

Behandeling

# Acuut coronair syndroom thuismonitoring

Mensen met acuut coronair syndroom

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/acuut-coronair-syndroom-acs>) 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 (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/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 de hartrevalidatieverpleegkundige of de cardioloog. Zo houden we u goed in de gaten.

## 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 heeft u een bloeddrukmeter nodig. Heeft u thuis al een bloeddrukmeter? Wanneer de meter op deze lijst (<https://www.hartstichting.nl/oorzaken/bloeddruk/bloeddruk-meten/bloeddrukmeter-kopen/betrouwbare-bloeddrukmeters>) staat is de meter voldoende betrouwbaar. Daarnaast moet de meter voldoen aan de volgende eisen:

- de bloeddrukmeter moet geschikt zijn voor een bovenarmmeting;
- de bloeddrukmeter mag niet ouder zijn dan 10 jaar;
- er mag geen zichtbare schade zijn;
- de slang mag niet poreus zijn;
- de bloeddrukband moet heel zijn.

Bent u niet in het bezit van een bloeddrukmeter die aan bovenstaande voldoet, dan krijgt u bij opname een bloeddrukmeter uitgereikt van de afdelingsverpleegkundige.

## Hoe gaat de thuismonitoring in zijn werk?

Als u nog opgenomen bent, vindt u voornamelijk informatie over uw ziektebeeld in de thuismeten app.

Wanneer u met ontslag gaat, starten de metingen.

- In de app krijgt u uitleg over het meten van de bloeddruk en hartslag. De gemeten waarden kunt u invullen in de Thuismeten-app. U klikt vervolgens op 'verstuur' en dan komt de meting binnen bij het Monitoringscentrum.
- Naast de bloeddruk en hartslag geeft u via de app door of u klachten van het hart ervaart.
- Gaat u starten met hartrevalidatie (lichamelijke training)? Dan vult u ook in hoe het gaat met bewegen en de borgschaal.

Krijgt u nog een hartoperatie? Kijkt u dan hier (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/openhartoperatie-thuismonitoring>) voor informatie over thuismonitoring bij een hartoperatie.

### Hoe vaak en wanneer doet u de metingen?

Uw bloeddruk/hartslag meet u 2 keer per week. Dit doet u het liefst in de ochtend, in rust (dus niet direct na inspanning), ongeveer een uur nadat u uw medicijnen heeft ingenomen. Daarnaast vult u in of u klachten van het hart ervaart. Verder krijgt u vragen over uw leefstijl en tips om met uw ziekte om te gaan.

Wanneer u bent gestart met de hartrevalidatie vult u dagelijks in de Thuismeten-app uw beweging en borgschaal in.

Om de week wordt er gevraagd naar de voortgang van uw revalidatieproces.

## 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>).

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

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

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

Code CAR-160