

Zelfmanagement Informatiemap Trombosedienst – Den Haag



LabWest BV – afdeling Trombosedienst
Postbus 1773
2280 DT Rijswijk

Trombosedienst afdeling Zelfmanagement
Schrijnwerkersgaarde 5
2542 TP Den Haag

Overige contactgegevens:
Zie de website <https://www.lab-west.nl/tdzelfman.pp>

Inloggen in Tropaz:
<https://tropaz.labwest.nl>

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	1
1. Inleiding	2
1.1. Uw vrijheid terug	2
1.2. Patiëntvriendelijke vingerprik	2
1.3. Kosten	2
2. Trainingsperiode	3
2.1. Trainingsfase	3
2.2. Eindgesprek.....	3
2.3. Evaluaties en wegzendtermijn dosering	3
2.4. Wegzendtermijn aantal weken dosering	3
3. Documenten voor de Training.....	4
3.1. Bruikleenovereenkomst	4
3.2. Zelfmeetovereenkomst	5
3.3. Douaneverklaring	7
3.4. Voorwaarden Tropaz	7
4. Inloggen Tropaz, volgen E-learning cursus.....	9
4.1. Inloggen Tropaz	9
4.2. E-learning	9
5. Instructie prikken.....	10
6. Veel gestelde vragen	11
6.1. Algemene vragen	11
Hoe kan ik de trombosedienst voor zelfmeten bereiken?	11
Hoe moet ik de INR meten?	11
Wanneer is mijn dosering bekend?	11
Hoe kom ik aan nieuwe strips/ naaldjes?.....	11
Hoe kan ik mijn controleafspraak wijzigen?	12
Ik ga op vakantie, wat moet ik doen?	12
Is er een app die ik kan gebruiken op mijn telefoon of tablet?	12
6.2. Medische vragen	13
Ik ben mijn dosering vergeten in te nemen, wat moet ik doen?	13
Ik krijg een behandeling bij de tandarts, wat moet ik doen?	13
Wat moet ik doen bij een aanstaande ingreep/onderzoek of operatie?	13
Ik krijg een injectie, wat moet ik doen?	13
Mag ik de griepvaccinatie of een andere vaccinatie?	13
Wat moet ik doen bij starten of stoppen van medicijnen náást het gebruik van de antistollings-tabletten?	13
6.3. Technische vragen.....	14
Het zelfmeetapparaat meet niet of geeft steeds een foutmelding (error).	14
Hoe stuur ik een bericht naar de Trombosedienst?	14
Hoe wijzig ik mijn e-mailadres/wachtwoord?	14
Hoe wijzig ik mijn gegevens?	15

1. Inleiding

In dit document vindt u alles wat u moet weten over het zelfmeten binnen de Trombosedienst – Den Haag. Het eerste deel beschrijft hoe de training in elkaar zit en wat er gaat gebeuren. Vervolgens vindt u informatie die voor u van belang is tijdens en na de trainingen. Tot slot vindt u een aantal meest gestelde vragen met daarop de antwoorden.

1.1. Uw vrijheid terug

U hoeft niet meer naar de Trombosedienst voor het bepalen van de INR. U doet de meting waar en wanneer het u het beste uitkomt. Zeker wanneer u werkzaam bent, een drukke agenda heeft of veel reist, is dat een voordeel. Maar ook als u minder mobiel bent, omdat u bijvoorbeeld geen auto bezit en met openbaar vervoer naar de prikpost zou moeten komen, is zelfmanagement een uitkomst.

De Trombosedienst verzorgt voor u de dosering, nadat u de INR heeft ingevoerd. Zo nodig wordt er contact met u opgenomen. Dit biedt u naast vrijheid ook maximale zekerheid.

1.2. Patiëntvriendelijke vingerprik

Het bepalen van de INR kost u slechts één minuut en één druppel bloed, verkregen door middel van een vingerprik. De vingerprik wordt veelal als minder vervelend ervaren dan een prik in de arm.

Het zelfmeetapparaat is eenvoudig in het gebruik. Bovendien kunt u de meter overal mee naar toe nemen door de geringe afmeting. Dus waar u zich ook bevindt, op vakantie of thuis, u bent in staat om de INR van uw bloed eenvoudig te bepalen.

1.3. Kosten

De kosten verbonden aan de training voor het zelfmeten en de daarop volgende begeleidingsperiodes worden door alle zorgverzekeraars vergoed. Er wordt wel aanspraak gemaakt op uw eigen risico.

