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 een bloeddrukmeter metingen maken die naar het ziekenhuis worden verzonden.

U doet uw metingen net zolang als u afgesproken heeft met de arts/verpleegkundige.

WAT VINDT U IN UW BOX?

- In uw Box vindt u het volgende:

Apparaten:
-Bloeddrukmeter

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

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

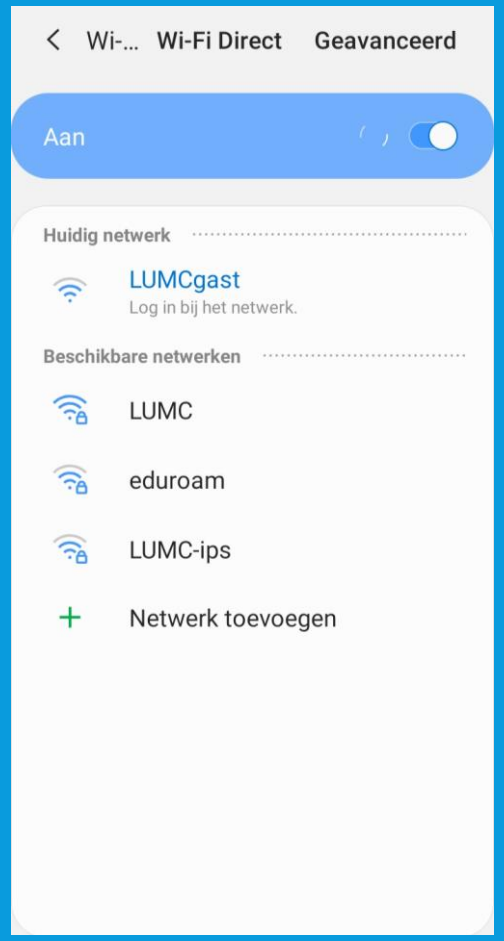
APP INSTALLATIE

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.

Bij iedere telefoon werkt het anders om de Wi-Fi aan te zetten. Kunt u het niet vinden vraag dan iemand in uw omgeving om hulp.



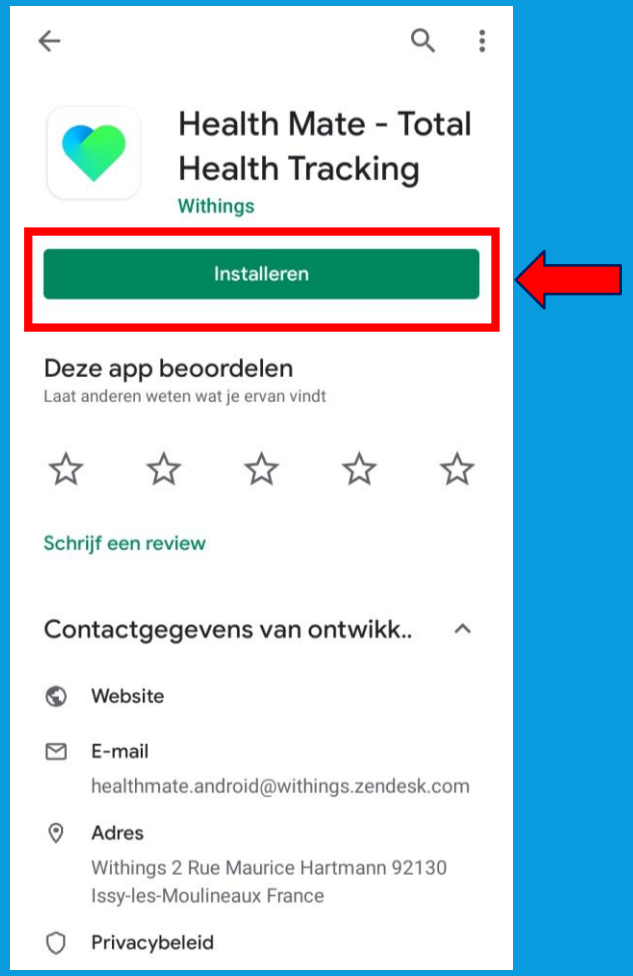
HEALTH MATE APP

Nu kunt u de **Health Mate 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.



