

# 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.
- U krijgt een bloeddrukmeter van het Hart Long Centrum.



# WAT VINDT U IN UW BOX?

In uw Box vindt u het volgende:

Voor iedere patient is de box op maat gemaakt. Dit houdt in dat niet iedereen dezelfde apparatuur ontvangt.

Apparaat: Bloeddrukmeter

In uw box vindt u een afgifte formulier met daarop uw eigen persoonlijke account en meetfrequenties. Ook ziet u een folder met algemene informatie en QR-codes voor de hart long centrum website.

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](mailto:boxsupport@lumc.nl).

# 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](mailto:boxsupport@lumc.nl)**



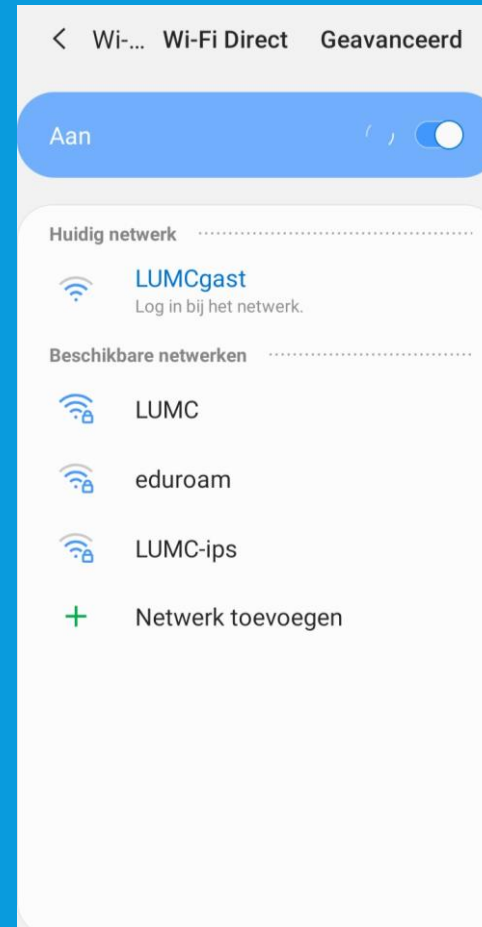
# APP INSTALLATIE

**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.

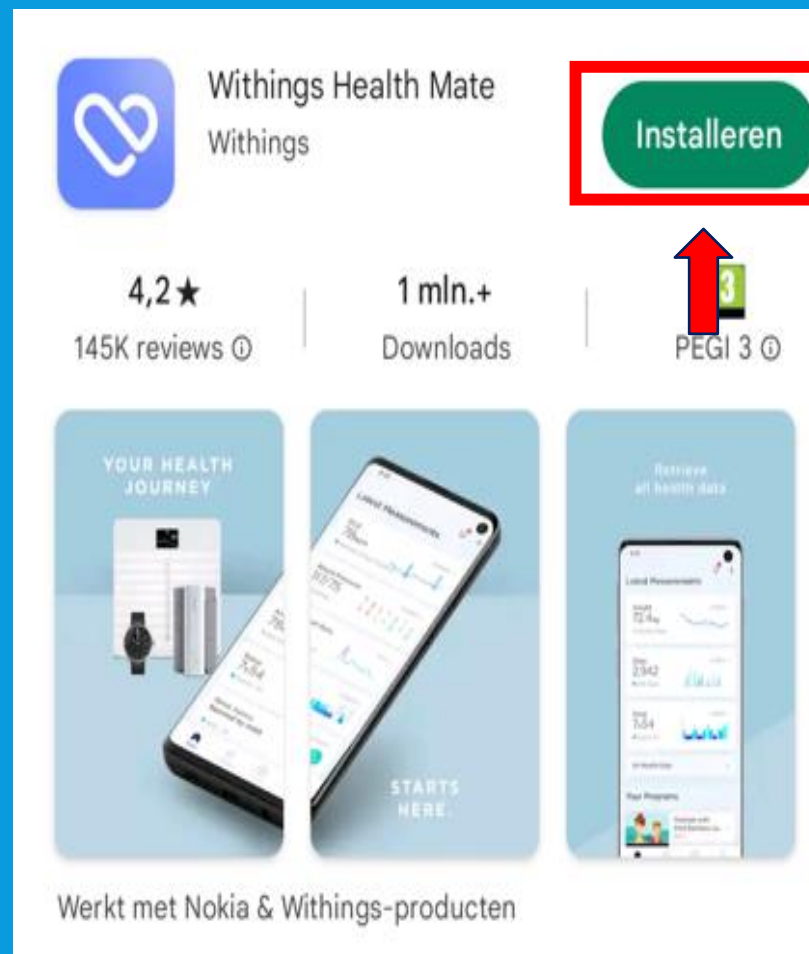
Bij iedere telefoon werkt het anders om de Wi-Fi aan te zetten. Kunt u het niet vinden vraag dan iemand in uw omgeving om hulp.