Dit betekent dat het bedrag van het eigen risico, wat nog **niet** verbruikt is, volledig en in één keer door de verzekeraar in rekening gebracht zal worden. Dit gebeurt jaarlijks, daarbij is het wel zo dat de kosten van training en begeleiding het eigen risico overschrijden.

NB. Sommige zorgverzekeraars gaan akkoord met de inning van het eigen risico in termijnen. Wij adviseren u dit, zo nodig, bij uw zorgverzekeraar te informeren.

2. Trainingsperiode

Tijdens de training leert u hoe u met behulp van het zelfmeetapparaat zelf de INR kunt bepalen. Via een vingerprik brengt u bloed aan op een teststrook; het zelfmeetapparaat meet vervolgens de INR. Deze waarde geeft u door aan de trombosedienst en vervolgens wordt u gedoseerd, zoals u dat gewend bent. De training bestaat uit twee lessen van ongeveer één uur. De periode tussen de lessen bedraagt één week. Na het succesvol doorlopen van de tweede les volgt een trainingsperiode van drie maanden. In de eerste vijf weken meet u iedere week. Wanneer uw INR stabiel is, krijgt u voor een langere periode een doseerschema voorgeschreven.

Tijdens de **eerste les** ontvangt u:

- Het zelfmeetapparaat, met een korte uitleg
- Een Engelstalige douaneverklaring voor het zelfmeetapparaat
- Een e-learning voor de uitleg van het gebruik van het digitale dossier
- U krijgt uitleg over het gebruik van Tropaz
- U volgt een cursus (e-learning) voor het gebruik van Tropaz via internet

In de week tussen de twee lessen:

- Oefent u het prikken met de prikpen en het bepalen van de INR-waarde op uw toestel

Tijdens de **tweede les**:

- Wordt nagegaan of u in staat bent uw INR-waarde te bepalen met het zelfmeetapparaat
- Wordt de Bruikleen- en zelfmeetovereenkomst door u ondertekend

2.1. Trainingsfase

In de 5 weken daarna meet u wekelijks op een vaste dag de INR-waarde en geeft u deze door via Tropaz. Dit dient 's ochtend **voor** 12.00 uur te gebeuren. Daarna wordt bekeken of uw controletermijn kan worden verlengd tot maximaal 4 weken, mits medisch verantwoord. Dit is afhankelijk van uw INR-waarden en relevante bijzonderheden. De wegzendtermijn kan na een jaar naar 6 weken worden verlengd, mits medisch verantwoord.

U kunt de Trombosedienst informeren:

- Bij voorkeur via Tropaz. Daarbij heeft u de mogelijkheid via het item 'bericht' met de Trombosedienst te communiceren
- Per telefoon (als u Tropaz gebruikt dan alleen bij uitzondering bellen)

2.2. Eindgesprek

Na het succesvol doorlopen van de trainingsperiode wordt deze afgesloten met een eindgesprek. Het eindgesprek wordt individueel gevoerd en duurt ongeveer 15 minuten.

2.3. Evaluaties en wegzendtermijn dosering

Na de training vindt er een evaluatie plaats na 3 maanden. Indien alles goed wordt uitgevoerd is de daarop volgende 1e evaluatie na 6 maanden, een 2e evaluatie na 6 maanden. Indien alles naar wens verloopt kunnen de evaluaties daarna jaarlijks plaatsvinden. Tijdens de trainingsfase (de eerste 15 maanden) is de maximale wegzendtermijn van aantal weken dosering, 3 weken. Daarna wordt gekeken of dezelfde maximale wegzendtermijn gehanteerd kan worden als bij reguliere patiënten.

2.4. Wegzendtermijn aantal weken dosering

Tijdens de trainingsfase (de eerste 15 maanden) is de maximale wegzendtermijn van aantal weken dosering, 3 weken. Daarna wordt gekeken of dezelfde maximale wegzendtermijn gehanteerd kan worden als bij reguliere patiënten.

3. Documenten voor de Training

- Bruikleenovereenkomst
- Zelfmeetovereenkomst
- Douaneverklaring
- Voorwaarden Tropaz

3.1. Bruikleenovereenkomst

LabWest, afdeling Trombosedienst Den Haag, voor medische zaken vertegenwoordigd door mevr. D. Cojocar Medisch Leider, verder te noemen “Bruikleengever” en

<Naam>

<Adres>

<Postcode> <Plaats>

<Patientnummer>

<Geboortedatum>

Gegevens Mantelzorger:

Verder te noemen de “Bruiklener”.

