



HART LONG
CENTRUM LEIDEN

withings Sleep
Sleep Tracking Mat

withings Thermo
Smart Temporal
Thermometer

withings Move ECG
Activity Watch with ECG Monitor

withings
Wi-Fi Smart Blood Pressure
Monitor

Welkom bij de Installatie van de

Bloeddruk Box



THE BOX

THUISMETING VOOR HARTPATIENTEN

VOORDAT U BEGINT WAT BELANGRIJKE ZAKEN.

1. Lees eerst de gehele handleiding door voordat u zelf een app of apparatuur installeert.
2. Log in met de gegevens die u van het ziekenhuis krijgt. Dit is het e-mailadres wat eindigt op @hlc.nl. Gebruik **NOOIT** uw eigen e-mailadres.
3. U ontvangt eenmalig binnen **3 weken** na het installeren van uw box een bericht of uw metingen goed bij ons binnenkomen.
4. Heeft u zelf moeite met de installatie, vraag dan op voorhand hulp van iemand uit uw directe omgeving (familielid/ kennis).
5. Komen uw gegevens niet direct in de Withings app dan kan het helpen om de app af te sluiten op de achtergrond en opnieuw te openen of bij meten kijken in plaats van thuis.
6. Wat u ziet in de Withings app dat kan het ziekenhuis ook zien, mits u ingelogd staat met het account dat u van het LUMC gekregen hebt.



Wat voor apparatuur zit er in uw Box

De apparatuur die u van het ziekenhuis heeft gekregen krijgt u in bruikleen en gebruikt u gedurende het traject "The Box". Bewaar de originele verpakking van de apparatuur. De termijn hiervan bespreekt u met uw behandelend specialist.

Mocht u er geen gebruik meer van maken dan kunt u contact opnemen met de Box Support door te mailen naar boxsupport@lumc.nl.

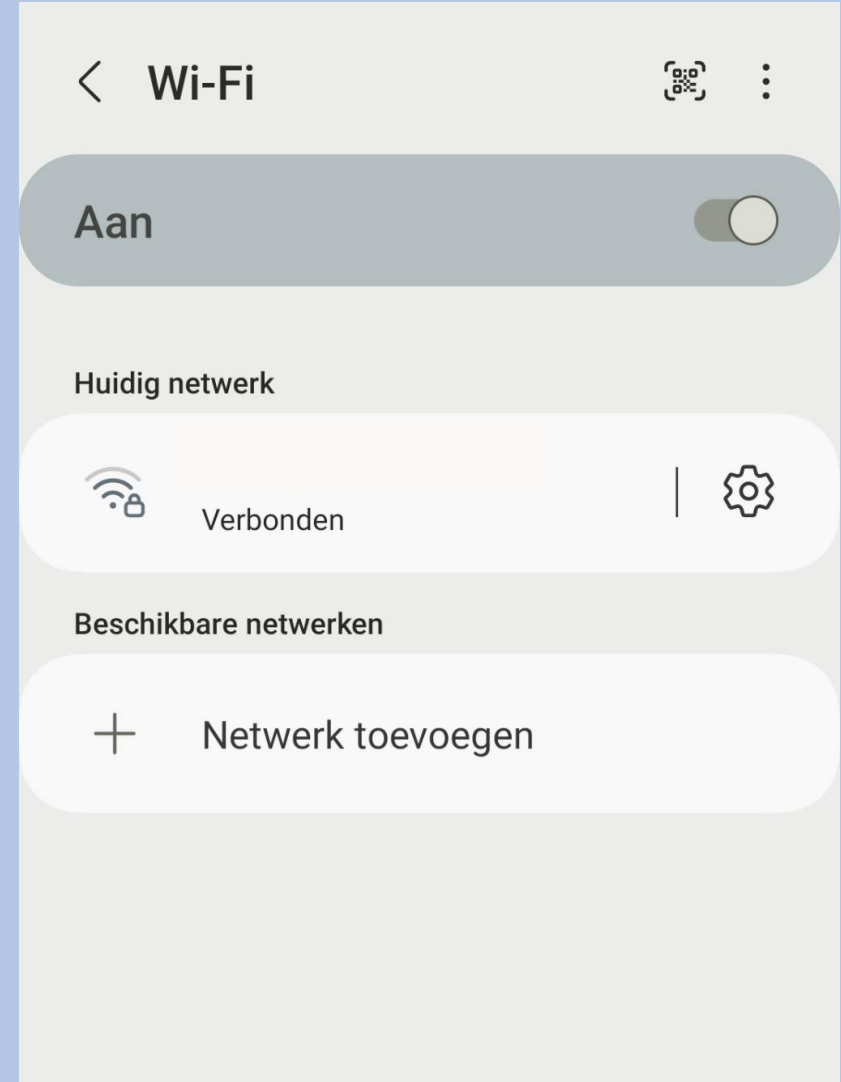
App installatie

U start met de installatie van de apps.

