WELKOM BIJ THE BOX INSTALLATIE

THE BOX
THUISMETING VOOR HARTPATIENTEN

THE BOX APPARATUUR

- Uw specialist heeft aangegeven dat u in aanmerking komt voor The Box, u ontvangt deze van het LUMC.
  Hiermee kunt u thuis met verschillende apparatuur metingen doen die naar het ziekenhuis verzonden worden.
- Enkele afspraken zullen via webcamconsult of telefonisch plaats vinden
- U gebruikt The Box totdat u anders hoort van uw cardioloog of verpleegkundig specialist.
- U krijgt onder andere een:

-Bloeddrukmeter
-Weegschaal
-Horloge (stappenteller/ECG)
-Thermometer

WAT VINDT U IN UW BOX?

- In uw Box vindt u het volgende:

Voor iedere patiënt is The Box op maat gemaakt. Dit houdt in dat niet iedereen dezelfde apparatuur ontvangt.
In dit stappenplan komt alle apparatuur aan bod die in The Box zou kunnen zitten. Heeft u bijvoorbeeld geen weegschaal, dan kunt u dat stappenplan overslaan.

Handleidingen
In The Box vindt u handleidingen die door ons gemaakt zijn:
- Health Mate
- Thuismetingen
- Webcamconsult
- Thermometer

BELANGRIJK!

Lees aandachtig elke pagina van dit stappenplan door voor u start met de installatie van The Box .

Mocht u er na dit stappenplan nog niet uitkomen met de installatie, dan helpen wij u hier graag bij.

U kunt ons het beste bereiken via het volgende e-mailadres:

boxsupport@lumc.nl

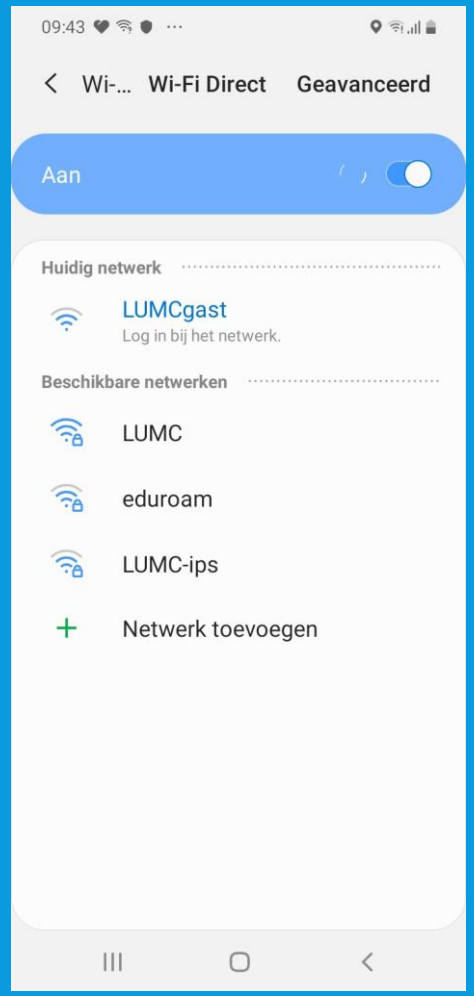
APP INSTALLATIE

U start met de installatie van de apps.

Zorg dat uw Wi-Fi of 4G aan staat, anders kunnen de apps niet gedownload worden.

Voor het aanzetten van uw Wi-Fi gaat u naar de instellingen van uw telefoon.

Het aanzetten van de Wi-Fi werkt bij iedere telefoon anders. Kunt u het niet vinden, vraag dan iemand in uw omgeving om hulp.



HEALTH MATE EN THERMO APP

Nu kunt u de **Health Mate** en **Thermo** app **installeren**.

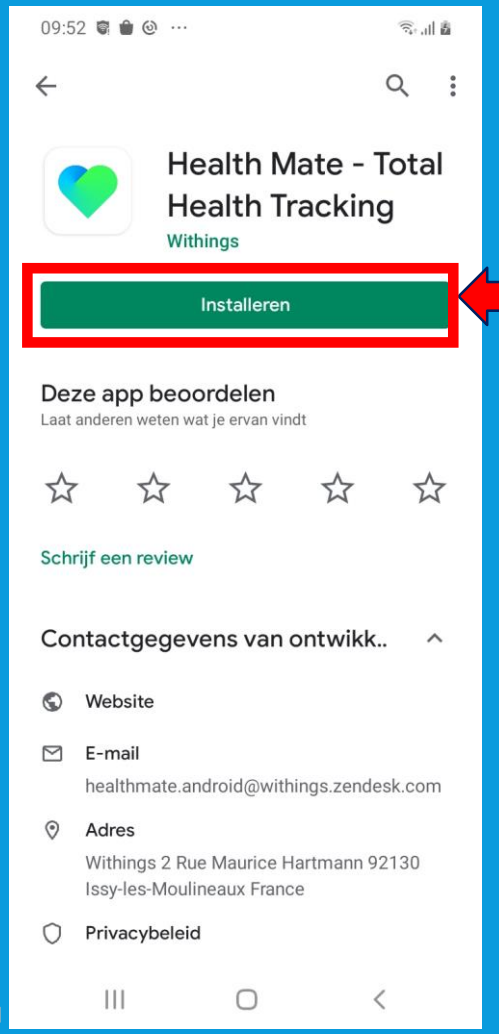
1. U gaat naar de **Playstore** of **Apple store**.

2. Tik **Health Mate** in de zoekbalk in en druk op installeren, zie afbeelding 1.

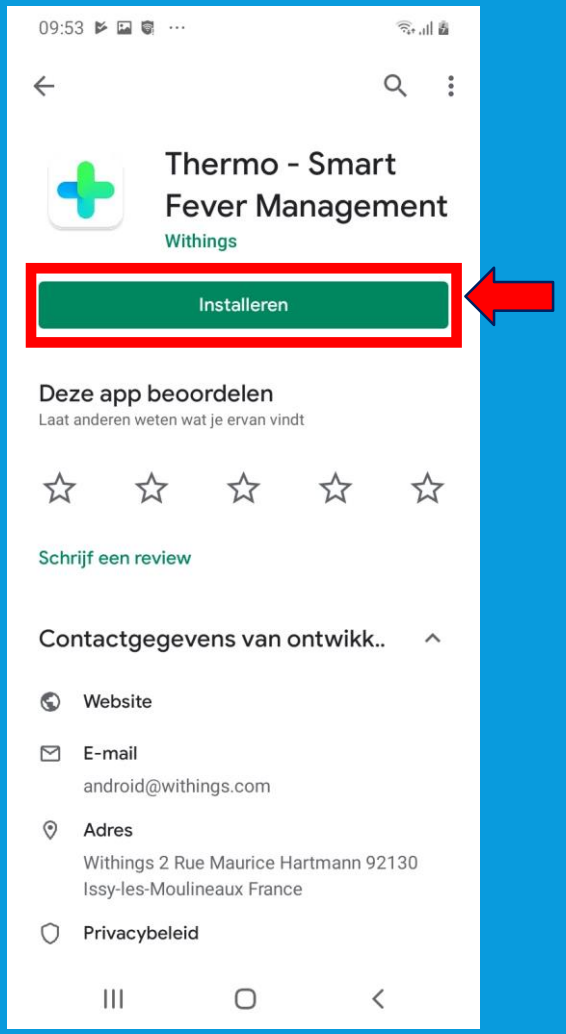
3. **Health Mate** wordt nu geïnstalleerd op uw telefoon.

4. Tik **Thermo Withings** in de zoekbalk in en druk op installeren, zie afbeelding 2.

5. **Thermo Withings** wordt nu geïnstalleerd.



1



2

HEALTH MATE INLOGGEN

U kunt nu inloggen op de Health Mate app

1. Pak uw **afgifte formulier** erbij die u van het ziekenhuis heeft ontvangen, zie afbeelding 1.

2. Open de Health Mate app en tik op **inloggen**, zie afbeelding 2.

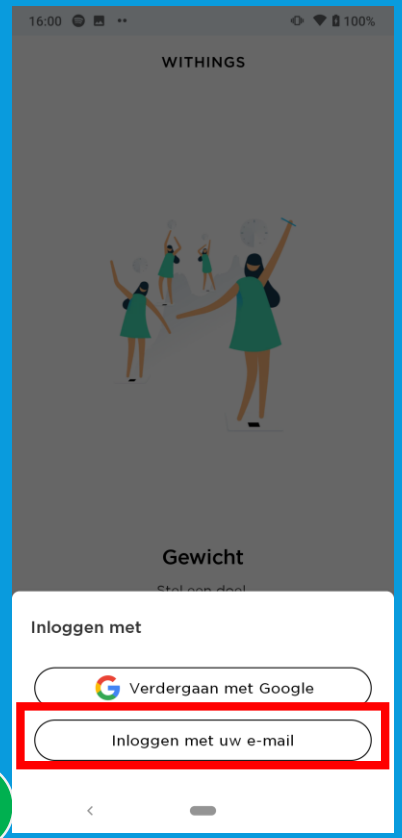
3. Zodra het scherm op afbeelding 3 opkomt, tik op "**inloggen met uw e-mail**".

4. Vul het door ons gegeven e-mail adres (eindigt altijd met **hlc.nl**) en wachtwoord in zoals bij afbeelding 4. Deze inloggegevens zijn te vinden op het afgifteformulier in uw Box, zie afbeelding 1.

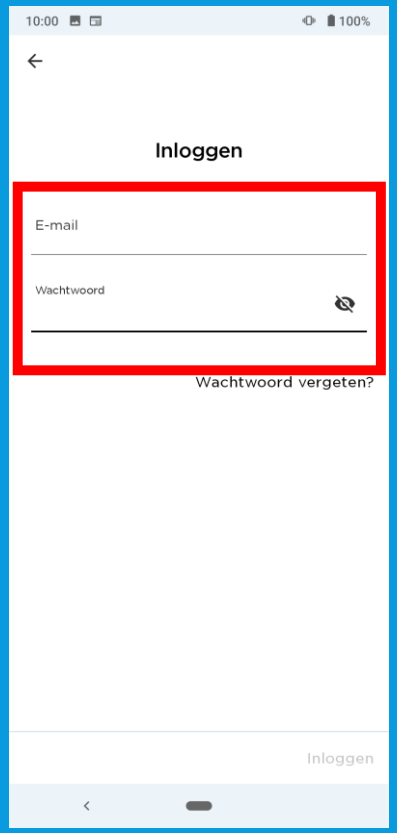
Let op maak niet zelf een account aan met uw eigen email!

