



### Telefonisch spreekuur

Het telefonisch spreekuur Zelfmanagement trombosedienstpatiënten is van maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 12.00 uur. U kunt ons bereiken op **030 - 236 11 06** of per mail op **[zelfmeten@saltro.nl](mailto:zelfmeten@saltro.nl)**

### Uitgave

#### Saltro

Artsenlaboratorium & Trombosedienst  
Ref.: FDZMZD.001-F18  
Versie: januari 2010



## Zelfmanagement trombosedienstpatiënten

#### Saltro

Postbus 9300  
3506 GH Utrecht

Tel. 030 - 236 11 36  
Fax 030 - 236 11 72

[www.saltro.nl](http://www.saltro.nl)  
[saltro@saltro.nl](mailto:saltro@saltro.nl)

## ZELFMANAGEMENT TROMBOSEDIENSTPATIËNTEN

Als uw arts u voor langere tijd antistollingstabletten heeft voorgeschreven, bestaat de mogelijkheid om de noodzakelijke controle van deze medicijnen in eigen hand te nemen:

- Met de Coaguchek XS kunt u zelf een bloedtest verrichten (de INR bepaling) door middel van een vingerprik.
- Vervolgens kunt u - desgewenst - zelf uw dosering bepalen.
- Uw trombosedienst blijft steeds beschikbaar voor een persoonlijk advies en zal in bijzondere situaties uw dosering bepalen. Voor de communicatie met uw trombosedienst kunt u gebruik maken van internet, fax en/of telefoon.
- Uw trombosedienst is hiervoor officieel gecertificeerd door de Raad voor Accreditatie.



### Wat zijn de voordelen van zelfmanagement?

- Controle op de prikpost of aan huis is niet – meer – nodig.
- Voor deze test is een vingerprik voldoende, dit is voor de meeste mensen minder belastend en vooral een voordeel voor patiënten die op de gebruikelijke wijze moeilijk te prikken zijn.
- Bij verblijf in het buitenland kunt u op ieder gewenst moment zelf een INR meten.

### Hoe is de training en begeleiding geregeld?

- Uw trombosedienst verstrekt u een zelfmeetapparaat, de Coaguchek XS, in bruikleen en verzorgt uw training. U leert hierbij omgaan met het apparaat en krijgt basiskennis over de antistollingsbehandeling en – desgewenst – het doseren.
- U bezoekt uw trombosedienst 2 tot 3 maal per jaar voor de periodieke controle van uw zelfmeetapparaat, uw priktechniek en uw dosering.
- De Nederlandse trombosediensten, verenigd in de Federatie van Nederlandse Trombosediensten, hebben al vele jaren ervaring met trainen en begeleiden van patiënten met zelfmanagement volgens landelijke richtlijnen.

### Hoe meldt u zich aan?

Voor aanmelden voor het zelfmanagement kunt u terecht bij de trombosedienst in uw regio. Zie achterzijde van deze folder of zoek op [www.fnt.nl](http://www.fnt.nl).

### Hoe is de vergoeding geregeld?

De kosten van zelfmanagement worden door uw zorgverzekeraar vergoed.