

## Thuismonitoring huidinfecties

Door een huidinfectie krijgt u antibiotica via het infuus. Voorheen had u hiervoor in het ziekenhuis moeten blijven, maar nu kunt u met de juiste zorg thuis verder herstellen. Na ontslag uit het ziekenhuis houden we uw gezondheid via thuismonitoring in de gaten. Dit betekent dat u via de app van Luscii gegevens over uw gezondheid aan ons doorgeeft.

Via de app beantwoordt u vragen en voert u de meetgegevens in. De gegevens die u aan ons doorgeeft controleren wij regelmatig.

### Hoe installeert u de app?

1. U ontvangt een mail van Luscii op het opgegeven mailadres. U kunt de app dan installeren.
2. Als u de mail niet direct ziet, check dan uw spam of ongewenst inbox.
3. U downloadt de app op uw telefoon via de App- of Play Store als Luscii vitals of Luscii, Thuismeten zorg op afstand.
4. Om de registratie te voltooien, ontvangt u per mail een controlecode. Vul deze code binnen 15 minuten in, anders verloopt de code en moet u zich opnieuw registreren.
5. Als u technische vragen heeft over de app, kunt u terecht bij Luscii Support: support@luscii.com en/of T 085 13 05 851.

### Metingen en vragenlijst

Onder het kopje "vandaag" staan vragen klaar die u dagelijks invult. Het is hierbij belangrijk dat u zich aan onderstaand schema houdt:

- 1 uur na het ontbijt beantwoordt u de vragen die klaarstaan onder de ochtendmeting. (ongeveer om 9:00).
- Direct na de lunch beantwoordt u de vragen die klaarstaan onder de middagmeting. (ongeveer om 13:00).
- Bij toename van klachten, zoals roodheid of zieker voelen, meet u altijd nog een keer extra en registreert u deze meting onder zelfzorg.
- In het ziekenhuis worden al uw ingevoerde gegevens regelmatig gecontroleerd.

**Let op! Uw gegevens worden NIET DIRECT gecontroleerd door het ziekenhuis. U moet daarom ALTIJD uw metingen beoordelen met uw persoonlijk behandelplan. Uw persoonlijk behandelplan vindt u hieronder onder het kopje 'Persoonlijk behandelplan'.**

### Hoe meet u de Bloeddruk?

Tijdens de thuismonitoring kunt u een bloeddrukmeter van het ziekenhuis lenen. Deze levert u na ontslag weer in bij het ziekenhuis.

Bloeddruk is de druk in uw bloedvaten. Als uw hart samentrekt, gaat uw bloed uw lichaam in. De druk in uw

bloedvaten is dan op z'n hoogst. Dat heet de bovendruk. Als uw hart daarna weer ontspant, ontstaat er een lagere druk. Dat heet de onderdruk. Uw bloeddruk verandert steeds. Als u hard rent, is de bloeddruk hoger dan wanneer u rustig zit.

## Instructie bloeddruk meten

Uw bloeddruk en hartslag meet u met de bloeddrukmeter die u heeft meegekregen bij uw ontslag uit het ziekenhuis. Volg onderstaande stappen voor een goede meting.

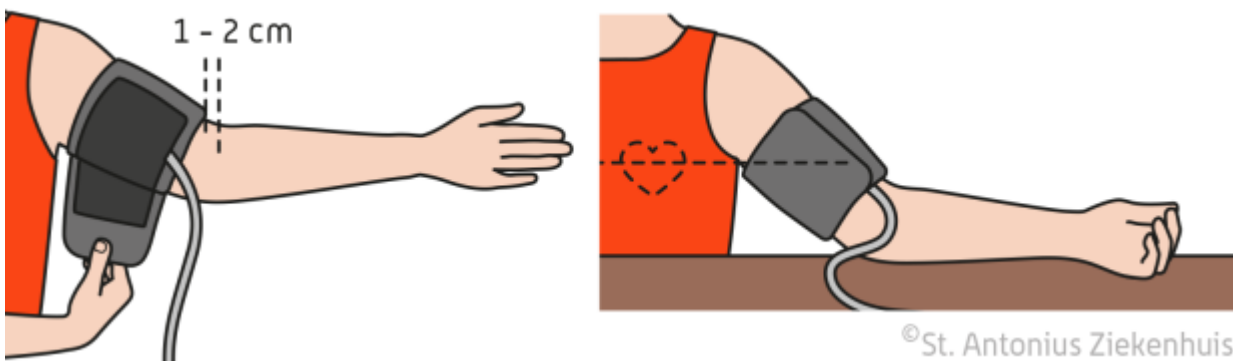
**Stap 1. Ontspan voor de meting** Het is belangrijk dat u een half uur voor de meting:

- Niet rookt
- Geen koffie drinkt
- Zich niet enorm inspant

Ga voor het meten minimaal 5 minuten rustig zitten.

### Stap 2. Bloeddrukband plaatsen

- Meet aan de arm die u het minst gebruikt: als u met rechts schrijft, dan meet u aan de linkerarm.
- Ontbloot uw bovenarm: stroop de mouwen van dunnere kleding op, een vest of trui kunt u beter uittrekken.
- Zorg dat er nog wat ruimte zit tussen de band en uw arm, uw duim moet er nog tussen passen.
- Het snoertje zit aan de binnenkant van uw elleboog en wijst naar beneden.
- De bloeddrukband moet ter hoogte van het hart zitten, dit is ongeveer 2 centimeter boven de elleboog.



### Stap 3. Juiste houding

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

### Stap 4. De bloeddruk meten

- Druk op de startknop: de meting start automatisch en stopt vanzelf.
- Praat niet tijdens de meting.
- Neem 1 minuut rust.
- Is de meting niet gelukt? Meet dan opnieuw.

**Stap 5. De bloeddruk en hartslag zijn gemeten.** Voer de waarden in op de Luscii app. Is er een bluetooth koppeling tussen de app en de bloeddruk meter? Dan importeert u de meting. Zie ook volgende punt

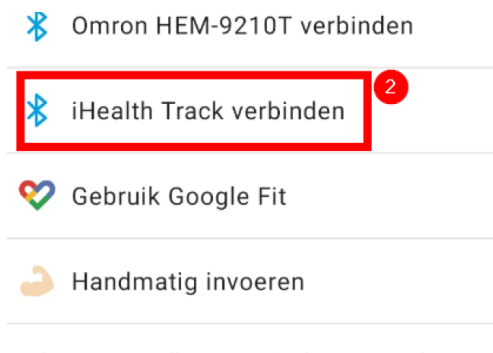
## Koppelen van bloeddrukmeter met de Luscii app

De Bloeddrukmeter die u vanuit het ziekenhuis meekrijgt is te koppelen met de app. Dit kunt u op de volgende manier doen, tijdens het invoeren van de metingen.

**1. Selecteer in de bloeddruk&hartslag meting het opties symbool. (zie screenshot hieronder)**



**2. Kies voor IHealth Track verbinden**



**3. Volg de aanwijzingen op het scherm**

Mocht dit niet lukken dan kunt u altijd de metingen handmatig invoeren.

## Hoe meet u uw temperatuur?

Uw temperatuur meet u met een thermometer. Er zijn verschillende thermometers verkrijgbaar via de apotheek of drogist. Voor een goede meting moet u een thermometer voor het oor of de anus gebruiken. Lees de gebruiksaanwijzing van uw thermometer goed door voordat u uw temperatuur gaat meten.

## Hoe maakt u een foto?

Maak een foto van de huidinfectie met uw eigen telefoon. Hierdoor kunnen wij de huidinfectie in de gaten houden. U kunt deze van te voren maken en deze kiezen tijdens het invullen van de app. Maar u kunt ook tijdens het invullen van de app een foto maken. Zorg ervoor dat de foto scherp is.

Het is belangrijk dat we eventuele wonden en de roodheid goed kunnen zien. Evt kan u ook iemand anders vragen om de foto te maken. Mocht u een tweede foto willen maken, dan kunt u deze insturen via het kopje "Zelfzorg".