1

2



3



4

APPARATUUR INSTALLEREN VAN HEALTH MATE

Nu gaat u het volgende installeren:
- Weegschaal
- Bloeddrukmeter
- Horloge (stappenteller)

1.U gaat onder in de app naar **Apparaten** , zie afbeelding 1.

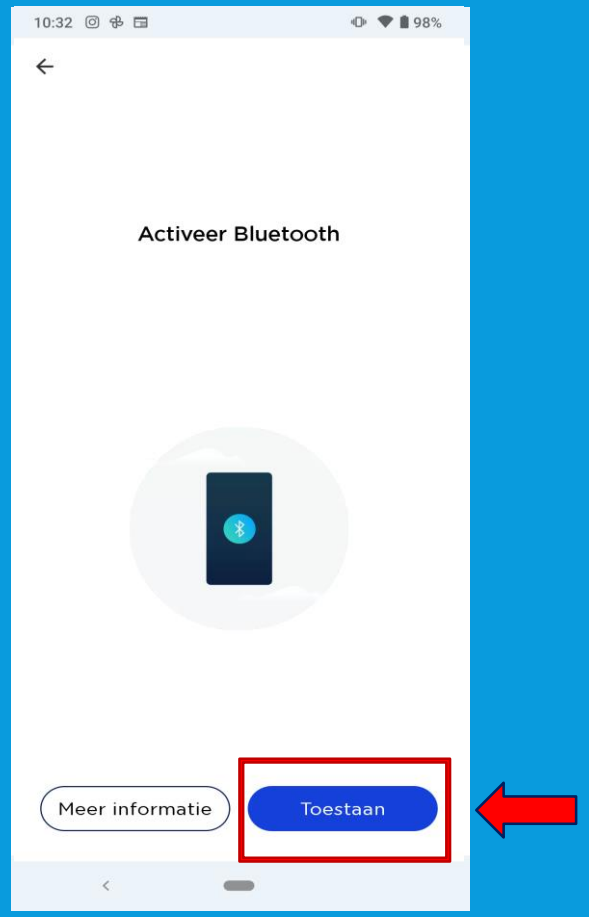
2.Dan klikt u op **installeer een apparaat**, zie afbeelding 2.

