

# Thuismonitoring zwangerschap

## Wat moet u weten?

In overleg met uw gynaecoloog worden uw controles, die nodig zijn om uw zwangerschap goed te laten verlopen, op afstand gevolgd. Dit noemen we thuismonitoring. U hoeft niet in het ziekenhuis opgenomen te worden of te blijven. U krijgt dezelfde behandeling als in het ziekenhuis, maar dan in uw eigen vertrouwde omgeving. In deze folder leest u meer over thuismonitoring in de zwangerschap.

### Wanneer kunt u thuis uw controles met thuismonitoring doen?

U bent zwanger. Het is voor uw zwangerschap nodig dagelijks of meerdere keren per week te worden gecontroleerd. In uw geval kunnen deze controles ook veilig thuis gedaan worden, namelijk met thuismonitoring. Er is wel een aantal voorwaarden waar u aan moet voldoen:

- zijn er voldoende familie of vrienden aanwezig om u te helpen als dit nodig is (mantelzorg)?
- spreekt u de Nederlandse taal?
- kunt u binnen 30 minuten in het ziekenhuis zijn en/of bent u in bezit van eigen vervoer?
- beschikt over enige digitale kennis?
- beschikt over internet en een e-mail-adres?
- heeft u een DigiD voor het inloggen op het patiëntenportaal 'Mijn Noordwest' ?

Natuurlijk is het ook belangrijk dat u zich veilig voelt met de thuismonitoring.

### PregnaOne apparaat

Voor de controles doet u thuis zelf een aantal handelingen. Denk bijvoorbeeld aan het opnemen van uw bloeddruk en/of temperatuur en het maken van een CTG (hartfilmpje). Hiervoor krijgt u een apparaat mee naar huis. Dit noemen we het PregnaOne apparaat. Uw verpleegkundige geeft u een uitleg over het gebruik van dit apparaat.

### Uitleg verpleegkundige

U komt naar onze polikliniek in het ziekenhuis, waar u gaat oefenen met het PregnaOne apparaat.

Ook krijgt u een uitgebreide uitleg over:

- de thuismonitoring
- de voorschriften van de bediening van het PregnaOne apparaat
- het zelf opnemen van de bloeddruk en/of temperatuur (als dit voor u nodig is)
- het maken van een CTG (hartfilmpje)

## Samen oefenen

Samen met de verpleegkundige maakt u een CTG met het PregnaOne apparaat. U kunt dan, onder begeleiding, oefenen met het aansluiten van het PregnaOne apparaat. Daarna krijgt u het koffertje, met daarin het PregnaOne apparaat, mee naar huis. Ook krijgt u verdere instructies voor het zelf aansluiten en insturen van het CTG (hartfilmpje). De apparatuur krijgt u mee in bruikleen. U ondertekent daarvoor een bruikleenovereenkomst.

## Thuiscontroles

Wat doet u elke dag thuis:

- **09:00 uur:** elke dag sluit u zelf het PreganaOne apparaat aan. Dit doet u om 09:00 uur! U maakt het CTG en doet de overige metingen (temperatuur, bloeddruk als dit met u is afgesproken)
- **vóór 10.00 uur:** u heeft het CTG en de overige metingen naar het ziekenhuis gestuurd
- heeft het ziekenhuis u niet gebeld voor 13:00 uur? Dan belt u zelf naar het telefoonnummer dat onderaan deze folder staat

Wat doet het ziekenhuis elk dag:

- **na 10:00 uur:** vanaf 10:00 uur wordt in het ziekenhuis het CTG gecontroleerd en of deze juist is binnengekomen. Hierna wordt er contact opgenomen om met u door te spreken hoe u zich voelt en of u de baby voldoende voelt bewegen. Tijdens dit gesprek kunt u vragen stellen. Als u een afspraak heeft om dagelijks een CTG te maken, dan moet dit ook in het weekend

### **Belangrijk: zorg dat u bereikbaar bent!**

Zorg ervoor dat u voor het ziekenhuis bereikbaar bent tijdens een CTG-meting. U staat nog steeds onder controle van het ziekenhuis.

Heeft het ziekenhuis u niet gebeld voor 13:00 uur? Dan belt u zelf naar het telefoonnummer dat onderaan deze folder staat.

Soms is het nodig dat 1x per week bloed en/of urine moet worden nagekeken vooraf aan het bezoek op het spreekuur. Dit doet het laboratorium van het ziekenhuis. Of dit voor u nodig is hangt af van uw situatie (indicatie). Uw verpleegkundige heeft dit met u besproken.

## Terugkomdag: 1 keer per week

De terugkomdag voor patiënten in de thuismonitoring is 1 keer per week. U bezoekt dan de gynaecoloog op de polikliniek. Vooraf aan het bezoek maakt u een CTG en stuurt deze in.

