van 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. De meting kunt u invullen in de Thuismeten app. U klikt vervolgens op 'verstuur' en dan komt de meting binnen bij het Monitoringcentrum.

Hoe vaak en wanneer meet u de bloeddruk?

Als u begint met de thuismonitoring, meet u 4 keer per dag uw bloeddruk. Dit doet u op de volgende momenten:

1. In de ochtend vóórdat u uw bloeddrukmedicijnen inneemt.
2. In de ochtend 1 uur nadat u uw bloeddrukmedicijnen heeft ingenomen.
3. In de avond vóórdat u uw bloeddrukmedicijnen inneemt.
4. In de avond 1 uur nadat u uw bloeddrukmedicijnen heeft ingenomen.

Gebuikt u in de avond geen bloeddrukmedicijnen? Geef dan toch op twee tijdstippen in de avond uw bloeddruk door via de Thuismeten-app.

Hoe lang blijft u de bloeddruk meten?

Als uw bloeddruk voldoende is gedaald, krijgt u van de verpleegkundige bij het Monitoringscentrum te horen dat u minder mag gaan meten. Eerst bouwt u af naar 2 keer per week, uiteindelijk naar 1 keer per maand.

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'.

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

Betrokken afdelingen

Algemene Interne Geneeskunde en Endocrinologie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/algemene-interne-geneeskunde-en-endocrinologie)

Cardiologie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/cardiologie)

Nefrologie, polikliniek (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/nefrologie-polikliniek)

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

Code INT-207

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis