

Welkom bij de Installatie van de Move ECG



THE BOX
THUISMETING VOOR HARTPATIENTEN



Van het LUMC Hart Long Centrum heeft u een Move ECG gekregen.

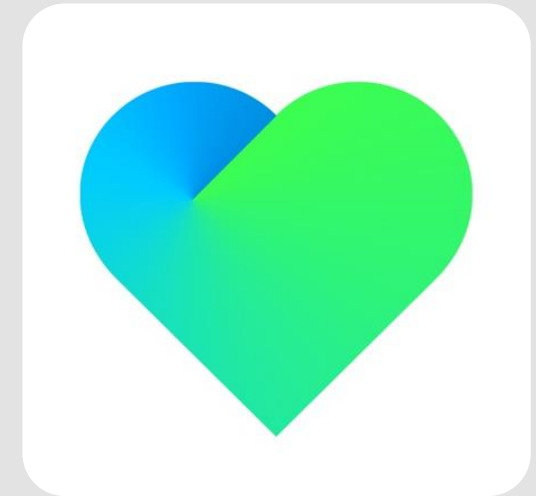
Met de Move ECG kunt u gemakkelijk een ECG maken van 30 seconden.

Tevens kunt u netjes uw stappen bijhouden die u dagelijks maakt.

In de volgende stappen ziet u hoe u het horloge kunt installeren.

Eerder heeft u al ingelogd in de Health Mate app die u nodig heeft om het horloge te installeren en te gebruiken.

Lees goed de volgende stappen door. Komt u er daarna niet uit met de installatie, neem dan contact op met Team Box Support



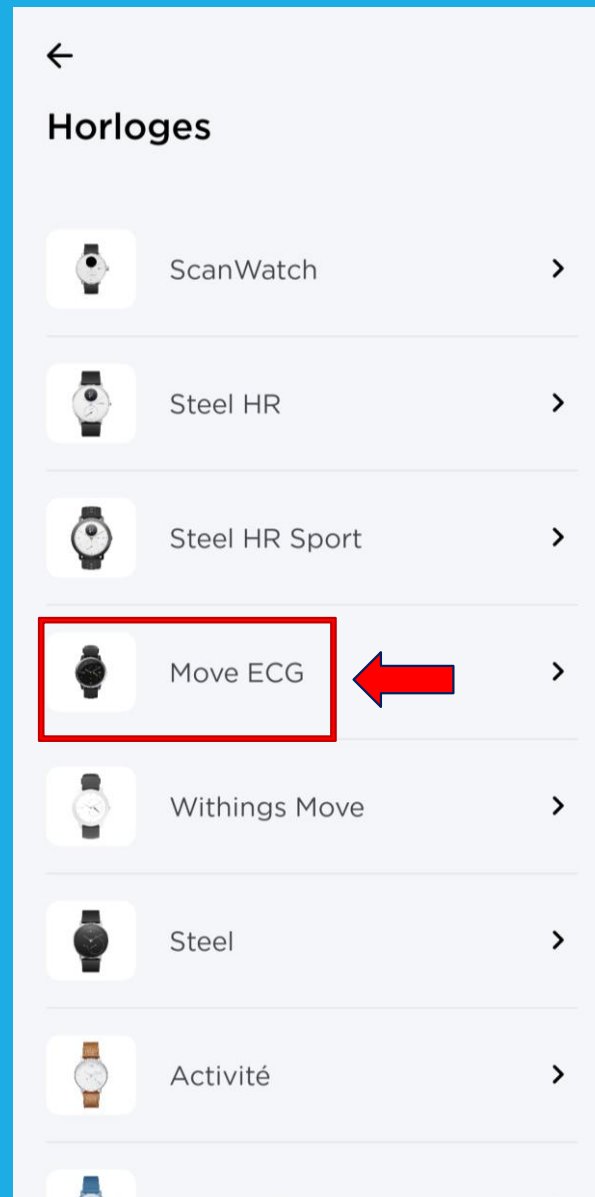
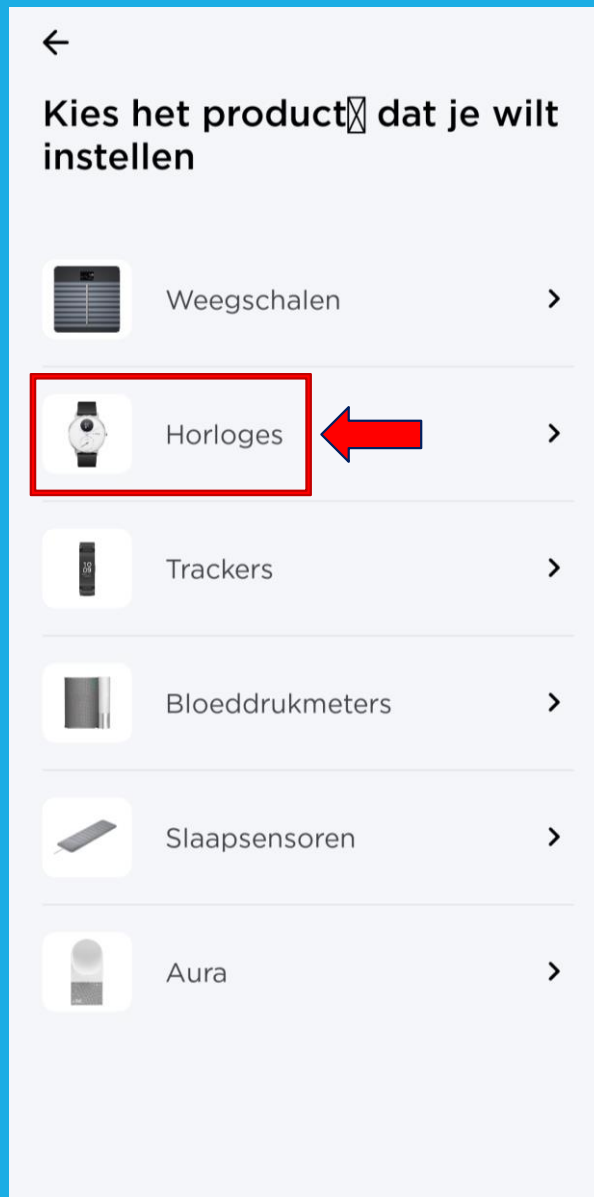
**Open nu de
Health Mate app
op uw telefoon of
tablet.**

