

## Sanacoach Hartfalen

### U staat er niet alleen voor!

Hartfalen is een chronische aandoening, die bij de meeste mensen wel te behandelen is, maar niet kan worden genezen. U bent door de hartfalenverpleegkundige benaderd om deel te nemen aan de nieuwste ontwikkeling in de begeleiding van hartfalenpatiënten: begeleiding op afstand met de SanaCoach Hartfalen. De SanaCoach helpt u om uw eigen gezondheidssituatie in de gaten te houden. Dit wordt ook wel zelfmanagement genoemd. U bent meer betrokken bij (de behandeling van) uw hartfalen, waardoor behandelresultaten kunnen verbeteren. In deze folder kunt u lezen wat dat voor u betekent.

#### SanaCoach Hartfalen in het kort

SanaCoach Hartfalen is een beveiligde en persoonlijke pagina op het internet, bedoeld voor mensen met hartfalen. De SanaCoach helpt u om meer te weten te komen over hartfalen en helpt bij het leren wat u zelf kunt doen om deze aandoening onder controle te houden. De SanaCoach is ook een hulpmiddel bij de behandeling. Samen met uw behandelaars beheert u uw behandelplan, waarin u samen bijhoudt hoe de behandeling verloopt. Tevens worden afspraken vastgelegd over doelen die u graag wilt behalen.

De hartfalenverpleegkundige en/of uw cardioloog kunnen u aanmelden voor de SanaCoach waarna u een gebruikersnaam en een wachtwoord per email ontvangt. Met deze gegevens kunt u beginnen met de SanaCoach. U vindt de SanaCoach Hartfalen op het internet via [www.sanacoach.com](http://www.sanacoach.com).

Uiteraard is de veiligheid van de gegevens gewaarborgd. De communicatie verloopt volgens de richtlijnen en protocollen zoals gebruikelijk voor dataverkeer binnen de gezondheidszorg. De gegevens worden bewaard op speciaal daarvoor ingerichte en beveiligde servers die voldoen aan de geldende wet- en regelgeving.

#### Wat heeft SanaCoach Hartfalen te bieden?

Wanneer u inlogt in de SanaCoach Hartfalen worden op de eerste pagina 6 verschillende icoontjes getoond, waar u een keuze uit kunt maken:



Een overzicht van taken die voor u klaarstaan, berichten die u heeft ontvangen en acties die u zelf kunt starten. Voorbeelden van taken die voor u klaarstaan kunnen zijn: het voorbereiden van een spreekuurcontact of een periodieke gezondheidscheck. U krijgt via email bericht als er een nieuwe taak voor u klaarstaat. Tevens vindt u de knop 'Beladvies aanvragen'. Heeft u klachten, maar weet u niet of het verstandig is om daarvoor te bellen, beantwoord dan de vragen en u krijgt hierover advies.



Een overzicht van alle berichten die u met uw zorgverlener heeft uitgewisseld, de mogelijkheid om op berichten te reageren of om zelf een bericht te sturen. Bij dringende vragen kunt u beter met de hartfalenpoli bellen in plaats van een berichtje sturen.



Een overzicht van de kenniskuren die u kunt volgen. Met behulp van kenniskuren krijgt u meer informatie, tips en persoonlijke adviezen op een bepaald gebied van de behandeling of het omgaan met uw hartfalen.



Het zorgplan: een overzicht van de afspraken en resultaten van de behandeling. In het zorgplan kunt u zelf uw doelstellingen noteren en wat u doet of gedaan hebt om deze te bereiken. Het zorgplan is handig voor uzelf om gemotiveerd te blijven, maar ook als u contact heeft met uw hartfalenverpleegkundige. U kunt dan samen zien waar u aan werkt en wat uw doelen zijn voor de korte of lange termijn.



Achter deze knop kunt u de lettergrootte van de SanaCoach instellen, uw wachtwoord wijzigen en lezen hoe er met uw privacy wordt omgegaan.



Hier verlaat u de SanaCoach en wordt u uitgelogd.

