

CWZ Thuis - zwangerschapsdiabetes

Zorg op afstand en toch dichtbij

—
februari 2024



Zorg op afstand en toch dichtbij

CWZ Thuis - zwangerschapsdiabetes

Inleiding

Bij zwangerschapsdiabetes is er tijdelijk te veel glucose (suiker) in jouw bloed. Dit is niet goed voor de baby. De baby kan te groot worden of na de geboorte een te lage bloedsuiker krijgen. De baby heeft minder kans op deze problemen als de glucosewaarde goed onder controle is. Hiervoor zijn goede voeding en regelmatige controle van glucosewaarden belangrijk. Soms zijn medicijnen nodig.

Zwangerschapsdiabetes ontstaat als je zwanger bent. Het gaat na de bevalling vanzelf over. Als je weer zwanger wordt, kun je weer zwangerschapsdiabetes krijgen. Als je zwangerschapsdiabetes hebt gehad, heb je meer kans om later diabetes type 2 te krijgen.

Voor controle van jouw glucosewaarden hoef je niet naar het ziekenhuis te komen. Jouw zorgverlener kan je glucosewaarden zien door thuismonitoring. Thuismonitoring betekent dat je via een app op je telefoon gegevens over jouw gezondheid doorgeeft aan je zorgverlener. Jouw zorgverlener kan dan zien of je glucosewaardes goed zijn.

Inhoud

- Zo werkt thuismonitoring bij zwangerschapsdiabetes
- De app installeren
- Glucosewaarde meten
- Metingen
- Ophogen van insuline
- Contact opnemen
- Stoppen met thuismonitoring
- Mijn persoonsgegevens
- Persoonlijk behandelplan

Zorg op afstand en toch dichtbij

CWZ Thuis - zwangerschapsdiabetes

- Woordenlijst
- Meer informatie

Zo werkt thuismonitoring bij zwangerschapsdiabetes

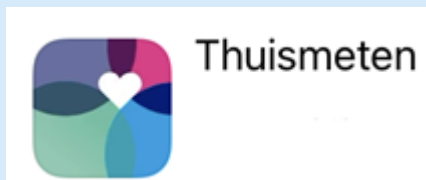
Je krijgt van CWZ een glucosemeter. Een glucosemeter is een apparaat dat meet hoeveel glucose er op een bepaald moment in je bloed zit.

Je vult op vaste momenten in de week jouw glucosewaarden in via de app.

Ons thuismonitoringscentrum ziet al jouw meetgegevens en houdt je zwangerschapsdiabetes en glucosewaarden in de gaten. Als het nodig is, neemt het thuismonitoringscentrum of jouw zorgverlener contact met je op. Ook kun je zelf altijd contact opnemen.

De app installeren

- Je krijgt een e-mail van het bedrijf Luscii op het e-mailadres dat je aan het ziekenhuis hebt doorgegeven. Je kunt de Thuismeten app dan pas installeren. De e-mail kan in jouw spam of ongewenst mail staan.
- Ga naar de App Store of Play Store. Gebruik het zoekwoord "Thuismeten" of 'Luscii' en download de app op je telefoon. De app ziet er zo uit:



Zorg op afstand en toch dichtbij

CWZ Thuis - zwangerschapsdiabetes

- Open de app.
- Je moet je registreren in de app.
- Vul in de app eerst jouw e-mailadres in.
- Je krijgt een e-mail van Luscii met een controlecode.
- Vul in de app deze controlecode in. Doe dat binnen 15 minuten, anders verloopt de code en moet je je opnieuw registreren.
- Jouw account is klaar voor gebruik.

Zet meldingen van de app aan

Je ontvangt via de app meldingen, bijvoorbeeld wanneer je een meting moet invullen. Zorg er daarom voor dat meldingen via e-mail of push-berichten aan staan. Hoe je dat doet, verschilt per telefoon. Bekijk hiervoor de handleiding van jouw telefoon of tablet.

Vragen

Heb je vragen over de werking van de app? Neem dan contact op met Luscii Support. Dit kan via e-mail: support@luscii.com of telefonisch: 085 13 05 851. Je kunt ook de instructiefilmpjes van Luscii bekijken. Klik op de volgende link of scan de QR code met je telefoon of tablet:

<https://support.luscii.com/nl/patient/een-rondleiding-door-de-thuismeten-app>



Zorg op afstand en toch dichtbij

CWZ Thuis - zwangerschapsdiabetes

Glucosewaarde meten

Van jouw zorgverlener heb je een glucosemeter gekregen. Hieronder lees je hoe je deze gebruikt.

- Was altijd eerst je handen voordat je gaat meten.
- Begin met de prikpen. Draai de dop eraf en plaats een nieuw naaldje in de pen.
- Haal een stripje uit het potje en plaats deze in de glucosemeter.
- Prik nu met de prikpen in de zijkant van een vingertop.
- Houd de glucosemeter met het stripje bij het druppeltje bloed. Je ziet de glucosewaarde na een paar seconden.
- Vul de glucosewaarde in de app in.

Soms kun je een sensor krijgen in plaats van een glucosemeter. Een sensor meet zelf jouw glucosewaarde, zodat je niet hoeft te prikken. Jouw zorgverlener bespreekt met je of je een sensor kunt gebruiken.