1

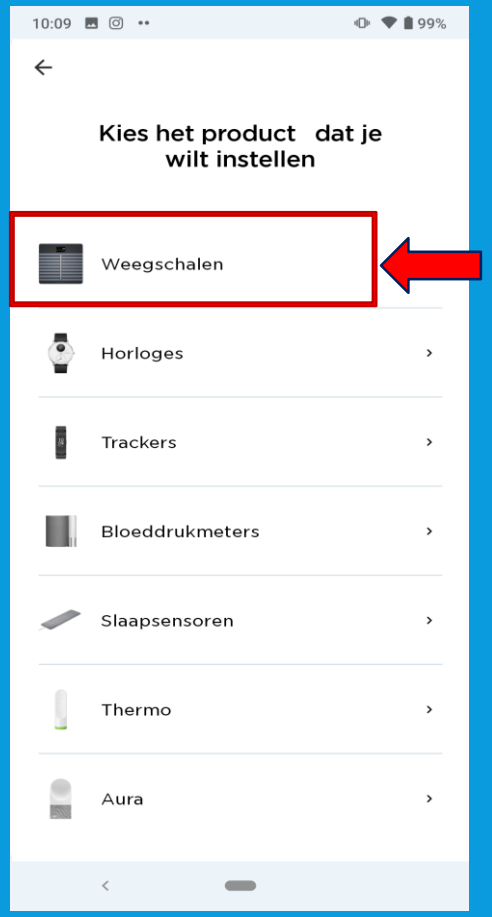
2

WEEGSCHAAL INSTALLEREN

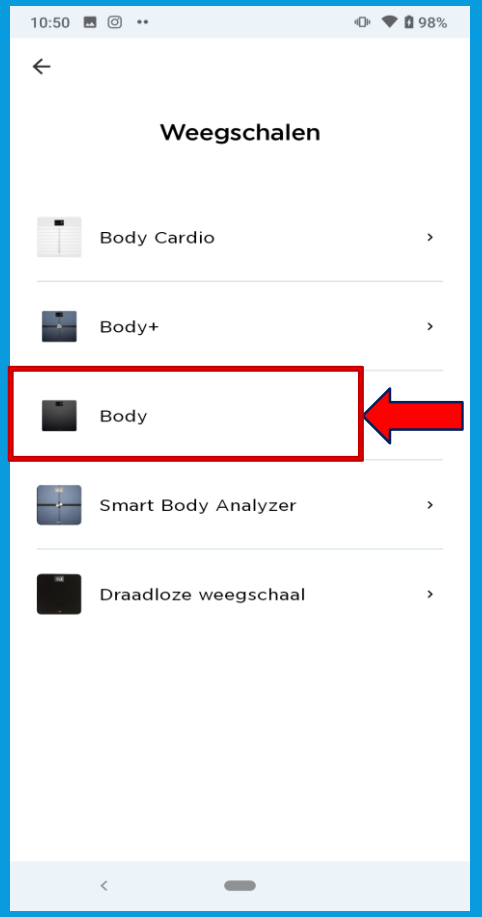
U geeft goedkeuring voor **bluetooth**



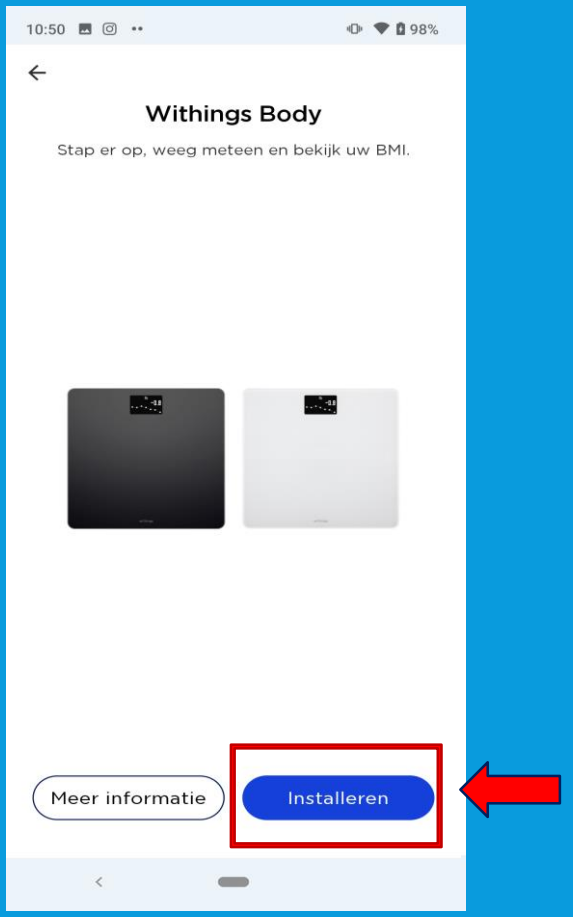
U tikt **weegschalen** aan



U tikt Body aan

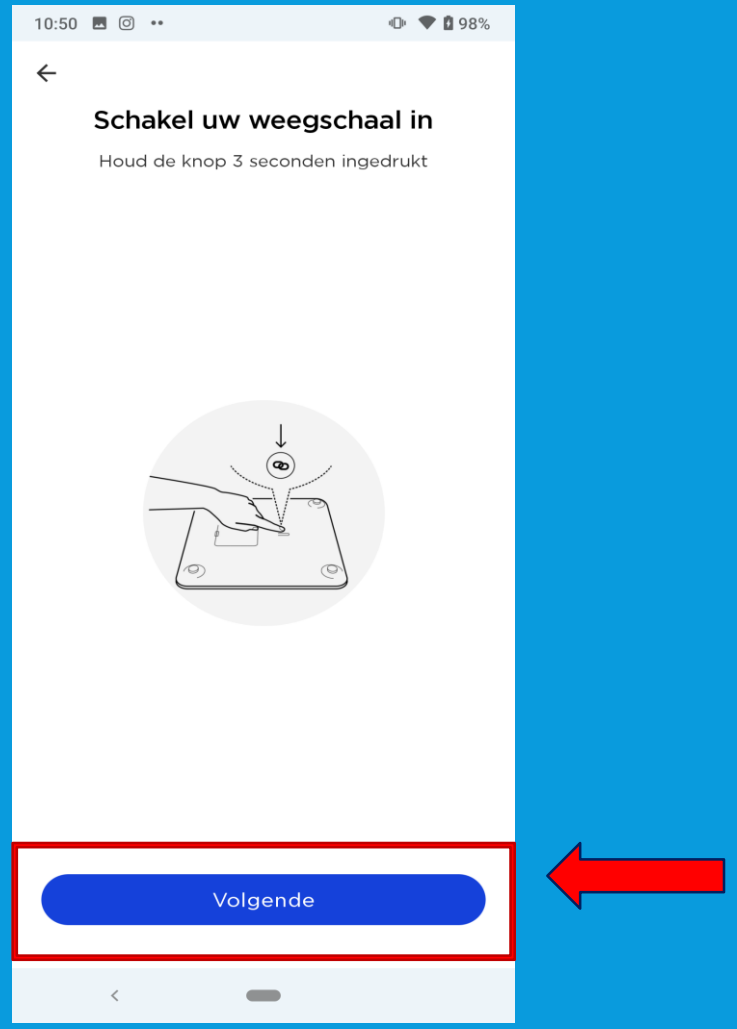


U tikt **installeren** aan



WEEGSCHAAL INSTALLATIE

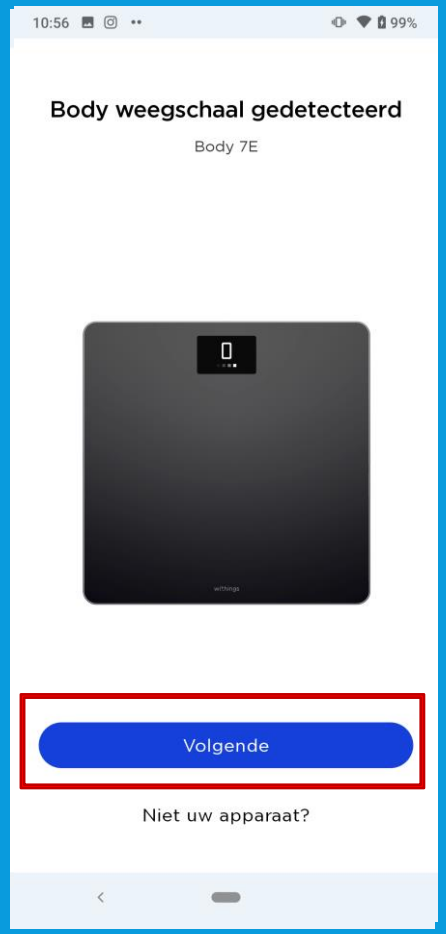
1. U haalt de **weegschaal** uit de doos.
2. Onder op de **weegschaal**, bij de batterijen, vindt u een labeltje dat u er uit trekt.
3. U houdt het knopje **3 hele seconden ingedrukt**.
4. U tikt op **volgende** op de app zoals aangegeven op de afbeelding hiernaast.



WEEGSCHAAL INSTALLATIE

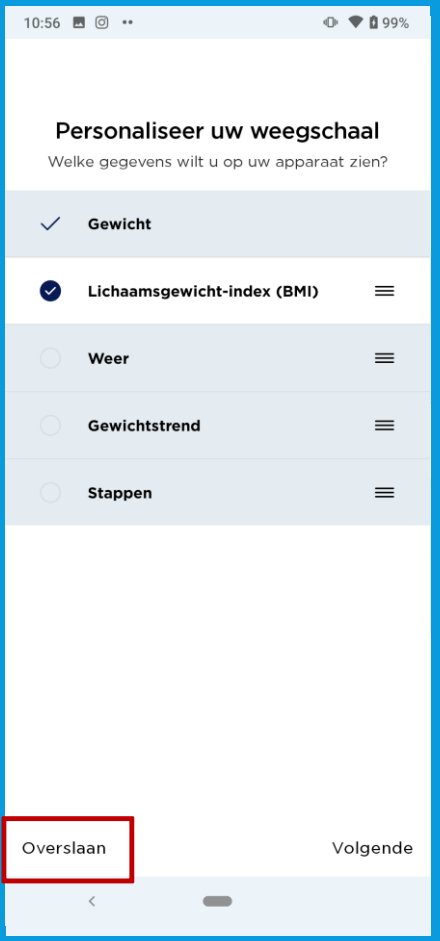
Er wordt gezocht naar uw **weegschaal**

Uw weegschaal is gevonden tik op **volgende**



Tik op **geen Wi-Fi,** bij koppeling via **bluetooth**

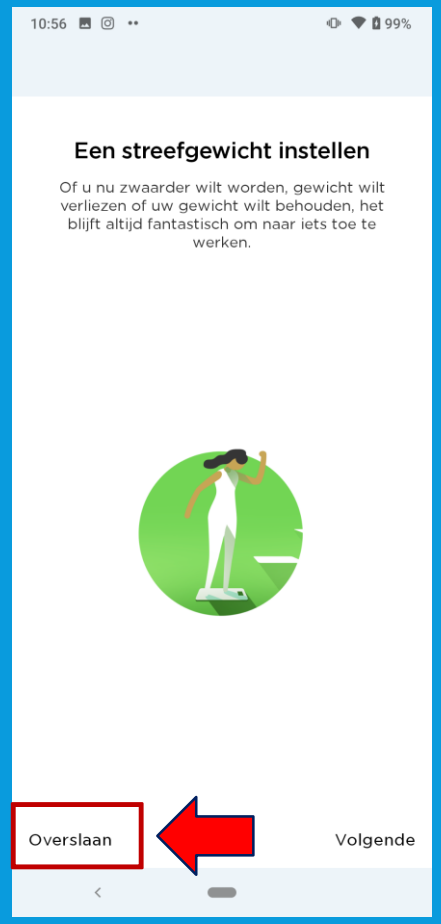
Tik op **overslaan**



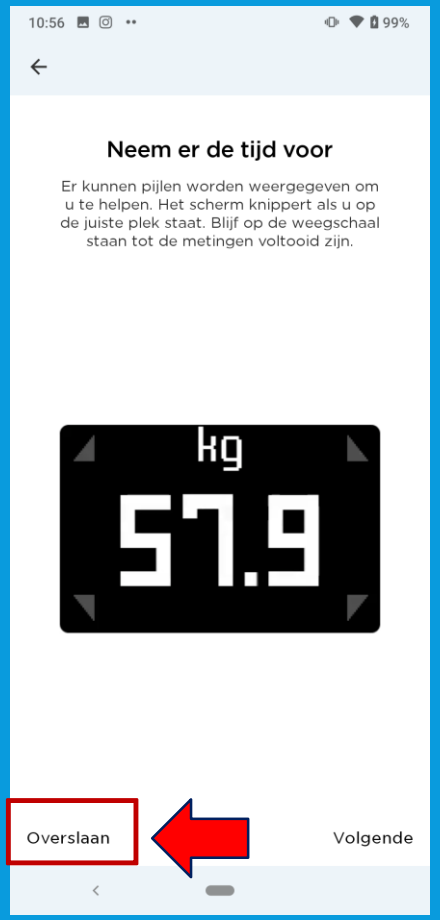
WEEGSCHAAL INSTALLATIE

Tik op **volgende**

Tik op **overslaan**

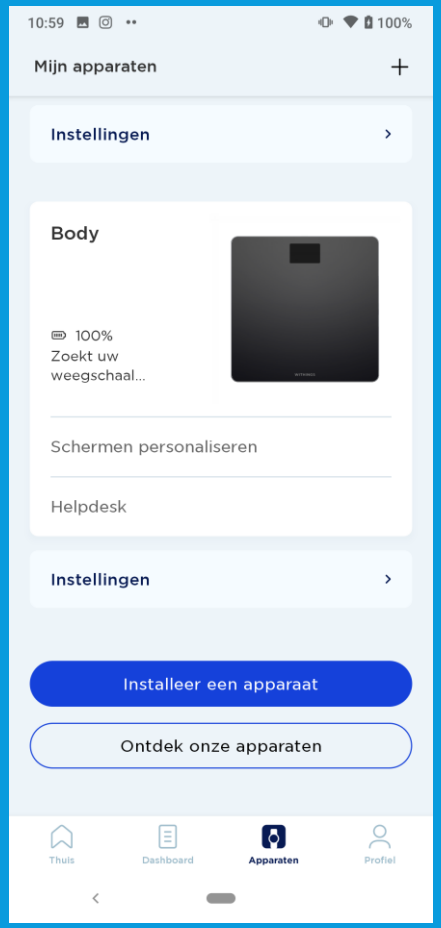


Tik op **overslaan**



Tik op **OK**

Uw weegschaal is klaar voor gebruik en staat in de lijst van apparatuur

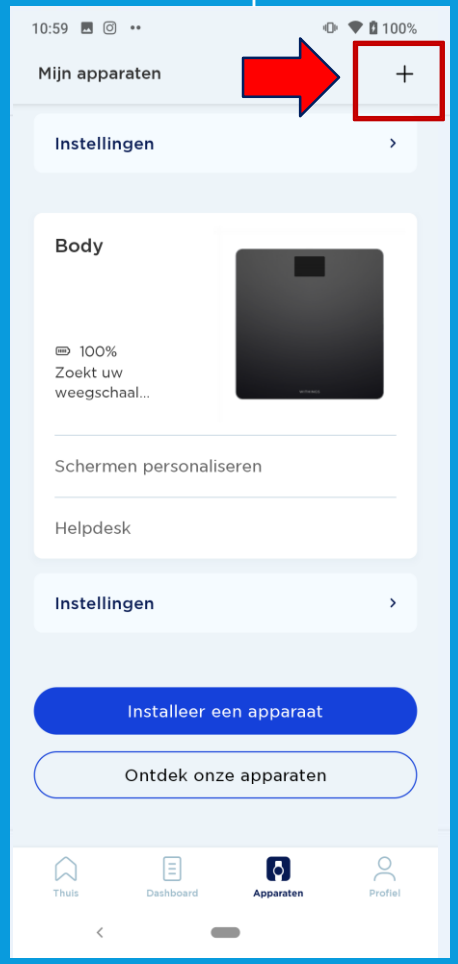


WEEGSCHAAL INFORMATIE

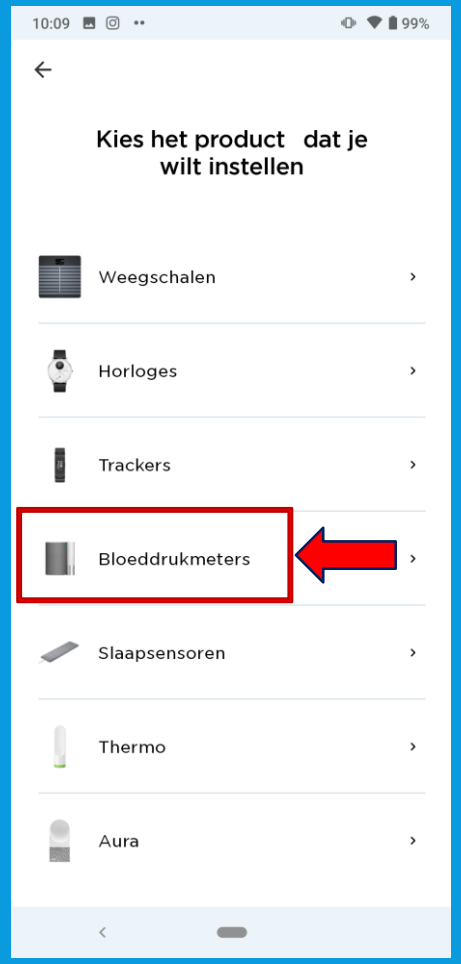
- De weegschaal kan via uw Wi-Fi netwerk worden geïnstalleerd voor meer bereik. Dit kunt u vinden via:
  Apparaten → Body → instellingen → Configuratie → instellen van een wi-fi verbinding.
- Via de weegschaal kunt u uw streefgewicht, het weer of uw BMI instellen. Dit kunt u vinden via:
  Apparaten →Schermen personaliseren.
- In de doos vindt u pootjes voor de weegschaal, voor als u thuis vloerbedekking heeft.
- Meet altijd rond hetzelfde tijdstip en onder dezelfde omstandigheden voor het beste meetresultaat.