Zorg dat uw Wi-Fi of 4G/5G aan staat anders kunnen de apps niet gedownload worden.

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

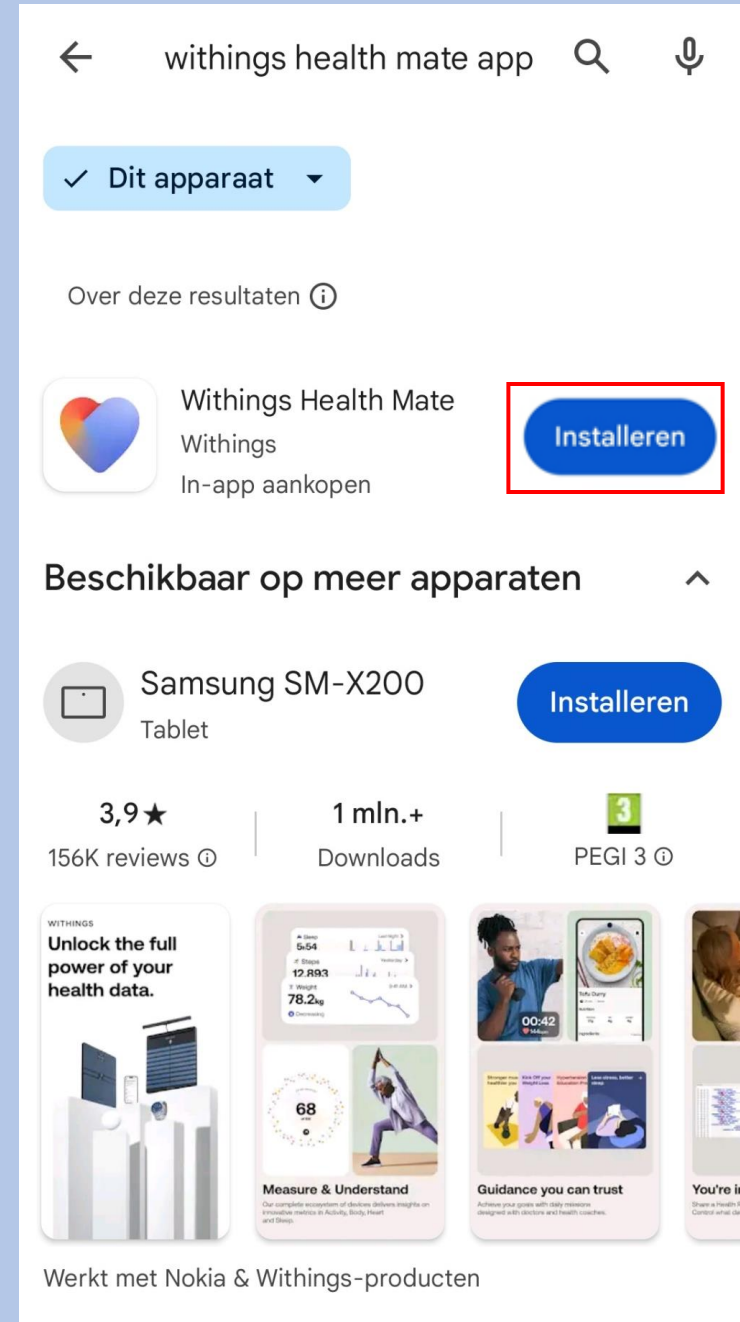
Bij iedere telefoon werkt het anders om de Wi-Fi aan te zetten. Kunt u het niet vinden, vraag dan iemand in uw omgeving om hulp.



Withings app installeren

Withings Health Mate app

1. U gaat naar de **Playstore**.
2. Selecteer in de zoekbalk **Withings Health Mate** in en selecteer installeren, zie afbeelding
3. De **Withings Health Mate app** wordt nu geïnstalleerd op uw telefoon/tablet.

