

STAPPENPLAN

Hoe geef ik mijn bloeddruk door aan mijn huisartsenpraktijk?

U logt in via Mijngezondheid.net of via de website van uw huisartsenpraktijk en vervolgens op Mijngezondheid.net. Na inloggen gaat u naar **Eigen metingen delen en bekijken** en kunt u kiezen welke meting u gaat invoeren. Vervolgens voert u de metingen in en na het afronden van al uw metingen, verstuurt u deze naar uw huisartsenpraktijk.

Let op: Als de huisarts een meerdaagse meting met u heeft afgesproken, is het noodzakelijk dat u precies 4 metingen per dag invoert, voor 5, 6 of 7 opeenvolgende dagen. Vul dus alle velden van het 'dagboekje' in.

De 4 invoer stappen in detail

- 1 Log in op Mijngezondheid.net. Klik op het tegeltje **Eigen metingen delen en bekijken** en vervolgens op **Meerdaagse bloeddrukmeting**.



Let op: ziet u de tegel 'Eigen metingen delen en bekijken' niet? Dan staat Zelfmetingen voor u nog niet aan. Neem hiervoor contact op met uw huisartsenpraktijk.



- 2 Klik daarna op **Nieuwe meerdaagse meting invoeren** en kies de startdatum van uw metingen.

Zelfmeting delen: Meerdaagse bloeddrukmeting

Kies de startdatum van uw metingen

Datum van meting*:

Reeks verwijderen

- 3 Voer de metingen in. Er moeten vier metingen per dag ingevuld worden voordat u aan de volgende dag kunt beginnen. Klik voor een volgende dag op **Nog een dag invullen**. Wanneer u later verder wilt gaan met het invoeren van de metingen, klik dan op **Opslaan & later verder invullen**.

Dag 1: Dinsdag 07-11-2023

Ochtend 1:

▲ Bovendruk*: 129	▼ Onderdruk*: 89
----------------------	---------------------

Ochtend 2:

▲ Bovendruk*: 125	▼ Onderdruk*: 85
----------------------	---------------------

Avond 1:

▲ Bovendruk*: 123	▼ Onderdruk*: 88
----------------------	---------------------

Avond 2:

▲ Bovendruk*: 122	▼ Onderdruk*: 88
----------------------	---------------------

Vul het minimaal vereiste aantal dagen in om uw metingen te kunnen versturen.

Dag 1

Dag 2

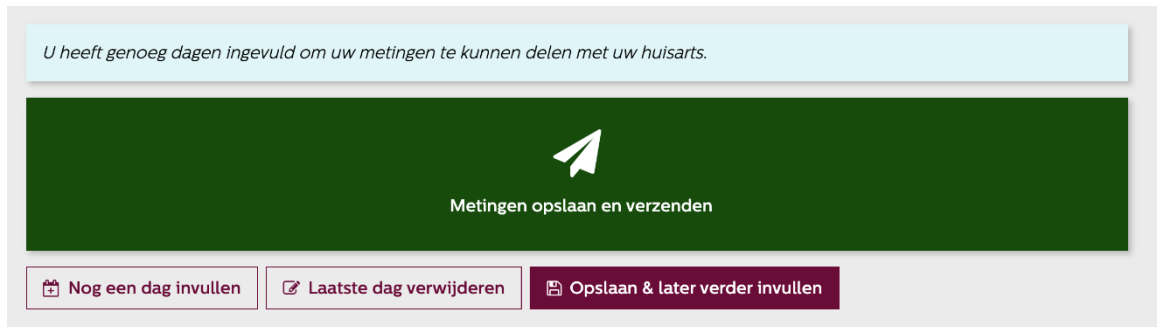
Dag 3

Dag 4

Dag 5

📅 Nog een dag invullen
📁 Opslaan & later verder invullen

- 4 Zodra u op minimaal 5 dagen uw metingen heeft ingevoerd, verschijnt de melding dat er voldoende dagen zijn ingevuld om de metingen te versturen. Indien u 6 of 7 dagen heeft afgesproken met uw huisarts, ga dan verder met de reeks door te klikken op **Nog een dag invullen** en verstuur de metingen hierna. Als u de reeks heeft afgerond, klik dan op **Metingen opslaan en verzenden**.



Het gemiddelde wordt automatisch berekend en doorgestuurd naar uw huisartsenpraktijk.