

Patiëntenhandleiding mijnIBDcoach



Datum: 14-3-2023

Versie: 1.4

ALGEMENE INFORMATIE

UITLEG OVER GEBRUIKTE SYMBOLEN



Medical Device / Medisch hulpmiddel



Waarschuwing



Producent



De gebruiker moet de gebruikershandleiding doorlezen



Productiedatum



CE markering



Het versienummer / softwarenummer



Unique Device Identification / Uniek nummer voor hulpmiddel

PRODUCENT



Sananet Care BV Stationsplein 5D 6131 AT Sittard, Nederland Tel: 046-4588001 / E-mail: <u>helpdesk@sananet.nl</u> (bereikbaar op werkdagen van 8:30 tot 17:00)

PRODUCT



SananetOnline

CONTRA-INDICATIES



SananetOnline is niet bedoeld voor gebruik in acute zorg situaties. SananetOnline kan niet worden gebruikt door patiënten die niet kunnen lezen en schrijven. SananetOnline kan alleen worden gebruikt door volwassen patiënten.

WAARSCHUWINGEN EN VEILIGHEIDSMEDEDELINGEN



Let op!

Mocht u zich erg slecht voelen neem dan direct contact op met uw zorgverlener ongeacht het advies van SananetOnline.



Let op!

De berichtenfunctie is *niet* bedoeld voor het sturen van dringende vragen.



Let op!

Deel nooit uw gebruikersnaam en wachtwoord met anderen. Het delen van uw gegevens geeft anderen toegang tot uw persoonlijke en gezondheidsgegevens.

CONTACT

Als u vragen heeft over de werking van SananetOnline, neem dan contact op met het Klant Contact Centrum van Sananet Care BV. (Tel: 046-4588001 / E-mail: <u>helpdesk@sananet.nl</u> (bereikbaar op werkdagen van 8:30 tot 17:00).

Heeft u vragen over uw behandeling, neem dan contact op met uw zorgverlener.

INCIDENTEN

Indien er zich een ernstig incident heeft voorgedaan met betrekking tot SananetOnline dient u dit te melden aan Sananet Care BV en/of de bevoegde autoriteit. U kunt in contact komen met Sananet door te bellen naar het klanten contact centrum (zie contact gegevens hierboven). Sananet zal de incidenten volgends procedure afhandelen.

BEOOGD GEBRUIK

SananetOnline is een internet platform dat bedoeld is voor het verzamelen en signaleren van gegevens, om de medisch professional te ondersteunen bij het monitoren van patiënten in hun thuissituatie en/of om patiënten te ondersteunen bij het leren omgaan met hun ziekte. Hiervoor verzamelt SananetOnline antwoorden op vragenlijsten en toepasselijke vervolgvragen, indicaties van medische professionals en gezondheidsparameters. Deze gegevens worden geanalyseerd met behulp van (gevalideerde) algoritmen en er worden patiënt specifieke waarschuwingen genereerd door een geprioriteerde lijst van patiënten te maken. Hiermee brengt SananetOnline de patiënten die mogelijk klinische interventie nodig hebben onder de aandacht van de medisch professional.

SananetOnline kan worden gebruikt voor een verscheidenheid aan aandoeningen: IBD, COPD, hartfalen, ziekte van Parkinson, astma, multiple sclerose, liesbreuk, chronische pijn, multipel myeloom, prostaatkanker, cerebrovasculair accident, longkanker, terugkerende cystitis, diabetes type II en Corona

CLAIMS

Sananet maakt de volgende claims met betrekking tot SananetOnline:

- SananetOnline ondersteunt medisch professionals bij het monitoren van patiënten
- SananetOnline ondersteunt medisch professionals bij klinische besluitvorming
- SananetOnline vermindert het zorggebruik van patiënten
- SananetOnline verhoogt de zelfmanagement vaardigheden van de patiënt

Deze claims zijn aangetoond door middel van klinische gegevens welke zijn geïdentificeerd, beoordeeld en geanalyseerd in de klinische evaluatie van SananetOnline.

VEILIGHEID EN EFFECTIVITEIT

Een klinische evaluatie van SananetOnline is uitgevoerd. Hierin is SananetOnline onderzocht op veiligheid en effectiviteit. Op basis van deze klinische evaluatie kan worden geconcludeerd dat SananetOnline veilig en effectief kan worden ingezet door medisch professionals en gebruikt door patiënten bij verschillende aandoeningen.

MINIMALE VEREISTEN VOOR GEBRUIK

Om te kunnen werken met SananetOnline moet u beschikken over een computer, laptop, tablet of smartphone die is verbonden met het internet.

De volgende internetbrowsers worden ondersteund:

- Internet Explorer versie 8 en hoger
- Google Chrome versie 28 en hoger
- Mozilla Firefox versie 30 en hoger

Het wordt aangeraden om de nieuwste versie van uw browser te installeren.

Om te kunnen werken met de SananetOnline App moet u beschikken over een Android (versie 4.1 of hoger) of Apple (iOS versie 11 of hoger) tablet of smartphone die is verbonden met het internet.

