

TROMBOSE DIENST

Zelfmanagement

Door zelfmanagement raakt u nauwer betrokken bij uw eigen behandeling. Zelfmanagement zorgt ervoor dat u meer regie krijgt over uw behandeling bij de trombosedienst, maar ook over uw eigen tijd.

Uit onderzoek is gebleken dat als mensen meer betrokken zijn bij de behandeling, de medicatie beter ingenomen wordt en dat mensen trouwer zijn aan hun therapie. Hierdoor ontstaan minder complicaties en wordt er preventief gewerkt aan een betere gezondheid van de patiënt.

Vrijheid door zelfmanagement

Met één druppel bloed uit de vinger kunt u met behulp van een zelfmeetapparaat de INR-waarde vaststellen. Dat betekent dat u thuis, op het werk, of op vakantie zelf uw bloed kunt prikken en uw vrijheid terug krijgt. U hoeft namelijk niet meer om de paar weken naar de trombosedienst om bloed te laten prikken, maar komt twee keer per jaar naar de trombosedienst voor materialen en controle van het apparaat. Kiezen voor zelfmanagement betekent dat u zelf de INR meet en de dosering van de tabletten bepaalt. Verderop volgt meer informatie hierover.

CoaguChek

Trombosedienst 's-Hertogenbosch heeft ruim 10 jaar een training- en begeleidingscentrum voor het aanleren en begeleiden van het gebruik van het zelfmeetapparaat. Vanaf 2002 werken wij met de CoaguChek xs van de firma Roche. Onze patiënten zijn enthousiast en tevreden over zelfmanagement en het gebruik van het apparaat. Landelijk gezien doet 15% van de patiënten met een antistollingsbehandeling via de trombosedienst aan zelfmanagement.

Voor u zich kunt aanmelden, dient u onderstaande informatie zorgvuldig te lezen.

Voorwaarden

Om in aanmerking te komen voor het zelfmeten van de INR moet u aan de volgende voorwaarden voldoen:

1. Langdurig gebruik van antistolling;
2. Stabiel niveau van de antistolling;
3. Beschikking over een computer of tablet met internetverbinding.

Hoe kunt u zich aanmelden?

- Aan het einde van de uitleg over het zelfmanagement kunt u op deze pagina uw gegevens invoeren om u aan te melden voor het zelfmanagement.
- Nadat u deze gegevens ingevoerd heeft ontvangt u via uw mail een bevestiging van uw aanmelding.
- In de bijlage bij de mail ontvangt u een bruikleenverklaring.
- De bruikleenverklaring print u uit. Verderop volgt hierover meer informatie.

En wat gebeurt er dan?

- De medewerker van het trainingsoecentrum zal telefonisch contact met u opnemen, zodra er een mogelijkheid is om u te gaan trainen.
- De medewerker van het trainingsoecentrum maakt twee afspraken met u:

Een afspraak om het materiaal op te halen:

Tijdens deze afspraak dient u de ondertekende bruikleenverklaring in te leveren. Zonder ondertekende bruikleenovereenkomst kan het materiaal niet mee gegeven worden.

Een vervolgspraak voor ongeveer 2 weken na het afhalen van het materiaal:

Tijdens de vervolgspraak wordt door de medewerker van het trainingsoecentrum meegekeken of u de meting goed uitvoert. Verder worden materialen aangevuld en het apparaat geijkt. Na deze afspraak bent u in staat om zelf de INR te meten. U kunt nu nog niet zelfdoseren.

Wat doe ik zelf?

- Om de CoaguChek xs te leren kennen en de basis van het zelfmeten, maken we gebruik van e-learning.
- U ontvangt van de medewerker van het trainingsoecentrum de inloggegevens voor de e-learning via uw mail.
- De e-learning volgt u thuis op uw eigen computer. Via de computer leert u stapsgewijs het apparaat kennen. U sluit de e-learning af met een examen.
- Voordat u op de vervolgspraak komt heeft u de e-learning afgerond en zelf geoefend met het apparaat.

Zelfdoseren; hoe leer ik dat?

Na het volgen van de training van het zelfmeetapparaat, gaat u een training volgen om zelf te gaan doseren. Onder doseren wordt verstaan het berekenen van het aantal tabletten van het antistollingsmiddel. U ontvangt hiervoor een uitnodiging van het trainingsoecentrum. Dit is een vervolg op de training van het zelfmeten.

Deze training vindt plaats in een groep en deze bijeenkomst duurt 2 uur. Tijdens de training krijgt u theorie over het stollingsproces en hoe de antistolling werkt. U leert hoe u de dosering kunt berekenen. Deze training wordt gegeven bij de trombosedienst op een maandag of donderdag tussen 9:00 en 11:00 uur.

Doorgeven van de INR en de dosering

- Na het meten van de INR, verwerkt u de uitslag in Portavita.
- Zolang u de doseertraining nog niet gevolgd heeft, ontvangt u van de trombosedienst de dosering.
- Nadat u de doseertraining gevolgd heeft, voert u zelf de dosering in.
- De trombosedienst kijkt mee en wanneer nodig volgt advies.

Portavita

De trombosedienst gebruikt een automatiseringsprogramma (Portavita).

Dit programma wordt gebruikt ter ondersteuning van het zelfmanagement en als communicatiemiddel tussen de patiënt en de trombosedienst. Vanaf het 2e kwartaal 2016 zal ook een zorg-app beschikbaar zijn.

Overeenkomsten

Voor het zelfmanagement dienen een aantal overeenkomsten getekend worden.

1. Bruikleenovereenkomst; Het zelfmeetapparaat krijgt u in bruikleen van de trombosedienst. Daarvoor moet een bruikleenovereenkomst getekend worden. Deze ontvangt u na aanmelding via uw mail. De bruikleen dient u ondertekend mee te nemen als u uw materiaal komt ophalen.
2. Zelfmeetovereenkomst; Tijdens de vervolgspraak wordt door de medewerker van het trainingsoecentrum meegekeken of u de meting goed uitvoert. Daarna wordt een zelfmeetovereenkomst getekend. Hierin verklaart u dat u zich aan de instructies van de trombosedienst zult houden.
3. Doseerovereenkomst; Deze wordt getekend na het volgen van de doseertraining. In deze overeenkomst verklaart u dat u zich aan de instructies van de trombosedienst zult houden.

Controle

Controles vinden op afspraak plaats in het Jeroen Bosch ziekenhuis bij de Trombosedienst. In eerste instantie na 3 maanden en daarna, na overleg met de doseerarts, elke 6 maanden. Tijdens deze controle wordt uw zelfmeetapparaat gecontroleerd en vindt er een evaluatie plaats over de laatste maanden. Ook worden materialen verstrekt, zoals teststrips en naaldjes.

Vergoeding

De kosten voor het zelfmanagement valt in het basispakket van uw ziektekostenverzekeraar. De trombosezorg, dus ook het zelfmanagement, wordt verrekend met uw eigen risico.



Nog vragen

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, dan kunt u contact opnemen met het trainingcentrum van de trombosedienst van maandag t/m vrijdag tussen 8:30 en 12:00.
Telefoonnummer: 073-553 8616 (vraag naar het trainingcentrum zelfmanagement)
E-mail: zelfcontrole@ibz.nl

Naam

Adres

Postcode

Woonplaats

Geboortedatum

Telefoonnummer

Mobiel

Email

Opmerkingen

Let op: door het versturen van dit formulier geeft u aan kennis genomen te hebben van de informatie, te voldoen aan de voorwaarden en op de hoogte te zijn van het eigen risico

Laatst gewijzigd: 31 augustus 2018