

Thuismonitoring bij zwangerschapsdiabetes

Uw suikerwaarden zelf meten met de Luscii-app

U gaat thuis uw suikerwaarden meten via de Luscii-app. Uw arts of verloskundige heeft dit met u besproken. In deze folder leest u wat dit precies is en hoe het werkt.

Wat is thuismonitoring?

Met thuismonitoring controleert u uw suikerwaarden (glucose) zelf via een app op uw telefoon of tablet. Deze app heet Luscii. We kijken in het ziekenhuis op afstand met u mee. Omdat u de waarden zelf doorgeeft via de app, hoeft u minder vaak naar het ziekenhuis. Ook hoeft u de waarden niet meer door te bellen. Het grote voordeel is dat we snel kunnen zien hoe het met u gaat. Als het nodig is, kunnen we snel bijsturen. Zo krijgt u precies de zorg die bij u past.

Hoe werkt het?

De glucosemeter

Heeft u nog geen glucosemeter? Dan krijgt u die van ons. Wij gebruiken de CareSense N Premier. Deze meter kunt u koppelen aan de Luscii-app. Uw suikerwaarden worden dan automatisch naar de app gestuurd. U hoeft ze dus niet zelf in te vullen.

Wilt u weten hoe u de meter koppelt? Kijk dan op de website van Luscii:
<https://support.luscii.com/nl/patient/koppelen-caresense-n-premier>

Metingen doorgeven

U vult op vaste momenten in de week uw suikerwaarden in via de app. De app helpt u hier stap voor stap bij. Wij zien al uw gegevens en houden deze goed in de gaten. Soms nemen wij contact met u op voor extra vragen of een extra meting.

Contact

Wilt u overleggen? Dit kunt u via de app aangeven, maar u kunt ons ook mailen of bellen:

- **E-mail:** zwanger@ghz.nl (vermeld altijd uw naam en geboortedatum);
- **Telefoon bij spoed:** 0182 50 50 50, vraag naar de diabetesverpleegkundige;
- **Telefoon zonder spoed:** 0182 50 52 48, bel op werkdagen tussen 08:00 – 09:00 uur of tussen 13:30 – 14:30 uur.

Uw metingen

In de app staan elke dag vragen voor u klaar. U geeft hierop antwoord tot aan uw bevalling. Soms doet u dit elke dag, soms een paar keer per week.

U meet uw suikerwaarden op deze momenten:

- **In de ochtend:** direct na het opstaan, vóór uw ontbijt;
- **Na elke maaltijd:** 1 uur na de start van uw ontbijt, lunch en avondeten.

In de app vult u ook in hoeveel insuline of medicijnen u heeft gebruikt.

Let op! Wij bekijken uw gegevens regelmatig, maar niet altijd direct nadat u ze heeft ingevuld.

Zelfzorg

In de app vindt u extra informatie onder het kopje 'Zelfzorg'. Hier staat stap voor stap hoe het thuismeten werkt. Ook vindt u hier korte lessen over zwangerschapsdiabetes. U leert hier bijvoorbeeld wat u zelf kunt doen om uw

suikerwaarden gezond te houden.

Wat heeft u nodig voor thuismonitoring?

- Een smartphone of tablet
- Een internetverbinding
- De app 'Thuismeten' van Luscii

Hoe installeert u de app?



U kunt de app in een paar stappen installeren:

1. **Mail van Luscii:** U krijgt een mail van Luscii. Niks ontvangen? Kijk dan in uw ongewenste mail (spam).
2. **App downloaden:** Ga op uw telefoon of tablet naar de App Store (iPhone) of Play Store (Android). Zoek naar 'Luscii' en download de app.
3. **Code invullen:** Om de app te gebruiken, krijgt u per mail een controlecode. Vul deze code binnen 15 minuten in. Wacht u langer? Dan werkt de code niet meer en moet u zich opnieuw aanmelden.