DEELNAME

Indien u besluit om deel te nemen aan SananetOnline bent u zelf verantwoordelijk voor het invullen van de vragenlijsten zodat uw zorgverlener u goed in de gaten kan houden. Indien u problemen ervaart met het invullen van de vragenlijsten kunt u contact opnemen met uw zorgverlener of met het klant contact centrum van Sananet (zie contact gegevens hierboven onder '<u>Contact</u>').

Indien u wenst niet meer deel te nemen dient u dit te melden bij uw zorgverlener, hij/zij schrijft u dan uit.

BIJLAGEN

Voor bepaalde mijnIBDcoaches zijn specifieke onderdelen beschikbaar. De beschrijvingen hiervan worden ter aanvulling in aparte bijlagen aangeboden.

HANDLEIDING WEBSITE

Inhoud

ALGEMENE INFORMATIE	2
INTRODUCTIE	7
STARTEN VAN MIJNIBDCOACH	7
Aanmelding DE INDELING VAN MIJNIBDCOACH	8 10
	11
TE DOEN	11
Het uitvoeren van een sessie IK WIL	11 12
Contactadvies Corona beladvies	12 13
ZORGPLAN	14
Volgende afspraak Persoonlijk behandeldoel	14 14
DASHBOARD 🞢	15
BERICHTEN	16
	17
	18
Gegevens inzien Wachtwoord wijzigen	19 19
Instellen lettergrootte	19
Overige Corona beladvies	19 25
UITLEG EN ONDERSTEUNING	32
BIJLAGE 1: INLOGGEN MET TWEESTAPSVERIFCATIE	33

INTRODUCTIE

MijnIBDcoach is een online programma waarmee u kunt communiceren met uw zorgverlener. Zo kunnen u en uw zorgverlener berichten naar elkaar versturen. Ook beantwoordt u vragen over uw gezondheid, zodat uw zorgverlener uw situatie in de gaten kan houden. Bovendien krijgt u hierdoor meer inzicht in uw ziekte en uw behandeling, en leert u meer over IBD. Twijfelt u over klachten? Dan kan de mijnIBDcoach advies geven of het wel of niet nodig is contact op te nemen met het ziekenhuis. MijnIBDcoach kan zowel op computers, laptops, tablets als smartphones worden gebruikt als App of via de website. In deze algemene handleiding wordt uitgelegd hoe MijnIBDcoach op de computer of laptop werkt. Wanneer u meer wilt weten over het gebruik van mijnIBDcoach App, dan kunt u de <u>'Handleiding mijnIBDcoach</u> App<u>'</u> lezen. Het kan zijn dat bepaalde onderdelen die worden besproken in deze handleiding niet in uw MijnIBDcoach programma beschikbaar zijn of er anders uitzien. Mocht u naar aanleiding van deze handleiding nog vragen hebben over het gebruik van mijnIBDcoach dan kunt u contact met ons opnemen via <u>helpdesk@sananet.nl</u> of telefonisch tijdens kantooruren op 046-4588001.

STARTEN VAN MIJNIBDCOACH

mij	NIBDCOach
Gebruikersnaam	
A Gebruikersnaam	
Wachtwoord	
wachtwoord	
	INLOGGEN
lk ben	mljn wachtwoord vergeten
Vragen? Bel de helpdesk o 08.30 en 17.00) af si	ıp nummer 046 458 8001 (op werkdagen tuss∉ tuur een mail naar helpdesk@sananet.nl

Om te kunnen werken met mijnIBDcoach moet u beschikken over een computer, laptop, tablet of smartphone die is verbonden met het internet. U kunt elke internetbrowser gebruiken die nog onderhouden wordt. Het wordt aangeraden om de nieuwste versie van uw browser te installeren.

Via uw computer of laptop kunt u mijnIBDcoach gebruiken via de website <u>www.mijnibdcoach.nl</u> . Inloggen kan door op de inlogpagina de gebruikersnaam en het tijdelijke wachtwoord (bestaande uit 2 hoofdletters en 6 cijfers) in te voeren die u per e-mail heeft ontvangen van info@mijnibdcoach.nl.

Afbeelding 1: Inlogpagina

Wanneer u uw wachtwoord voor de mijniBDcoar maal een nieuw wachtwoord. Het nieuwe wachtwoord moet uit minimaal 6 ka • 1 cijfer(s); • 1 koofdietter(s); • 1 loostleken(s) Bovendien kunt u uw 2 laatstgebruikte wachtwo	wilt wijzigen voert u eenst uw huidige wachtwoord in en vervolgens twee akters bestaan, waarvan minstens: rden niet opnieuw gebruiken.
ud wachtwoord	
achtwoord	۲
/achtwoord (bevestiging)	•
Verander	

Afbeelding 2: Tijdelijk Wachtwoord wijzigen

De eerste keer dat u inlogt, zal worden gevraagd om het tijdelijke wachtwoord dat u heeft ontvangen te veranderen in een eigen wachtwoord. U voert dan eerst nogmaals het tijdelijke wachtwoord in en vervolgens twee maal hetzelfde nieuwe eigen wachtwoord. Klikt u vervolgens op de knop "verander" om de wijziging te bevestigen. Let u op de vereisten waar uw eigen wachtwoord aan moet voldoen, namelijk: minimaal 8 karakters waarvan minstens 1 hoofdletter, 1 kleine letter, 1 cijfer en 1 leesteken (bijv. een punt, uitroepteken of vraagteken. Met behulp van de 'oogjes' achter elke invoerregel kunt u zien welke tekst u heeft ingevoerd en of de wachtwoorden overeenkomen. Noteer dit wachtwoord, zodat u het terug kunt vinden als u het vergeten bent.

