

INSTRUCTIE

Vroegopsporing Atriumfibrilleren

Wat is atriumfibrilleren?

Atriumfibrilleren is de meest voorkomende hartritmestoornis en kan verschillende gezondheidsproblemen veroorzaken. Uw huisarts kan u hierover meer vertellen als atriumfibrilleren bij u wordt vastgesteld. In deze instructie leggen we uit hoe atriumfibrilleren kan worden opgespoord.

ECG-apparaat en Kardia-app

Om atriumfibrilleren op te sporen, gebruiken we een mobiel ECG-apparaatje (de Kardia Mobile ECG apparaat) en een app (de Kardia-app. Deze helpen u bij het vastleggen van een enkelkanaals ECG-hartfilmpje. Uw huisartsenpraktijk leent graag de Kardia Mobile aan u uit. Het is een compact apparaat met twee elektroden voor het maken van uw hartfilmpje. De Kardia-app kunt u zelf downloaden.

Stap 1. Installeren van de Kardia-app

Het downloaden van de Kardia-app is net zo eenvoudig als elke andere app. Ga naar de App Store (voor iOS-systemen zoals iPhone of iPad) of naar de Play Store (voor Android-systemen zoals Samsung of Huawei). Zoek naar 'Kardia', klik op 'Installeren' en u bent klaar om te beginnen. De app biedt zowel gratis basisfuncties als premiumfuncties waarvoor mogelijk kosten in rekening worden gebracht. Houd er rekening mee dat eventuele kosten voor betaalde functies voor uw eigen rekening zijn. U heeft de premiumfuncties niet nodig.

Zorg ervoor dat uw smartphone of computer/tablet een goede microfoon en internetverbinding heeft om hartfilmpjes te kunnen maken en verzenden naar uw huisarts.

Stap 2. Account aanmaken

1. Maak een account aan.
U hoeft uw account niet te koppelen aan een arts (kies 'Nee'). Vul uw naam, achternaam, geboortedatum, lengte en geslacht in en selecteer 'Voltooien'.

Stap 3. ECG maken

1. Kies 'Registreer uw (eerste) ECG'.
2. De eerste keer krijgt u een uitlegvenster te zien. Selecteer 'Volgende'.
3. Onder de ronde knop kunt u een instructievideo bekijken.
Kies daarna 'Volgende'.
4. Sta de app toegang tot uw microfoon toe.
5. Plaats het apparaatje naast uw smartphone met het omhoog wijzende pijltje zodat de tekst 'Kardia' leesbaar is. Plaats uw linker wijs- en middelvinger op de linker elektrode en uw rechter wijs- en middelvinger op de rechter elektrode. *Zie afbeelding hierboven.*



Het is belangrijk dat het apparaatje dicht bij uw microfoon is en er geen stoorzenders in de buurt zijn. Bij het meten rusten uw onderarmen en handen op een tafel. Zo kunt u uw vingers op de elektrode laten rusten. Tijdens het meten: Zit stil en beweeg het apparaatje niet.

De instructie gaat verder op de volgende pagina.

6. Zodra u een zwart lijntje in beeld ziet, heeft u signaal. Dit signaal kan de eerste paar seconden rommelig zijn, dit wordt vanzelf beter. Op het filmpje zit een teller. De meting stopt als de teller op 30 seconden staat. Uw hartfilmpje is dan gemaakt. Maak nog een filmpje zodat u 1 minuut geregistreerd heeft.

Stap 4. De uitslag

De app vraagt of u dit hartfilmpje heeft gemaakt. Als dit het geval is, kies 'Ja'. Het programma geeft een automatische diagnose. Er zijn drie mogelijkheden:

1. Het hartfilmpje is normaal; u kunt er nu van uitgaan dat het hartfilmpje normaal is.
2. Het hartfilmpje is mogelijk abnormaal; het computerprogramma leest dit uit.
Let op: dit betekent nog niet dat er daadwerkelijk boezemfibrilleren op het hartfilmpje te zien is! Hiervoor is altijd eerst controle nodig door uw huisarts.
3. Het hartfilmpje is niet te interpreteren; dit betekent dat er iets verkeerd is gegaan bij het opnemen van het hartfilmpje. U kunt het beste nog een keer een hartfilmpje maken. Er zijn meerdere redenen waarom u een ECG met ruis kunt krijgen.

Stap 5. Versturen van uw hartfilmpje naar uw behandelaar

1. U maakt een ECG zoals hiervoor beschreven. Kies onderin E-mail ECG.
2. U krijgt een Password Protect PDF pop-up te zien. U hoeft hier geen wachtwoord in te vullen. Kies 'Overslaan' of 'Skip'.
3. Android: verstuur de gemaakte ECG-pdf's per e-mail naar het e-mailadres dat u gekregen heeft van uw huisarts.
iOS: er wordt een pdf gemaakt van uw ECG. Kies het deel-icoontje en stuur de pdf's per e-mail naar het e-mailadres dat u gekregen heeft.

Met de Kardia Mobile en de Kardia-app kunt u uw hartgezondheid eenvoudig in de gaten houden en belangrijke informatie verzamelen om met uw zorgverlener te delen. Als blijkt er sprake is van een registratie van atriumfibrilleren, bepaalt uw huisarts samen met u de behandeling.