In aanmerking nemende dat:

De Bruikleengever bereid is met Bruiklener, die de verplichte opleiding voor het gebruik van zelfmeetapparatuur in een daartoe aangewezen trainingscentrum met goed gevolg heeft afgerond, een bruikleenovereenkomst aan te gaan voor het in bruikleen verstrekken van zelfmeetapparatuur ter bepaling van de stollingstijd in het bloed (INR) ten behoeve van de orale antistollingsbehandeling.

Verklaren te zijn overeengekomen:

ARTIKEL 1: BRUIKLEEN

De Bruiklener verklaart hierbij dat hij/zij voor onbepaalde tijd van Lab West, afdeling Trombosedienst Den Haag een CoaguChek® XS met toestelnummer: <ZelfmeetapparaatSerienummer> in bruikleen heeft ontvangen.

ARTIKEL 2: Toepassing

De in artikel 1 bedoelde goederen zijn uitsluitend bestemd voor toepassing van het zelfmeten van de INR bij Bruiklener.

ARTIKEL 3: VERPLICHTING VAN DE BRUIKLENER

1. De goederen met inachtneming van de normale zorgvuldigheid te zullen beheren en bewaren; deze slechts in overeenstemming met hun bestemming te gebruiken.
2. De in bruikleen verstrekte goederen niet aan anderen ter beschikking te stellen.
3. Storingen, vermissingen, beschadigingen etc. van apparatuur en mee geleverde goederen onverwijld aan de Bruikleengever te melden.
4. De aanwijzingen inzake onderhoud betreffende apparatuur en toebehoren op te volgen.

ARTIKEL 4: SCHADE

Opgelopen schade aan de goederen als gevolg van:

- opzet, nalatigheid, verlies

- beschadiging (brand, waterschade, oneigenlijk gebruik van goederen niet in overeenstemming met de bestemming) en
- diefstal

komt voor rekening van de Bruiklener of diens verzekering.

ARTIKEL 5: VERPLICHTINGEN VAN DE BRUIKLEENGEVER

1. Adviezen met betrekking tot het gebruik van zelfmeetapparatuur aan de Bruiklener te verstrekken;
2. De kwaliteit van de zelfmeetapparatuur minimaal jaarlijks te controleren;
3. Voor reparatie van de in bruikleen gegeven apparatuur zorg te dragen;
4. Zo nodig een reserve apparaat te verstrekken;
5. Voldoende materiaal, te weten strips en prikmetaal te verstrekken t.b.v. de INR metingen.

ARTIKEL 6: EINDE VAN DE OVEREENKOMST

Onverminderd het bepaalde in *Burgerlijk wetboek Boek 7A, Titel 13. Van Bruiklening, art. 1786* is LabWest, afdeling Trombosedienst Den Haag bevoegd tussentijds deze overeenkomst op te zeggen en van belanghebbende de onmiddellijke teruggave van de in bruikleen verstrekte goederen te verlangen indien:

1. Bruiklener naar het oordeel van de Bruikleengever niet meer voldoet aan de afspraken gemaakt tussen Bruiklener en Bruikleengever zoals deze zijn vastgelegd in de overeenkomst die door beiden is ondertekend.
2. Bruiklener de in bruikleen gegeven goederen verwaarloost, misbruikt, voor een ander doel gebruikt dan waarvoor deze bestemd zijn of indien Bruiklener op enigerlei wijze handelt in strijd met de bepalingen van deze overeenkomst.
3. Zodra ministeriële- of gezondheidszorgregelgeving in die zin wordt gewijzigd dat het gebruik van zelfmeetapparatuur niet meer is toegestaan, c.q. niet meer wordt vergoed.
4. Bruiklener op medische gronden mag/moet staken met de antistollingsbehandeling.

In alle bovenstaande gevallen geldt, dat de in bruikleen verstrekte goederen binnen vier weken geretourneerd dienen te worden. Bij in gebreke blijven zal de trombosedienst de Bruiklener een rekening doen toekomen van de dagwaarde van de apparatuur + 5% administratiekosten.

3.2. Zelfmeetovereenkomst

Ondergetekenden,

<Naam>

<Adres>

<Postcode> <Plaats>

<Patientnummer>

<Geboortedatum>

Gegevens Mantelzorger:

hierna te noemen cliënt en **LabWest, afdeling Trombosedienst** Den Haag, verder te noemen **Trombosedienst**, komen als volgt overeen:

- Cliënt zal met ingang van heden ten behoeve van zijn antistollingsbehandeling zelfmeten van de INR gaan toepassen volgens de daartoe verstrekte instructie.
- Cliënt heeft hiertoe een training gevolgd en deze met goed resultaat afgesloten.
- Cliënt is op de hoogte van het feit dat het zelfmeten van de INR geschiedt op eigen verantwoording.