Mocht u uw wachtwoord niet meer weten, dan kunt u een nieuw tijdelijk wachtwoord aanvragen. Daarvoor gebruikt u de functie "Ik ben mijn wachtwoord vergeten" die te vinden is op de inlogpagina (zie afbeelding 1). Vul vervolgens uw <u>gebruikersnaam</u> in. Het tijdelijke wachtwoord dat u ontvangt via de mail, kunt u na de eerste keer inloggen weer

veranderen in een nieuw eigen wachtwoord. Als u mijnIBDcoach langer dan 4 uur niet gebruikt, wordt u automatisch uitgelogd.

De eerste keer dat u inlogt, zal u ook gevraagd worden om de privacyverklaring te accepteren. U doet dat door helemaal naar beneden te scrollen, op het vakje "Ik heb de verklaring gelezen" te klikken en vervolgens op "akkoord" te klikken.

mijn BD coach	B Uitl	oggen
ļ	Privacy verklaring Sananet Care B.V. Deze privacyverklaring gaat over alle persoonsgegevens die Sananet Care B.V. (verder Sananet) gebruikt. Sananet is gelegen aan Stationsplein 5d, 6131 AT te Sittard. De functionaris gegevensbescherming (fg) let op het gebruik van deze gegevens. U kunt contact met de fg opnemen via het algemene telefoonnummer 046 – 458 80 01 of via email info@sananet.nl.	
	Sananet ontwikkelt en levert eHealth-oplossingen voor online zelfzorg van mensen met één of meer chronische aandoeningen. Deze oplossingen noemen we eCoaches en worden via ons internet platform SananetOnline aangeboden. Het ziekenhuis, huisarts of thuiszorgorganisatie waar u in behandeling bent kiest ervoor om deze eCoach in te zetten bij uw behandeling.	
	Deze eCoaches hebben als doel u optimaal te begeleiden en monitoren met de focus op: Ik heb de verklaring gelezen	

Afbeelding 3: Privacy verklaring

AANMELDING

Uw eerste taak staat direct voor u klaar: de "Aanmelding". Via de knop "Start" (zie afbeelding 4) kunt u de Aanmelding openen en invullen. Zodra u klaar bent, worden alle functies binnen mijnIBDcoach beschikbaar.

	Taken ⁰	
잊 Te doen		
• Aanmelding		START

Afbeelding 4: Taken: Aanmelding



Handleiding website Handleiding app





Afbeelding 5: Aanmelding (met avatar die de tekst voorleest)

	Aanmelding
	Aannetanig
	1%
Welkom bij MijnIBDcoach, me	vrouw Lovegood!
U heeft besloten om samen n	net uw behandelaars MijnIBDcoach te gebruiken bij de behandeling van IBD.
In deze aanmelding gaan we klachten.	u een aantal vragen stellen. Zo zorgen we dat MijniBDcoach u zo goed mogelijk kan helpen bij uw
Kies de <u>Volgende</u> of <u>Vorige</u> kn	op om naar de volgende of vorige pagina te gaan.
Vorige	Volgende

Afbeelding 6: Aanmelding (zonder avatar)

DE INDELING VAN MIJNIBDCOACH

Als u inlogt in mijnIBDcoach, komt u op terecht op de startpagina "Taken".

- 1. <u>Het hoofdmenu</u>: toont de 6 iconen van de submenu's.
- 2. <u>Het submenu</u>: toont meer informatie van het gekozen item uit het hoofdmenu.

mijn BDcoa	ach	🕞 Uitloggen	mijn <mark>iB</mark> Dcoach		🕒 Uitloggen
	Taken®			Taken ⁰	
	Ç, Te doen		😪 Te doen		
	• Voorbereiden spreekuur	START	• Voorbereiden spiee		START
	• Stoppen met roken: dag 1	START	• Stoppen met rol en	≊Berichten	START
				Recente berichten	
	🛔 ik wit		💄 Ik wil	IBD Toezichthouder	
	Contactadvies	START	Contactadvies		START
	Corona beladvies	START	O Corona beladvie		START
				📾 Nieuw bericht	
	💼 🖬 🖾 🖓 👘 🗘			💼 🗅 🕷 🔀 🕅 🗘	

Afbeelding 7: Hoofdmenu (6 iconen onderin beeld)

Afbeelding 8: Submenu (voorbeeld: submenu Berichten)

Het hoofdmenu aan de onderkant heeft 6 knoppen:



<u>TAKEN</u>: Een overzicht van sessies die voor u klaarstaan (bijv. een vragenlijst of kenniskuur) en acties die u zelf kunt starten (zoals het contactadvies).



ZORGPLAN: Een overzicht van ingeplande afspraken en hier kunt u uw doelstellingen wijzigen.



DASHBOARD: Het dashboard geeft een overzicht van uw gezondheid en klachten over IBD.



<u>BERICHTEN</u>: Een overzicht van alle berichten die u met uw zorgverlener uitwisselt en de mogelijkheid om berichten te versturen.