BLOEDDRUKMETER INSTALLEREN

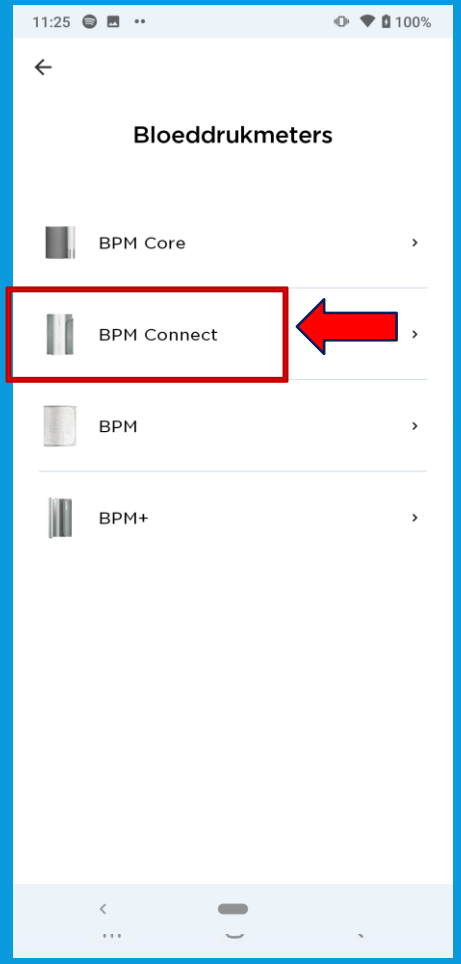
Ga naar **apparaten** en Tik rechts bovenin op de **+**



Tik op **Bloeddrukmeters**

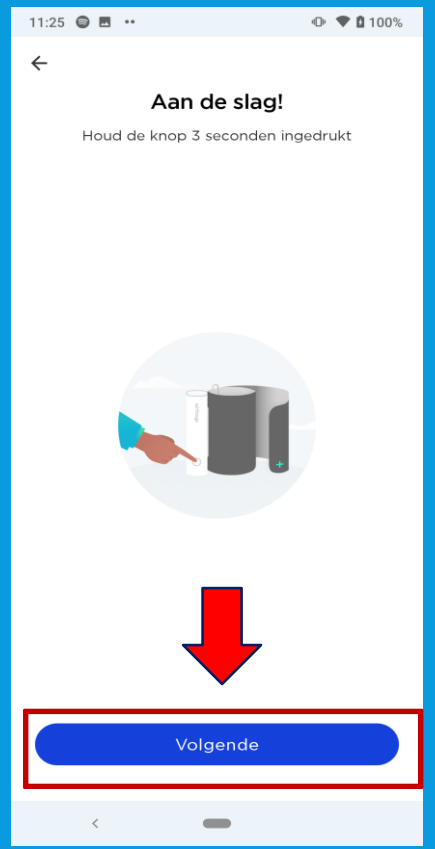


Tik op **BPM connect**



Tik op installeren

Houd de knop op de BPM ingedrukt tot er **Setup** verschijnt en tik dan in de app op **volgende**



BLOEDDRUKMETER INSTALLATIE

Uw telefoon/tablet zoekt de **bloeddrukmeter**

Tik op **volgende**

Druk op geen **Wi-Fi,** bij koppeling via **bluetooth**

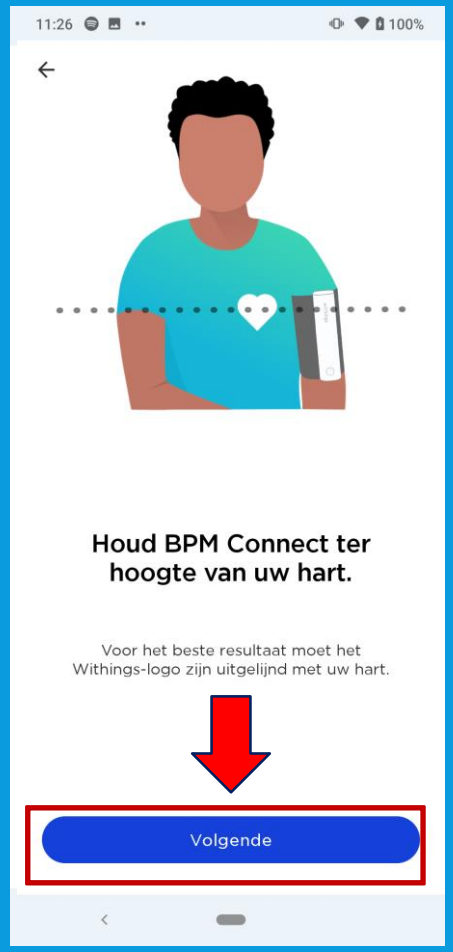
Tik op **klaar**

Tik op **volgende**

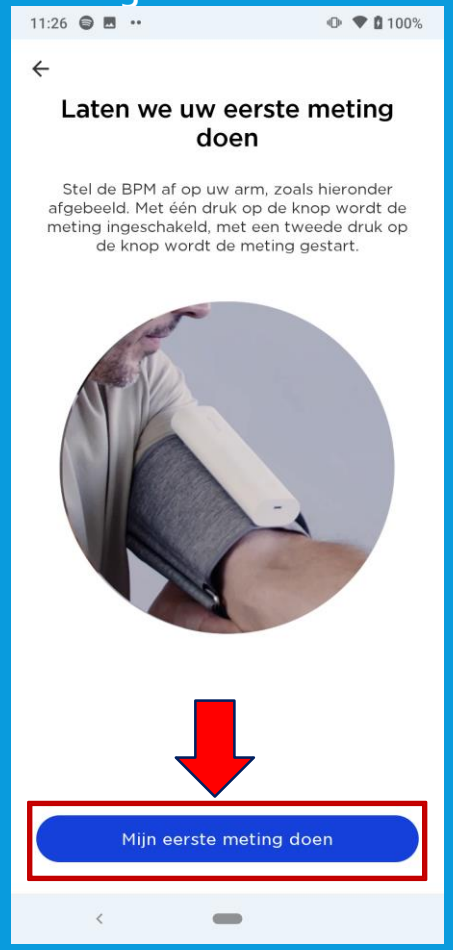
BLOEDDRUKMETER INSTALLATIE

Tik op **volgende**

Tik op **volgende**

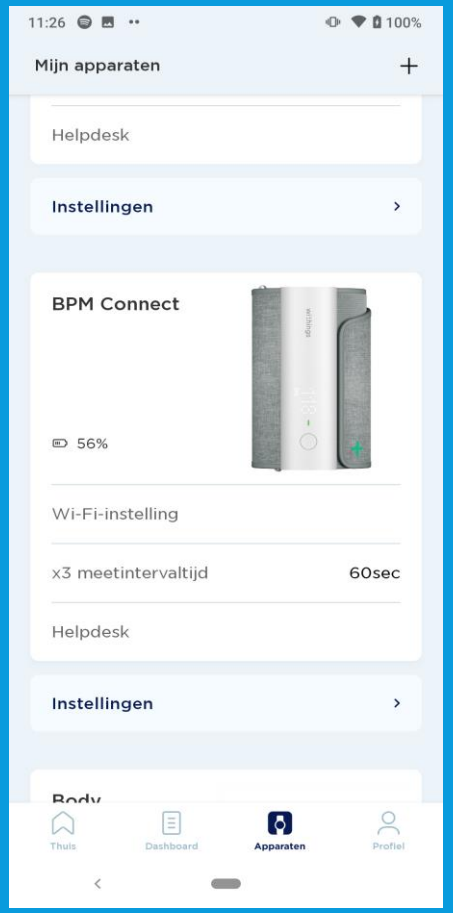


Tik op **Mijn eerste meting doen**



Tik ok **OK**

Uw bloeddrukmeter is geïnstalleerd en staat in de lijst van apparaten.