# WITHINGS HEALTH MATE APP INSTALLEREN

## Withings Health Mate app

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

U kunt nu inloggen op de Withings 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"

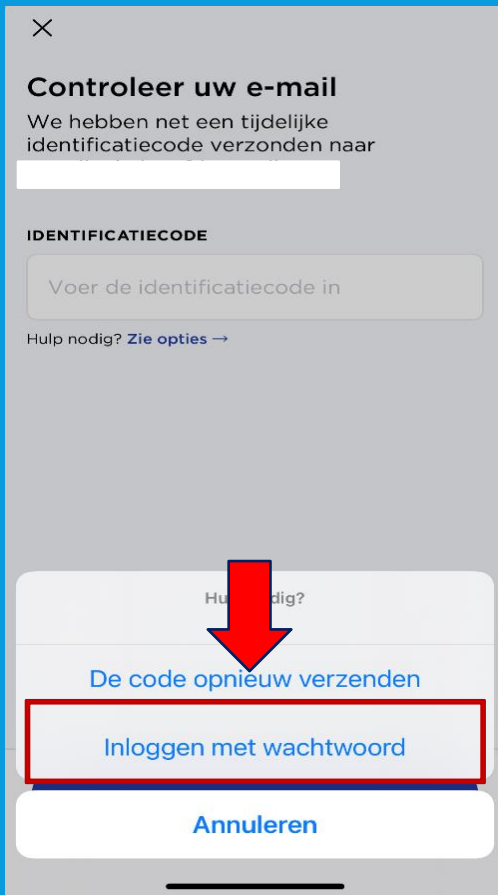


## Afbeelding 1



# WITHINGS APP 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



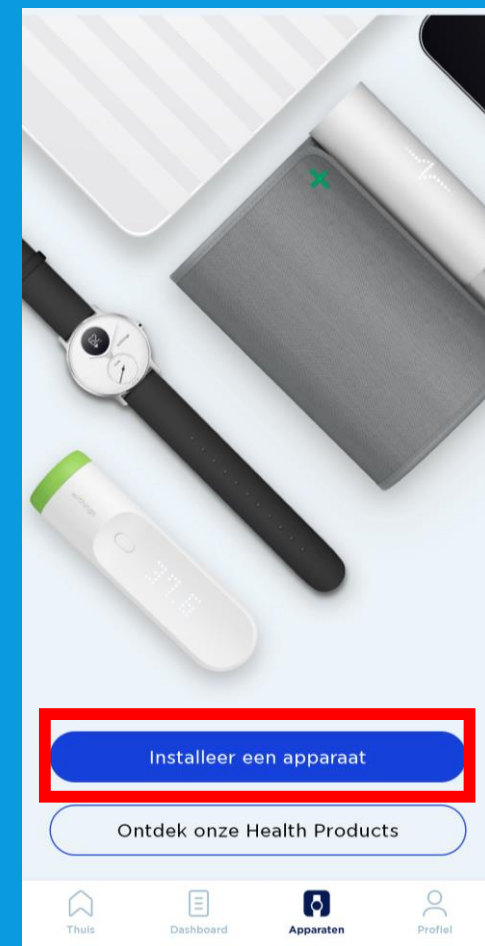


# APPARATUUR INSTALLEREN VAN HEALTH MATE

Nu gaat u het volgende installeren:  
- Bloeddrukmeter

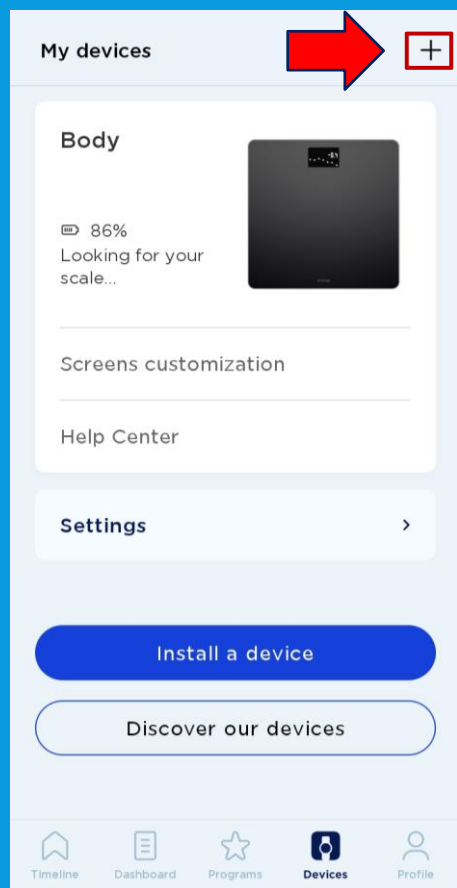
1. U gaat onder in de app naar  
**Apparaten**. Zie afbeelding 1.