### **Hoeveel tijd kost het gebruik van de SanaCoach Hartfalen?**

U gebruikt de SanaCoach Hartfalen wanneer dat nodig is. Gaat het goed dan wordt de SanaCoach gebruikt om kenniskuren te volgen, af en toe een periodieke gezondheidscheck in te vullen en om de spreekuurcontacten met uw hartfalenverpleegkundige en/of cardioloog voor te bereiden. Gaat het een tijdje wat minder, dan kan uw hartfalenverpleegkundige of cardioloog besluiten om u wat extra in de gaten te houden. U krijgt dan gedurende maximaal 6 weken wekelijks een sessie waarin wordt gevraagd hoe het met u gaat, zodat mogelijke verslechtingen sneller opgespoord kunnen worden. Een kenniskuur volgen kost u 5 tot 10 minuten per dag gedurende 3 tot 4 dagen. Een periodieke gezondheidscheck of het voorbereiden van de spreekuursessie kost u maximaal 10 tot 15 minuten. U hoeft voor de SanaCoach Hartfalen nooit thuis te blijven en als er een sessie voor u klaarstaat, dan doet u die wanneer u dat zelf het beste uitkomt.

### **Hoelang kan ik de SanaCoach Hartfalen gebruiken?**

SanaCoach Hartfalen helpt u en uw hartfalenverpleegkundige en/of cardioloog bij de behandeling van hartfalen. De SanaCoach Hartfalen kan gezien worden als onderdeel van uw behandeling. De kosten hiervan vallen onder uw eigen risico.

### **Belangrijke extra informatie**

Begeleiding met SanaCoach Hartfalen is niet bedoeld als hulpmiddel in acute of kritieke situaties. Hiervoor zult u altijd zelf contact moeten opnemen met de hartfalenverpleegkundige of met uw huisarts zoals u dat gewend bent.

Heeft u problemen buiten kantooruren of in het weekend neem dan contact op met uw huisarts of de huisartsenpost.

### **Melden van storingen**

Heeft u een probleem met SanaCoach Hartfalen, weet u niet hoe u iets moet regelen of ontvangt u geen e-mail meer terwijl u die wel verwacht? Neem dan contact op met de helpdesk van SanaCoach: tijdens kantooruren bereikbaar op 046-4588001 of via mail: [helpdesk@sananet.nl](mailto:helpdesk@sananet.nl).

## Eigen risico

Thuismonitoring wordt volledig vergoed vanuit de basisverzekering. De kosten hiervan worden ingediend bij uw zorgverzekeraar. Het valt wel onder uw eigen risico. Dit betekent dat als uw eigen risico nog niet op is, **de kosten voor thuismonitoring mogelijk voor uw eigen rekening komen.**

Neem voor meer informatie en vragen over uw eigen risico contact op met uw zorgverzekeraar.

## Tot slot

Hoewel de informatie van de SanaCoach Hartfalen met de grootste zorgvuldigheid is samengesteld, is dat geen garantie dat alle gezondheidsvragen worden beantwoord, of dat alle aanwezige gezondheidsrisico's tijdig worden opgespoord. Als u vragen heeft die niet door SanaCoach Hartfalen beantwoord worden, als u zich zorgen maakt of als u een persoonlijk advies wilt, raden wij u aan uw huisarts, hartfalenverpleegkundige of cardioloog te raadplegen:

### **Hartfalen verpleegkundigen**

Liesbeth van Lierop-Rietjens

Laura Puts

Bo Titulaer

De hartfalenpoli is bereikbaar tijdens het telefonisch spreekuur van 10.00 tot 11.00 uur. Tel: (0475) 38 29 26. Buiten het telefonisch spreekuur alleen bereikbaar voor dringende zaken.

*SanaCoach Hartfalen is ontwikkeld door cardiologen, hartfalenverpleegkundigen, de patiëntenvereniging en Sananet BV. Meer informatie vindt u op [www.sananet.nl](http://www.sananet.nl)*

Laurentius Ziekenhuis  
Mgr. Driessenstraat 6  
(hoofdingang bereikbaar via de Oranjelaan)  
6043 CV Roermond  
[www.lzr.nl](http://www.lzr.nl)

Patiëntencommunicatie Laurentius Ziekenhuis  
34276880 - Cardiologie - mei 2024