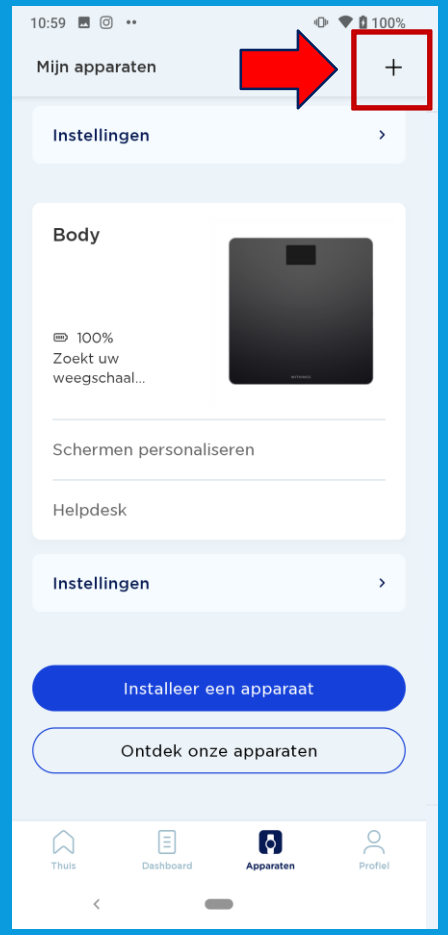


BLOEDDRUKMETER INFORMATIE

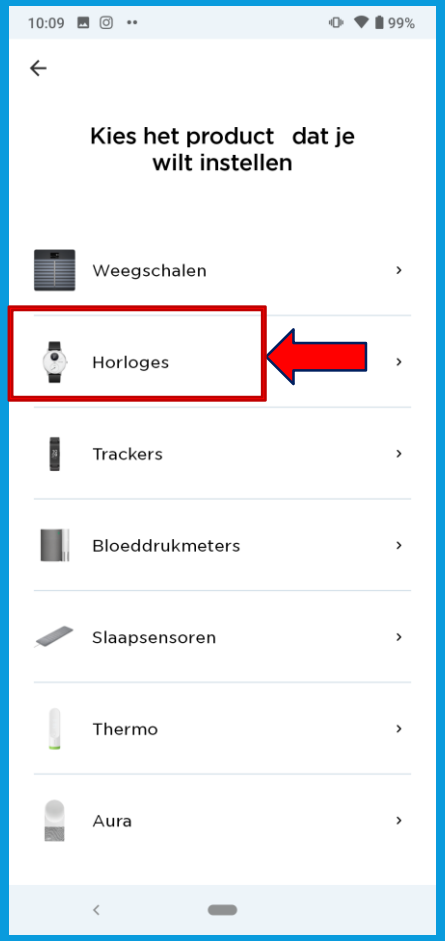
- Uw bloeddrukmeter kan via uw Wi-Fi netwerk geïnstalleerd worden voor meer bereik. Dat kunt u op de volgende manier doen: Apparaten → Wi-fi – instelling
- De bloeddrukmeter loopt op een accu die in de app aan geeft wanneer de accu bijna leeg is. Via de kabel kunt u de bloeddrukmeter opladen. Deze zit in het doosje van de bloeddrukmeter.
- De bloeddrukmeter heeft twee functies:
  1 x meten of 3 x meten.
  1 x meten is voldoende.
- Gebruikt u bloeddrukverlagende medicijnen? Meet dan pas een uur na inname van uw medicatie.

MOVE ECG HORLOGE INSTALLEREN

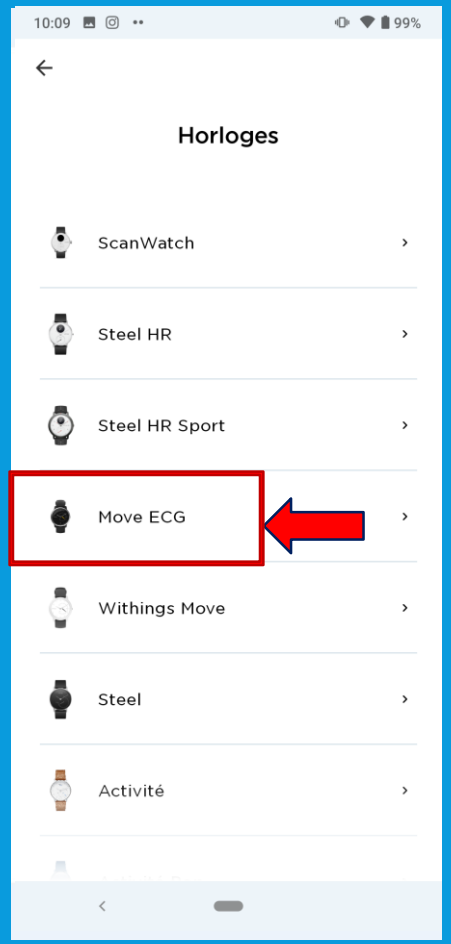
Ga naar **apparaten** en Tik rechts bovenin op de **+**



Tik aan **horloges**

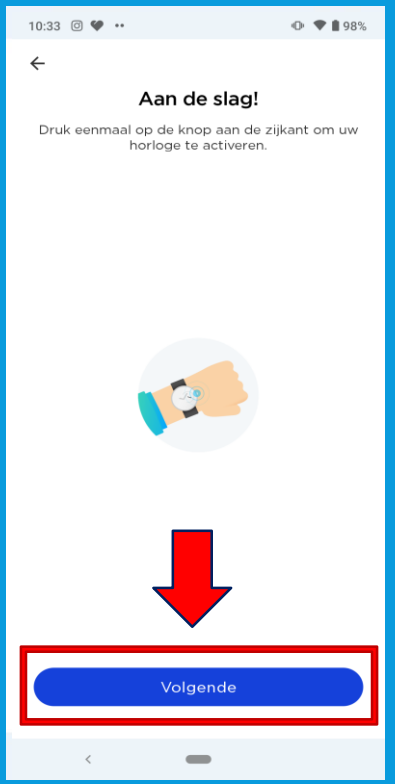


Tik aan **Move ECG**



Tik op **installeren**

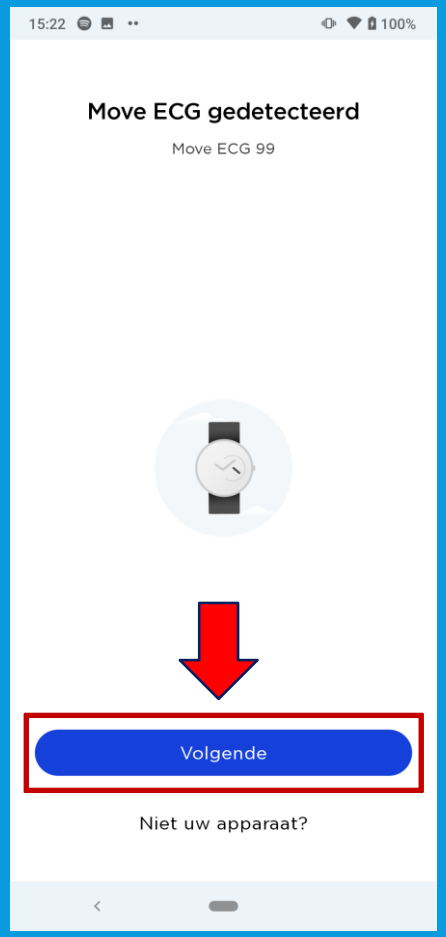
Houd de knop aan de zijkant van uw horloge ingedrukt totdat deze trilt (soms meerdere keren nodig) en tik dan op **volgende**



MOVE ECG HORLOGE INSTALLATIE

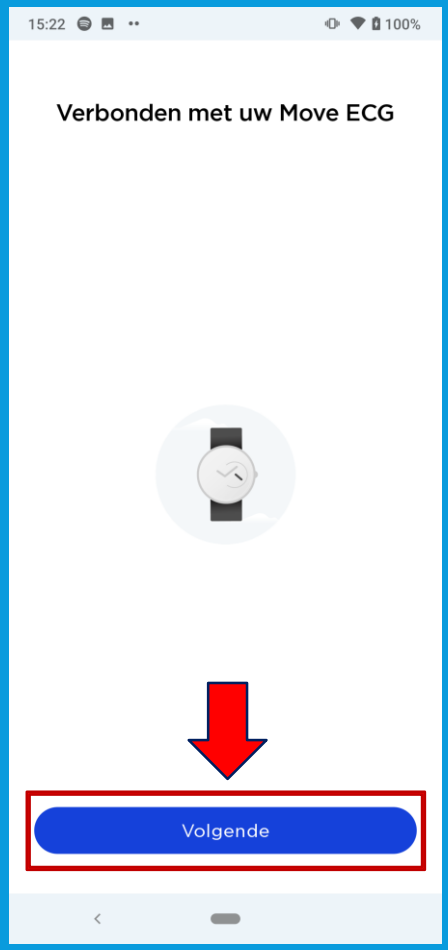
Uw telefoon/tablet zoekt naar uw Move ECG