<u>KENNISKUREN</u>: Een overzicht van de kenniskuren die u kunt volgen. Door een kenniskuur te volgen krijgt u meer informatie of praktische tips over een bepaald onderwerp.



<u>INSTELLINGEN</u>: Via de instellingen kunt u o.a. de lettergrootte binnen mijnIBDcoach aanpassen, de avatar voor gesproken tekst aan of uit zetten, uw wachtwoord wijzigen en lezen hoe er met uw privacy wordt omgegaan.

De knop rechtsboven in beeld kunt u gebruiken om uit te loggen:



UITLOGGEN: Door deze knop te gebruiken wordt u uitgelogd en verlaat u mijnIBDcoach.

TAKEN 🖪

Onder "Taken" vindt u geplande taken of sessies (onder "Te doen") en taken die u zelf kunt starten (onder "Ik wil").

TE DOEN

Onder "Te doen" vindt u taken of sessies die door uw zorgverlener voor u zijn klaargezet.

Door middel van deze sessies wordt regelmatig gevraagd hoe het met uw gezondheidstoestand gaat. Dit kan ter voorbereiding van een spreekuurcontact met uw zorgverlener zijn, of een periodieke controle. Daarnaast kunt u in kenniskuren sessies d.m.v. vraag en antwoord meer leren over uw aandoening en behandeling zoals bijvoorbeeld het gebruik van bepaalde medicatie.

jn Beo	Jach	• Uitloggen
	Taken ^o	
	Q, Te doen	
	• Voorbereiden spreekuur	START
	• Stoppen met roken: dag 1	START
	• De actieve zelfmanager; dag 1	START
	Lik wil	
	Contactadvies	START
	© Corona beladvies	START
	<mark>ළ</mark> ස ය න 🖬 ර	

Afbeelding 9: "Taken" bevat geplande taken ("Te doen") en taken die u zelf kunt starten ("Ik wil").

Als er een nieuwe sessie voor u klaarstaat, dan ontvangt u daarover een e-mail. Sessies blijven staan totdat u deze heeft afgerond. U kunt een sessie starten of openen door op de naam van de sessie te klikken (zie afbeelding 10).

Q. Te doen	
O Voorbereiden spreekuur	START
• Stoppen met roken: dag 1	START
• De actieve zelfmanager; dag 1	START

Afbeelding 10: Open een taak onder "Te doen" om vragenlijst in te vullen of de informatie te bekijken.

HET UITVOEREN VAN EEN SESSIE

Zodra u een sessie start, begint mijnIBDcoach met het stellen van vragen. Als u de avatar heeft ingeschakeld, begint de avatar tegen u te praten. Als de avatar is uitgeschakeld, kunt u alleen de tekst lezen. U beantwoordt de vragen door het kiezen van een antwoord of in het geval van een tekstveld een getal of een tekst in te voeren. Door de knop "Volgende" te gebruiken, gaat u naar de volgende vraag. Wilt u een eerder gegeven antwoord wijzigen, dan kunt u dat doen door de knop "Vorige" te gebruiken en uw antwoord aan te passen. Indien u niet voldoende tijd heeft om alle vragen op één moment te beantwoorden, kunt u tussentijds stoppen. MijnIBDcoach onthoudt dan bij welke vraag u bent gebleven, zodat u op een ander moment de overige vragen kunt beantwoorden. Dit geldt voor alle sessies met uitzondering van de aanmeldsessie; deze dient u wel in één keer te doorlopen. Pas nadat u de aanmeldsessie heeft afgerond, worden ook de andere sessies voor u klaargezet en kunt u de overige onderdelen van mijnIBDcoach gebruiken.



Afbeelding 11: Geopende taak of sessie. Links ziet u voorbeeld met de avatar, rechts ziet u dezelfde informatie zonder de avatar.

IK WIL

Onder "Ik wil" staan taken die u zelf, op elk moment van de dag en zo vaak als u wilt, kunt starten. De Ik Wil-taken zijn dus niet voor u klaargezet door uw zorgverlener (maar altijd beschikbaar). Uw antwoorden worden wel gedeeld met uw zorgverlener.

Contactadvies		START
Corona beladvies		START

Afbeelding 12: Onder "Ik wil" staan de taken die u op elk moment van de dag en zo vaak u wilt zelf kunt starten

Op dit moment kunt u de volgende onderdelen onder "Ik wil" gebruiken:

CONTACTADVIES

Als u op dit moment klachten heeft en u weet niet zeker of u hiervoor uw zorgverlener moet bellen, dan kunt u de optie "Contactadvies" starten. U krijgt een aantal vragen over hoe u zich precies voelt, op dezelfde manier zoals in afbeelding 11 wordt getoond). Op basis van uw antwoorden geeft mijnIBDcoach u een advies over wat u het beste kunt doen. Dit kan bijvoorbeeld het advies zijn om contact op te nemen met uw zorgverlener via een bericht of specifiek telefoonnummer. Volg een contact-advies alstublieft op. U bent hier zelf verantwoordelijk voor!



Let op! Mocht u zich erg slecht voelen neem dan direct contact op met uw zorgverlener ongeacht het advies van de SananetOnline.