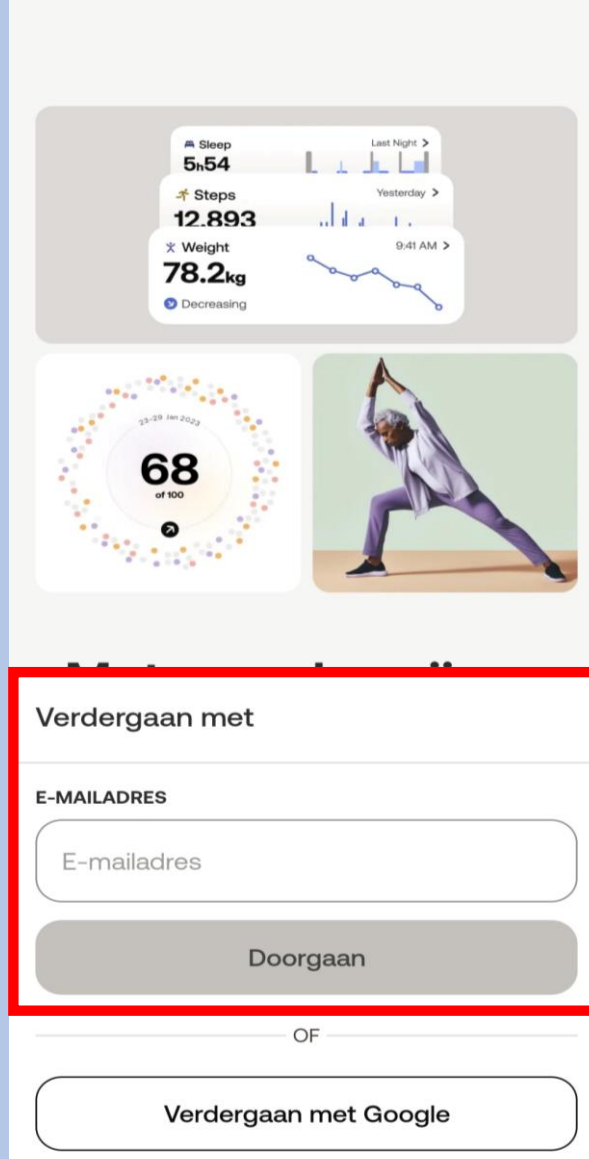


Withings inloggen

Selecteer **Doe mee met Withings app**



Voer het e-mail adres in dat u van het ziekenhuis heeft gekregen, dit eindigt op hlc.nl (zie afbeelding1) Selecteer **Doorgaan**



