# mijnIBDcoach

voor patiënten met Crohn en Colitis Ulcerosa

ijsselland ziekenhuis

Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

**Patiënteninformatie**

*“mijnIBDcoach geeft mij het gevoel dat ik er niet alleen voor sta!”*

## MijnIBDCoach in het kort

MijnIBDcoach is een beveiligde en persoonlijke pagina op internet, bedoeld voor mensen met IBD. MijnIBDcoach helpt u om meer te weten te komen over IBD en om te leren wat u zelf kunt doen om uw IBD onder controle te houden. MijnIBDcoach is ook een hulpmiddel bij de behandeling. Samen met uw MDL-verpleegkundige en MDL-arts beheert u het behandelplan. In dat behandelplan houdt u samen bij hoe uw behandeling verloopt. Ook alle afspraken worden vastgelegd.

## Wilt u met mijnIBDcoach gaan werken?

U kunt zich op de volgende manier aanmelden:

1. via het poliklinische spreekuur met uw MDL arts en/of verpleegkundige;
2. of stuur een e-mail naar mdlcentrum@ysl.nl.

Binnen een paar dagen ontvangt u via email een **gebruikersnaam** en **wachtwoord**. Hiermee kunt u inloggen op **www.mijnibdcoach.nl.**
Heeft u na 2 weken nog geen inloggegevens ontvangen?
Informeer dan bij uw MDL-verpleegkundige.

## Wat heeft mijnIBDcoach te bieden?

Wanneer u inlogt in mijnIBDcoach, vindt u op de eerste pagina
6 verschillende acties waar u een keuze uit kunt maken:



### Kennismodules

Een kennismodule toont u een paar korte ‘gesprekjes’ op uw computer over uw behandeling of het omgaan met uw IBD. De informatie van een kennismodule is in de vorm van tekst, filmpjes, afbeeldingen of geluidsfragmenten. U kunt zelf kiezen welke module u wilt volgen, maar u kunt zich daarbij ook laten adviseren door mijnIBDcoach.



### Sessies

Een sessie is een kort ‘gesprekje’ dat u op uw computer voert. Met name ter voorbereiding op een (digitaal) spreekuurcontact en uw periodieke gezondheidscheck.

U krijgt via uw e-mail bericht als er een sessie voor u klaarstaat.
Het aantal sessies dat klaarstaat wordt aangegeven rechts bovenin .

## Reminders

Reminders helpen u per e-mail ‘’ergens’’ aan herinneren. Bijvoorbeeld aan het innemen van uw medicijnen op een bepaald tijdstip, of een wekelijkse sportieve activiteit. U kunt zelf zoveel reminders aanmaken als u wilt.

## Behandelplan

Het behandelplan toont het verloop van uw IBD. Ook kunt u zien wat er wel en niet voor u heeft gewerkt.

- ✓ Het behandelplan wordt gevuld door regelmatige controles van uw gezondheid: de zogenaamde “periodieke gezondheidscheck”.
- ✓ Ook wordt informatie uit de voorbereidende sessies van een spreekuurcontact gebruikt.

Op basis van het behandelplan kan uw behandeling evt. aangepast worden.

## Vragen

Met de functie ‘vragen’ kunt u berichten sturen en vragen stellen aan uw MDL-verpleegkundige of MDL-arts. Binnen 48 uur beantwoorden zij uw vragen.

**Is uw vraag dringend?** Dan kunt u beter bellen met ons Maag-Darm-Levercentrum: 010 – 2585180.

Onder “Vragen” vindt u ook de knop ‘Bij twijfel…’.

**Heeft u klachten, maar weet u niet of het beter is te bellen?**

Beantwoord dan een aantal vragen en u krijgt advies.

## Instellingen

Bij instellingen kunt u uw persoonlijke instellingen wijzigen.

Bijvoorbeeld uw wachtwoord of uw telefoonnummer.

# Hoeveel tijd kost mijnIBDcoach?

U gebruikt mijnIBDcoach wanneer dat nodig is.

**Gaat het goed?**

Dan wordt mijnIBDcoach gebruikt om kenniskuren te volgen en uw afspraken met de MDL-verpleegkundige of MDL-arts voor te bereiden.

**Gaat het een tijdje wat minder?**

Dan kunnen wij afspreken om u wat extra in de gaten te houden.

U krijgt dan gedurende 3-4 dagen, **iedere dag een sessie** waarin wordt gevraagd hoe het met u gaat. Zo kan een plotselinge verslechtering snel opgespoord worden.

**Een sessie kost u 5-10 minuten.**
**Een periodieke gezondheidscheck of het voorbereiden van een digitaal spreekuurcontact kost u 10-15 minuten.**

U hoeft voor mijnIBDcoach nooit thuis te blijven. Als er een sessie klaarstaat, dan volgt u die wanneer dit het beste voor u uitkomt.

## Hoe lang kan ik mijnIBDcoach gebruiken?

MijnIBDcoach is onbeperkt beschikbaar gedurende uw behandeling.

## Hoe meld ik een storing?

✓ Heeft u een probleem met mijnIBDcoach?
✓ Weet u niet hoe u iets in mijnIBDcoach moet regelen of aanvragen?
✓ Ontvangt u geen e-mail meer terwijl u die wel verwacht?

Neem dan contact op met de helpdesk (werkdagen van 08:30 tot 17:00 uur)
Telefoon: **046 - 458 80 01** Mail: **helpdesk@sananet.nl**

## Zijn er kosten aan verbonden?

Vanaf januari 2024 wordt deze zorg per 3 maanden gedeclareerd.
Deze zorg valt onder het eigen risico omdat het om ziekenhuiszorg gaat.

| Verder nog van belang |
|---|
| **Ontdek Mijn IJsselland** |
| De toegang tot uw eigen gegevens, dossier, afspraken en vragenlijsten mijn-ijsselland |
| **IJsselland Folders** |
| Al onze patiëntenfolders kunt u opzoeken en lezen in onze Folder Web App folder app |

Tot slot
De informatie van mijnIBDcoach is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld. Dat is geen garantie dat alle gezondheidsvragen worden beantwoord of gezondheidsrisico's tijdig opgespoord worden. Raadpleeg daarom uw huisarts , MDL-verpleegkundige of MDL-arts als u zich zorgen maakt of een persoonlijk advies wilt.

mijnibdcoach.nl is ontwikkeld door een onafhankelijke werkgroep bestaande uit MDL-artsen, MDL-verpleegkundigen en de CCUVN en is financieel mogelijk gemaakt door Ferring B.V. Meer informatie vindt u op www.mijnibdcoach.nl

De veiligheid van de gegevens is gewaarborgd. De communicatie verloopt volgens de richtlijnen en protocollen zoals gebruikelijk voor dataverkeer binnen de gezondheidszorg. De gegevens worden bewaard op speciaal daarvoor ingerichte en beveiligde servers die voldoen aan de geldende wet- en regelgeving.

ijsselland ziekenhuis | CCUVN Crohn en Colitis Ulcerosa Vereniging Nederland | Maastricht UMC+ azM | Maastricht University

**MDL.070** / 031024.AA