

## Hartoperatie (CTC) – Thuismonitoring

Bij een hartoperatie willen wij uw gezondheid extra in de gaten houden via Thuismonitoring. Dit betekent dat u thuis gegevens over uw gezondheid aan ons doorgeeft met behulp van de Thuismeten-app.

### Waarom thuismonitoring?

Een hartoperatie is een ingrijpende gebeurtenis. Hierbij kan de Thuismonitoring ondersteuning bieden. U ontvangt ondersteuning voor de operatie en erna. We kijken met behulp van de app hoe het met u gaat en waar eventuele hulp bij nodig is.

### Waaruit bestaat thuismonitoring bij een hartoperatie?

Als u kiest voor thuismonitoring, verwachten we van u dat u vragen(lijsten) via de Thuismeten-app beantwoordt en de informatie uit de app leest. De app bestaat uit de volgende onderdelen:

Voor de operatie beantwoordt u vragen over:

- Angst en stress
- Gewicht
- Bewegen

Na de operatie beantwoordt u vragen over:

- Lichamelijke gesteldheid
- Temperatuur
- De wond
- Gewicht
- Bloeddruk en hartslag (als u een bloeddrukmeter heeft)

Zo nodig worden er nog extra vragen gesteld.

De thuismonitoring start na aanmelding van de operatie en duurt tot 3 weken na de operatie.

**Let op!** De thuismonitoring na de operatie is alleen voor patiënten die met ontslag naar huis gaat uit het St. Antonius Ziekenhuis. Als u overgeplaatst bent naar een ander ziekenhuis zal de nacontrole via dat ziekenhuis plaats vinden.

### Zo installeert u de app Thuismeten

1. U krijgt een e-mail van het St. Antonius Ziekenhuis op het e-mailadres dat u heeft opgegeven. Ziet u de e-mail niet meteen? Kijk dan in uw spam of ongewenste e-mail.
2. Download de app 'Thuismeten' (Luscii) op uw telefoon of tablet in de [App Store](#) (<https://apps.apple.com/nl/app/thuismeten/id996845239>) of [Google Play](#) (<https://play.google.com/store/apps/details?id=nl.focuscura.beeldbelapp>).

3. Open de app en vul uw gebruikersnaam in die in de e-mail staat. Daarna krijgt u een e-mail met een controlecode. Vul deze code binnen 15 minuten in, anders verloopt de code en moet u zich opnieuw registreren.
4. De thuismonitoringsverpleegkundige neemt telefonisch contact met u op om te vragen of de installatie van de app is gelukt en om eventuele vragen te beantwoorden.

**Let op:** U krijgt meldingen via de app, bijvoorbeeld als er een vragenlijst of informatie voor u klaarstaat. Zorg er daarom voor dat meldingen via e-mail of pushberichten aanstaan. Hoe u dat instelt, verschilt per telefoon of tablet. Kijk hiervoor in de handleiding.

## Gewicht meten

- Weeg steeds met dezelfde weegschaal op dezelfde plek.
- Weeg op een vast moment. Het liefst iedere ochtend. Houd hierbij rekening met toiletbezoeken en uw ontbijt. Als u zich weegt voordat u ontbijt, bent u lichter dan als u na uw ontbijt op de weegschaal gaat staan. Ditzelfde geldt voor toiletbezoek: na een toiletbezoek bent u lichter dan daarvoor.
- Weeg altijd op dezelfde manier. Dit betekent dat u bijvoorbeeld altijd in uw ondergoed op de weegschaal gaat staan.

## Temperatuur meten

Gebruik uw eigen thermometer. Raadpleeg zo nodig de gebruiksaanwijzing.

## Bloeddruk en hartslag meten

Uw bloeddruk en hartslag meet u met de bloeddrukmeter die u thuis heeft. Volg onderstaande stappen voor een goede meting.

