

Thuismeten bij astma **: begeleiding op afstand**

**Uw arts of verpleegkundige heeft u aangemeld voor thuismonitoring bij astma.
In deze folder leest u hoe thuismonitoring bij astma werkt.**

Thuismonitoring betekent dat u thuis uw gezondheid in de gaten houdt met hulp van een app. Voor uw aandoening doet u dat met de app 'Sanacoach'.

U vult regelmatig in hoe het met u gaat. Verpleegkundigen thuismonitoring van ons medisch servicecentrum zien die informatie. Als het nodig is, nemen ze contact met u op en brengen ze uw zorgverlener op de hoogte. U kunt ook zelf contact met ze opnemen als u een vraag heeft. Zo krijgt u zorg die goed bij u past, en merkt het ziekenhuis sneller als u klachten krijgt.

Installeren van de app

- Van uw zorgverlener ontvangt u een mail over deelname aan thuismonitoring.
- Zoek vervolgens in de Google Play Store (Android) of App Store (Apple) naar 'SanaCoach'.
- Klik op downloaden en installeer de app op uw telefoon of tablet.
- U krijgt een e-mail van de helpdesk van SanaCoach met daarin uw gebruikersnaam en een tijdelijk wachtwoord. Vul deze in op de inlogpagina.
- De eerste keer dat u inlogt, wordt u gevraagd om het tijdelijke wachtwoord te veranderen in een eigen wachtwoord. U vult eerst opnieuw het tijdelijke wachtwoord in en daarna twee keer uw nieuwe, eigen wachtwoord. Klik op 'Wachtwoord wijzigen' om dit te bevestigen.
- Bij de eerste keer inloggen wordt ook gevraagd om de privacyverklaring te accepteren. Blader naar rechts naar de laatste pagina, vink het vakje aan en klik op 'Akkoord'.
- Tot slot kunt u kiezen of u biometrische toegang wil gebruiken. Als u daar toestemming voor geeft, betekent dit dat u voortaan met uw gezichtsherkenning of vingerafdruk kunt inloggen.

Heeft u technische hulp nodig, neem dan contact op met Sananet. Dat is het bedrijf achter de Sanacoach app. Bellen kan van maandag tot en met vrijdag van 08.30 tot 17.00 uur naar telefoonnummer 046 458 80 01. Of stuur een e-mail naar

helpdesk@sananet.nl.

Heeft u na 1 week nog geen e-mail gehad over deelname aan thuismonitoring, neem dan contact op met de Polikliniek Longgeneeskunde via MijnOLVG of telefoonnummer 020 510 88 92.

Als uw telefoon of tablet te oud is, werken de apps niet of niet goed. Krijgt u een foutmelding, neem dan contact op met het medisch servicecentrum via telefoonnummer 020 510 86 79.

Zet meldingen aan

U krijgt meldingen vanuit de app wanneer u bijvoorbeeld uw gegevens in moet vullen of een nieuw bericht heeft. Zet daarom de meldingen via e-mail of push-berichten op uw telefoon of tablet aan. Bij het downloaden vraagt de app om uw toestemming hiervoor.

Vragen over uw gezondheid

In de app geeft u antwoord op een aantal vragen over uw gezondheid. Bijvoorbeeld of u zich benauwd of moe voelt. Hoe vaak en wanneer u dit doet, hangt af van hoeveel klachten u heeft. Als uw antwoorden erop wijzen dat het goed met u gaat, zijn het vaak maar een paar vragen. Als u klachten heeft, dan krijgt u automatisch een melding om extra vragen in te vullen. Zo kunnen wij uw situatie goed inschatten. De app geeft u vervolgens tips over wat u kunt doen.

U krijgt een melding op uw telefoon als er vragen voor u klaar staan. Staan er geen vragen voor u klaar, maar wilt u wel contact, dan kunt u in de app onder het kopje *Berichten* aangeven dat u graag een beladvies krijgt.

Het is belangrijk *altijd uw metingen* in te vullen op de momenten dat de app hierom vraagt. Ook al voelt u zich op dat moment goed en heeft u minder klachten. Op deze manier kunnen wij u op afstand beter begeleiden en een opname mogelijk voorkomen.

Dit gebeurt er met uw antwoorden

Het medisch servicecentrum beoordeelt uw metingen of andere informatie die u heeft doorgegeven binnen 2 werkdagen. Als het nodig is krijgt u via de app het advies contact op te nemen met het medisch servicecentrum.

Vragen?

Heeft u vragen, dan kunt u bellen met het medisch servicecentrum op werkdagen tussen 9.00 en 16.00 via telefoonnummer 020 510 86 79. Zij kunnen u ook helpen bij vragen over het downloaden en gebruik van de app.

Let op: thuismonitoring is geen vervanging van spoedzorg. Bel bij acute klachten altijd uw huisarts, de huisartsenpost of 1-1-2.

Kosten thuismonitoring

Thuismonitoring hoort bij onze zorg. Het gebruik van de app en thuismonitoring kost geld. Dit wordt betaald uit de basisverzekering. U betaalt hiervoor wel eigen risico. Heeft u hier vragen over, neem dan contact op met uw zorgverzekeraar.

Gebruik van gegevens voor wetenschappelijk onderzoek

We willen graag de zorg verbeteren. Daarom is wetenschappelijk onderzoek doen belangrijk. Hiervoor willen we uw gegevens vanuit de thuismonitoring gebruiken. Daar kunt u ons toestemming voor geven in de Thuismeten-app. Uw gezondheidsgegevens worden vertrouwelijk behandeld en goed beveiligd. Tijdens onderzoeken worden uw gegevens zo veel mogelijk versleuteld. Daardoor weten de onderzoekers niet wie u bent of welke gegevens bij u horen.

Wilt u geen toestemming meer geven voor het delen van uw gegevens voor wetenschappelijk onderzoek, neem dan contact op met uw zorgverlener.