

## Thuismonitoring bij COPD

met de Thuismeten app

### Inleiding

Uw arts of verpleegkundige heeft aangegeven dat u in aanmerking komt voor thuismonitoring. U leest hieronder wat dit inhoudt.

### COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease)

U bent bekend met de diagnose COPD. Bij COPD kunt u onder andere last hebben van kortademigheid, slijm, hoesten, vermoeidheid, gewichtsverlies en concentratieproblemen.

### Begeleiding

Vanwege uw longprobleem krijgt u begeleiding van een verpleegkundig specialist en longverpleegkundige. Zij leggen u uit wat COPD precies betekent en hoe u het beste met uw klachten om kunt gaan. U heeft ook een 'longaanval actieplan' gekregen: met deze interventies (handelingen) proberen we te voorkomen dat uw klachten verergeren.

### Thuismeten

Via deze folder informeren we u over de mogelijkheden van Thuismeten. We zetten Thuismeten in om u en uw mantelzorger(s) te ondersteunen in de behandeling van en het omgaan met COPD. Longklachten als gevolg van COPD kunt u nu zelf thuis meten met behulp van vragenlijsten. Hierdoor hoeft u minder vaak naar het GHZ te komen.

Met de Thuismeten-app houdt het thuismonitoringteam een virtuele vinger aan de pols. Zo staat u altijd in verbinding met uw zorgverleners, waar u ook bent.

Dat is prettig als het goed gaat en geruststellend als het nodig is. Bij veel COPD-patiënten is thuismeten inmiddels een onderdeel van de behandeling.

### Informatiegesprek

Tijdens het informatiegesprek krijgt u verdere uitleg over het thuismeten en wordt met u besproken of de Thuismeten-app voor u geschikt is. 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 eventuele klachten om kunt gaan. Thuismeten is een praktische en eenvoudige manier om de belangrijkste lichaamsfuncties goed onder controle te houden. Zo werken we samen aan de beste zorg!

*Lees hieronder hoe u de Thuismeten-app gebruikt.*

## Hoe werkt Thuismeten?



Uw arts schrijft de Thuismeten app voor. Indien nodig krijgt u in het ziekenhuis meteen de juiste apparatuur mee om thuis metingen te doen.



U installeert de Thuismeten app op uw smartphone of tablet. Wij begeleiden u hier graag bij als dat nodig is.



De Thuismeten app stuurt u berichten. Bijvoorbeeld als het tijd is om metingen te doen.



Via de app heeft u direct contact met het ziekenhuis. Gewoon vanuit de huiskamer.

## Aan de slag met Thuismeten

De Thuismeten-app is eenvoudig te gebruiken. We begeleiden u bij iedere stap, zodat u thuismeten snel onder de knie krijgt.

## Welkomstmail

Wanneer uw arts de Thuismeten-app voorschrijft ontvangt u een welkomstmail. In de mail wordt helder uitgelegd hoe u begint met thuis meten. De vervolgstappen zullen u via de app worden uitgelegd.

## Controle op uw meetgegevens

De gegevens van het thuismeten geeft u door via de Thuismeten-app. Op de poli Longgeneeskunde van het Groene Hart Ziekenhuis (GHZ) worden uw meetgegevens op vaste momenten uitgelezen. Als er bijzonderheden zijn in de metingen, neemt de verpleegkundig specialist contact met u op. U kunt ook zelf aangeven wanneer u graag contact zou willen hebben met de longverpleegkundige.

## Toename klachten

Bij een toename van klachten kunt u altijd uw vragenlijst een keer extra invullen, via de knop 'start' bij metingen.

In de app kunt u tevens zien welke stappen u kunt ondernemen bij toename van klachten.

Op de Thuismeten-app kunt u ook een aantal filmpjes zien. We raden u aan deze filmpjes te bekijken. Ze kunnen u helpen om meer grip te krijgen op uw gezondheid. Ook geven de filmpjes aan hoe u vroegtijdig klachten van COPD kunt herkennen.

## Afspraak op de poli

Mocht het toch nodig zijn dat u op de poli Longgeneeskunde komt voor een afspraak, neem dan altijd uw inhalatiemedicatie mee.

## Vragen

Heeft u thuis nog vragen, bijvoorbeeld over het thuismeten?

De longverpleegkundige is te bereiken via het algemene nummer van het GHZ: 0182- 50 50 50. Vraag vervolgens om doorverbonden te worden naar de longverpleegkundige op toestel: 3417.

De longverpleegkundige is van maandag t/m vrijdag tussen 8.30 tot 16.00 uur bereikbaar. Als er niet direct wordt opgenomen, kunt u de voicemail inspreken. We verzoeken u dan uw naam, geboortedatum en telefoonnummer in te spreken. We bellen u dan zo snel mogelijk terug.

## Algemene informatie over het GHZ

Voor informatie over het Groene Hart Ziekenhuis (GHZ) kunt u terecht op onze internetsite: [www.ghz.nl](http://www.ghz.nl).

## Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10  
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:  
(0182) 50 50 50

## Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda  
productie : Marketing & Communicatie  
februari 2024  
04.13.066