CORONA BELADVIES

Als u twijfelt of uw klachten passen bij het Coronavirus, kunt u een "Corona beladvies" starten. Op dezelfde manier als in het Contactadvies, beantwoordt u een aantal vragen en krijgt u een advies of het nodig is om contact op te nemen met uw huisarts. Ook ontvangt u een aantal preventiemaatregelen.

ZORGPLAN

Als u in het hoofdmenu klikt op , gaat u naar het zorgplan. Hier worden de afspraken en behandeldoelen bijgehouden.

VOLGENDE AFSPRAAK

Hier kan een datum en tijdstip van de volgende afspraak met uw zorgverlener staan. Wanneer uw zorgverlener deze afspraak in mijnIBDcoach heeft ingepland, kunt u de afspraak zelf niet wijzigen. Mocht de datum en/of het tijdstip van de afspraak niet kloppen, kunt u het beste een berichtje sturen naar uw zorgverlener. Dan kan deze de datum en/of het tijdstip wijzigen. Is er nog geen datum en tijdstip ingevoerd voor de volgende afspraak? Dan kunt u zelf een afspraak invoeren door te klikken op de knop "nieuwe afspraak". Let erop dat wanneer u een tijdstip invoert, een dubbele punt moet worden ingevoerd tussen het uur en de minuten (bijv. 09:00). Wanneer u zelf een datum heeft ingevoerd, kunt u een berichtje sturen naar uw zorgverlener om aan te geven dat u dit heeft gedaan.

PERSOONLIJK BEHANDELDOEL

In het persoonlijk behandeldoel kan een doel worden ingevoerd waar u tussen 2 spreekuurcontacten graag aan wilt werken. U kunt zelf of samen met uw zorgverlener een behandeldoel invoeren. Onder "Doelstelling" staat het doel dat u wilt bereiken en onder "Aanpak" de concrete stappen die u daarbij zet.

Heeft u uw doel bereikt of wilt u een ander doel invoeren, klik dan op "Verander". U kunt dan aangeven welk resultaat u heeft bereikt (doel wel/niet/deels bereikt) en daar een toelichting op geven. Door vervolgens op "Opslaan" te klikken wordt het persoonlijk behandeldoel afgesloten en kunt u een nieuw behandeldoel invoeren. Door op de knop "Bekijk geschiedenis" te klikken krijgt u een overzicht van alle eerdere behandeldoelen. Let op: u kunt niet meerdere doelen tegelijkertijd invoeren. Pas wanneer het resultaat van een doel is ingevoerd, kunt u een ander doel invoeren.



Afbeelding 13: Voorbeeld van het zorgplan

DASHBOARD 🐔

Dit is een overzicht van uw gegevens die in mijnlBDcoach staan. We noemen dat ook wel 'Uw gezondheid in beeld'. U ziet hier informatie over uw gezondheid en klachten over IBD. Deze gegevens komen uit de 'periodieke gezondheidscheck'. Wanneer u een nieuwe periodieke gezondheidscheck invult, wordt dit dashboard bijgewerkt. Hieronder staat een voorbeeld van het dashboard, scrol in het dashboard naar beneden om aanvullende informatie te zien.



Afbeelding 14: Dashboard 'Gezondheid in Beeld'

Afbeelding 15: Voorbeeld van 'Gezondheid in Beeld'

Tips:

Ø

Gebruik deze infoknop in het dashboard om meer informatie te krijgen over dat onderdeel.



BERICHTEN 🖾

Het menu Berichten *it toont alle berichten die u met uw zorgverlener heeft uitgewisseld; het nieuwste bericht staat bovenaan. U ontvangt een e-mail als er een nieuw Bericht voor u klaar staat.*



In de mijnIBDcoach kunt u direct in het hoofdmenu zien of er een nieuw bericht (1) voor u klaar staat (zie afbeelding 16).

Afbeelding 16: Nieuw Bericht (1)

Berichten die over hetzelfde onderwerp gaan, vormen samen een gesprek. Als u reageert op een bericht van uw zorgverlener, horen dat bericht en uw reactie tot hetzelfde gesprek. Stuurt u een nieuw bericht naar uw zorgverlener, dan start u daarmee een nieuw gesprek.

Als u klikt op een bericht in het overzicht dan wordt dat bericht getoond samen met de berichten die tot hetzelfde gesprek behoren.

Tip: Houdt er rekening mee dat uw zorgverlener niet elk moment van de dag en alle dagen van de week naar berichten kijkt. Heeft u dus iets urgents, dan is het beter om te bellen.



Let op! De berichtenfunctie is *niet* bedoeld voor het sturen van dringende vragen.

Berichten®	
RBD Toezichthouder Laatste bericht 20-09-2021 13:33 OPEN	
BD Toezichthouder Laatste bericht 20-09-2021 13:33	
Laatste bericht 20-09-2021 10:58	
ల Nieuw bericht	
b 🖞 û │ M 🔀 🗰 🖓 û 🖉	

Afbeelding 17: Berichten over hetzelfde onderwerp vormen een gesprek en worden onder één titel getoond.

KENNISKUREN 🛄

Wat is een kenniskuur?