Tik op **volgende**



Tik op **Pair**

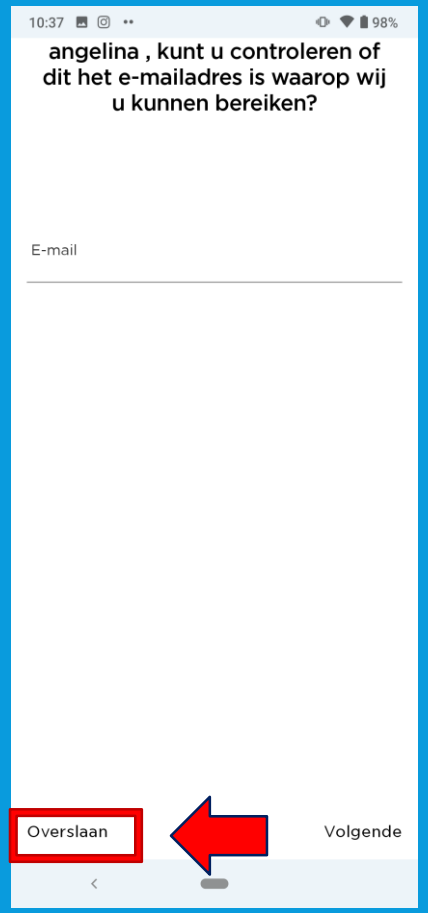
Tik op **volgende**



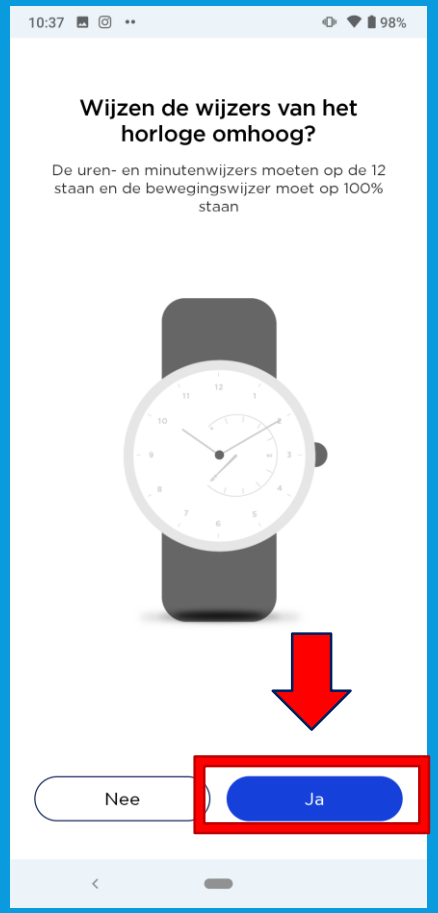
Tik op het rondje

MOVE ECG HORLOGE INSTALLATIE

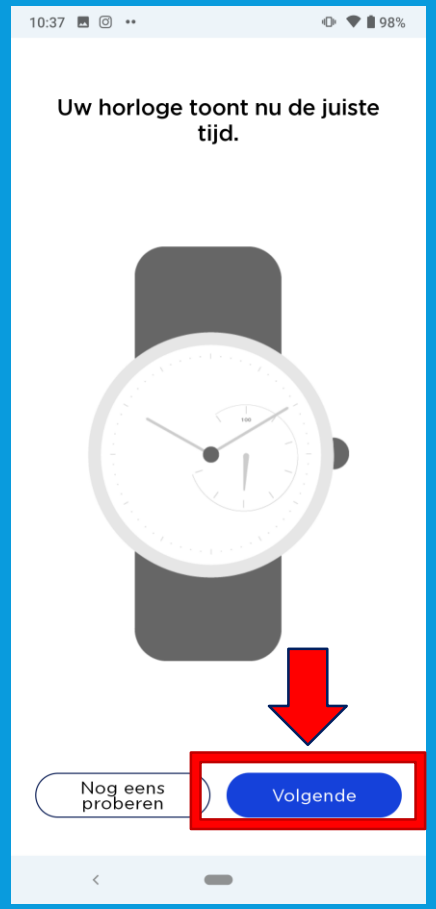
Tik op **overslaan**



Tik op **Ja**



Tik op **volgende**

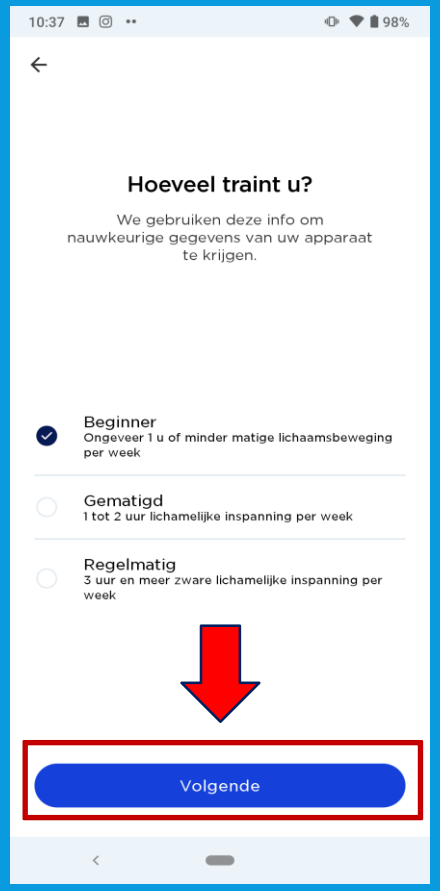


Tik op **volgende**

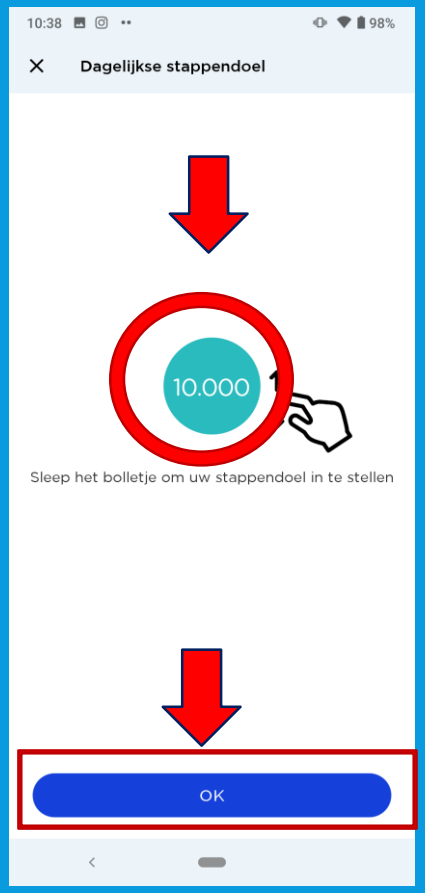
Tik op **volgende**

MOVE ECG HORLOGE INSTALLATIE

Tik op **volgende**



Sleep het rondje naar boven of beneden voor het aantal stappen per dag, vervolgens **OK**



Tik op **volgende**

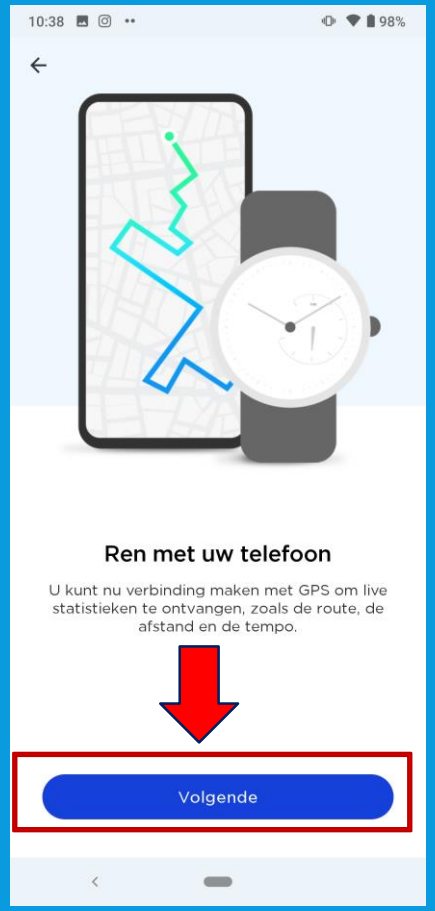
Tik op **volgende**

Tik op **volgende**

MOVE ECG HORLOGE INSTALLATIE

Tik op **volgende**

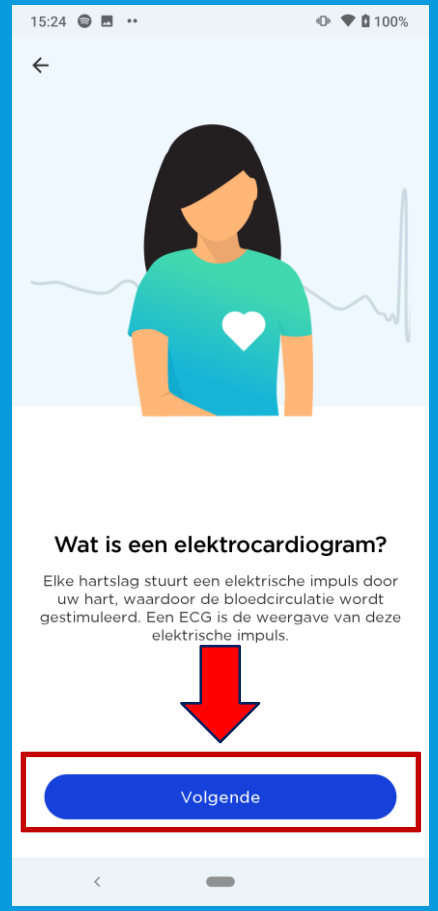
Tik op **volgende**



Tik op **Niet nu**

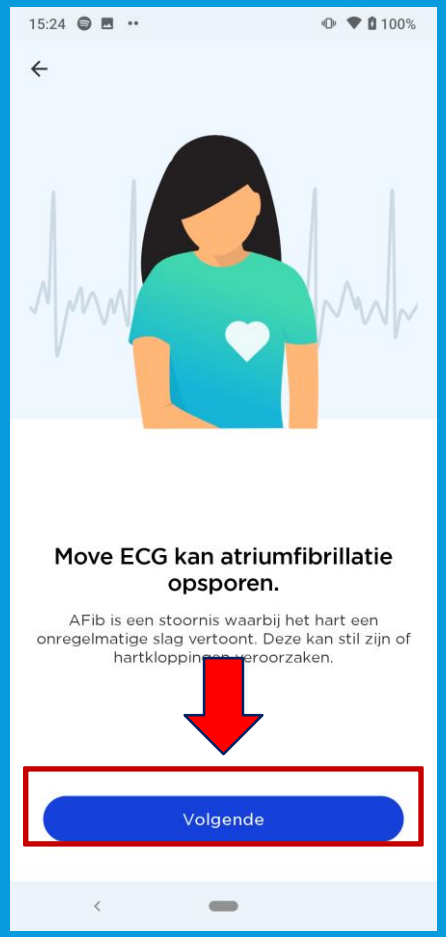
Tik op **volgende**

Tik op **volgende**

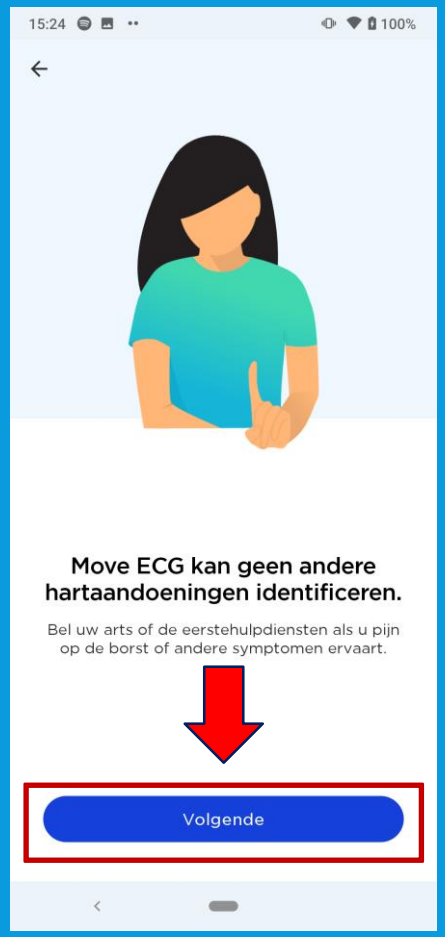


MOVE ECG HORLOGE INSTALLATIE

Tik op **volgende**



Tik op **volgende**



Kies **links** of **rechts** waar u het horloge gaat dragen.
Let op! Verander niet van pols als u een ECG maakt.