- Cliënt zal zich houden aan de afspraken met de **Trombosedienst** zoals deze zijn weergegeven in de bijlage. Het niet nakomen van de afspraken kan beëindigen van de overeenkomst tot gevolg hebben.
- De **Trombosedienst** zal tijdens kantooruren bij vragen en problemen zorgdragen voor adequate advisering.

Bijlage: Afspraken behorend bij de Overeenkomst Zelfmeten:

1. Doorgeven van INR

- U heeft beschikking over internet. U meet en verstrekt de INR via Tropaz aan de trombosedienst op de afgesproken dag vóór 12.00 uur.
- U heeft geen beschikking over internet. U meet en belt op de afgesproken dag vóór 12.00 uur de INR door aan de trombosedienst, onder vermelding van uw naam, geboortedatum, patiëntnummer en eventuele bijzonderheden. De INR uitslag spreekt u uit met een komma ,ook als er nul achter de komma op uw apparaat verschijnt. Als voorbeeld: drie komma nul.
- U controleert de volgende dag de INR op de papieren kalender. Indien deze afwijkt van de INR die u de dag ervoor heeft doorgegeven, neemt u dan zo spoedig mogelijk contact op met de trombosedienst.
- Houdt u er rekening mee dat bij het doorgeven van de INR na 12.00 uur de volgende werkdag wordt behandeld. Neem bij een INR kleiner dan 1.6 of hoger dan 6.0 telefonisch contact op met de Trombosedienst.
- U meet en verstrekt de INR op werkdagen door aan de Trombosedienst.

2. U meldt bijzonderheden zoals:

- Starten of stoppen van medicijnen
- Ingrepen: Voor elke ingreep waarvoor het tijdelijk stoppen met de orale antistollingsmedicatie noodzakelijk is, dienen wij bij voorkeur *minimaal* 1 week van tevoren een schriftelijk bevestiging of melding via Tropaz te ontvangen, met vermelding van: Welke behandeling, op welke datum, in welk ziekenhuis en wie de behandelend arts is. De trombosedienst neemt contact op met uw behandelend specialist voor een schriftelijke bevestiging van het gewenste beleid middels het ingrepenformulier.
- Bloedingen (bij ernstige bloedingen direct contact opnemen met de huisarts).
- Koorts (hoger dan 38.0°C), diarree, braken.
- Vakanties
- De dosering sinds de vorige controle is niet volgens afspraak ingenomen. Hierbij ook de reden aangeven.
- Bij een INR-uitslag 8.0 of > 8.0 verricht u nogmaals een INR-meting en geeft beide uitslagen door met een aparte mededeling en vermeld of er wel of geen bijzonderheden zijn.

3. Evaluatie

- Na de training vindt er een evaluatie plaats na 3 maanden. Indien alles goed wordt uitgevoerd, volgt een 1e evaluatie na een half jaar, een 2e evaluatie na een half jaar. Indien alles naar wens verloopt kunnen de evaluaties daarna jaarlijks plaatsvinden.
- Uw zelfmeetapparaat (CoaguChek) wordt uitgelezen, de priktechniek geëvalueerd en de werking van uw apparaat gecontroleerd door middel van een meting op uw eigen apparaat ten opzichte van een meting met een geijkt apparaat van de afdeling Zelfmanagement. Strips en prik materiaal worden tijdens de evaluatie verstrekt. Deze evaluatie-afspraken zijn verplicht.
- De afspraken duren 10 minuten, zorg ervoor dat u op tijd bent.



- Wilt u de afspraak verzetten dan moet dit uiterlijk 24 uur voor de afspraak gebeuren, anders zijn er kosten aan verbonden.
- Komt u meerdere malen niet opdagen op een evaluatie dan wordt de zelfmeetovereenkomst ontbonden.
- Bij niet retourneren van het toestel als de behandeling wordt gestaakt worden er kosten in rekening gebracht.

3.3. Douaneverklaring

Voor het geval u naar het buitenland moet is er een douaneverklaring opgesteld. De verklaring staat op uw naam en bevat informatie over het zelfmeetapparaat. Hieronder vindt u een voorbeeld:

It is necessary to take the CoaguChek /INRange as hand luggage!

The blood of some people has a particular tendency towards the production of blood clots. As the blood circulates these clots may be transferred to other organs, with potentially serious consequences such as embolism or stroke. Anticoagulation suppresses the undesirable formation of these blood clots. Among the most important aspects of this treatment is the need to maintain the right dosage.

