

 I N F O R M A T I E O V E R

Thuismeten: samen houden we grip op uw longrevalidatie

Thuismeten helpt u bij uw longrevalidatieprogramma. U houdt thuis het effect van de revalidatie in de gaten, wij kijken met u mee. Zo werken we samen aan het beste resultaat voor u. Deze folder vertelt u meer over hoe u de app Thuismeten kunt gebruiken.

Waarom gebruikt u de app Thuismeten?

Thuismeten kan helpen om u te ondersteunen bij uw behandeling. U doet dit naast uw afspraken in het ziekenhuis. Zo houden we samen grip op uw gezondheid en uw revalidatie. Via de app krijgt u ondersteuning door middel van informatie, video's en trainingsschema's.

Hoe werkt de app Thuismeten?

Uw longarts of longverpleegkundige kan samen met u besluiten dat gebruik van de Thuismeten app bij u past. U installeert de Thuismeten app dan op uw telefoon of tablet. We helpen u hier graag bij.

U ontvangt een welkomstmail van Thuismeten. Hierin wordt uitgelegd hoe u begint met Thuismeten. Komt u er niet uit? Ook hier kunnen we u bij helpen.

Via de [BeterDichtbij](#) app kunt u makkelijk en veilig contact opnemen met uw zorgverlener. U kunt appen of (op afspraak) een beeldbelgesprek voeren met de longverpleegkundige of longarts. BeterDichtbij is een aparte app. Als u beide apps heeft geïnstalleerd, schakelt Thuismeten vanzelf over.

Uw begeleiding bij longrevalidatie

Een longziekte is zeer ingrijpend, voor uzelf en voor de mensen in uw omgeving. Het kost tijd en energie om hiermee om te gaan. Om uw herstel te bevorderen, biedt het BovenIJ een longrevalidatieprogramma. Tijdens dit programma wordt u door een team van medewerkers begeleid op allerlei gebieden: bewegen, ademhaling en ontspanning,

informatiebijeenkomsten en leefstijlbijeenkomsten.

De Thuismeten app stuurt u berichten tijdens uw longrevalidatieprogramma. Dit kunnen tips zijn over bewegen of gezonde leefstijl. U kunt ook aangeven of u thuis oefeningen heeft gedaan en hoe u dat heeft ervaren. Ook kunt u aangeven in hoeverre u uw persoonlijke doelen behaalt. Zo kunnen krijgen we meer inzicht in het effect van uw revalidatie.

Heeft u medische vragen?

Neem dan contact op met de polikliniek longgeneeskunde. Dit kan door een bericht te sturen via BeterDichtbij of telefonisch contact op te nemen met de polikliniek.

Nood

Voelt u zich echt niet goed? Handel dan zoals u altijd doet. Neem zo snel mogelijk contact op met:

- Uw huisarts
- De huisartsenpost
- In levensbedreigende situaties 112

Afdelingen

Longgeneeskunde polikliniek

Telefoonnummer	020-634 6292
Openings- en bezoektijden	Van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 16.30
Route	40

Longverpleegkundige

Telefoonnummer	020-634 6292
Route	46



<https://www.bovenij.nl/aandoening-behandeling/longrevalidatie/thuismeten-samen-houden-we-grip-op-uw-longrevalidatie>

Deze download is gemaakt op 26-07-2026 om 04.30 uur.