

Invoeren van zelfmetingen in MijnGezondheid.net

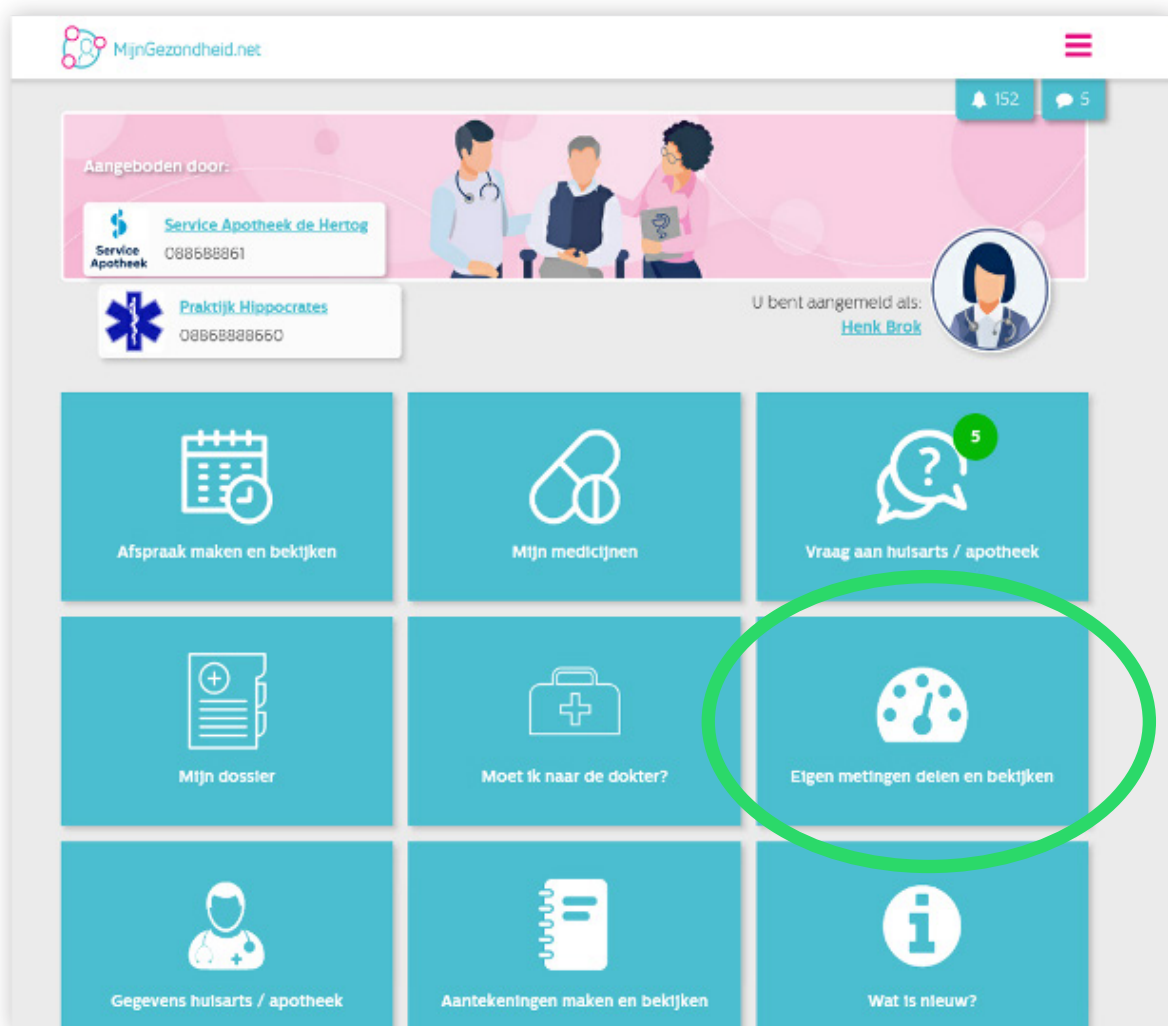
Hebt u zelf uw bloeddruk, hartfrequentie, lichaamsgewicht of glucose gemeten?

Dan kunt u deze waarde via MijnGezondheid.net doorgeven aan uw huisartsenpraktijk.