1

HEALTH MATE INLOGGEN

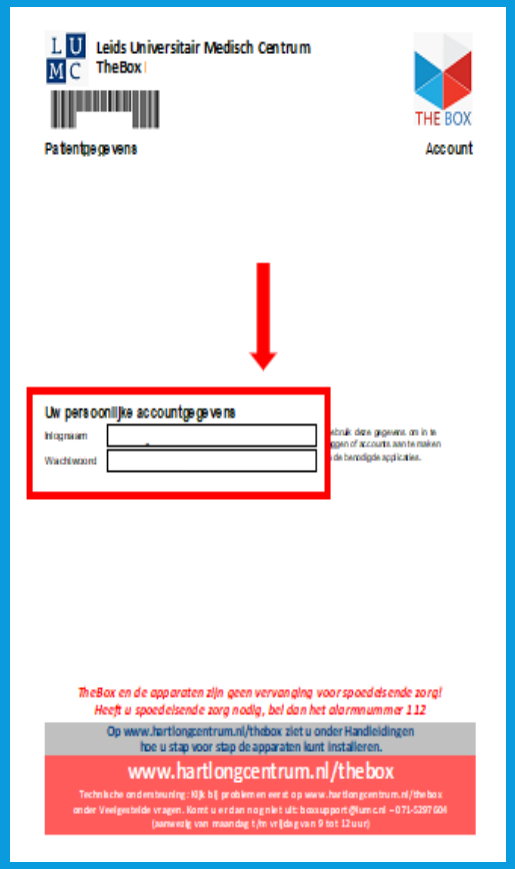
U kunt nu inloggen op de Health Mate app

Selecteer **Doorgaan**

Voer het e-mail adres in dat u van het ziekenhuis heeft gekregen, dit eindigt op **hlc.nl (zie afbeelding 1)** Selecteer dan **Doorgaan**

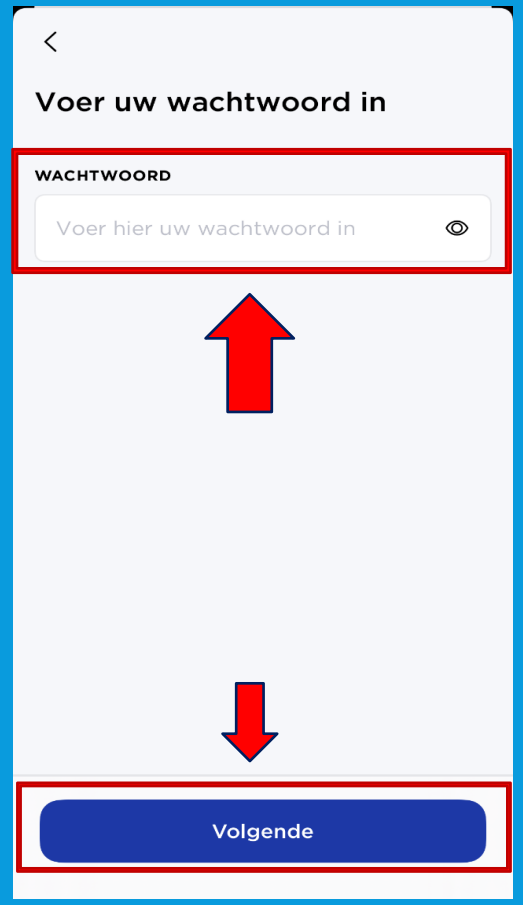
Selecteer het kleine zinnetje "Hulp nodig? **Zie opties"**

Afbeelding 1



HEALTH MATE INLOGGEN

Selecteer **Inloggen met wachtwoord**



Voer het wachtwoord in dat u van het ziekenhuis heeft gekregen, dit staat vermeld op uw afgifteformulier; zie afbeelding 1. Selecteer vervolgens **Volgende**

Afbeelding 1

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.