Selecteer het kleine zinnetje **Zie opties**



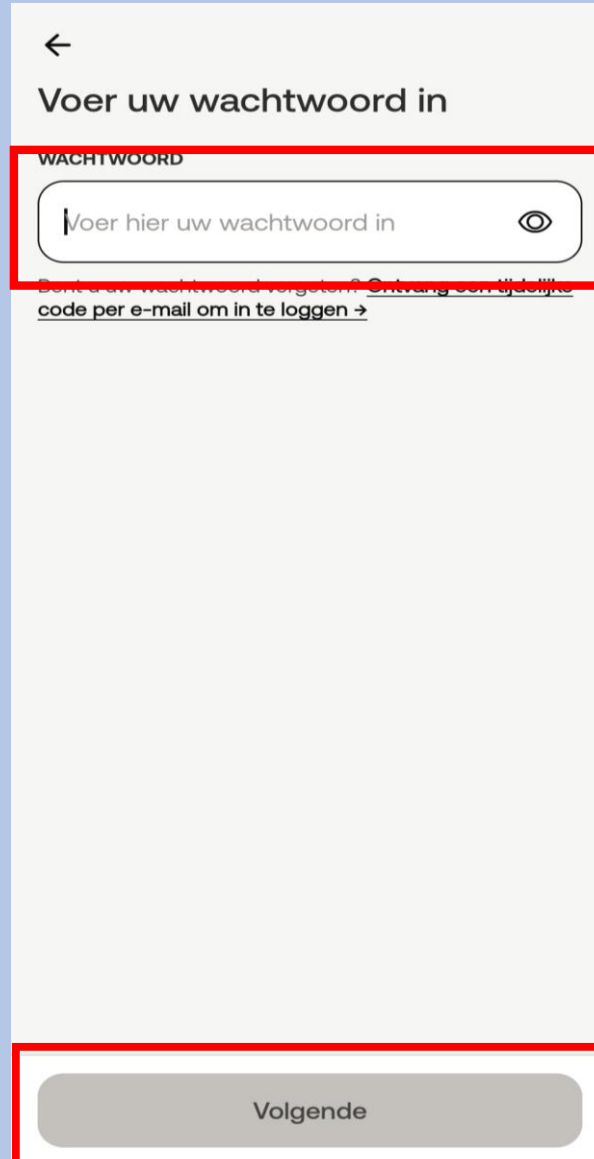
Afbeelding 1



Selecteer **Inloggen met wachtwoord** en **Volgende**




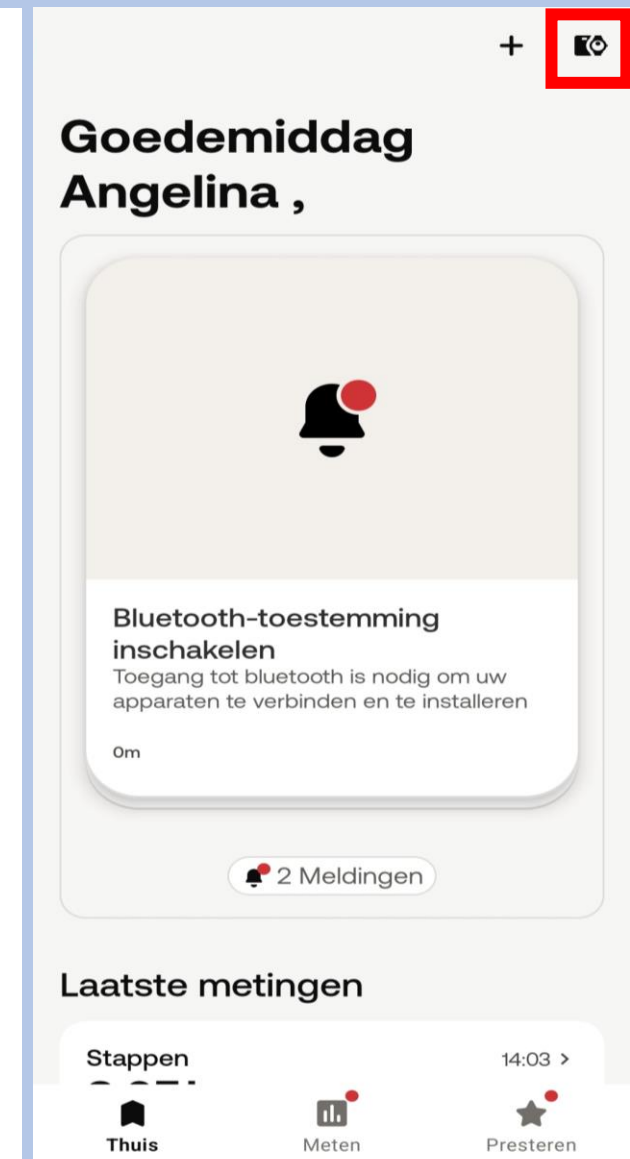
Voer het wachtwoord in dat u van het ziekenhuis heeft gekregen, dit staat vermeld op uw afgifteformulier; zie afbeelding 1.
Selecteer vervolgens **Volgende**