Ga naar **apparaten** en selecteer **Installeer een apparaat**

Selecteer **Horloges**

Selecteer **Move ECG**

Selecteer **Installeren**



Houd de knop aan de zijkant van uw horloge ingedrukt totdat deze trilt (soms meerdere keren nodig) en selecteer **Volgende**

Selecteer **Volgende**

Selecteer **Pair**

Vaak wordt verzocht uw koppelverzoek te **Koppelen**



Aan de slag!

Druk eenmaal op de knop aan de zijkant om uw horloge te activeren.



Volgende

Move ECG gedetecteerd

Move ECG 44



Volgende

Niet uw apparaat?

Koppel uw Move ECG met uw telefoon



Pair

Koppel uw Move ECG met uw telefoon



Bluetooth-koppelverzoek

Koppelen aan Move ECG 44?



Annul.

Koppelen

Selecteer **Volgende**

Selecteer uw **Box**
gebruiksnaam

Selecteer **Overslaan**

Selecteer **Ja**

Verbonden met uw Move
ECG



Volgende

Wie zal dit apparaat
gebruiken?



Box account

Een andere gebruiker toevoegen...

Annuleren

angelina , kunt u controleren of
dit het e-mailadres is waarop wij
u kunnen bereiken?

E-mail

Overslaan



Volgende

Wijzen de wijzers van het
horloge omhoog?

De uren- en minutenwijzers moeten op de 12
staan en de bewegingswijzer moet op 100%
staan



Nee

Ja

Selecteer **Volgende**

Uw horloge toont nu de juiste tijd.



Nog eens proberen

Volgende

Selecteer **Volgende**

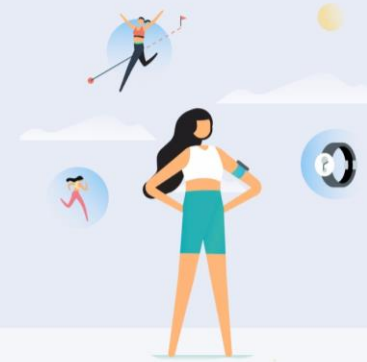
Uw Move ECG is er klaar voor!

Leer nu hoe u ons apparaat kunt gebruiken.



Volgende

Selecteer **Volgende**



Personalisering van uw **Move ECG**

- Activiteitsdoelen
- Training met GPS assist
- Elektrocardiogram



Volgende

Selecteer **Volgende**



Hoeveel traint u?

We gebruiken deze info om nauwkeurige gegevens van uw apparaat te krijgen.