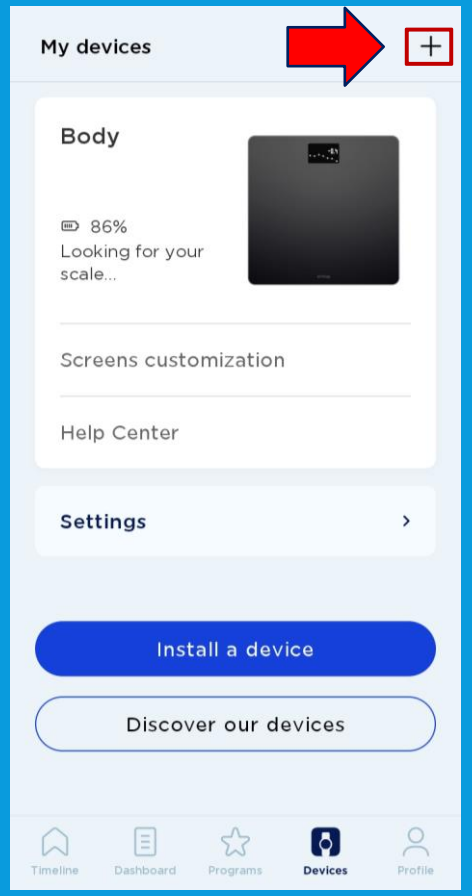
2.Dan selecteert u **installeer een apparaat**, zie afbeelding 2.

1

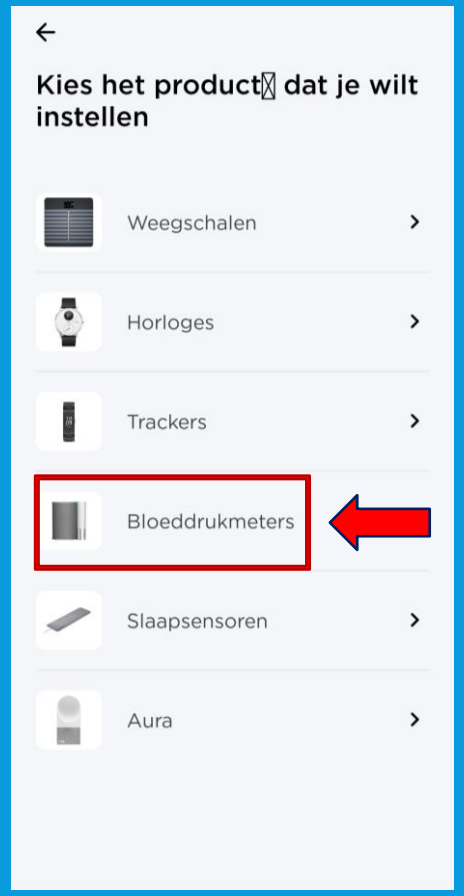
2

BLOEDDRUKMETER INSTALLEREN

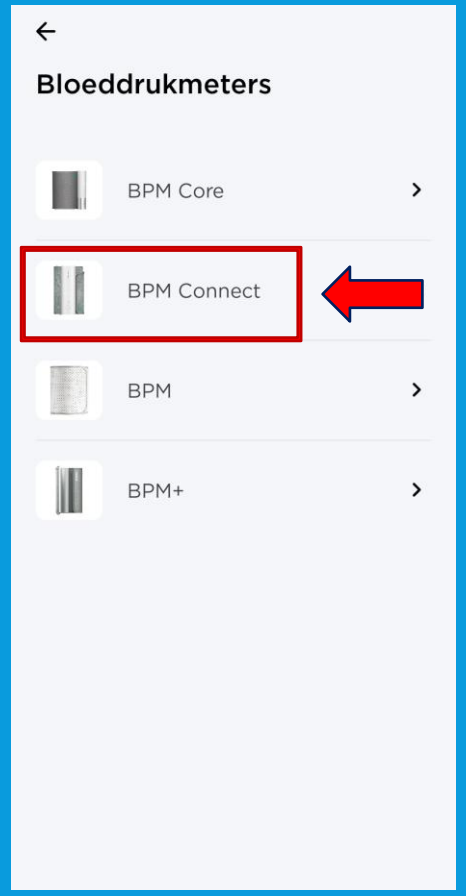
Ga naar **apparaten** en selecteer rechts bovenin de **+**