Hulp nodig? Heeft u technische vragen over de app? Dan kunt u contact opnemen met Luscii Support:

- **E-mail:** support@luscii.com
- **Telefoon:** 085 – 130 58 51
- **Website:** Op de website van Luscii vindt u meer uitleg over het installeren van de app. (<https://support.luscii.com/nl/patient/d-e-thuismeten-app-installeren>).

Zet de meldingen van de app aan

U ontvangt via de app meldingen, bijvoorbeeld wanneer u een meting moet invullen. Zorg er daarom voor dat meldingen via e-mail of push-berichten aan staan. Hoe u dat doet, verschilt per telefoon en tablet. Bekijk hiervoor de handleiding van uw telefoon of tablet.

Wie kunt u bellen?

Heeft u vragen over uw suikerwaarden of uw medicijnen? Neem dan contact op

met het ziekenhuis.

Bij spoed (altijd bereikbaar)

- **Telefoon:** 0182 50 50 50
- Vraag naar de diabetesverpleegkundige.

Geen spoed?

- **Telefoon:** Bel naar 0182 50 52 48. Dit kan op werkdagen tussen 08:00 – 09:00 uur en tussen 13:30 – 14:30 uur.
- **E-mail:** Stuur een mail naar zwanger@ghz.nl. Vermeld in de mail altijd uw naam en geboortedatum.

Vragen over de app?

Heeft u technische vragen over de Luscii-app? Neem dan contact op met Luscii Support. Zij kunnen u niet helpen met medische vragen.

- **E-mail:** support@luscii.com
- **Telefoon:** 085 – 130 58 51
- **Website:** Bekijk de instructiefilmpjes op de website van Luscii: <https://support.luscii.com/nl/patient>

Wanneer kunt u stoppen met thuismonitoring?

Na uw bevalling hoeft u uw suikerwaarden niet meer door te geven via de app. U geeft in de app aan dat u bent bevallen.

Controle in de kraamweek

In de eerste week na de bevalling (de kraamweek) controleert u nog wel zelf uw suiker:

- Doe dit om de dag in de ochtend, voordat u heeft gegeten.
- Is uw suikerwaarde hoger dan 7,0 mmol/L? Neem dan contact op met de diabetesverpleegkundige.

Kost thuismonitoring geld?

Ja en nee. Thuismonitoring wordt betaald uit de basisverzekering. Maar let op:

- De kosten vallen onder uw eigen risico.
- Heeft u dit jaar uw eigen risico al helemaal gebruikt? Dan kost thuismonitoring u niets extra.
- Heeft u uw eigen risico nog niet (volledig) gebruikt? Dan betaalt u de kosten zelf totdat uw eigen risico op is.

Omdat de totale kosten voor zorg rondom een zwangerschap vaak hoger zijn dan het eigen risico, kost thuismonitoring u meestal niets extra.

Bescherming van uw gegevens

Het Groene Hart Ziekenhuis werkt voor thuismonitoring samen met de organisatie Zorg bij jou. De gegevens die u invult in de app, worden gedeeld met het medisch servicecentrum van Zorg bij jou B.V. Denk aan uw suikerwaarden en de antwoorden op de vragen in de app.

Uw privacy is belangrijk

Zorg bij jou zorgt ervoor dat uw medische gegevens goed beschermd zijn. In de privacyverklaring leest u hoe wij met uw gegevens omgaan. Hierin staan ook uw rechten. Ga hiervoor naar:
[https:// www.zorgbijjou.nl/privacyverklaring-zorg-bij-jou-thuismeten-luscii](https://www.zorgbijjou.nl/privacyverklaring-zorg-bij-jou-thuismeten-luscii).

Toestemming stoppen

Wilt u niet langer dat wij uw gegevens delen? Neem dan contact op met uw diabetesverpleegkundige.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Stel ze aan de diabetesverpleegkundige.

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda
0182 - 50 50 50
www.ghz.nl

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
juni 2026
04.07.231