- Beginner**
Ongeveer 1 u of minder matige lichaamsbeweging per week
- Gematigd**
1 tot 2 uur lichamelijke inspanning per week
- Regelmatig**
3 uur en meer zware lichamelijke inspanning per week



Volgende

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

Selecteer **Volgende**

Selecteer **Volgende**

Selecteer **Volgende**

X **Dagelijkse stappendoel**



Sleep het bolletje om uw stappendoel in te stellen



OK

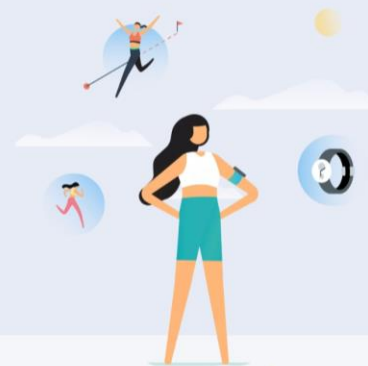


Bekijk uw voortgang op uw pols

De analoge subwijzerplaat op uw horloge volgt automatisch de voortgang van uw dagelijkse activiteit.



Volgende

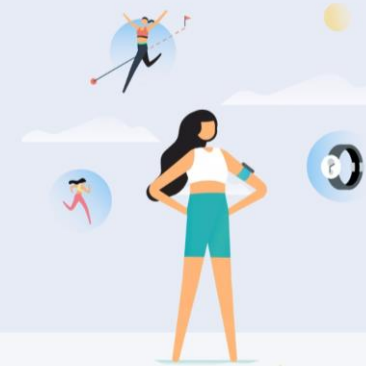


Personalisering van uw Move ECG

- Activiteitsdoelen
- Training met GPS assist
- Elektrocardiogram



Volgende



Personalisering van uw Move ECG

- Activiteitsdoelen
- Training met GPS assist
- Elektrocardiogram



Volgende

Selecteer **Volgende**



Druk lang om uw sessie te starten

Uw horloge trilt één keer wanneer een trainingssessie begonnen is.



Volgende

Selecteer **Volgende**



Druk lang om uw sessie te beëindigen

Uw horloge trilt twee keer wanneer een trainingssessie geëindigd is.



Volgende

Selecteer **Volgende**



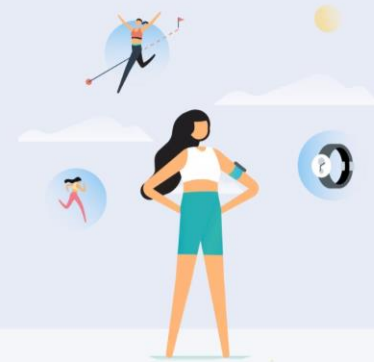
Ren met uw telefoon

U kunt nu verbinding maken met GPS om live statistieken te ontvangen, zoals de route, de afstand en de tempo.



Volgende

Selecteer **Volgende**



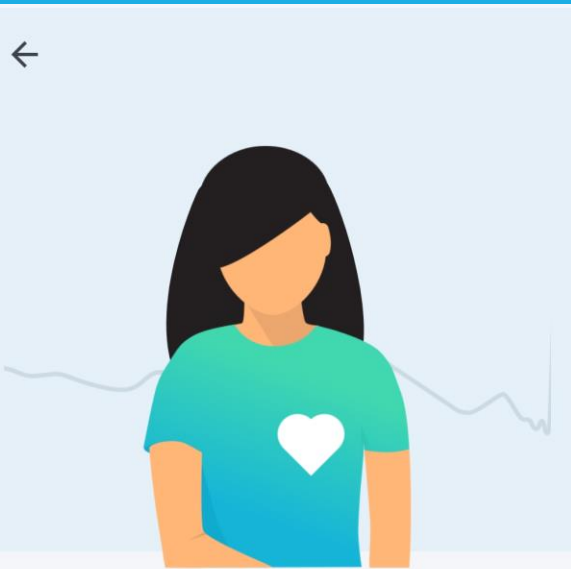
Personalisering van uw **Move ECG**

- Activiteitsdoelen
- Training met GPS assist
- Elektrocardiogram



Volgende

Selecteer **Volgende**



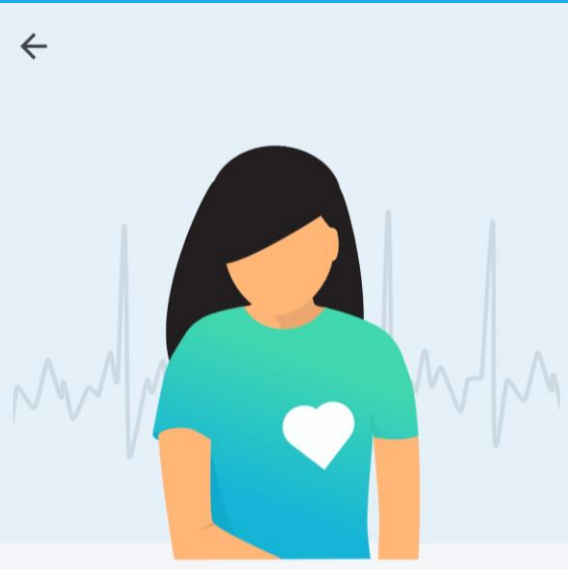
Wat is een electrocardiogram?