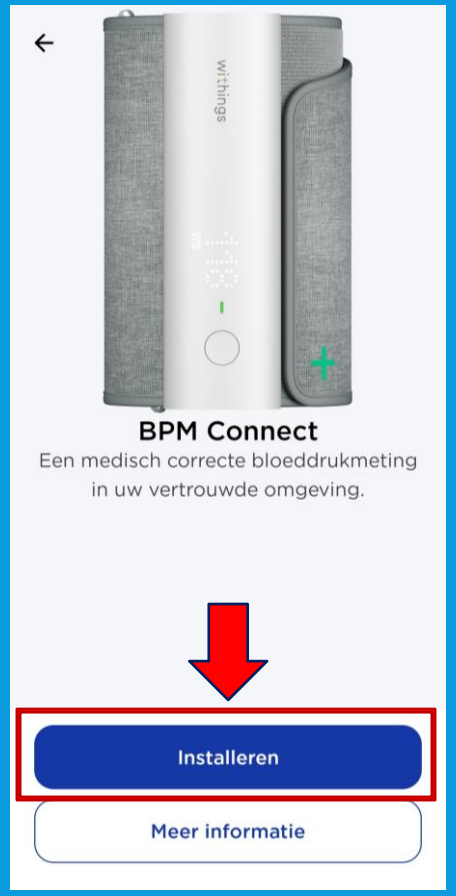
Selecteer **Bloeddrukmeters**



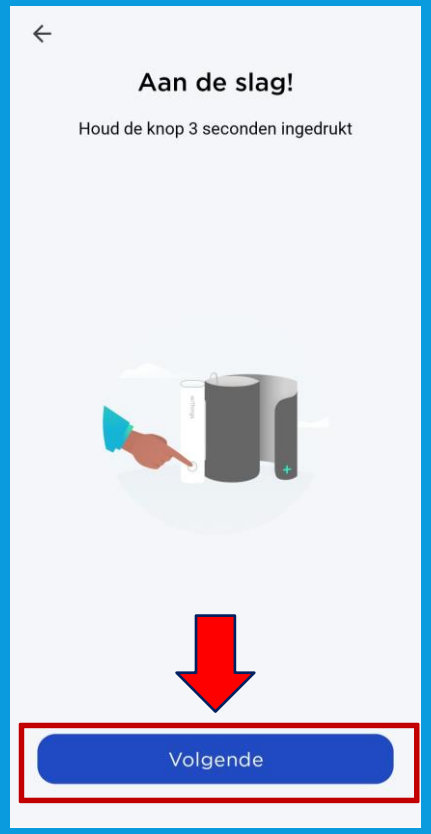
Selecteer **BPM connect**



Selecteer **installeren**

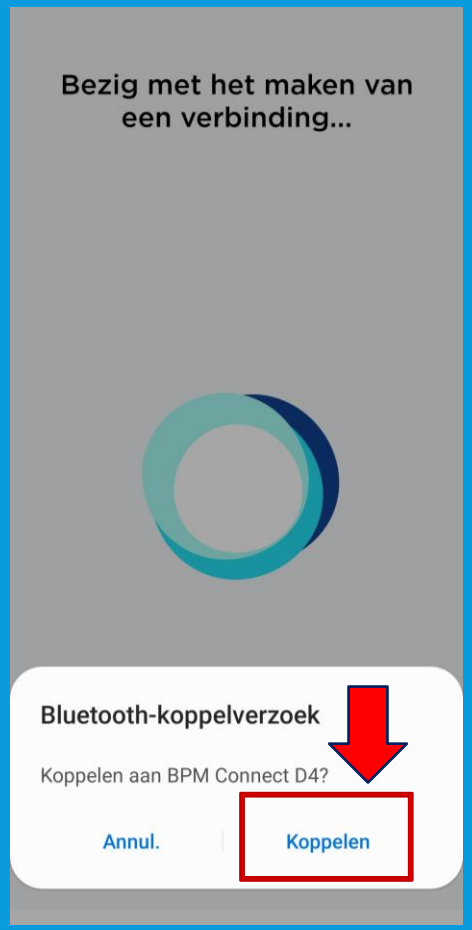


Houd de knop op de BPM ingedrukt tot er **Setup** verschijnt en selecteer in de app **Volgende**