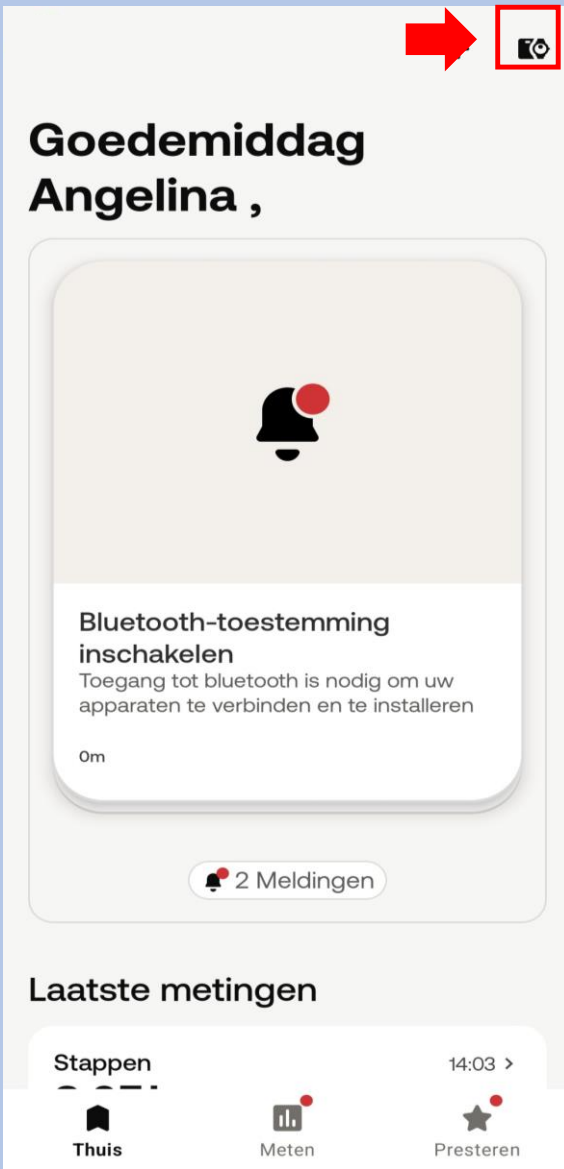
Afbeelding 1



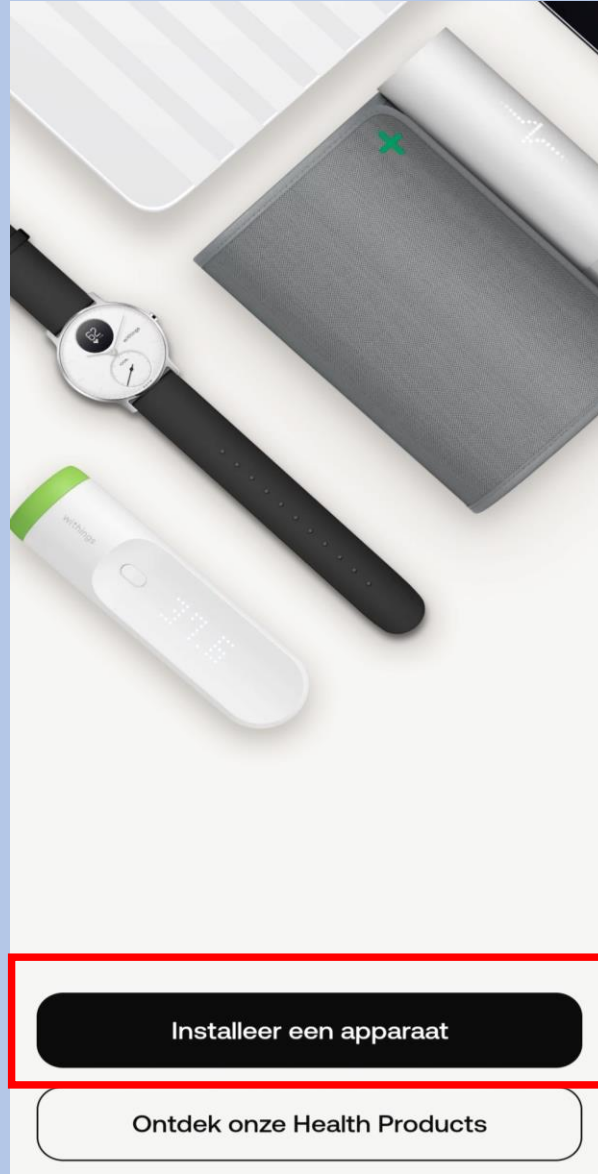
Selecteer  om een apparaat toe te voegen aan de app



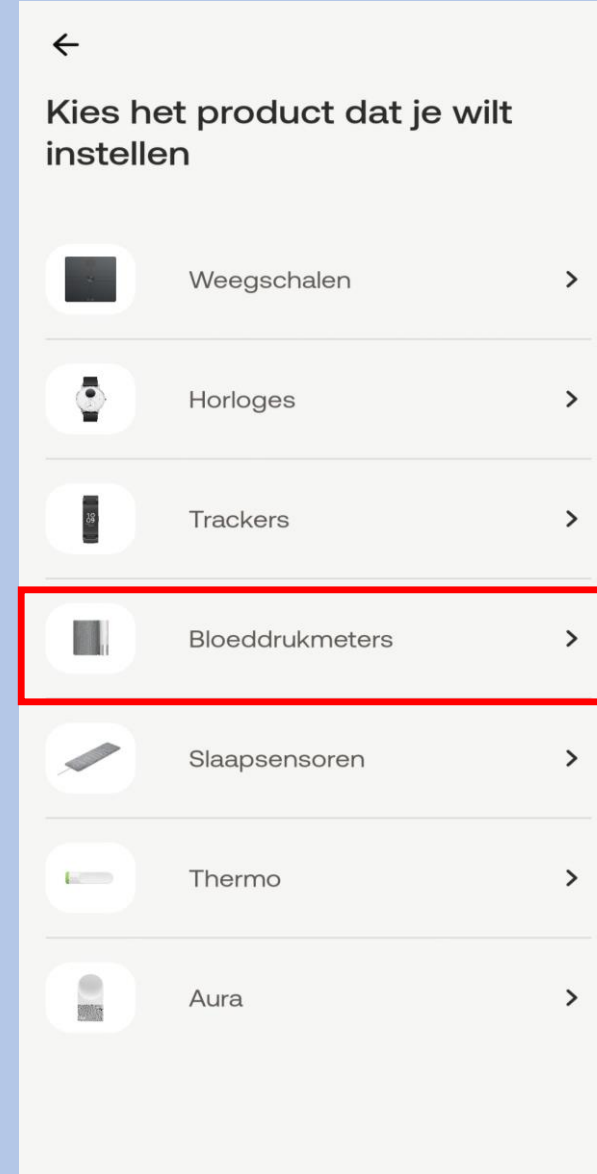
Selecteer rechts bovenin 
Om een apparaat te koppelen



