



SanaCoach Astma

U staat er niet alleen voor!

De SanaCoach Astma is een beveiligde en persoonlijke pagina op het internet, bedoeld voor mensen met astma. U vindt de SanaCoach op www.sanacoach.com. U kunt ook de SanaCoach App downloaden in de Google Playstore of de Appstore van Apple.

Astma is een chronische ziekte waarbij telkens (kleine) ontstekingen in de longen voorkomen. Met de SanaCoach Astma, leert u meer over astma en hoe u daar beter mee om kunt gaan. Ook kunt u eenvoudig en veilig communiceren met uw zorgverleners. Zij kunnen u op afstand volgen en zo nodig actie ondernemen. De SanaCoach Astma zorgt er op deze manier voor dat de kans op ziekenhuisopnames kleiner wordt en dat u minder vaak naar de poli hoeft te komen.

SanaCoach Astma

Met de SanaCoach kunt u regelmatig gezondheidschecks invullen, een spreekuur voorbereiden, problemen of zorgen rondom de toediening van uw Biological in de gaten houden, kenniskuren volgen, advies krijgen en vragen stellen aan uw behandelaar.

Daarnaast kunt u samen met uw behandelaar uw persoonlijk zorgplan samenstellen en volgen. U krijgt een e-mail of notificatie in de App als een bericht of nieuwe sessie voor u klaarstaat in de SanaCoach. Deze berichten staan dan voor u klaar onder 'TE DOEN'.

Wanneer u met de SanaCoach Astma wilt gaan werken, kunt u dit aangeven tijdens uw afspraak bij de longverpleegkundige en/of longarts. Zij kunnen u meteen inschrijven of meer informatie geven met een inschrijfformulier om u aan te melden.

Na inlevering van het aanmeldformulier bij uw longverpleegkundige, ontvangt u dan een gebruikersnaam en wachtwoord per email. Met deze gegevens kunt u beginnen met de SanaCoach. U vindt de SanaCoach Astma op het internet via www.sanacoach.com. Heeft u na 4 weken nog geen inloggegevens ontvangen, informeer dan bij uw longverpleegkundige.

Wat heeft SanaCoach Astma te bieden?

Wanneer u inlogt in de SanaCoach Astma worden op de eerste pagina 6 verschillende icoontjes getoond, waar u een keuze uit kunt maken:



Een overzicht van taken die voor u klaarstaan, berichten die u heeft ontvangen en acties die u zelf kunt starten. Voorbeelden van taken die voor u klaarstaan kunnen zijn het voorbereiden van een spreekuurcontact of een periodieke gezondheidscheck. U krijgt via email bericht als er een nieuwe taak voor u klaarstaat. Ook is er de knop 'Beladvies aanvragen'. Heeft u klachten, maar weet u niet of het verstandig is om daarvoor te bellen, beantwoord dan de vragen en u krijgt hierover advies.



Een overzicht van alle berichten die u met uw zorgverlener heeft uitgewisseld, de mogelijkheid om op berichten te reageren of om zelf een bericht te sturen. Natuurlijk wel zo lang deze vragen niet heel dringend zijn.



Een overzicht van de kenniskuren die u kunt volgen. Met behulp van kenniskuren krijgt u meer informatie, tips en persoonlijke adviezen op een bepaald gebied van de behandeling of het omgaan met uw astma.



Het zorgplan, een overzicht van de afspraken en resultaten van de behandeling. In het zorgplan kunt u eventueel zelf uw doelstellingen noteren en wat u doet of gedaan hebt om deze te bereiken. Het zorgplan is handig voor uzelf om gemotiveerd te blijven, maar ook als u contact heeft met uw longverpleegkundige. U kunt dan samen zien waar u aan werkt en wat uw doelen zijn voor de korte of lange termijn.



Achter deze knop kunt u de lettergrootte van de SanaCoach instellen, uw wachtwoord wijzigen en lezen hoe er met uw privacy wordt omgegaan.



Hier verlaat u de SanaCoach en wordt u uitgelogd.

Hoeveel tijd kost het gebruik van de SanaCoach Astma?

U gebruikt de SanaCoach Astma wanneer dat nodig is. Gaat het goed dan wordt de SanaCoach gebruikt om kenniskuren te volgen, af en toe een periodieke gezondheidscheck in te vullen en om de spreekuurcontacten met uw longverpleegkundige en/of longarts voor te bereiden. Gaat het een tijdje wat minder, dan kan uw longverpleegkundige of longarts besluiten om u wat extra in de gaten te houden. U krijgt dan gedurende maximaal 6 weken wekelijks een sessie waarin wordt gevraagd hoe het met u gaat, zodat mogelijke verslechtingen sneller opgespoord kunnen worden.

Een kenniskuur volgen kost u 5 tot 10 minuten per dag gedurende 3 tot 4 dagen. Een periodieke gezondheidscheck of het voorbereiden van de spreekuursessie kost u maximaal 10 tot 15 minuten. U hoeft voor de SanaCoach Astma nooit thuis te blijven en als er een sessie voor u klaarstaat, dan doet u die wanneer u dat zelf het beste uitkomt.

Hoelang kan ik de SanaCoach Astma gebruiken?

SanaCoach Astma helpt u en uw longverpleegkundige en/of longarts bij de behandeling van astma. Zolang de SanaCoach Astma onderdeel is van uw behandeling kunt u er onbeperkt (kosteloos) gebruik van maken.

Belangrijke extra informatie

Begeleiding met SanaCoach Astma is niet bedoeld als hulpmiddel in acute of kritieke situaties. Hiervoor zult u altijd zelf contact moeten opnemen met de longverpleegkundige of met uw huisarts zoals u dat gewend bent. Heeft u problemen buiten kantooruren of in het weekend, neem dan contact op met uw huisarts of de huisartsenpost.

Melden van storingen

Heeft u een probleem met SanaCoach Astma, weet u niet hoe u iets moet regelen of ontvangt u geen e-mail meer terwijl u die wel verwacht? Neem dan contact op met de helpdesk van SanaCoach: tijdens kantooruren bereikbaar op 046-4588001 of via mail: helpdesk@sananet.nl.

Tot slot

Hoewel de informatie van de SanaCoach Astma met de grootste zorgvuldigheid is samengesteld, is dat geen garantie dat alle gezondheidsvragen worden beantwoord, of dat alle aanwezige gezondheidsrisico's tijdig worden opgespoord. Als u vragen heeft die niet door SanaCoach Astma beantwoord worden, als u zich zorgen maakt of als u een persoonlijk advies wilt, raden wij u aan uw huisarts of longverpleegkundige te raadplegen.

Longverpleegkundigen:

Jacqueline Bongers
Judith Brabander
Nicolle Verstegen

De polikliniek longgeneeskunde (Hart-Longcentrum) is te bereiken op werkdagen van 08.30 tot 17.00 uur, telefoonnummer (0475) 38 26 42.

SanaCoach Astma is ontwikkeld door longartsen, longverpleegkundigen, het Longfonds en Sananet BV. Meer informatie vindt u op www.sananet.nl

Laurentius Ziekenhuis
Mgr. Driessenstraat 6
(hoofdingang bereikbaar via de Oranjelaan)
6043 CV Roermond
www.lzr.nl

Patiëntencommunicatie Laurentius Ziekenhuis
34290830 - Longgeneeskunde - februari 2022