BLOEDDRUKMETER INSTALLATIE

Vaak wordt verzocht uw koppelverzoek te **Koppelen**



Selecteer **volgende**

Selecteer geen **Wi-Fi,** bij koppeling via **bluetooth**

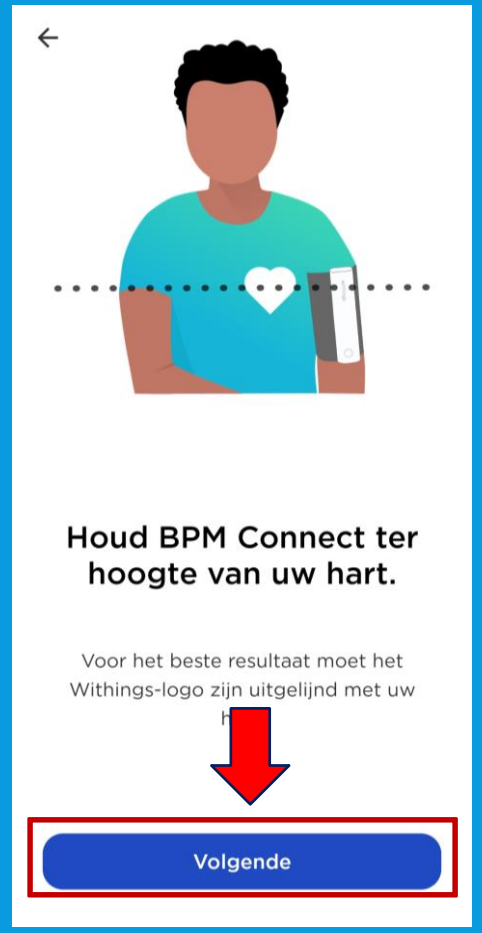
Selecteer op **OK**

Selecteer **volgende**

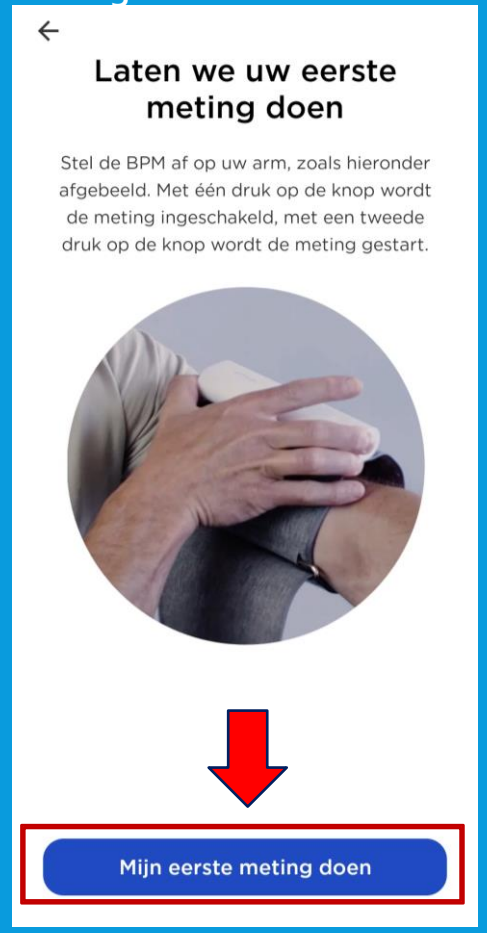
BLOEDDRUKMETER INSTALLATIE

Selecteer **volgende**

Selecteer **volgende**

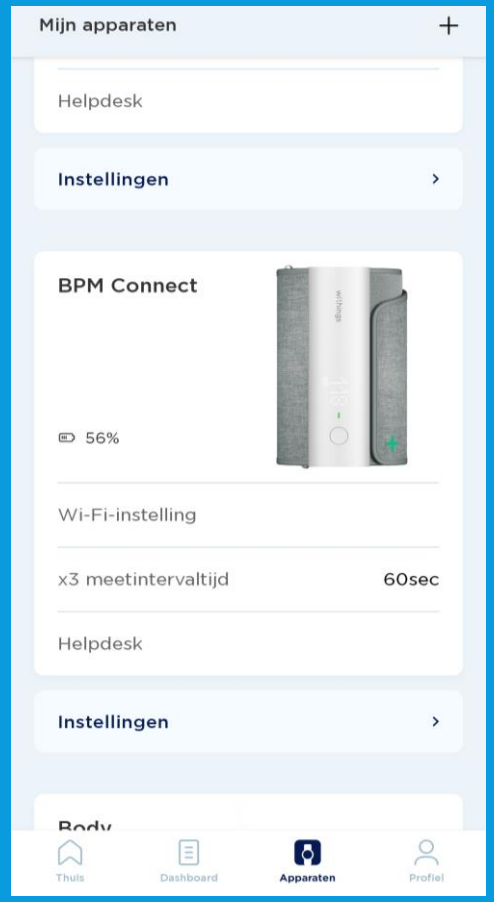


Selecteer **Mijn eerste meting doen**



Selecteer **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.