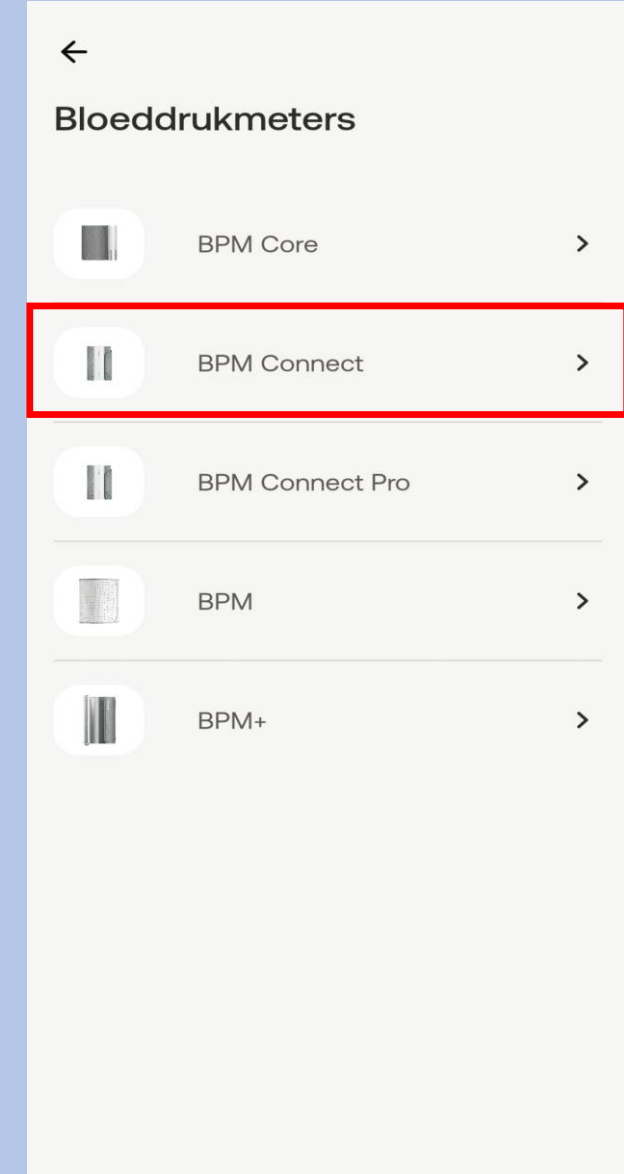
Selecteer **Installeer een apparaat**



Selecteer **Bloeddrukmeter**



Selecteer **BPM Connect**



Selecteer **Installeren**



BPM Connect

Een medisch correcte bloeddrukmeting in uw vertrouwde omgeving.

Installeren

Meer informatie

Selecteer **Toestaan**



'Apparaat in de buurt'-toestemmingen

Voor Withings App moeten de 'Apparaat in de buurt'-toestemmingen ingeschakeld zijn om Withings-producten in de buurt via Bluetooth te ontdekken en er verbinding mee te maken.

Toestaan

Meer informatie

Selecteer **Toestaan**



'Apparaat in de buurt'-toestemmingen

Voor Withings App moeten de 'Apparaat in de buurt'-toestemmingen ingeschakeld zijn om Withings-producten in de buurt via Bluetooth te ontdekken en er



Toestaan dat **Withings** apparaten in de buurt vindt, er verbinding mee maakt en de relatieve positie bepaalt?

Toestaan

Niet toestaan

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



Aan de slag!

Houd de knop 3 seconden ingedrukt



Volgende

Er kan een pop up verschijnen.
Let op dit gebeurd niet bij alle apparaten

Selecteer **Volgende**

Selecteer Ik heb geen Wi-Fi of kies voor uw eigen WiFi network en over uw wachtwoord in, dit is uw eigen keus.

Selecteer **OK**

Bezig met het maken van een verbinding...