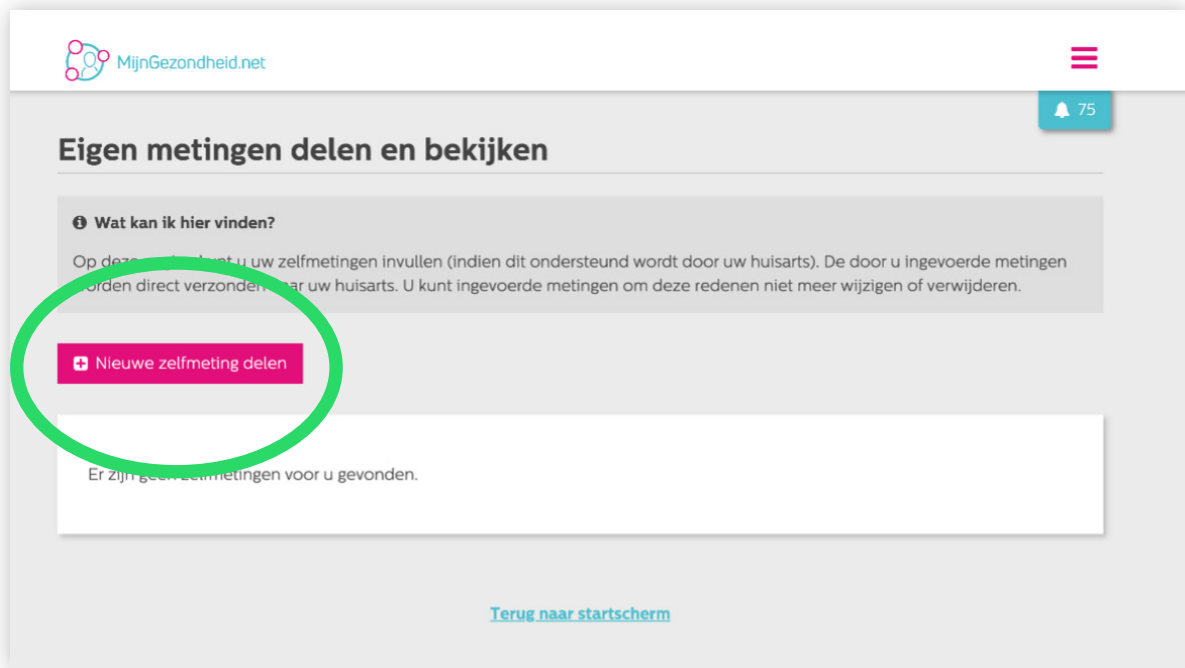
In deze handleiding vindt u de stappen die u daarbij doorloopt. We nemen hier het doorgeven van de bloeddrukwaarde als voorbeeld.

1 Open MijnGezondheid.net via de webbrowser en log in met uw DigiD.
Het is helaas nog niet mogelijk om zelfmetingen door te geven via de app.

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



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



- 4 In onderstaande afbeelding ziet u hoe u een bloeddrukmeting kunt invoeren. Zoals u ziet, kunt u indien gewenst ook voor een andere zelfmeting kiezen.
- Start bij het invullen van de bloeddrukmeting met de *bovendruk* en vervolgens de *onderdruk*.
 - Daarna kunt u de datum en tijd invoeren waarop u de meting heeft uitgevoerd.
 - Klik tenslotte op de knop '**Meting delen**'. De meting wordt nu gedeeld met uw huisartsenpraktijk.

MijnGezondheid.net

152 5

Zelfmeting delen

Wat kan ik hier vinden?

Op deze pagina kunt u uw zelfmetingen invullen (Indien dit ondersteund wordt door uw huisarts). De door u ingevoerde metingen worden direct verzonden naar uw huisarts. U kunt ingevoerde metingen om deze redenen niet meer wijzigen of verwijderen.