Elke hartslag stuurt een elektrische impuls door uw hart, waardoor de bloedcirculatie wordt gestimuleerd. Een ECG is de weergave van deze elektrische impuls.



Volgende

Selecteer **Volgende**



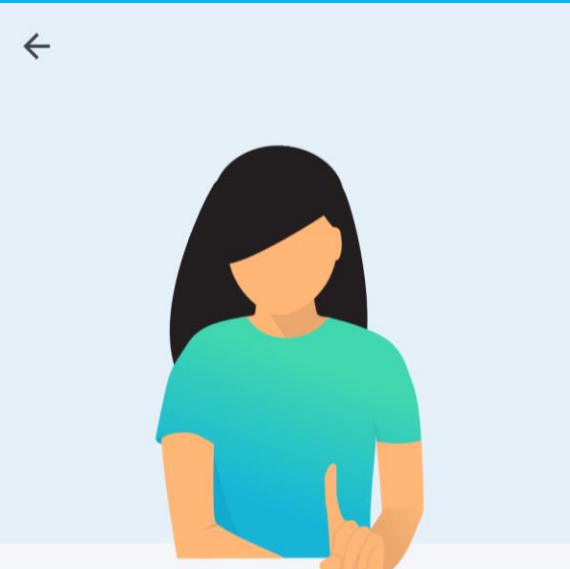
Move ECG kan atriumfibrillatie opsporen.

AFib is een stoornis waarbij het hart een onregelmatige slag vertoont. Deze kan stil zijn of hartkloppingen veroorzaken.



Volgende

Selecteer **Volgende**



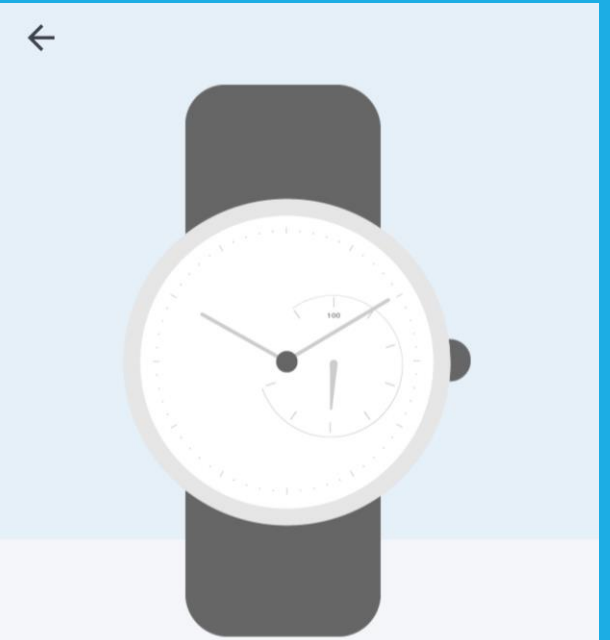
Move ECG kan geen andere hartaandoeningen identificeren.

Bel uw arts of de eerstehulpdiensten als u pijn op de borst of andere symptomen ervaart.



Volgende

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



Doe uw horloge om voor uw eerste ecg.

Geef aan om welke pols u uw horloge draagt, zodat we nauwkeurigere instructies kunnen geven.

Links

Rechts

Maak uw eerste ECG

Selecteer OK

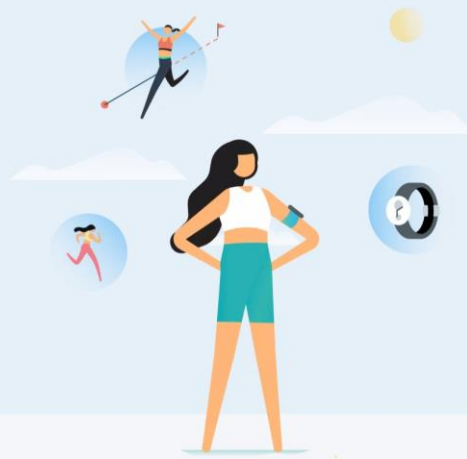
×

Druk één keer op de knop en plaats uw vingers.