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

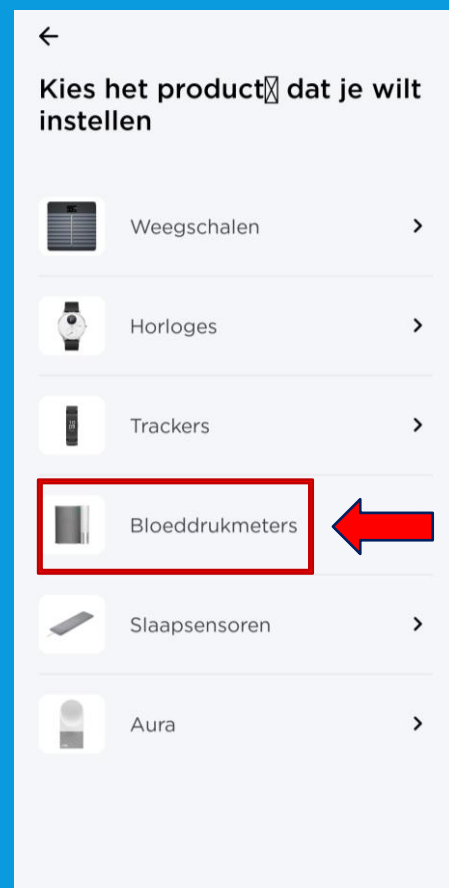


# BLOEDDRUKMETER INSTALLEREN

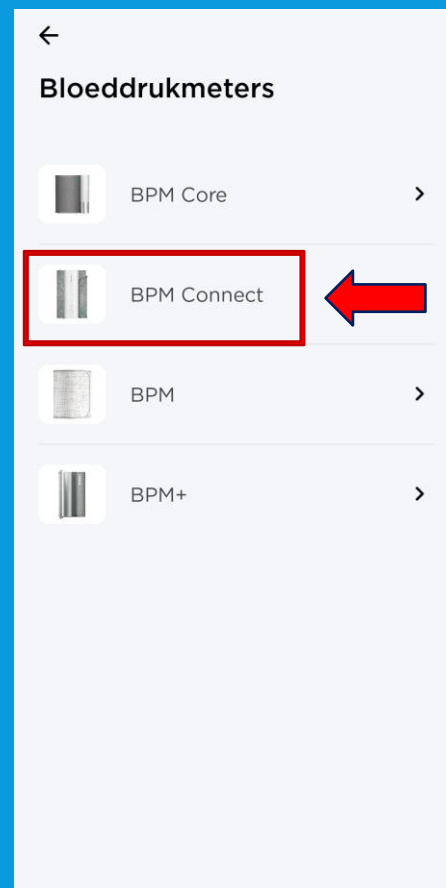
Ga naar **apparaten** en selecteer rechts bovenin de +



Selecteer **Bloeddrukmeters**



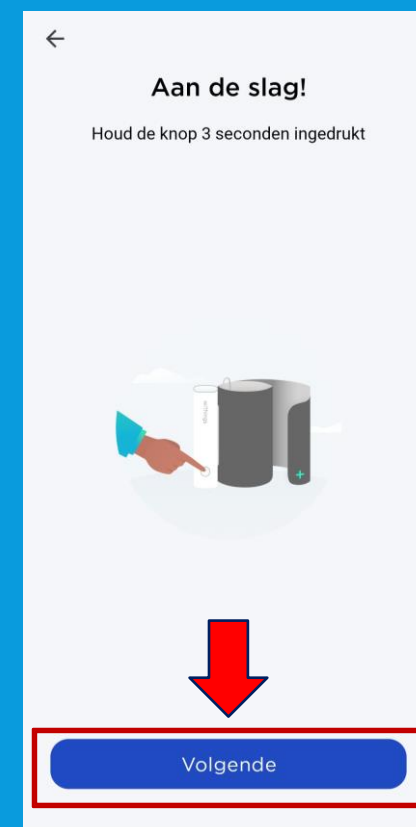
Selecteer **BPM connect**



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**

Bezig met het maken van een verbinding...



Bluetooth-koppelverzoek

Koppelen aan BPM Connect D4?

Annul.

Koppelen

Selecteer **volgende**

BPM Connect gedetecteerd

BPM Connect D4



Volgende

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

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.



Selecteer op **OK**

Uw BPM Connect is er klaar voor!