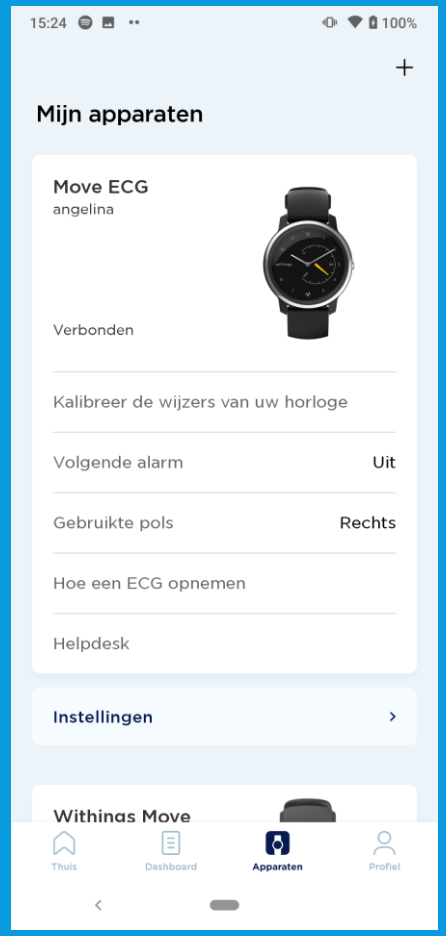
Tik het **kruisje** links boven in aan.

Tik op **Begrepen**

MOVE ECG HORLOGE INSTALLATIE

Tik op **OK**

De Move ECG is geïnstalleerd en staat in de lijst van apparatuur.



- De Move ECG is spatwater dicht en er kan mee gedoucht worden. Zwemmen wordt niet geadviseerd.
- Maak altijd een ECG met het horloge om de pols welke u aangegeven heeft bij installatie.
- Het Move horloge kan uw slaapregistratie bijhouden als u deze 's nachts omhoudt. Dit hoeft overigens niet, deze gegevens worden niet nagekeken.

THERMO APP INLOGGEN

U kunt nu inloggen op de thermo app

1. Pak uw **afgifte formulier** erbij die u van het ziekenhuis heeft gekregen, zie afbeelding 1.

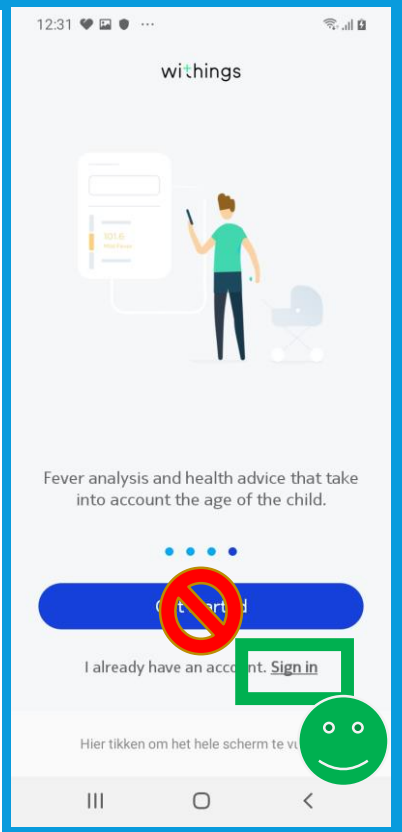
2. Open de thermo app en tik op **sign in,** zie afbeelding 2.

3. Zodra het scherm op afbeelding 3 opkomt, tik op "**inloggen met uw e-mail**".

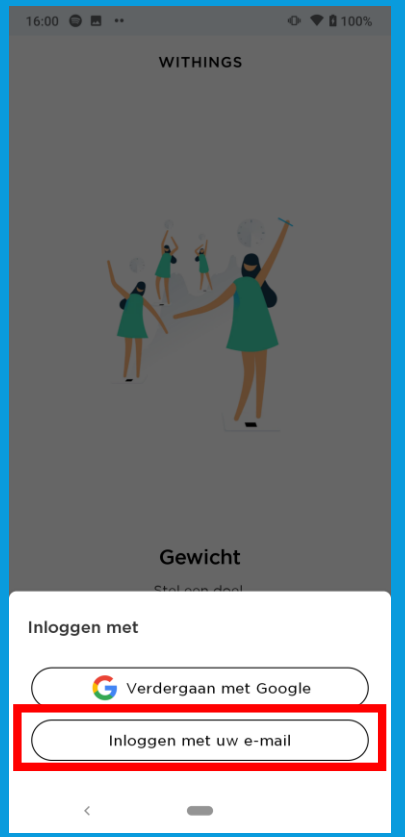
4. Vul het door ons gegeven e-mail adres (eindigt altijd met **hlc.nl**) en wachtwoord in zoals bij afbeelding 4. Deze inloggegevens zijn te vinden op het afgifteformulier in uw Box, zie afbeelding 1.

Let op maak niet zelf een account aan met uw eigen email!

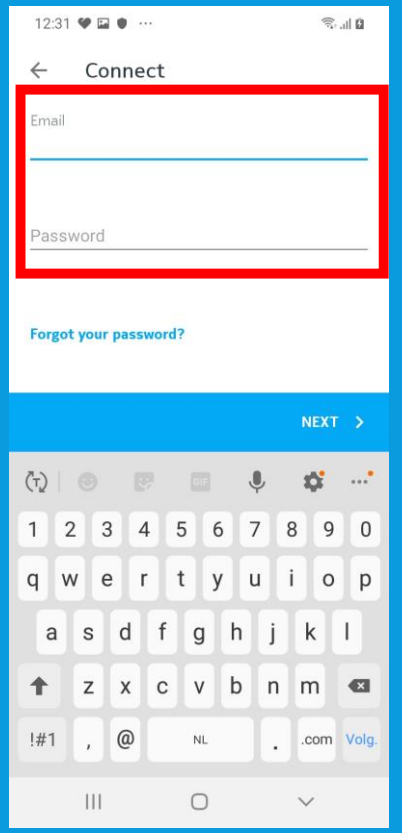
1



2



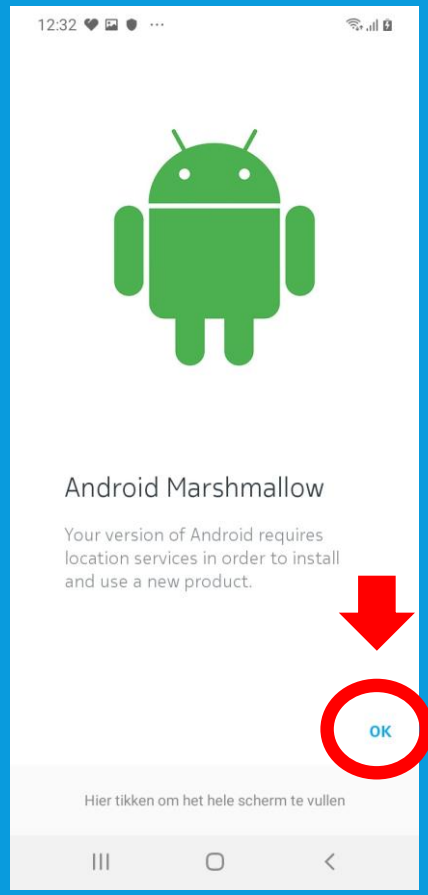
3



4

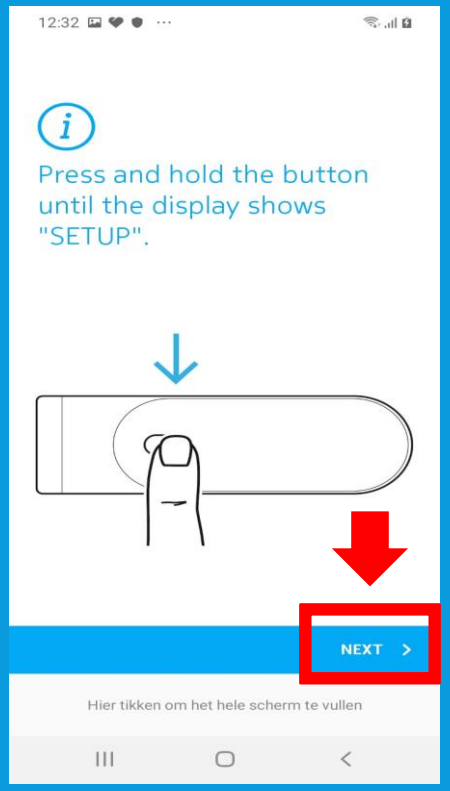
THERMOMETER INSTALLATIE

Voor Android gebruikers druk op **OK**



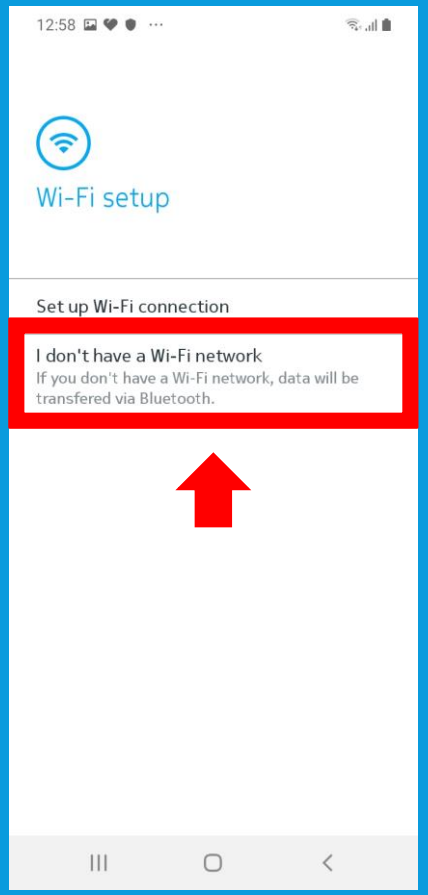
Druk op **Install**

Houd de knop van de thermometer ingedrukt tot u Setup ziet verschijnen en tik op **Next**



