



Thuis bloeddruk meten

Frank den Heijer

HOE WERKT DE THUISMETING?

De patiënt meet thuis met een eigen automatische meter zijn bloeddruk, logt in op het patiëntenportaal Engage van Vital-Health Software en geeft de waardes door. Engage is gekoppeld aan het keteninformatiesysteem (KIS) en de waardes komen automatisch in ons HIS (Medicom) terecht. Binnen een dag krijgt de patiënt terugkoppeling van de CVRM-assistente of POH. Patiënten die graag op afstand willen worden gemonitord, oefenen tijdens het laatste face-to-face contact onder begeleiding het meten en invoeren van de bloeddruk alsof ze thuis zijn. Verder krijgen ze instructies mee naar huis.

Als het tijd is voor een bloeddrukmeting krijgt de patiënt een bericht en indien nodig een reminder. Voor de jaarcontrole komen de patiënten nog naar de praktijk.

WAAROM MOETEN WE THUIS BLOEDDRUK METEN?

Ongecompliceerde hypertensiepatiënten hoeven niet langer 4 keer per jaar naar de praktijk te komen voor hun periodieke bloeddrukcontrole. Dat scheelt de patiënt en de praktijk kostbare tijd. De thuismeting ondervangt mogelijk ook het witte-jasseneffect. Het is bekend dat wekelijkse metingen het betrouwbaarste zijn: beter vaker thuis meten dan 1 keer op de praktijk. Binnenkort komt er dan ook een veld in het portaal om de weekmeting in te vullen.

Bijkomend voordeel van de thuismetingen is dat we merken dat de patiënt meer betrokkenheid bij zijn eigen gezondheid ervaart omdat de inzage in de bloeddrukmetingen heel helder is. Dit is overigens nog niet onderzocht.

DE ONTWIKKELAARS

Philips VitalHealth Software heeft Engage ontwikkeld en dus ook het patiëntenportaal voor thuismetingen. De pilot is uitgerold via Alphen op één Lijn, een koepelorganisatie van 5 Wijk Samenwerkingsverbanden (WSV'en) in Alphen aan den Rijn.

DE EERSTE ERVARINGEN

De pilot is in 2017 gestart in Alphen. De selectie betrof ongecompliceerde hypertensiepatiënten die al een account hadden op mijngezondheid.net. Verder waren er geen in- of exclusiecriteria. De betrokken zorgverzekeraar leverde bloeddrukmeters aan. Inmiddels functioneert het systeem naar tevredenheid voor zowel de zorgverleners als de patiënten en is het voor alle praktijken die met Medicom werken beschikbaar.

Meedoen met thuismetingen is geen verplichting en we hebben geleerd dat de patiënten die baat hebben bij dit systeem zichzelf selecteren. Mensen die onrustig worden van de



Foto: Shutterstock

thuismeting of het contactmoment graag behouden, komen gewoon naar de praktijk.

Het was even zoeken naar de juiste hoeveelheid reminders vanuit het systeem. Het is storend als er te veel berichten komen, maar geen reminders werkt ook niet, dan vergeten mensen hun meting. Nu krijgt de patiënt een melding als er een taak is – het invoeren van de bloeddruk – en een reminder op dag 3 en 7 als de patiënt niets ingevoerd heeft.

WAT ZIJN DE NADELEN?

Als een patiënt niet op het spreekuur verschijnt valt dat op. Het is van belang dat de praktijk met dezelfde alertheid reageert op niet-doorgegeven thuismeldingen.

Het is natuurlijk essentieel dat de bloeddrukmeter naar behoren werkt: op de site van de hartstichting staat een lijst met goede meters waar patiënten uit kunnen kiezen. IJking van de meters is een lastig punt. Nu neemt de patiënt de meter nog mee naar de praktijk om deze tijdens de jaarcontrole te laten ijkken. Dit is een tussenoplossing, we zijn 'officiële' ijking aan het verkennen.

TOEKOMSTPLANNEN

We willen graag een automatische melding voor de patiënt kunnen genereren als de meting binnen de persoonlijke streefwaardes valt: de assistent hoeft dan geen contact meer op te nemen. Als de meting buiten de waardes valt, krijgt de praktijk een alarmbelletje. ■

Den Heijer F. Thuismeten bloeddruk. Huisarts Wet 2020;63:DOI:10.1007/s12445-020-0935-8. Gezondheidscentrum Dillenburg, Alphen aan den Rijn: drs. F. den Heijer, huisarts en bestuurslid Alphen op één lijn. Mogelijke belangenverstrengeling: niets aangegeven.

Dit is een bijdrage in de rubriek Best practice die een platform biedt voor innovatieve ontwikkelingen in de huisartsenpraktijk.