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



OK

Selecteer **volgende**



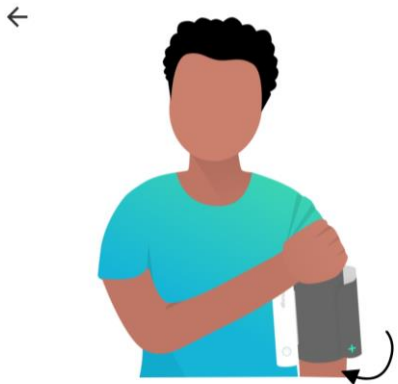
Ga er, voordat u begint, even goed voor zitten en ontspan.

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

Volgende

# BLOEDDRUKMETER INSTALLATIE

Selecteer volgende

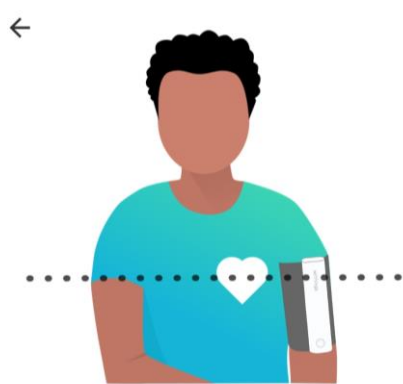


**Stroop uw mouw op en doe het apparaat om uw LINKERARM.**

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

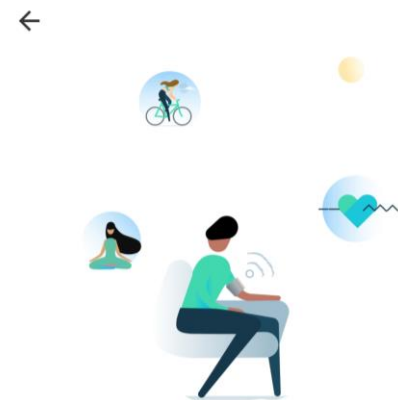
Volgende

Selecteer Mijn eerste meting doen



Mijn eerste meting doen

Selecteer OK

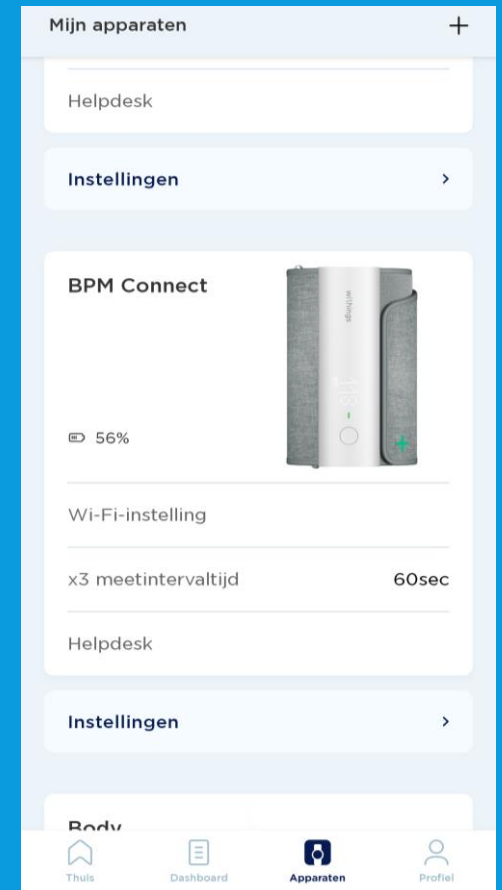


**Dat is alles! De volgende keer hebt u uw telefoon hier niet meer bij nodig.**

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

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.

Mocht u het woord GUEST zien druk dan nogmaals kort op de knop en Box verschijnt weer.

Druk dan langer de knop in en uw meting word doorgestuurd.



6. De meting is nu terug te zien in de Withings en 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?

**LU** Leids Universitair Medisch Centrum  
**MC** TheBox



**Patientgegevens** **Account**

Patientnr  
Naam  
Telefoon

De Aortabox-OK box bevat de volgende apparaten:

<b>bloeddrukmeter</b>	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.	
<b>Weegschaal</b>	Serienr Te gebruiken gedurende
▶ Weeg u op een vast tijdstip van de dag onder dezelfde omstandigheden.	
<b>Thermometer</b>	Serienr Te gebruiken gedurende
<b>love ECG</b>	Serienr Te gebruiken gedurende

**Uw persoonlijke accountgegevens**

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

Wachtwoord

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

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

**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](http://www.hartlongcentrum.nl/thebox) ziet u onder Handleidingen hoe u stap voor stap de apparaten kunt installeren.

[www.hartlongcentrum.nl/thebox](http://www.hartlongcentrum.nl/thebox)

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

# 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](mailto:boxsupport@lumc.nl)

Vriendelijke groet,

E-Health assistentes van het Hart Long  
Centrum.