Druk één keer op de knop aan de zijkant en plaats vervolgens uw vingers op de metalen ring.



←



Dat is alles! U hebt uw telefoon niet nodig om een ecg te maken.

U kunt deze uitleg overigens altijd weer raadplegen in het onderdeel Apparaten van de Health Mate-app.



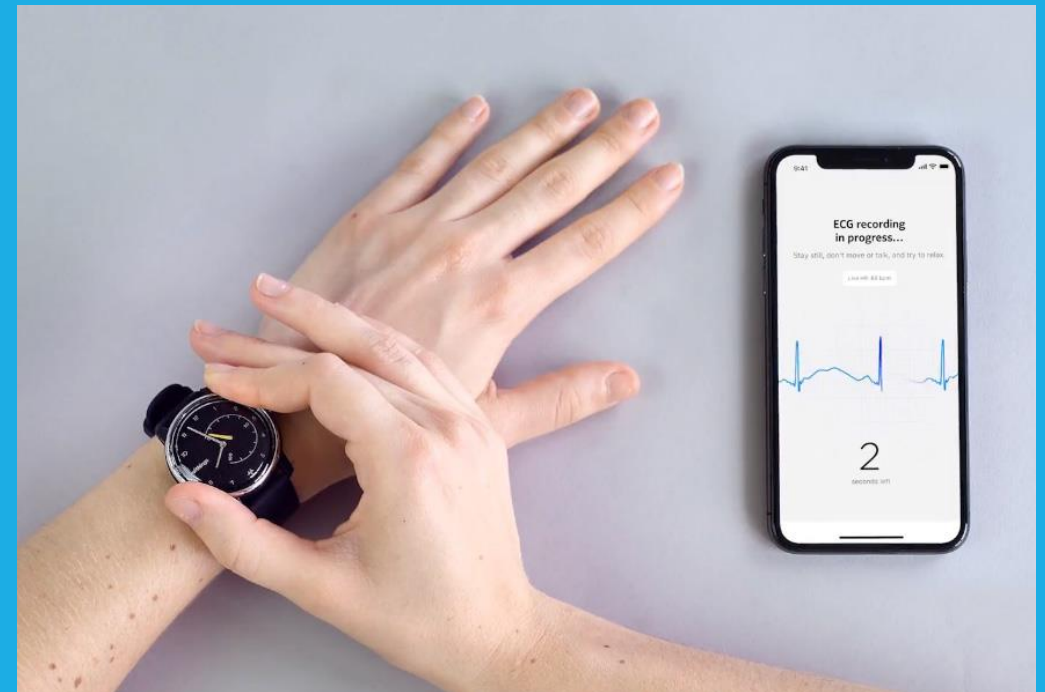
OK

- 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 horloge kan uw slaapregistratie bijhouden als u deze 's nachts omhoudt. Dit hoeft overigens niet, deze gegevens worden niet nagekeken.

ECG maken

1. Leg uw armen rustig op een tafel en houdt met de andere hand het horloge vast.
2. Druk eenmaal kort op de knop aan de zijkant van het horloge en plaats direct hierna uw vingers op de zilverkleurige rand van het horloge. U ziet de kleine oranje stappenteller wijzer naar de 100 gaan en rustig aftellen naar 0.
3. Het horloge maakt nu een ECG van 30 seconden en start gelijk bij de eerste aanraking. Blijf tijdens het maken van het ECG rustig en praat niet.
4. Het horloge trilt twee keer als het ECG klaar is.
5. Uw ECG kunt u terug vinden in de LUMC Care app.
6. Uw ECG komt automatisch terecht in uw patiëntendossier, u hoeft daarvoor dus niks te doen.

Let op! Als u bij het maken van de ECG de knop te lang ingedrukt houdt wordt er een activiteit gestart. Mocht dit het geval zijn druk de knop dan nogmaals in en begin opnieuw met de bovengenoemde stappen.



Einde installatie Move ECG

Mocht het na deze stappen toch niet gelukt zijn om het horloge te installeren, neem dan contact op met Team Box Support.

- Email: boxsupport@lumc.nl

- Telefoon: 071-5297604 (9:00 – 12:00)

Let op! U kunt bij Team Boxsupport alleen terecht voor technische ondersteuning. Medisch kunnen wij niet helpen.

The Box is een ondersteuning van uw zorgtraject om een aanvullend beeld van uw gezondheid te krijgen, het is geen vervanging van de zorg. 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.