Metingen

De app laat je weten wanneer je jouw glucosewaarden kunt invullen. Vul de waarden op die dag in. Afhankelijk van hoe het met je gaat, krijg je elke dag of een paar keer per week de vraag om glucosewaarden door te geven. De glucosewaarde kun je aflezen van de glucosemeter of van jouw glucosesensor.

Als je insuline moet gebruiken, vul je in hoeveel insuline je hebt gespoten. Je meet op die dag 4 keer jouw glucosewaarde:

- In de ochtend als je nog niet hebt gegeten: je bent dan nuchter.

Zorg op afstand en toch dichtbij

CWZ Thuis - zwangerschapsdiabetes

- 2 uur na de start van elke maaltijd, dus na het ontbijt, de lunch en het avondeten.

Jouw gegevens worden niet meteen gezien, maar wel regelmatig door het thuismonitoringscentrum of jouw zorgverleners gecontroleerd.

Ophogen van insuline

Als je voor jouw zwangerschapsdiabetes insuline gebruikt, heb je uitleg gekregen over het starten en ophogen van insuline. Het Thuismonitoringsteam begeleidt je bij het ophogen van insuline. Het thuismonitoringsteam begeleidt je tot maximaal 40 eenheden per dag. Als het thuismonitoringsteam denkt dat je nog meer insuline nodig hebt, neemt het team contact op met jouw zorgverlener. Het thuismonitoringsteam neemt ook contact op met jouw zorgverlener als je drie keer achter elkaar meer insuline nodig hebt. Zo blijft jouw behandelaar goed op de hoogte van jouw insulinegebruik.

Zorg op afstand en toch dichtbij

CWZ Thuis - zwangerschapsdiabetes

Contact opnemen

Om contact op te nemen met jouw zorgverlener gebruik je de knop 'contact met zorgverlener' in de Luscii app. Jouw zorgverlener neemt dezelfde dag of binnen een paar dagen contact met je op.

Let op: gebruik deze mogelijkheid niet voor spoedgevallen. Heb je dringend zorg nodig? Neem dan zelf contact op met je arts of bel 112.

Heb je snel hulp nodig?

- Neem dan contact op met de diabetes poli via telefoonnummer 024 36 5 80 27. Zij zijn bereikbaar van 8.30 tot 13.30 uur en daarna tot 17.00 voor spoedgevallen.
- Bel anders de huisarts of de huisartsenpost. Als het acuut en ernstig is, bel je 112.

Heb je vragen over de app?

- Met vragen over de werking van de app neem je contact op met Luscii Support. Dit kan via e-mail: support@luscii.com of telefonisch via 085 13 05 851.

Stoppen met thuismonitoring

Na de bevalling hoef je niet meer elke dag of een paar keer per week jouw metingen door te geven. 5 weken na de bevalling krijgt je nog op 2 dagen de vraag om jouw glucosewaarden door te geven. Daarna stopt de thuismonitoring.

Zorg op afstand en toch dichtbij

CWZ Thuis - zwangerschapsdiabetes

Mijn persoonsgegevens

De informatie die je via de app invult, is medische informatie. CWZ werkt voor thuismonitoring samen met thuismonitoringcentra van andere Santeon ziekenhuizen. Wij hebben samen met Luscii en deze ziekenhuizen maatregelen genomen om jouw privacy te bewaken.

Je heeft toestemming gegeven voor het delen van medische informatie. Alleen noodzakelijke medische persoonsgegevens worden in de app geplaatst en gedeeld met Luscii en de thuismonitoringscentra. Wil je geen toestemming meer geven? Neem dan contact op met je zorgverlener.

Eigen risico

Deze app is een onderdeel van je zorg in CWZ. De kosten hiervan worden ingediend bij je zorgverzekeraar. Is je eigen risico nog niet op? Dan worden deze kosten mogelijk niet vergoed en kunnen ze voor eigen rekening komen. Neem voor meer informatie en vragen over je eigen risico contact op met je zorgverzekeraar.

Woordenlijst

- Glucosewaarde = de hoeveelheid glucose in je bloed.
- Thuismonitoringscentrum = centrum dat jouw meetgegevens in de gaten houdt.
- Santeon ziekenhuizen = zeven ziekenhuizen in Nederland die met elkaar samenwerken.

Zorg op afstand en toch dichtbij

CWZ Thuis - zwangerschapsdiabetes

Meer weten?

Voor algemene adviezen over bijvoorbeeld over klachten tijdens de zwangerschap kijk je op de website van Thuisarts.nl (bijvoorbeeld <https://www.thuisarts.nl/zwangerschaps-diabetes/ik-heb-zwangerschaps-diabetes>)

De informatie in deze folder is belangrijk voor je. Als je moeite hebt met de Nederlandse taal, zorg dan dat je deze folder samen met iemand leest die de informatie voor je vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية، احرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما الذي يترجم لكم المعلومات الواردة فيه.

CWZ

Weg door Jonkerbos 100

6532 SZ Nijmegen

Postbus 9015

6500 GS Nijmegen

www.cwz.nl