Factors such as illness, nutritional intake and climatic variations during travel may cause patient's INR values to rise above or fall below his or her therapeutic range. Coagulation levels must therefore be checked at regular intervals, so that any adverse circumstances can be detected early on.

The CoaguChek system allows to measure the INR with a finger stick blood sample so that managing the oral anticoagulation therapy is becoming much easier.

CoaguChek is a portable, battery-powered monitor that provides very accurate readings quickly and easily. The CoaguChek is being used together with:

- CoaguChek PT Tests
- CoaguChek PT Controls
- Accu-Chek Softclix lancing device
- Accu-Chek Softclix lancets

3.4. Voorwaarden Tropaz

Deze site en app is opgezet met als doel u te ondersteunen in de communicatie met uw zorgverlener. Deze wordt u aangeboden door uw zorgverlener ter ondersteuning van uw controle en behandeling.

Deze site verandert niets aan de relatie tussen u en uw zorgverlener. Zij biedt u uitsluitend een extra mogelijkheid om te communiceren met uw zorgverlener. Melding via deze site hoeft niet direct te resulteren in een reactie van uw zorgverlener, daarom wordt u geadviseerd in urgente gevallen telefonisch contact op te nemen met uw zorgverlener.

- Indien u gegevens bewaart via deze site, wordt u geadviseerd om regelmatig afdrucken te maken van de voor u belangrijke pagina's, zodat u te allen tijde over de juiste informatie kunt beschikken.
- Deze site kan onverhoopt, tijdelijk niet bereikbaar zijn. In dat geval kunt u er vanuit gaan dat alles in het werk wordt gesteld om de site zo spoedig mogelijk te herstellen. tijdens de storing kunt u telefonisch contact opnemen met uw zorgverlener.
- U kunt informatie van deze site bewaren en/of afdrucken voor uw persoonlijk gebruik. U mag de informatie niet bewerken of gebruiken voor commerciële doeleinden.



- De indeling van de site kan te allen tijde en zonder melding vooraf gewijzigd en/of aangepast worden. Indien u van mening bent dat de gepresenteerde informatie niet correct is dient u direct contact op te nemen met uw zorgverlener.
- Deze service wordt u aangeboden door uw zorgverlener en wordt beheerd door ASolutions.

Uitgangspunten voor de omgang van de persoonsgegevens

1. Deze site zal worden opgezet en beheerd in lijn met de Wet Bescherming Persoonsgegevens
2. Bij de verwerking van persoonsgegevens zal uiterst zorgvuldig te werk worden gegaan. Er zal uitsluitend gebruik gemaakt worden van die gegevens die relevant zijn voor een optimale dienstverlening.
3. Vastgelegde gegevens zijn beschikbaar voor uw behandelende zorgverleners. U heeft de mogelijkheid om zorgverleners te autoriseren voor inzage in uw persoonsgegevens of hen die autorisatie te ontnemen. Dit met uitzondering van uw hoofdbehandelaar. Deze zal te allen tijde toegang dienen te behouden tot uw gegevens.
4. Uw persoonsgegevens worden zonder uw uitdrukkelijke toestemming niet aan derden verstrekt, tenzij:
 - a. Dat voortvloeit uit verplichtingen die jegens u zijn aangegaan
 - b. Dat noodzakelijk is voor statistische rapportages door uw zorgverlener aan de overheid of overkoepelende medische instanties.
 - c. Dat voortvloeit uit de wet
5. Verwerking van medische persoonsgegevens vindt uitsluitend plaats onder verantwoordelijkheid van medisch personeel. Zij zijn uit hoofde van hun beroepsgeheim gebonden aan geheimhoudingsplicht.
6. Op verzoek en na voldoende legitimatie ontvangt u een overzicht van de verwerkte persoonlijke gegevens. Bij eventuele onjuistheden kunt u uw gegevens laten aanpassen.

4. Inloggen Tropaz, volgen E-learning cursus

4.1. Inloggen Tropaz

Het internetadres voor de digitale training voor het zelfmeten is <https://tropaz.labwest.nl>.

Uw gebruikersnaam is het door u opgegeven e-mailadres. Het wachtwoord wordt u per e-mail toegezonden nadat wij uw toegangsgegevens hebben geactiveerd.

Wanneer u de eerste keer inlogt:

- Vult u uw gebruikersnaam in (e-mailadres)
- Vult uw wachtwoord in (toegezonden door de Trombosedienst naar uw e-mailadres)
- Kiest u daarna uw eigen gekozen wachtwoord
- Vult u dit eigen gekozen wachtwoord twee keer in ter controle
- Klikte u op opslaan en verschijnt vervolgens de homepage

De volgende keer logt u in met uw gebruikersnaam en uw eigen gekozen wachtwoord.