Tik op **Next**

Tik op **I don't have a Wi-Fi network.**

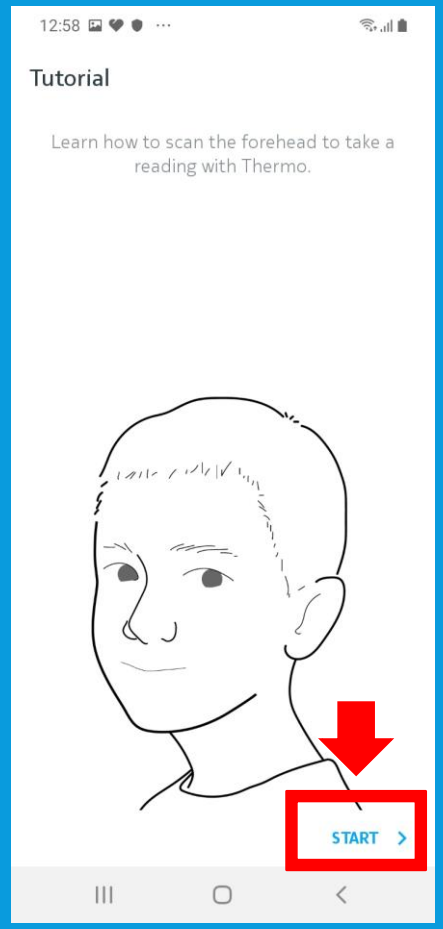


THERMOMETER INSTALLATIE

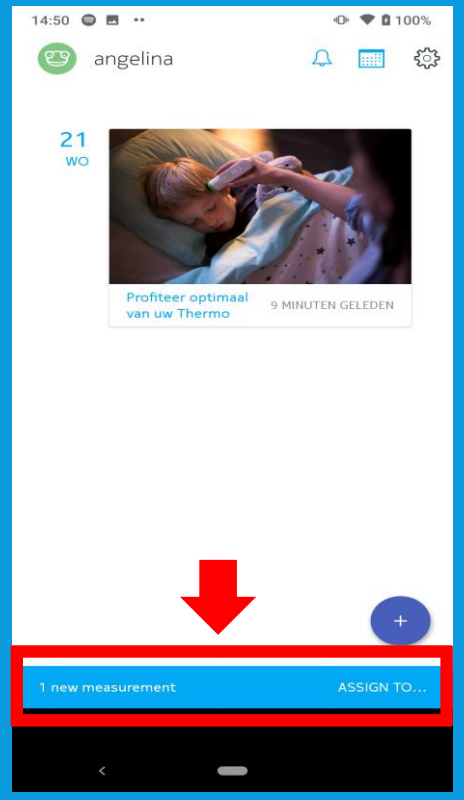
Uw telefoon/tablet zoekt naar uw thermometer

Tik op **Done**

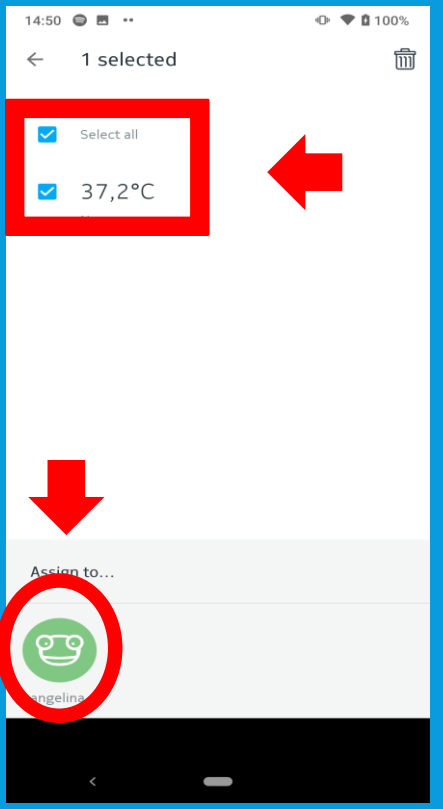
Doorloop de instructies, tik op **start**



Mocht u de app openen dan kan het zijn dat u de onderste blauwe balk ziet verschijnen. Tik deze aan.



Tik aan **Select all** en vervolgens tikt u op het rondje



THERMOMETER INFORMATIE

- De thermometer werkt op batterijen en geeft in de app aan wanneer deze bijna leeg is.
- De thermometer kunt u op uw Wi-Fi netwerk aansluiten voor meer bereik. Dit doet u als volgt: rechstbovenin het tandwieltje→ Tik uw thermo aan →Configure a Wi-fi network.
- Ook in de Health Mate app kunt u uw metingen van de thermometer terugvinden.

OVERIGE INFORMATIE

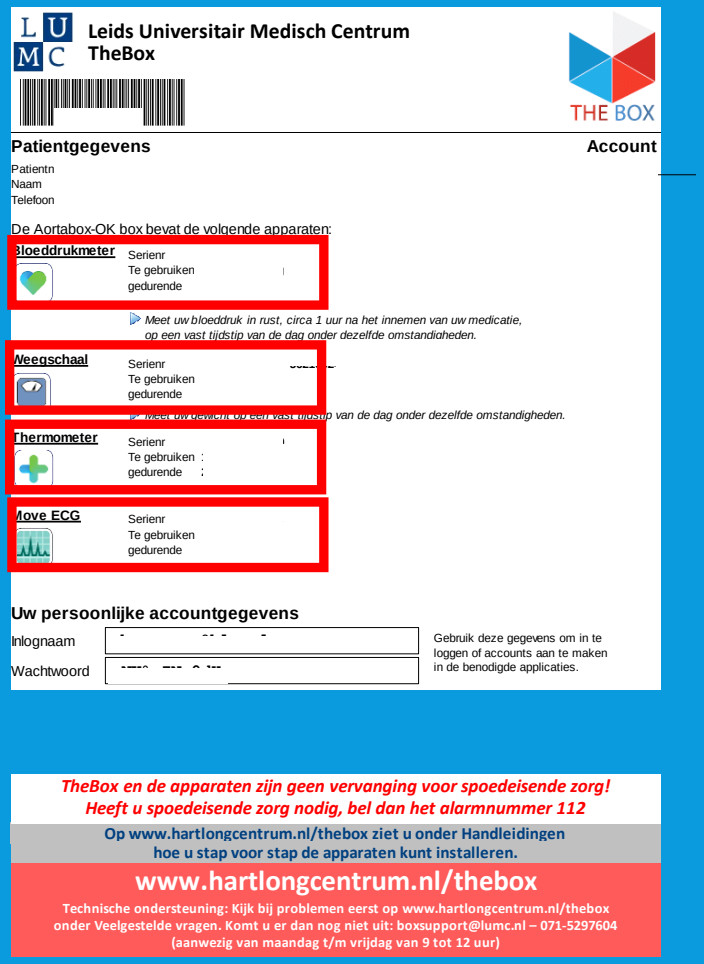
- De eerste weken kijken wij met u mee of metingen goed binnenkomen. U krijgt hierover een e-mail. Dit is alleen een bericht dat uw metingen binnenkomen en geen inhoudelijke e-mail over uw metingen.
- Heeft u thuis vragen over een apparaat of lijkt een apparaat niet te werken? Dan kunt u ons bereiken per telefoon of e-mail.

  Tel : 071-5297604 (9:00 – 12:00)
  E-mail: boxsupport@lumc.nl

WAT MAG U HOUDEN?

- The Box metingen doet u totdat u iets anders hoort van uw cardioloog of verpleegkundig specialist.
  De apparatuur mag u houden.

HOE VAAK EEN METING?



Leids Universitair Medisch Centrum
TheBox

THE BOX

Patientgegevens **Account**

Patientn
Naam
Telefoon

De Aortabox-OK box bevat de volgende apparaten:

Bloeddrukmeter
Serienr
Te gebruiken
gedurende

Meet uw bloeddruk in rust, circa 1 uur na het innemen van uw medicatie, op een vast tijdstip van de dag onder dezelfde omstandigheden.

Weegschaal
Serienr
Te gebruiken
gedurende

Meet uw gewicht op een vast tijdstip van de dag onder dezelfde omstandigheden.

Thermometer
Serienr
Te gebruiken
gedurende

Move ECG
Serienr
Te gebruiken
gedurende

Uw persoonlijke accountgegevens

Inlognaam
Wachtwoord

Gebruik deze gegevens om in te loggen of accounts aan te maken in de benodigde applicaties.

TheBox en de apparaten zijn geen vervanging voor spoedeisende zorg!
Heeft u spoedeisende zorg nodig, bel dan het alarmnummer 112

Op www.hartlongcentrum.nl/thebox ziet u onder Handleidingen hoe u stap voor stap de apparaten kunt installeren.

www.hartlongcentrum.nl/thebox

Technische ondersteuning: Kijk bij problemen eerst op www.hartlongcentrum.nl/thebox onder Veelgestelde vragen. Komt u er dan nog niet uit: boxsupport@lumc.nl – 071-5297604 (aanwezig van maandag t/m vrijdag van 9 tot 12 uur)

U heeft van het LUMC een fomulier meegekregen zoals hiernaast staat afgebeeld.

Op dat formulier staat per apparaat hoe vaak u een meting moet doen per week.

LET OP!

The Box is geen vervanging van spoedeisende zorg.

Uw metingen worden niet dagelijks nagekeken.

Voelt u zich niet goed, dan handelt u zoals u altijd doet.

U belt de huisarts, poli of 112, afhankelijk van hoe ernstig het is.

EINDE INSTALLATIE EN UITLEG THE BOX

Dank u wel voor uw aandacht en mocht u nog vragen hebben dan horen wij het graag.

- Tel : 071-5297604 (9:00 – 12:00)
  E-mail: boxsupport@lumc.nl

Vriendelijke groet,

E-Health assistentes Tineke , Jasperine en Angelina