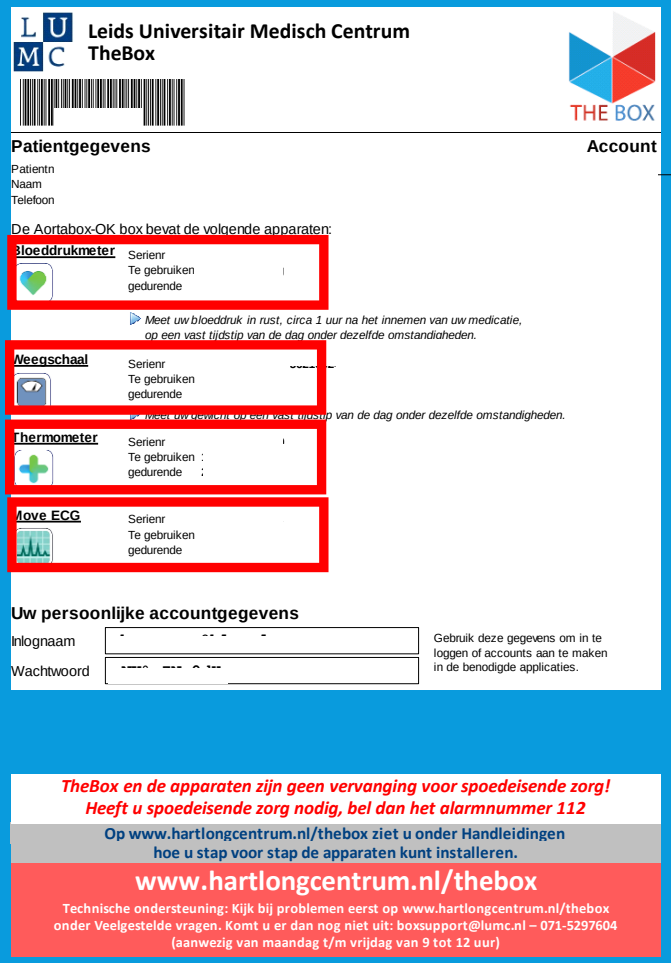
Bloeddrukmeting maken

Om een betrouwbare meting te krijgen, is het belangrijk dat u ontspannen bent. Vermijd activiteit, eten, drinken, roken of een bad 30 minuten voor de meting.
Meet circa twee uur na de inname van uw medicatie, zo kan de zorgverlener zien wat de medicatie doet met uw bloeddruk.

1. Zorg ervoor dat u prettig zit en ontspannen bent:
• Beide benen op de grond
• Verwijder kleding die u bovenarm bedekt (mouwen niet oprollen)
• Blijf 5 minuten zo zitten voordat u start met meten
2. Wikkel de grijze manchet om uw linker bovenarm.
Het apparaat moet aan de binnenkant van uw arm zitten op uw ader, ter hoogte van uw elleboog.
3. Leg uw arm op de tafel zodat uw arm op dezelfde hoogte is als uw hart.
4. Druk op het knopje van de BPM, u ziet dan een plusje verschijnen. Vervolgens staat er BPM. Druk vervolgens kort nog 1 keer op de knop, de BPM start met het maken van een meting.
5. De meting wordt aangegeven op de BPM. Druk de knop nogmaals in en er verschijnt nu het woord Box. Druk nogmaals en er verschijnt dan een groen vinkje dat het gelukt is.
6. De meting is nu terug te zien in de LUMC Care app en wordt doorgestuurd naar uw elektronisch patiëntendossier.

Let op: Uw bloeddrukmetingen zijn het meest betrouwbaar wanneer u telkens dezelfde arm gebruikt voor de meting en tijdstip.

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