Invoeren van zelfmetingen in MijnGezondheid.net

Hebt u zelf uw bloeddruk, hartfrequentie, lichaamsgewicht of glucose gemeten? Dan kunt u deze waarde via MijnGezondheid.net doorgeven aan uw huisartsenpraktijk. In deze handleiding vindt u de stappen die u daarbij doorloopt. We nemen hier het doorgeven van de bloeddrukwaarde als voorbeeld.

1

Open <u>MijnGezondheid.net</u> [□] via de webbrowser en log in met uw DigiD. *Het is helaas nog niet mogelijk om zelfmetingen door te geven via de app.*

Klik op 'Eigen metingen delen en bekijken'.
Let op: Wanneer deze tegel niet zichtbaar is, neem dan contact op met uw huisartsenpraktijk.



>>

Invoeren van zelfmetingen in MijnGezondheid.net

3 Klik vervolgens op de roze knop 'Nieuwe zelfmeting delen'.

MijnGezondheid.net
Eigen metingen delen en bekijken
Wat kan ik hier vinden?
Op deze neuenbest u uw zelfmetingen invullen (indien dit ondersteund wordt door uw huisarts). De door u ingevoerde metingen vorden direct verzonden, har uw huisarts. U kunt ingevoerde metingen om deze redenen niet meer wijzigen of verwijderen.
C Nieuwe zelfmeting delen
Er zijn Beeneenmetingen voor u gevonden.
<u>Terug naar startscherm</u>

In onderstaande afbeelding ziet u hoe u een bloeddrukmeting kunt invoeren.
Zoals u ziet, kunt u indien gewenst ook voor een andere zelfmeting kiezen.
a. Start bij het invullen van de bloeddrukmeting met de *bovendruk* en vervolgens de *onderdruk*.

b. Daarna kunt u de datum en tijd invoeren waarop u de meting heeft uitgevoerd.c.Klik tenslotte op de knop 'Meting delen'. De meting wordt nu gedeeld met uw huisartsenpraktijk.

Wat kan ik hier vir	iden?
p deze pagina kunt orden direct verzor	u uw zeifmetingen invullen (indien dit ondersteund wordt door uw huisarts). De door u ingevoerde metingen den naar uw huisarts. U kunt ingevoerde metingen om deze redenen niet meer wijzigen of verwijderen.
Type meting:	
Bloeddruk	v
Bloeddruk	
Hartfrequentie	: (Bovendruk) mm[Hg]*:
Glucose	1 0
Diastolische bloed Uw meting in mm	druk (Onderdruk) mm[Hg]*:
Datum van meting	
11/18/2022	0
Tijd van meting*:	
	A

>>

Invoeren van zelfmetingen in MijnGezondheid.net

5 Nadat u de meting gedeeld heeft, krijgt u onderstaand scherm te zien.
Wilt u de ingevoerde meting nog eens bekijken, klik dan op de blauwe knop 'bloeddruk'.

igen metingen delen ei	n bekijken
• Wat kan ik hier vinden?	
Op deze pagina kunt u uw zelfmetingen inv worden direct verzonden naar uw huisarts.	vullen (indien dit ondersteund wordt door uw huisarts). De door u ingevoerde metingen U kunt ingevoerde metingen om deze redenen niet meer wijzigen of verwijderen.
C Nieuwe zelfwetige delen	
íies de categorie waarvan αγ	w zelfmetingen wilt bekijken of invoeren:
Bloeddruk	
	Nieuwe zelfmeting delen
	Bloeddruk: 2 metingen
	Bloeddruk: 2 metingen 16-02-2023 00:00:
	Bloeddruk: 2 metingen 16-02-2023 00:00: 120 mm[Hg] Systolische bloeddruk (Bovendruk)
	Bloeddruk: 2 metingen 16-02-2023 00:00: 120 mm[Hg] Systolische bloeddruk (Bovendruk) 16-02-2023 00:00:

Hebt u een vraag over het invoeren van uw meting?

Dan kunt u contact opnemen met de huisartsenpraktijk.

Let op: Geef <u>niet</u> digitaal een meting door als u zich niet goed voelt, druk op de borst heeft, kortademig bent of vocht vasthoudt. U kunt dan beter telefonisch overleggen met de assistente van de huisartsenpraktijk.