

PATIËNTEN INFORMATIE

Thuismonitoring corona (COVID-19) Longgeneeskunde

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Het Maasstad Ziekenhuis is gestart met thuismonitoring van coronapatiënten. Met behulp van een app kunnen patiënten eerder naar huis om in hun vertrouwde omgeving met een veilig gevoel aan hun herstel te werken.

Na ontslag uit het ziekenhuis houden we uw gezondheid via thuismonitoring in de gaten. Dit betekent dat u via de app van Luscii in 'COVID-19 thuis' gegevens over uw gezondheid aan ons doorgeeft. Via 'COVID-19 thuis' beantwoordt u vragen en voert u de meetgegevens in van uw zuurstofgehalte in het bloed (zuurstofsaturatie) en van uw temperatuur. De gegevens die u aan ons doorgeeft controleren wij regelmatig.

Hoe installeert u de app?

U ontvangt een mail van Luscii op het opgegeven mailadres. U kunt de app dan gaan installeren. Als u de mail niet direct ziet, check dan uw spam of ongewenst inbox.

U downloadt de app op uw telefoon of tablet via de App Store als Luscii vitals of via de Play Store als Luscii. 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. 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 vragenlijsten

In 'COVID-19 thuis' staan vragen klaar die u dagelijks moet invullen. Het is hierbij belangrijk dat u zich aan onderstaand schema houdt:

- 1 uur na het ontbijt noteert u in 'COVID-19 thuis' uw zuurstofsaturatie (gehalte van zuurstof in uw bloed), temperatuur en beantwoordt u de vragen.

- Direct na de lunch noteert u opnieuw in 'COVID-19 thuis' uw zuurstofsaturatie en uw temperatuur.
- Bij toename van klachten, zoals benauwdheid of zieker voelen, meet u altijd de zuurstofsaturatie nog een keer extra en registreert deze meting in 'COVID-19 thuis'.
- 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 zuurstofsaturatie beoordelen met uw persoonlijk behandelplan. Uw persoonlijk behandelplan vindt u hieronder onder het kopje 'Persoonlijk behandelplan'.

Zuurstof

Wanneer u geen zuurstof meer nodig heeft, regelt de longverpleegkundige dat deze bij u opgehaald kan worden. U kunt dit **NIET** zelf.

Hoe meet u uw zuurstofsaturatie?

De zuurstofsaturatie geeft aan hoeveel zuurstof er in uw bloed aanwezig is. Zuurstoftransport door het lichaam is nodig om goed te kunnen functioneren. Zuurstofopname gebeurt in de longen. Omdat het coronavirus invloed heeft op de longen is de zuurstofsaturatie een belangrijke maat voor de ernst van de ziekte. Hieronder leggen we uit hoe u de zuurstofsaturatie kunt meten.

Instructie meten van de zuurstofsaturatie

- Ga voordat u de zuurstofsaturatie meet 10 minuten rustig zitten of liggen.
- Warm uw handen goed op voordat u meet.
- Plaats vervolgens de zuurstofsaturatiemeter op een vinger. Er mag geen nagellak op de vinger zitten, want dat verstoort de meting.

- Het kan enige tijd duren voor de zuurstofsaturatie gemeten is, wacht dus rustig af.
- Als u een afwijkende waarde meet, meet dan direct nog een keer.
- **Na gebruik, in overleg met de longverpleegkundige, de saturatiemeter zo spoedig mogelijk retour via de bijgeleverde envelop!**

In de onderstaande afbeeldingen is de zuurstofsaturatie (SpO₂) rood omljnd (in afbeelding 1 is de waarde 98 en in afbeelding 2 is de waarde 99).



Afbeelding 1



Afbeelding 2

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.

Omgaan met zuurstof: ophogen en afbouwen

- **Uw zuurstofsaturatie is 88% of lager** > Bel direct (zie 'Wie kunt u bellen?')

- **Uw zuurstofsaturatie is 88% tot en met 93%**

Meet uw zuurstofsaturatie na 1 uur opnieuw en volg onderstaande instructies op:

- Uw zuurstofsaturatie bij de 2e meting is 88% of lager. Bel direct (zie 'Wie kunt u bellen?')
 - Uw zuurstofsaturatie bij de 2e meting is tussen de 88% - 93% en u heeft uw zuurstof in de de afgelopen 24 uur niet verlaagd . Bel direct (zie 'Wie kunt u bellen?')
 - Uw zuurstofsaturatie is bij de 2e meting tussen de 88% - 93% en u heeft uw zuurstof in de de afgelopen 24 uur verlaagd. Verhoog uw zuurstof de volgende ochtend met 1 L/min. Meet na 30 minuten opnieuw uw saturatie. Als uw zuurstofsaturatie bij de 3e meting lager dan 93%, bel dan direct. (zie 'Wie kunt u bellen?')
- **Uw zuurstofsaturatie is 94% of hoger**
Is uw streefsaturatie gedurende 24 uur 94% of hoger. Verlaag uw zuurstof de volgende ochtend met 1 L/min. Meet 1 uur na het verlagen opnieuw de saturatie.
 - Uw zuurstofsaturatie is bij de 2e meting onder 93%. Verhoog de zuurstof naar de vorige stand.
 - Uw zuurstofsaturatie is bij de 2e meting gelijk aan of meer dan 93%. Houdt de zuurstof op deze stand. Verlaag maximaal één keer per dag uw zuurstof

Wat moet u doen als u meer klachten krijgt?

Bij toename van klachten, zoals benauwdheid of zieker voelen doet u het volgende:

- Meet uw zuurstofsaturatie en registreer dit in 'COVID-19 thuis'.
- Volg uw behandelplan om te zien wat u moet doen. In het ziekenhuis worden deze gegevens gecontroleerd.
- Zijn uw klachten zeer hevig en kunnen deze niet wachten tot morgen? Bel direct (zie 'Wie kunt u bellen?').
- Tijdens zuurstofgebruik thuis spuit u dagelijks dalteparine.
- Bij onslag krijgt u soms dexamethason mee, maak deze kuur af.

Wie kunt u bellen?

Tussen 09.00 uur en 17.00 uur belt u met de polikliniek Longgeneeskunde via (010) 291 22 25. Buiten kantoortijden belt u met de afdeling waar u heeft gelegen.

Meer informatie

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

Voor meer informatie over het coronavirus, kijkt u op de website van de RIVM.



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u 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،
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis

Maasstadweg 21

3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