4.2. E-learning

U kunt de E-learning doen zonder in te loggen en oefenen op de onderdelen.

De E-learning kunt u benaderen via http://www.labwest.nl/zelfmanagement/elearning/story_flash.html.

5. Instructie prikpen



Stap 1:
trek het voorste kapje van de pen



Stap 2:
doe het prikkertje in de pen



Stap 3:
draai het dopje een slag en
trek het van het prikkertje af



Stap 4:
doe het kapje op de pen met de
inkeping in de juiste positie



Stap 5:
draai het kapje naar de gewenste
prikdiepte



Stap 6:
span de prikpen door op de
achterste knop te drukken



Stap 7:
zorg ervoor dat uw handen warm,
schoon en droog zijn



Stap 8:
houdt de prikpen tegen de vingertop
en druk op het gele knopje



Stap 9:
haal het voorste kapje weer
van de pen en verwijder het
prikkertje door het voorste
gedeelte van de pen te
schuiven

ACCU-CHEK® *Softclix*



ACCU-CHEK®

6. Veel gestelde vragen

6.1. Algemene vragen

In dit onderdeel vindt u antwoord op algemene vragen rondom het zelfmanagement.

Hoe kan ik de trombosedienst voor zelfmeten bereiken?

T: 070 – 372 0372 tussen 8.00 – 12.30 uur en 14.00 – 16.30 uur

F: 070 – 394 2077

E: zelfmeet@labwest.nl

Hoe moet ik de INR meten?

1. Maak de prikpen klaar.
2. Zet de meter aan.
3. Schuif de strip in de meter (sluit het kokertje direct na uithalen van de strip!).
4. Druk op de M-knop als de juiste code knippert.
5. Wacht tot de zandloper verdwijnt en een signaal afgaat. De meter gaat aftellen.
6. Prik in de vinger.
7. Maak een grote druppel (binnen 15 seconden).
8. Leg de druppel tegen/op de teststrook en wacht op het signaal.
9. Wacht op de uitslag van de INR.

Nog enkele tips:

- Tijdens het opbrengen van de bloeddruuppel dient de CoaguChek horizontaal te staan.
- Niet te hard duwen of drukken met / op het stripje.
- Bij een INR hoger dan 6.0 meet u tweemaal en geeft u beide uitslagen door aan de trombosedienst.
- Bij een INR lager dan 1,8 meet u tweemaal en geeft u beide uitslagen door aan de trombosedienst.
- Het apparaat op kamertemperatuur brengen voor gebruik.
- Koker van de strips direct sluiten na gebruik.
- In het apparaat moeten altijd batterijen aanwezig zijn. Dit moeten batterijen zijn van goede kwaliteit (alkaline batterijen). Geen oplaadbare batterijen gebruiken.
- Niet tweemaal in dezelfde vinger prikken op de dezelfde dag.
- De INR wordt altijd in twee cijfers weergegeven (één cijfer voor en één cijfer achter de komma). Als er maar één cijfer verschijnt, is dit een foutmelding. De foutmeldingen worden als tekst in het display vermeld (dus geen codes).

Wanneer is mijn dosering bekend?

Het voordeel van zelfmanagement met de CoaguChek is dat u op elk moment van de dag kunt meten. Wij vragen u om de gemeten waarde vóór 12.00 uur in te voeren in Tropaz. Zo kunnen wij garanderen dat u dezelfde dag nog een dosering krijgt.

Hoe kom ik aan nieuwe strips/ naaldjes?

Neem contact op met de trombosedienst; bij voorkeur via Tropaz of via de mail zelfmeet@labwest.nl. Is uw controleafspraak in de nabije toekomst, dan adviseren we u contact op te nemen via e-mail of via de telefoon om de controleafspraak te vervroegen.

Lukt het niet om langs te komen in Den Haag, dan maakt u telefonisch een afspraak voor het afhalen van de strips en/of naaldjes op een bloedafnamepost bij u in de buurt.

Hoe kan ik mijn controleafspraak wijzigen?

U stuurt een bericht via Tropaz. Er wordt dan zo spoedig mogelijk contact met u gezocht.

Ik ga op vakantie, wat moet ik doen?