Een belangrijke taak van mijnIBDcoach is om u te informeren over de manier waarop u het beste kunt omgaan met uw darmziekte zodat u er zo min mogelijk last van heeft. Daarbij wordt gebruik gemaakt van kenniskuren. Een kenniskuur bestaat uit 1 tot 4 "gesprekken" tussen u en mijnIBDcoach. MijnIBDcoach deelt informatie met u en stelt regelmatig vragen over deze informatie. Hierdoor komt u meer te weten over een bepaald onderdeel van het omgaan met uw aandoening. Er zijn meerdere kenniskuren die u kunt volgen. Bijvoorbeeld: "Wat iedereen moet weten over IBD", "Voeding en IBD" en "Steun vragen en krijgen van anderen".

Wanneer u in het hoofdmenu klikt op , wordt een overzicht getoond van de kenniskuren die u kunt volgen. U kunt een kenniskuur direct starten door op de knop "Start nu" te klikken, of op een later moment een kenniskuur in te plannen door te klikken op "Start op een ander moment". Als u een kenniskuur al gevolgd heeft en u wilt deze nog een keer volgen, kunt u kiezen voor "Kuur nogmaals volgen". Uw zorgverlener kan ook een kenniskuur voor u klaarzetten of stoppen. Kenniskuren kunnen op ieder moment worden gestopt.

mijnIBDcoach		🕞 Uitloggen
	Kenniskuren	
	Wat iedereen moet weten over IBD IBD is een chronische darmontsteking. De twee belangrijkste vormen van IBD zijn de ziekte van Crohn en colitis ulcerosa. De klachten van deze twee v. <u>meer</u>	
	Status: Kuur wordt nu gevolgd Kennis score: STOP HERVATTEN	
	De actieve zelfmanager Er is heel veel dat u zelf kunt doen om klachten te voorkomen of te verminderen! Daarom is het belangrijk om zelf actief te worden in uw behandeling <u>meer</u>	
	Status: Kuur nog niet gevolgd Kennis score: START OP START NU	
	📓 🗅 🕋 🔤 🛄 🗘	

Afbeelding 18: overzicht kenniskuren

INSTELLINGEN 🤤

kı

Wanneer u klikt op \checkmark , kunt u onder instellingen onder andere de lettergrootte van mijnIBDcoach aanpassen, uw wachtwoord wijzigen, toestemmingen over deelname aan onderzoek inzien en wijzigen, en lezen hoe er met uw privacy wordt omgegaan.



Afbeelding 19: Instellingen



Account:

Bekijk de gegevens die van u bekend zijn.



Wachtwoord wijzigen:

Wijzig uw wachtwoord.



Avatar:

Schakel de Avatar in of uit. De avatar leest de tekst in mijnIBDcoach voor u voor.



Lettergrootte:

Pas met behulp van de slider de lettergrootte binnen mijnIBDcoach aan.



Deelname onderzoek:

Bekijk en wijzig de toestemmingen die u gegeven heeft voor deelname aan onderzoek.



Algemene informatie:

Hier vindt u meer informatie over mijnIBDcoach, waaronder een instructievideo.



Over ons:

Hier vindt u informatie over de ontwikkelaars van mijnIBDcoach en wie hierbij betrokken is geweest.



Handleiding:

Deze handleiding over mijnIBDcoach kunt hier digitaal bekijken.



GEGEVENS INZIEN

Onder "Account" kunt u zien welke gegevens van u bekend zijn bij uw zorgverlener en kunt u (indien gewenst) de toestemming intrekken om uw gegevens in te zien (zie afbeelding 20). Als u uw toestemming intrekt kunt u niet meer werken met mijnIBDcoach.

Afbeelding 20: Gegevens inzien

mijn BD coach	▶ Uitloggen
Terug naar het overzicht	
Wanneer u uw wachtwoord vo maal een nieuw wachtwoord. Het nieuwe wachtwoord moe • Colfects: • Skaine latter(s); • I boofideer(s); • Jaesteino); Boeredion kurt u uw 3 laatst	or de mijniBOcaach witt wijzigen voert u eerst uw huidige wachtwoord in en vervolgens twee : uit minimaal 6 karakters bestaan, waarvan minstens: gebruikte wachtwoorden niet opnieuw gebruiken.
Oud wachtwoord	٠
Wachtwoord	•
Wachtwoord (bevestiging)	٠
Verander	

WACHTWOORD WIJZIGEN

Uw wachtwoord is privé. Niemand heeft toegang tot uw wachtwoord; ook uw zorgverlener niet. U kunt uw wachtwoord op ieder moment zelf veranderen. U voert dan eerst uw huidige wachtwoord in en vervolgens 2 keer uw nieuw gekozen wachtwoord (zie afbeelding 21). Met de knop "verander" wordt uw nieuwe wachtwoord opgeslagen. Let erop dat het nieuwe wachtwoord aan de eisen moet voldoen zoals beschreven op pagina 5.

Afbeelding 21: Wijzigen van het wachtwoord

mijnBDc	oach	🕒 Uitloggen
	Terug naar het overzicht	
	Lettergrootte	10
	Verander	

Afbeelding 22: Lettergrootte aanpassen

INSTELLEN LETTERGROOTTE

Met de schuifregelaar kunt u de lettergrootte van mijnIBDcoach aanpassen (zie afbeelding 22). Met de knop "verander" slaat u de wijziging op.

