

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

Thuismeten tijdens uw hartrevalidatieprogramma

Thuismeten helpt u bij uw hartrevalidatieprogramma. U houdt thuis uw gezondheid in de gaten, wij kijken met u mee. Zo werken we samen aan de beste zorg 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 en uw mantelzorgers te ondersteunen bij uw hartrevalidatieprogramma. U gebruikt de app Thuismeten naast uw afspraken in het ziekenhuis. Met de app krijgt u meer grip op uw gezondheid en het revalidatieprogramma. Via de app krijgt u ondersteuning door middel van informatie, video's en trainingsschema's.

Hoe werkt Thuismeten?

Tijdens het eerste gesprek met uw zorgverlener krijgt u uitleg over de Thuismeten app. Uw arts kan samen met u besluiten dat gebruik van de Thuismeten app bij u past. U installeert de Thuismeten app op uw telefoon of tablet. We helpen u hier graag bij. U ontvangt een welkomstmail. Hierin wordt uitgelegd hoe u begint met Thuismeten.

De Thuismeten app stuurt u vervolgens gedurende uw hartrevalidatieprogramma berichten, bijvoorbeeld over bewegen of ontspanning.

Via de [BeterDichtbij app](#) kunt u makkelijk en veilig contact opnemen met uw zorgverlener. U kunt appen of (op afspraak) een beeldbelgesprek voeren met een zorgverlener. BeterDichtbij is een aparte app. De Thuismeten app biedt BeterDichtbij aan als contactmogelijkheid.

Uw begeleiding bij hartrevalidatie

Een hartziekte is zeer ingrijpend, voor uzelf en voor de mensen in uw omgeving. Het kost tijd en energie om de gebeurtenis te verwerken. Om uw herstel te bevorderen, is er in het

BovenIJ een hartrevalidatieprogramma. Tijdens dit programma wordt u door een team van medewerkers begeleid op allerlei gebieden: bewegen, ademhaling en ontspanning, informatiebijeenkomsten en leefstijlbijeenkomsten. De Thuismeten app biedt extra ondersteuning bij dit programma.

Heeft u medische vragen?

Neem dan contact op met de polikliniek of stuur een bericht via de BeterDichtbij app.

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

Cardiologie polikliniek

Telefoonnummer	020-634 6732
Route	10



<https://www.bovenij.nl/aandoening-behandeling/hartrevalidatie/thuismeten-tijdens-uw-hartrevalidatieprogramma>
Deze download is gemaakt op 26-07-2026 om 14.27 uur.