Als er geen pop-up verschijnt, controleer dan uw meldingencentrum



Bluetooth-koppelverzoek

Koppelen aan BPM Connect D4?

Annul.

Koppelen

BPM Connect gedetecteerd

BPM Connect D4



Volgende

Wi-Fi-instelling

Instellen van een Wi-Fi-verbinding

Ik heb geen Wi-Fi-netwerk
Indien u geen Wi-Fi netwerk hebt, worden gegevens via Bluetooth verstuurd.

Uw BPM Connect is er klaar voor!

We gaan u nu helpen om uw eerste bloeddrukmeting uit te voeren.



OK

Selecteer **Volgende**



Ga er, voordat u begint, even goed voor zitten en ontspan.

Ga 5 minuten rustig zitten. Houd uw rug recht, uw voeten naast elkaar op de grond (sla uw benen dus niet over elkaar) en praat niet.

Volgende

Selecteer **Volgende**

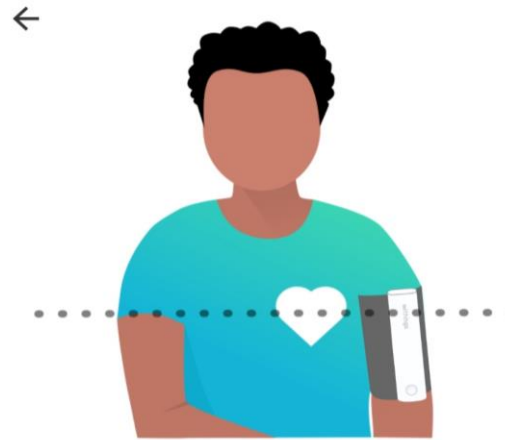


Stroop uw mouw op en doe het apparaat om uw LINKERARM.

De manchet moet direct op de huid worden geplaatst met de cilinder aan de binnenkant van uw arm. Houd de knop aan de onderkant.

Volgende

Selecteer **Volgende**



Houd BPM Connect ter hoogte van uw hart.

Voor het beste resultaat moet het Withings-logo zijn uitgelijnd met uw hart.

Volgende

Selecteer **Mijn eerste meting doen**



Laten we uw eerste meting doen

Stel de BPM af op uw arm, zoals hieronder afgebeeld. Met één druk op de knop wordt de meting ingeschakeld, met een tweede druk op de knop wordt de meting gestart.



Mijn eerste meting doen

Selecteer **OK**

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




Dat is alles! De volgende keer hebt u uw telefoon hier niet meer bij nodig.

Hopelijk was alles duidelijk en hebt u het proces zonder problemen kunnen doorlopen. U kunt deze uitleg overigens altijd opnieuw raadplegen in het onderdeel Apparaten van de Health Mate-app.

OK

BPM Connect



32%

Wi-Fi-instelling

x3 meetintervaltijd **60sec**

Helpdesk

Instellingen >

Informatie over de bloeddrukmeter

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. Gooi uw doosje niet weg!

De bloeddrukmeter heeft twee functies:
1 x meten of 3 x meten.
1 x meten is voldoende.



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 wat langer de knop in en er verschijnt dan een 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.

