

Zelf meten en doseren door cliënten van de Trombosedienst

Inleiding

'Zelf meten en doseren door patiënten van de Trombosedienst'. U heeft er misschien al iets over gehoord of gelezen. Deze folder is bedoeld om u te informeren over de mogelijkheid om thuis zelf uw stollingstijd te bepalen en uw antistolling zelf te doseren.

Zelf thuis de stollingstijd (INR) bepalen

Sinds enige tijd zijn er draagbare apparaten (bijvoorbeeld CoaguChek) die het u als cliënt van de Trombosedienst mogelijk maken om thuis, op eenvoudige wijze, uw eigen stollingstijd te bepalen. U leert ook om zelf uw medicatie te doseren. U blijft cliënt van de Trombosedienst en kunt te allen tijde van hun deskundigheid gebruik maken. U zult één keer per week of één keer per twee weken uw stollingstijd moeten bepalen.

Wanneer komt u in aanmerking voor zelf meten en doseren?

- U gebruikt antistolling voor de rest van uw leven
- Uw INR kan met een CoaguChek gemeten worden (hiervoor moet u één keer bij de Trombosedienst in het ziekenhuis geprikt worden)
- U heeft met succes de training afgerond en het certificaat 'zelf meten' (en eventueel 'zelf doseren') behaald
- Bij de driemaandelijke controle door de Trombosedienst is vastgesteld, aan de hand van de uitslagen, dat er geen (onoverkomelijke) problemen zijn opgetreden

Training

Waar

Landelijk zijn een aantal trainingscentra die cursussen aan cliënten van de Trombosedienst geven. In Friesland wordt de training door de Trombosedienst Friesland Noord in Leeuwarden gegeven.

Duur van de training

De training 'zelf meten' bestaat uit twee bijeenkomsten van twee tot drie uren die een week na elkaar gegeven worden. Na een begeleidingstraject van drie maanden volgt nog een training in het 'zelf doseren'. Deze training duurt ongeveer een maand.

Inhoud van de training

U leert omgaan met de zelfmeetapparatuur en oefent met het zelf meten en/ of doseren. Verder leert u door middel van een vingerprik met een prikpen een geschikte druppel bloed te krijgen.

Tijdens de training krijgt u onder andere voorlichting over; 'het hoe en waarom' van de behandeling met antistolling, de risico's van de streefwaarden, wat doen voeding, medicijnen en alcohol met de behandeling en wat te doen bij bloedingen en ingrepen.

Na de training

Als u het certificaat 'zelf meten' heeft behaald wordt u nog drie maanden begeleid door het trainingscentrum. Het accent ligt vooral op het zelf meten. Hierna volgt een training in het zelf doseren, deze training wordt ook afgesloten met het behalen van een certificaat. De duur van deze vervolgtraining is ongeveer een maand. Daarna wordt de driemaandelijke controle overgenomen door uw eigen Trombosedienst.

De kosten

Bij normaal gebruik worden de kosten door uw verzekeraar vergoed. Sommige ziektekostenverzekeraars hanteren een eigen risico.

Hoe kunt u zich aanmelden?

Als u in aanmerking wilt komen voor het zelf meten en doseren, kunt u dat schriftelijk aangeven via uw eigen Trombosedienst. Zij zorgen er dan voor dat u wordt aangemeld bij het trainingscentrum. U wordt geplaatst op de lijst van het trainingsprogramma en ontvangt automatisch bericht over de data van de training.

Heeft u nog vragen?

Mocht u na het lezen van deze informatie nog vragen hebben, dan kunt u bellen met de Trombosedienst op de gebruikelijke tijden die op uw antistolkaart staan, telefoonnummer: **0513 685 762**.