OVERIGE

Naast bovenstaande onderdelen kunt u in de instellingen ook deze handleiding bekijken via "Handleiding" en onder andere meer lezen over de ontwikkelaar Sananet, copyright en privacy statement onder "Over ons". Tot slot, kunt u onder "Avatar" en "Deelname wetenschappelijk onderzoek" uw huidige instellingen bekijken en wijzigen.

HANDLEIDING MIJNIBDCOACH APP

Inhoud	
HANDLEIDING MIJNIBDCOACH APP	
INTRODUCTIE	
STARTEN VAN MIJNIBDCOACH APP	
DE INDELING VAN MIJNIBDCOACH	
	24
TE DOEN	24
Het uitvoeren van een sessie	
IK WIL	25
Contactadvies	25
Corona beladvies	25
ZORGPLAN	
Volgende afspraak	
Persoonlijk behandeldoel	26
DASHBOARD M	27
Gegevens inzien	
Wachtwoord wijzigen	31
Instellen lettergrootte	31
Overige	31
UITLEG EN ONDERSTEUNING	
BIJLAGE 1: INLOGGEN MET TWEESTAPSVERIFCATIE	

INTRODUCTIE

MijnIBDcoach is een online programma waarmee u kunt communiceren met uw zorgverlener. Zo kunnen u en uw zorgverlener berichten naar elkaar versturen. Ook beantwoordt u vragen over uw gezondheid, zodat uw zorgverlener uw situatie in de gaten kan houden. Bovendien krijgt u hierdoor meer inzicht in uw ziekte en uw behandeling, en leert u meer over IBD. Twijfelt u over klachten? Dan kan de mijnIBDcoach advies geven of het wel of niet nodig is contact op te nemen met het ziekenhuis. MijnIBDcoach kan zowel op computers, laptops, tablets als smartphones worden gebruikt als App of via de website. In deze algemene handleiding wordt uitgelegd hoe mijnIBDcoach App werkt op de tablet of smartphone. Wanneer u meer wilt weten over het gebruik van mijnIBDcoach via een computer of laptop, kunt u de Handleiding website lezen. Het kan zijn dat bepaalde onderdelen in uw MijnIBDcoach programma niet beschikbaar zijn of er anders uitzien. Mocht u naar aanleiding van deze handleiding nog vragen hebben over het gebruik van mijnIBDcoach dan kunt u contact met ons opnemen via <u>helpdesk@sananet.nl</u> of telefonisch tijdens kantooruren op 046-4588001.

STARTEN VAN MIJNIBDCOACH APP

Om te kunnen werken met de mijnIBDcoach App moet u beschikken over een Android (versie 4.1 of hoger) of Apple (iOS versie 11 of hoger) tablet of smartphone die is verbonden met het internet.



De Android versie van de mijnIBDcoach app kunt u downloaden via de Google Play Store. De iOS versie van de mijnIBDcoach app kunt u downloaden in de App store.

Via de "Google Play Store" of de "App store" kunt u in de zoekbalk "mijnIBDcoach" invullen, waarna mijnIBDcoach App in beeld zal verschijnen. In de afbeelding hiernaast wordt ook het logo van de App getoond. Wanneer u klikt op "installeren" (Android) of op "download" (Apple), wordt de App geïnstalleerd en kunt u deze terugvinden op uw tablet of Smartphone.

Let op, de app kan in de toekomst vernieuwd worden. Het kan zijn dat u dan de app moet updaten.



Afbeelding 1: mijnIBDcoach

Als u de app opent, komt u op de inlogpagina van mijnIBDcoach. U kunt hier de gebruikersnaam en het tijdelijke wachtwoord (bestaande uit 2 hoofdletters en 6 cijfers) invoeren die u per e-mail heeft ontvangen.

14:17	80% 🗩 🔐 vodafone NL 🗢	15:15	54% 🔳 🔒	🖬 vodafone NL 🗢	14:07	60% 🔳
mijn IBD coach	S 🔨 🛍	à	Ð	S 🔦 🏛 miin IE D coa	ch	
Gebruikersnaam	Terug r	naar het overzicht		Bovendien ku laatstgebruik opnieuw gebr	unt u uw 3 te wachtwoorden r ruiken.	iiet
wachtwoord				Tijdelijk wacht	woord	
Inloggen Om deze app te gebruiken heeft u een accc nodig. Neem contact op met uw behandelaar	Wanneer u mijnIBDcoat eerst uw hu ount vervolgens t	uw wachtwoord voo ch wilt wijzigen voer iidige wachtwoord ir twee maal een nieuv	r de t u n en w	Tijdelijk Wachtwoord	wachtwoord	•
login gegevens aan te vragen. Wachtwoord vergeten	Het nieuwe minimaal 6 waarvan mi • 1 cijfer	wachtwoord moet u karakters bestaan, nstens: (s);	uit	Wachtwo	ord Devestiging)	
	1 klein 1 hoofo 1 leest Bovendien k 1 stattrabui	e letter(s); dletter(s); eken(s) kto wachtwoorden i kto wachtwoorden i		Wachtwo	ord (bevestiging) ERANDER	•

Afbeelding 2: Inlogpagina

Afbeeldingen 3a en b: Wachtwoord instellen / wijzigen. (scroll naar beneden en of naar boven om alle informatie te bekijken)

De eerste keer dat u inlogt, zal u worden gevraagd om het tijdelijke wachtwoord te veranderen in een eigen wachtwoord (zie afbeeldingen 3a en b). U voert dan eerst nogmaals het tijdelijke wachtwoord in en vervolgens twee maal een nieuw eigen wachtwoord. Klikt u vervolgens op de knop "Verander" om de wijziging te bevestigen. Let u op de vereisten waar uw eigen wachtwoord aan moet voldoen, namelijk: minimaal 8 karakters waarvan minstens 1 hoofdletter, 1 kleine letter, 1 cijfer en 1 leesteken (bijv. een punt, uitroepteken of vraagteken. Met behulp van de 'oogjes' achter elke invoerregel kunt u zien welke karakters u heeft ingetoetst. Noteer dit wachtwoord, zodat u het terug kunt vinden als u het vergeten bent.