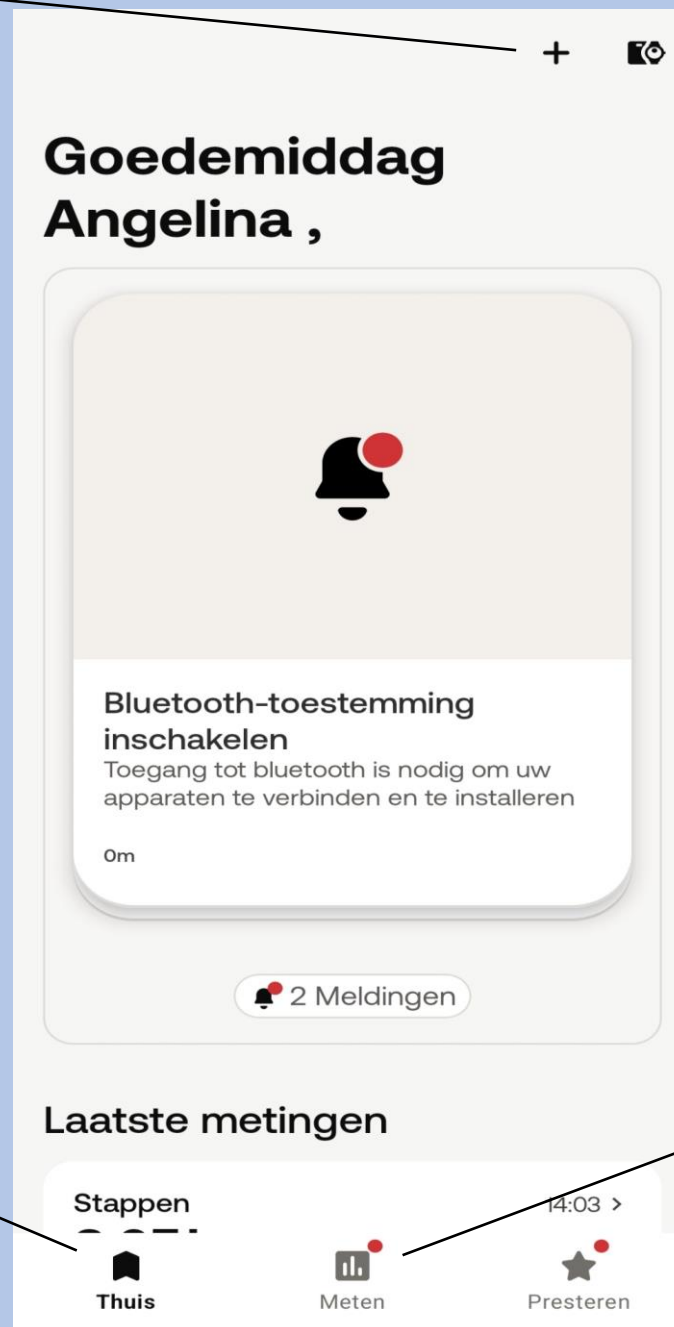
Let op: Uw bloeddrukmetingen zijn het meest betrouwbaar wanneer u telkens dezelfde arm gebruikt voor de meting en tijdstip.



App lay-out

Handmatig
invoeren metingen

Lijst van
apparaten



Meest recente
metingen

Alle gemaakte
metingen

Patientgegevens

Patientnr
Naam
Telefoon

Account

Bloeddrukmeter



Serienr **0024E495B340**
Te gebruiken **1 keer per dag**
gedurende **2 weken**

Uw streefwaarden:

	Bovendruk / Onderdruk
Ondergrens	90 / 60 mm Hg
Streefwaarde	120 / 80 mm Hg
Bovengrens	145 / 90 mm Hg

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

Uw persoonlijke accountgegevens

Inlognaam
Wachtwoord

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

Scan de QR-Code om de website te openen van TheBox thuismeetapparatuur. Daar kunt u alle informatie vinden omtrent The Box zoals installatie, instructiefilmje en meest gestelde vragen.



VOOR TECHNISCHE SUPPORT KUNT U CONTACT MET ONS OPNEMEN

- ☐ Telefonisch tussen 9:00 en 12:00 op  97604 (maandag tot en met vrijdag)
- ☐ Per e-mail: boxsupport@lumc.nl

Hoe vaak een meting?

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. Heeft u hier vragen over bespreek dit dan met uw behandelend specialist op uw eerst volgende afspraak.

Let op! Per persoon verschilt het welke apparatuur u heeft en welke meetfrequentie van kracht is.

Let op!

“The BOX” is een extra dienst binnen uw zorgtraject van het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC). De thuismeetapparatuur is bedoeld om uzelf te monitoren.

Deze apparatuur is geen vervanging voor medisch advies of de diagnose van een arts. Als patiënt blijft u zelf verantwoordelijk voor het vragen van extra hulp wanneer dat nodig lijkt.

Heeft u spoedeisende klachten, bel dan 112.

Heeft u gezondheidsklachten die niet tot het volgende contactmoment kunnen wachten en maakt u zich zorgen, dan kunt u tijdens kantooruren contact opnemen met de hartpoli via hartpoli@lumc.nl of 071-5263714.

Buiten kantooruren adviseren wij u contact op te nemen met uw huisarts of de huisartsenpost.

Heeft u een vraag over de thuismeetapparatuur en het koppelen van de apparaten, neem dan contact op met het team van The Box. Let op dit is alleen voor technische vragen. De afdeling boxsupport kan niet helpen bij medische vragen. Email: boxsupport@lumc.nl. Vermeld altijd uw naam en geboortedatum in uw email.

Telefonisch bereikbaar: maandag tot en met vrijdag tussen 9:00 tot en met 12:00 uur op 071-5297604.

Op de website www.hartlongcentrum.nl/thebox staat alle informatie omtrent The Box. Hier vindt u bijvoorbeeld het stappenplan voor het installeren van uw box.



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,
Team Box Support