Afhankelijk van uw situatie (indicatie) komt u op de terugkomdag voor:

- een echo
- een bloedonderzoek en/of urineonderzoek
- het meten van bloeddruk, temperatuur en pols
- het bespreken van de voortgang van uw behandeling (beleid) met de gynaecoloog
- het beantwoorden van uw vragen

**Belangrijk:** neem bij elk bezoek de koffer met het PregnaOne apparaat mee naar het ziekenhuis.

## **Wat mag u thuis doen?**

Thuismonitoring kunt u het beste zien als 'ziekenhuisverplaatste' zorg in de thuissituatie. Dit betekent dat u als het ware 'thuis bent opgenomen'. Het is wel belangrijk dat u thuis niet alles doet wat u gewend bent te doen. U moet daarom met aan aantal zaken rekening houden, net als bij een ziekenhuisopname:

- wat u in het ziekenhuis mag en kan doen, mag thuis ook
- u mag geen (zware) huishoudelijke taken doen zoals schoonmaken
- de zorg voor uw kind(eren) laat u zoveel mogelijk aan anderen over
- u blijft tijdens de 'opname' (thuismonitoring) thuis. U mag dus niet autorijden, winkelen, boodschappen doen, op bezoek, enz.

Soms zijn bovengenoemde zaken niet op u van toepassing. Bespreek met de gynaecoloog of verloskundige wat de adviezen zijn in uw situatie.

## **Wanneer waarschuwt u uw arts?**

Heeft u klachten? Maak dan niet zelf een CTG, maar neem altijd contact op met de afdeling verloskunde van het ziekenhuis bij:

- vruchtwaterverlies als nieuwe klacht
- weeënactiviteit
- bloedverlies
- regelmatige en pijnlijke harde buiken
- minder of geen leven voelen
- ernstige hoofdpijn
- tintelingen in handen en/of voeten

Ook bij elke andere klacht waar u zich zorgen over maakt, bijvoorbeeld een 'niet-pluis-gevoel', koorts, pijn in de bovenbuik/maagstreek, veranderingen van gezichtsvermogen of het zien van sterretjes, plotseling veel vocht vasthouden enz.

## **Contactgegevens ziekenhuis**

U kunt 24 uur per dag naar de afdeling verloskunde bellen van de locatie waar uw thuismonitoring is gestart:

- locatie Alkmaar: telefoon 072 – 548 2925
- locatie Den Helder: telefoon 0223 – 69 1283

## **Naar ziekenhuis voor controle**

Als u één of meerdere van bovenstaande klachten heeft, moet u waarschijnlijk naar het ziekenhuis komen voor controle. Na onderzoek wordt besloten of u opgenomen wordt of dat u weer naar huis kunt gaan.

## Einde thuismonitoring

De gynaecoloog beoordeelt of de thuismonitoring wordt gestopt, bijvoorbeeld:

- er is verbetering van uw ziektebeeld en alleen poliklinische controle is voldoende
- er is verslechtering van uw ziektebeeld en opname in het ziekenhuis is nodig
- u voelt zich niet veilig in de thuismonitoring
- u gaat bevallen

## Wat als het Pregna One apparaat niet werkt?

Doet het apparaat het niet en kunt u geen metingen meer maken?

Neem dan contact op met de afdeling verloskunde.

De telefoonnummers kunt u vinden aan het einde van deze folder.

## Uw rechten

Bij thuismonitoring maken we gebruik van apparatuur, die verbonden is met Noordwest. Als u instemt met thuismonitoring worden de volgende persoonsgegevens met PregnaOne gedeeld:

- uw patiëntnummer
- uw volledige naam
- uw bloeddruk, saturatie (zuurstof in het bloed) en CTG

De verwerking gebeurt onder verantwoordelijkheid van Noordwest. Noordwest en PregnaOne hebben hier afspraken over gemaakt.

## Uw medisch dossier

U heeft direct toegang tot uw medisch dossier van Noordwest, namelijk via het patiëntenportaal Mijn Noordwest. Dit is een beveiligd portaal dat gekoppeld is aan het beveiligde elektronisch patiëntendossier van Noordwest Ziekenhuisgroep. U vindt het portaal op [nwz.nl/mijnnoordwest](https://nwz.nl/mijnnoordwest)

Volgens de wet (WGBO en AVG) heeft u een aantal rechten, zoals het:

- toevoegen van uw zienswijze of
- wijzigen van feitelijke gegevens en
- intrekken van uw toestemming voor het delen van gegevens

Meer informatie hierover vindt u op [nwz.nl/dossier](https://nwz.nl/dossier) of in de folder 'Afschrift en wijziging medisch dossier'. U vindt deze folder ook in ons folderrek bij de hoofdingang of op [nwz.nl/patientenfolders](https://nwz.nl/patientenfolders)

## Niet tevreden?

Mocht u een klacht hebben over het thuismeten, dan kunt u contact opnemen met de afdeling patiëntbeleving. Meer informatie over de klachtenprocedure: [nwz.nl/klacht](https://nwz.nl/klacht)

## Vragen

Heeft u vragen, waarvan het antwoord niet in deze folder staat? Neem dan gerust contact met ons op. De afdeling verloskunde van Noordwest Ziekenhuisgroep is 24 uur per dag bereikbaar:

- locatie Alkmaar, verloskunde huisnummer 338/370, telefoon 072 - 548 2924
- locatie Den Helder, verloskunde huisnummer 5, telefoon 0223 - 69 1283