- U geeft uw vakantie door via Tropaz.
- Graag het land van bestemming en de begin- en einddatum van de vakantie erbij vermelden.
- Vlak voordat u op vakantie gaat, kunt u via Tropaz de vakantiebrief printen.
- Neemt u vooral het zelfmeetapparaat mee op vakantie, ook als uw doseerschema de vakantie overbrugt. Tijdens de vakantie is de kans op INR-schommelingen juist wat hoger (ander klimaat, andere voeding, ander levensritme etc.) . Bij twijfel of bij ziekte is het verstandig om een extra INR-meting te doen en de INR aan ons door te geven.
- Neemt u de vakantiebrief en de douanebrief (zo nodig) mee.

Ik heb een rekening gekregen, waarvoor is deze?

De training, het eindgesprek of het controlegesprek verlopen volgens afspraak. Deze afspraak vindt u terug in Tropaz op de homepage. De controle-afspraken zijn verplicht. Bij niet tijdig afzeggen van een afspraak (minimaal 24 uur van te voren), wordt een wegblijftarief van €20,00 in rekening gebracht. Dit bedrag kunt u terugvinden in de zelfmeetovereenkomst.

Ik heb een afspraak voor mijn evaluatie, wordt daar ook veilig gewerkt?

Op al onze afdelingen / locaties werken wij volgens de laatste richtlijnen van het RIVM.

Is er een app die ik kan gebruiken op mijn telefoon of tablet?

Op uw Android telefoon / tablet gaat u naar de Google Play store en zoekt u 'Tropaz'. U selecteert de Tropaz app en klikt op installeren. Beantwoord eventuele verdere vragen die Google Play stelt.

Op uw iPhone of iPad gaat u naar de App store en zoekt u op 'Tropaz'. U selecteert de Tropaz app en klikt op installeren. Beantwoord eventuele verdere vragen die de App store stelt. Bij de eerste keer opstarten van de app selecteert u de Trombosedienst 'LabWest' en u logt vervolgens in met de gegevens van uw Tropaz account.

Op de website <https://www.lab-west.nl/tropaz.pp> vindt u een e-learning en handleiding over de app.

6.2. Medische vragen

In dit onderdeel vindt u antwoord op medische vragen rondom het zelfmanagement.

Ik ben mijn dosering vergeten in te nemen, wat moet ik doen?

Als u vergeten bent uw tabletten in te nemen en u merkt dit dezelfde avond nog, neem dan alsnog de voorgeschreven dosering in. Merkt u de volgende ochtend vóór 12.00 uur, dat u uw tabletten van de vorige dag vergeten bent in te nemen, zoek dan contact met de Trombosedienst. Wij adviseren u over het aantal tabletten dat u alsnog in mag nemen. Komt u er pas de volgende avond achter dat u de dag ervoor niets heeft ingenomen, dan raden wij u aan om hiervan een melding te maken in Tropaz.

Ik krijg een behandeling bij de tandarts, wat moet ik doen?

Wanneer u een behandeling bij de tandarts of mondhygiënist zult krijgen, is het van groot belang dat er duidelijke afspraken worden gemaakt over het gebruik van de antistollingsmiddelen. Meld daarom altijd aan uw tandarts dat u een antistollingsmiddel gebruikt en de naam van dit middel. In verband met de vaak noodzakelijke controle vooraf is het raadzaam de ingreep bij voorkeur niet op maandag af te spreken.

Zodra u weet wanneer de ingreep plaatsvindt, stuurt u de trombosedienst een bericht via Tropaz. Hierin vermeldt u de datum van de ingreep, soort ingreep, naam en telefoonnummer van de tandarts. De trombosedienst zal zo nodig contact opnemen met de tandarts in verband met de behandeling. U krijgt advies van de trombosedienst over het al of niet instellen van de antistolling en de te volgen dosering en controledatum van de INR.

Wat moet ik doen bij een aanstaande ingreep/onderzoek of operatie?

Wanneer u een grote of kleine operatieve ingreep in een ziekenhuis moet ondergaan, is het van groot belang dat er duidelijke afspraken worden gemaakt over het gebruik van de antistollingsmiddelen. Meld daarom altijd aan uw behandelend arts dat u een antistollingsmiddel gebruikt en de naam van dit middel. In verband met de vaak noodzakelijke controle vooraf is het raadzaam de ingreep bij voorkeur niet op maandag af te spreken.

Zodra u weet wanneer de ingreep of operatie plaatsvindt, stuurt u de trombosedienst een bericht via Tropaz. Hierin vermeldt u de datum van de ingreep, soort ingreep, naam behandelend arts en in welk ziekenhuis de ingreep gaat plaatsvinden. De trombosedienst zal zo nodig contact opnemen met arts/ziekenhuis in verband met de ingreep/operatie. U krijgt van de trombosedienst (of van de behandelend arts) advies over de te volgen dosering in verband met de aanstaande behandeling en de controledatum van de INR.