## Persoonlijk behandelplan

Heeft u een van de onderstaande metingen:

- Uw temperatuur is hoger dan 40 graden
- Uw systolische bloeddruk (de hoogste waarde van de bloeddruk) is lager dan 90 mmHg
- Uw diastolische bloeddruk (de laagste waarde van de bloeddruk) is lager dan 60 mmHg
- Uw hartslag is hoger dan 140 slagen per minuut

Doe dan het volgende:

- Ga 10 minuten rustig zitten en voer de metingen opnieuw uit, voeg ook een foto van de huidinfectie toe.
- Zijn de metingen ongeveer hetzelfde: Bel direct (zie 'Wie kunt u bellen?')

## Wat doen als u meer klachten krijgt?

Bij toename van klachten, zoals toename van de roodheid of plotseling zieker voelen, doet u het volgende:

- Meet uw bloeddruk, hartslag, temperatuur en maak een foto, registreer dit in de app. Een extra meting kunt u toevoegen via het kopje "Zelfzorg"
- Volg uw behandelplan om te zien wat u moet doen.
- Zijn uw klachten zeer hevig en kunnen deze niet wachten tot morgen, bel direct (zie 'Wie kunt u bellen?').

## Hoe lang gaat de thuismonitoring door?

De Thuismonitoring gaat in principe door tot 2 dagen na de laatste toediening van de antibiotica via het infuus. U heeft dan waarschijnlijk nog wel antibiotica via tabletten nodig, maar verdere monitoring via het ziekenhuis is dan niet meer noodzakelijk.

Als u een bloeddrukmeter geleend heeft van het ziekenhuis dan maken we bij ontslag uit de thuismonitoring een afspraak met u over hoe deze terug komt in het ziekenhuis.

## Wie kunt u bellen?

- **Geen spoedeisende vraag:** u stuurt een bericht in de Luscii app en wordt u uiterlijk de volgende dag teruggebeld. Het is ook mogelijk om telefonisch contact op te nemen met team Thuismonitoing. Dit team is dagelijks tussen 09.00 - 12.00 uur en 12.30 - 17.00 uur bereikbaar op 088 320 43 60.
- **Bij spoedeisende vragen of afwijkende metingen (zie uw persoonlijk behandelplan):** o Tussen 09.00 uur en 17.00 uur belt u naar het thuismonitoring team op telefoonnummer 088 320 43 60. o Buiten deze tijden belt u dienstdoende arts assistent interne geneeskunde via telefoonnummer: 088 320 30 00. o Bij vragen over het infuus of problemen met het infuus belt u de thuiszorgorganisatie. o Als u niemand aan de lijn krijgt en u heeft levensbedreigende klachten, dan belt u 112.
- **Technische problemen:** u belt tijdens kantooruren (09.00 - 17.00 uur) naar Luscii support: 085 130 58 51.

Let op:

- Als het geen spoedeisende vraag betreft stuurt u een bericht in de Luscii app en wordt u uiterlijk de volgende dag teruggebeld.

# Expertise en ervaring

## Expertise & Ervaring INT - ALG

De internisten van het St. Antonius behandelen klachten zoals (langdurige) koorts, gewichtsverlies, chronische vermoeidheid, hoge bloeddruk, aderverkalking, infecties en vele andere ziekteverschijnselen en aandoeningen.

Ook zijn de internisten gespecialiseerd in deelspecialismen, zoals:

- stofwisselingsstoornissen, afwijkingen in de hormoonhuishouding, schildklieraandoeningen en diabetes (endocrinologie);
- diabetes (diabetologie);
- kanker (oncologie);
- ouderengeneeskunde (geriatrie);
- ziekten van bloed, beenmerg en lymfeklieren, bloedarmoede (hematologie);
- nierziekten en nierfunctiestoornissen (nefrologie);
- vaatziekten en cholesterolproblemen (vasculaire geneeskunde).

## Meer informatie

Voor algemene adviezen over bijvoorbeeld koorts, kijkt u op de website van [Thuisarts.nl](http://www.thuisarts.nl) (<http://www.thuisarts.nl>).

## Gerelateerde informatie

### Specialismen

- Interne Geneeskunde (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/interne-geneeskunde>)

**Contact Interne Geneeskunde**

**T 088 320 47 00**