### Stap 1. Rustig worden voor de meting

Het is belangrijk dat u een half uur vóór de meting:

- Niet rookt
- Geen koffie drinkt
- Geen zware dingen doet of veel beweegt

Ga voor het meten minimaal 5 minuten rustig zitten.

### Stap 2. De bloeddrukband omdoen

- Meet aan de arm die u het minst gebruikt. Schrijft u met rechts? Dan meet u aan de linkerarm.
- Maak uw bovenarm vrij. Stroop de mouwen van dunnere kleding op. Een vest of trui kunt u beter uit trekken.
- Zorg dat er wat ruimte zit tussen de band en uw arm. Uw duim moet er nog tussen passen.
- Het snoertje van de band moet aan de binnenkant van uw elleboog zitten en naar beneden wijzen.
- De bloeddrukband moet op dezelfde hoogte zitten als uw hart. Dat is ongeveer 2 centimeter boven uw elleboog.

### Stap 3. Goed zitten tijdens het meten

- Meet uw bloeddruk terwijl u op een stoel zit.
- Zit rechtop met uw rug tegen de leuning.
- Zet beide voeten naast elkaar op de grond.
- Leg de arm waarop u meet ontspannen op de leuning van de stoel of op tafel.

### Stap 4. De bloeddruk meten

- Druk op de startknop. De meting start vanzelf en stopt ook vanzelf.
- Praat niet tijdens het meten.
- Wacht daarna 1 minuut.
- Is de meting niet gelukt? Probeer het dan nog een keer.

### Stap 5. De bloeddruk en hartslag zijn gemeten.

Voer de waarden in via de app. Is uw bloeddrukmeter verbonden met de app via bluetooth? Dan importeert u de meting. Zie hieronder hoe u de bloeddrukmeter kunt koppelen met de Thuismeten-app.

### Bloeddrukmeter koppelen met de Thuismeten-app

Sommige bloeddrukmeters kunt u verbinden met de app. U doet dit tijdens het invoeren van de metingen. Volg deze stappen:

1. Tik in het scherm voor bloeddruk & hartslag op 'instellingen' (zie plaatje hieronder).
2. Kies welke meter u wilt verbinden.
3. Volg de stappen die u op het scherm ziet.



Lukt het niet om te koppelen? Dan kunt u de meetwaarden ook zelf invullen in de app.

## Contact opnemen

### Uw vraag heeft spoed

Bij levensbedreigende klachten belt u 112.

### Uw vraag heeft geen spoed

- U stuurt een bericht in de Thuismeten-app via 'Berichten'. Wij nemen binnen één werkdag contact met u op: telefonisch of via de app.
- U kunt ook telefonisch contact opnemen met team **Thuismonitoring** (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/thuismonitoring>): 088 320 43 60 (tel:0883204360). Wij zijn elke dag bereikbaar van 9:00 – 12:00 uur en 13:00 tot 16:00 uur.

## U heeft een technische vraag over de Thuismeten-app

U belt Luscii Support: 085 130 58 51 (tel:0851305851). Dit is de leverancier van de Thuismeten-app. Zij zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 09.00 tot 17.00 uur.

## Vergoeding van uw zorg

Het beoordelen van uw gegevens via thuismonitoring is onderdeel van uw zorg door het ziekenhuis. Thuismonitoring wordt vergoed vanuit de basisverzekering, maar kan gevolgen hebben voor uw eigen risico. Heeft u vragen hierover, neem dan contact op met uw zorgverzekeraar.

## Gerelateerde informatie

### Aandoeningen

- Kransslagadervernauwing (coronairsclerose)  
(<https://www.antoniusziekenhuis.nl/aandoeningen/kransslagadervernauwing-coronairsclerose>)

### Behandelingen & onderzoeken

- Hartfilmpje (ECG) (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/hartfilmpje-ecg>)

### Specialismen

- Cardiologie (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/cardiologie>)

**Contact Thuismonitoring**

**T 088 320 43 60**