Type meting:

Bloeddruk

Bloeddruk

Hartfrequentie (Bovendruk) mm[Hg]*:

Lichaamsgewicht

Glucose

Diastolische bloeddruk (Onderdruk) mm[Hg]*:

Uw meting in mm[Hg]

Datum van meting*:

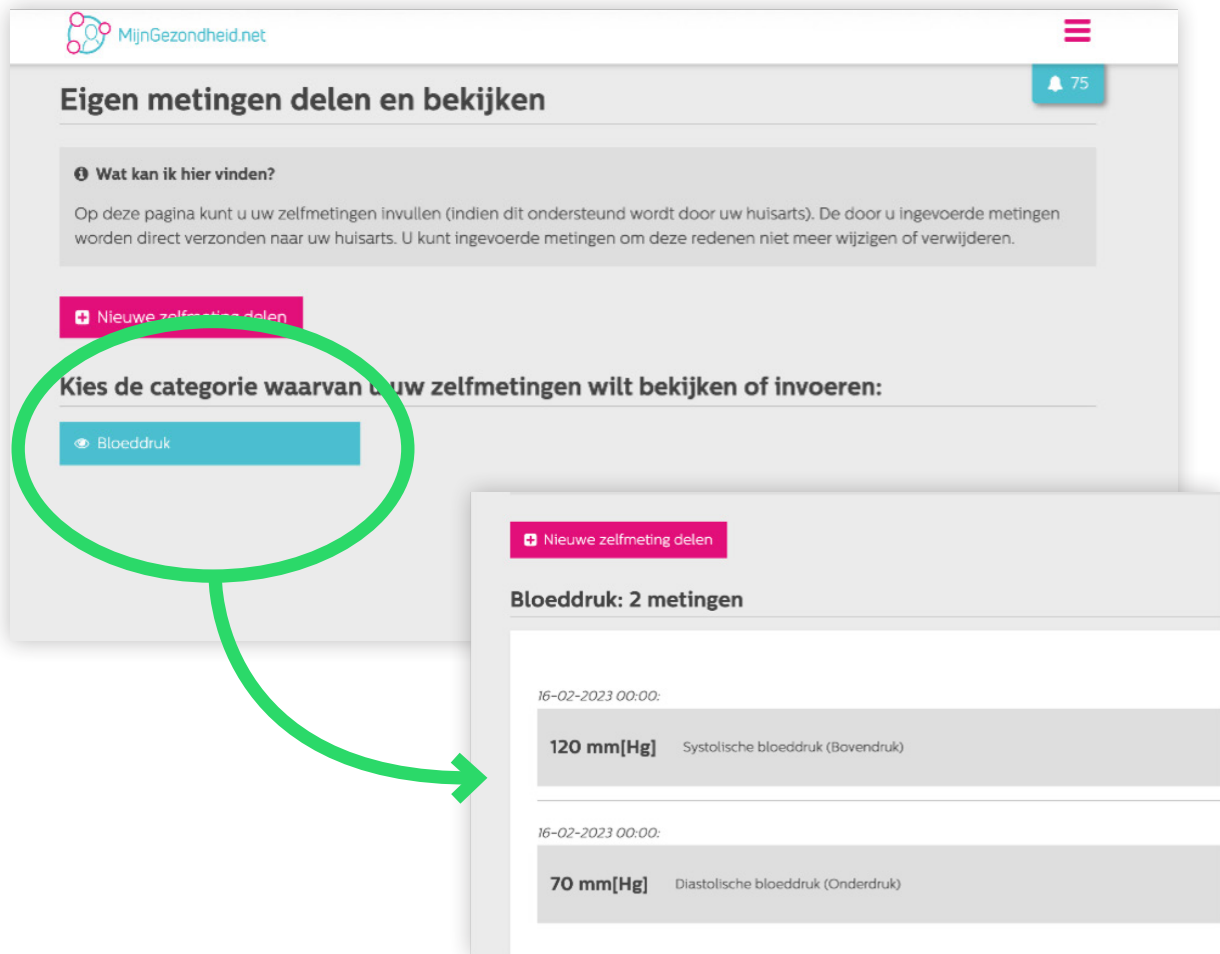
11 / 18 / 2022

Tijd van meting*:

12:00 AM

> Meting delen

- 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'.



Hebt u een vraag over het invoeren van uw meting?

Dan kunt u contact opnemen met de huisartsenpraktijk.

Let op: Geef niet 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.