Ik krijg een injectie, wat moet ik doen?

Injecties in de spieren moeten zoveel mogelijk worden vermeden in verband met de kans op een spierbloeding. Mocht toediening in de spier toch noodzakelijk zijn, neemt u dan contact op met de trombosedienst voor aanpassing van de antistollingsbehandeling. Dit geldt ook voor noodzakelijke injecties in een gewricht.

Mag ik de griep prik of een andere vaccinatie?

De griep prik en andere vaccinaties kunnen onderhuids (dus niet in de spier) gegeven worden. Daarbij is aanpassing van de antistolling niet nodig.

Wat moet ik doen bij starten of stoppen van medicijnen náást het gebruik van de antistollings-tabletten?

Indien u start of stopt met medicijnen, dan stuurt u een bericht via Tropaz. U kunt het ook via het tabblad bijzonderheden invoeren. Vermeld de naam van het medicijn, de startdatum en de eventuele stopdatum (bijvoorbeeld bij een antibioticumkuur). Soms is een extra controle noodzakelijk, omdat bepaalde medicijnen de INR kunnen verhogen of verlagen. De trombosedienst zal u dan telefonisch of via uw digitaal logboek vragen om eerder de INR te bepalen en door te geven.

6.3. Technische vragen

In dit onderdeel vindt u antwoord op technische vragen rondom het zelfmanagement.

Het zelfmeetapparaat meet niet of geeft steeds een foutmelding (error).

Het apparaat geeft aan wat er fout is. Bij een onbekende fout kunt u een bericht sturen naar het zelfmeet-team.

Welke batterijen moet ik gebruiken voor het zelfmeetapparaat?

Uitsluitend Alkaline AAA-batterijen worden geadviseerd.

Hoe stuur ik een bericht naar de Trombosedienst?

Wanneer u een ingreep, verandering van medicijnen of uw vakantie wilt doorgeven, stuurt u een bericht via Tropaz

1. Ga naar <https://tropaz.labwest.nl>
2. Log in met uw e-mailadres en wachtwoord
3. Klik op inloggen of druk op enter
4. Als u bij de invoer van een INR een mededeling heeft, meldt u dit onder bijzonderheden bij de INR'.
5. Buiten de INR-controles stuurt u een apart bericht via Berichten-Nieuw-versturen

Hoe stel ik de datum en tijd in van het zelfmeetapparaat?

Wanneer u de batterijen heeft vervangen moet u de datum en tijd opnieuw instellen.

1. Zet het apparaat aan.
2. Druk op de set-knop (blauwe knop aan de linkerkant van het toestel).
3. In het scherm moet 31-12-00 verschijnen. Als de volgorde anders is, drukt u dan op de M-knop, net zolang tot de volgorde goed is.
4. Druk op de set-knop.
5. Het rechter getal (**het jaar**) gaat knipperen. Druk op de M-knop, net zolang tot het juiste getal verschijnt.
6. Druk op de set-knop.
7. Het middelste getal (**de maand**) gaat knipperen. Druk op de M-knop, net zolang tot het juiste getal verschijnt.
8. Druk op de set-knop.
9. Het linker getal (**de dag**) gaat knipperen. Druk op de M-knop, net zolang tot het juiste getal verschijnt.
10. Druk op de set-knop.
11. Er knippert 24h in de display. Druk op de set-knop.
12. Het linker getal (**de uren**) gaat knipperen. Druk op de M-knop, net zolang tot het juiste getal verschijnt.
13. Druk op de set-knop.
14. Het rechter getal (**de minuten**) gaat knipperen. Druk op de M-knop, net zolang tot het juiste getal verschijnt.
15. Druk op de set-knop en zet de CoaguChek uit.

Hoe wijzig ik mijn e-mailadres/wachtwoord?

1. Ga naar <https://tropaz.labwest.nl>
2. Log in met uw e-mailadres en wachtwoord
3. Klik op inloggen of druk op enter
4. Klik op mijn gegevens: hier past u het wachtwoord en/of het e-mailadres aan.



Wanneer u uw wachtwoord bent vergeten, klik dan op 'wachtwoord vergeten' op de homepagina van Tropaz.

Hoe wijzig ik mijn gegevens?

1. Ga naar <https://tropaz.labwest.nl>
2. Log in met uw e-mailadres en wachtwoord
3. Klik op inloggen of druk op enter
4. Op de homepage vindt u de gegevens die van u bekend zijn. Wilt u deze wijzigen, stuur dan een bericht via Berichten-nieuw-versturen