

Thuismonitoring van de bloeddruk

op de polikliniek interne geneeskunde

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

informatie

**Albert
Schweitzer**
ziekenhuis



Inleiding

U heeft informatie gekregen over thuismonitoring. Dit is controle op afstand. In deze folder kunt u alles nog eens rustig nalezen. Daarna beslist u of u deze controle op afstand wilt.

Chronische nierschade

De nieren zijn het belangrijkste filter in ons lichaam. Als ze minder goed werken heeft dat grote gevolgen. Bij chronische nierschade is er schade aan het nierweefsel ontstaan. Dit kan verschillende oorzaken hebben zoals hoge bloeddruk, diabetes of een aangeboren aandoening.

Er is sprake van chronische nierschade als er gedurende drie maanden of langer eiwit en/of andere afwijkende cellen (zoals bloed) in de urine zit en/of wanneer de nierfunctie verminderd is. De nierfunctie geeft aan hoeveel bloed de nieren kunnen zuiveren.

Om verdere achteruitgang van de nierfunctie zoveel mogelijk te voorkomen is behandeling van een verhoogde bloeddruk zeer belangrijk. De bloeddrukmetingen die thuis worden gedaan zijn betrouwbaarder dan die op de polikliniek worden gemeten. U bent thuis in uw eigen omgeving. Door thuis uw bloeddruk te meten hoeft u minder vaak naar het ziekenhuis te komen.

Hoge bloeddruk

Het hart pompt bloed rond om alle organen van zuurstof en voedingsstoffen te voorzien. Door de pompende werking van het hart is er een bepaalde druk in de bloedvaten aanwezig. Dat is de bloeddruk.

De bovendruk (systolische druk) is de druk als het hart samenknijpt. De onderdruk (diastolische druk) is de druk tussen twee hartslagen.

Met het ouder worden, worden de bloedvaten minder soepel. Bloedvaten worden stijver en kunnen niet meer uitrekken als er een hoeveelheid bloed doorheen gepompt wordt. Daardoor stijgt de bovendruk.

Ook wordt het bloedvat wat nauwer door cholesterolaafzetting aan de binnenkant van het bloedvat. Ook dit verhoogt de bloeddruk. Dezelfde hoeveelheid bloed moet door een kleinere ruimte geperst worden.

Zout trekt vocht aan, dus als mensen veel zout eten, neemt het bloedvolume toe. Ook hierdoor stijgt de bloeddruk. Er moet dan meer bloed door dezelfde ruimte heen.

De bloeddruk verandert voortdurend; afhankelijk van de lichaamshouding (liggen, zitten, staan) en activiteit (slapen, sporten).

Als de bloeddruk langdurig verhoogd blijft, is dat een risico voor hart- en vaatziekten. Hoge bloeddruk zorgt voor sneller ontstaan van slagaderverkalking. Het hart wordt bovendien continu zwaarder belast als het tegen de hogere druk in moet pompen. Van hoge bloeddruk merkt u in het begin niets. Na langere tijd kan het bijvoorbeeld een beroerte, nierschade of een hartaanval veroorzaken.

Thuismonitoring

Het doel van thuismonitoring is het verbeteren van de zorg voor patiënten met chronische nierschade. Met thuismonitoring kan uw gezondheidssituatie op afstand in de gaten worden gehouden. Dit gebeurt met het beantwoorden van korte vragen en het invullen van meetgegevens. Zo kan er eerder gereageerd worden op veranderingen in uw gezondheidssituatie.

Wat verandert er voor u?

U krijgt nog steeds afspraken op de polikliniek als dit nodig is. Door de controles op afstand hoeft u waarschijnlijk minder vaak naar de polikliniek.

Wat heeft u nodig?

Voor thuismonitoring heeft u een smartphone of tablet nodig om een app te kunnen downloaden. Ook heeft u een bloeddrukmeter en een weegschaal nodig.

Hoe verder?

U wordt door de doktersassistente aangemeld voor thuismonitoring. U krijgt een e-mail met de link om de Luscii-app te downloaden. In deze app krijgt u uitleg en tips over hoe u uw bloeddruk op de juiste manier kunt meten. De specialist heeft met u besproken hoe vaak u uw bloeddruk gaat meten. Op de app staan verschillende programma's:

1. Dagelijks bloeddruk meten.
2. Eén keer per maand een aantal dagen bloeddruk meten (woensdag t/m zondag)
3. Gedurende één week voor uw volgende afspraak dagelijks bloeddruk meten.

U krijgt via de app op de afgesproken dagen de vraag om uw metingen in te vullen.

Alleen bij dringende bijzonderheden kunt u een opmerking via de app meesturen. De doktersassistente bekijkt en beoordeelt elke werkdag de ingestuurde gegevens. Zo nodig overlegt zij met uw specialist. Zo nodig neemt zij of de specialist contact met u op.

Belangrijk

De doktersassistente kijkt op een vast moment naar de ingevoerde gegevens. Wilt u uw metingen daarom voor 10.00 uur invoeren? Zorg ervoor dat u de gegevens juist invult.

Heeft u nieuwe of toenemende klachten die met uw nierschade en/of hoge bloeddruk te maken kunnen hebben, bel dan naar de polikliniek. De polikliniek Nefrologie/ Vasculaire geneeskunde is bereikbaar van maandag t/m vrijdag tussen 08.00-16.30 uur via (078) 654 10 61.

Heeft u acute en ernstige klachten: bel dan direct met de huisarts of huisartsenpost of 112.

Tot slot

Als u nog vragen heeft dan kunt u van maandag t/m vrijdag tussen 08.00-16.30 uur bellen met de polikliniek Nefrologie/ Vasculaire geneeskunde, tel. (078) 654 10 61.

Voor technische vragen kunt u tijdens kantooruren bellen de firma Luscii, tel. (085) 130 58 51.

Geef hier uw mening over deze folder: www.asz.nl/foldertest

Albert Schweitzer ziekenhuis

mei 2021

pavo 1660