Mocht u uw wachtwoord niet meer weten, dan kunt u een nieuw tijdelijk wachtwoord aanvragen met uw gebruikersnaam. Daarvoor gebruikt u de functie "Wachtwoord vergeten" die te vinden is via de inlogpagina (afbeelding 2). U ontvangt dan een mail met een nieuw tijdelijk wachtwoord dat u na de eerste keer inloggen kan veranderen naar een nieuw eigen wachtwoord. Als u mijnIBDcoach langer dan 4 uur niet gebruikt, wordt u automatisch uitgelogd.



De eerste keer dat u inlogt, zal u gevraagd worden om de privacyverklaring te accepteren. U doet dat door helemaal naar beneden te scrollen, op het vakje te klikken en vervolgens op "akkoord" te klikken.

Afbeelding 4: Privacy verklaring (scroll naar beneden om Akkoord te geven)

DE INDELING VAN MIJNIBDCOACH

Als u inlogt in mijnIBDcoach, komt u op terecht op de startpagina "Taken".

- 1. <u>Het hoofdmenu</u>: toont de 6 iconen van de submenu's.
- 2. <u>Het submenu</u>: toont meer informatie van het gekozen item uit het hoofdmenu.



Afbeelding 5: Hoofdmenu met 6 iconen (onderin beeld).*

Afbeelding 6: Voorbeeld submenu "Berichten"

*Afhankelijk van de schermgrootte van uw apparaat, kan het zijn dat niet alle iconen van het hoofdmenu in beeld staan (zie afbeelding 5). U kunt zelf met uw vinger over de menu iconen 'vegen' van links naar rechts (of van rechts naar links) om het gewenste icoon goed in beeld te krijgen en gebruiken.

Het hoofdmenu aan de onderkant heeft 6 knoppen:



TAKEN: Een overzicht van sessies die voor u klaarstaan (bijv. een vragenlijst of kenniskuur) en acties die u zelf kunt starten (zoals het contactadvies).



ZORGPLAN: Een overzicht van ingeplande afspraken en hier kunt u uw doelstellingen wijzigen.



DASHBOARD: Het dashboard geeft een overzicht van uw gezondheid en klachten over IBD.



<u>BERICHTEN</u>: Een overzicht van alle berichten die u met uw zorgverlener uitwisselt en de mogelijkheid om berichten te versturen.



<u>KENNISKUREN</u>: Een overzicht van de kenniskuren die u kunt volgen. Door een kenniskuur te volgen krijgt u meer informatie of praktische tips over een bepaald onderwerp.



<u>INSTELLINGEN</u>: Via de instellingen kunt u de lettergrootte binnen mijnIBDcoach aanpassen, de avatar voor gesproken tekst aan of uit zetten, uw wachtwoord wijzigen en lezen hoe er met uw privacy wordt omgegaan.

De knop rechtsboven in beeld kunt u gebruiken om uit te loggen:



UITLOGGEN: Door deze knop te gebruiken wordt u uitgelogd en verlaat u mijnIBDcoach.

TAKEN 🖪

Onder "Taken" vindt u geplande taken of sessies (onder "te doen") en taken die u zelf kunt starten (onder "Ik wil").



TE DOEN

Onder "Te doen" vindt u taken of sessies die door uw zorgverlener voor u zijn klaargezet.

Door middel van deze sessies wordt regelmatig gevraagd hoe het met uw gezondheidstoestand gaat. Dit kan ter voorbereiding van een spreekuurcontact met uw zorgverlener zijn, of een periodieke controle. Daarnaast kunt u in kenniskuren sessies d.m.v. vraag en antwoord meer leren over uw aandoening en behandeling zoals bijvoorbeeld het gebruik van bepaalde medicatie.

Als er een nieuwe sessie voor u klaarstaat, dan ontvangt u daarover een e-mail. Sessies blijven staan totdat u deze heeft afgerond. U kunt een sessie starten of openen door op de naam van de sessie of de knop "Start" te klikken.

Afbeelding 7: Onder "te doen" in het Taken-menu, kunt u geplande taken openen.

HET UITVOEREN VAN EEN SESSIE

Zodra u een sessie start, begint mijnIBDcoach met het stellen van vragen. Als u de avatar heeft ingeschakeld, begint de avatar tegen u te praten. Als de avatar is uitgeschakeld, kunt u alleen de tekst lezen. U beantwoordt de vragen door het kiezen van een antwoord of in het geval van een tekstveld een getal of een tekst in te voeren. Door de knop "Volgende" te gebruiken, gaat u naar de volgende vraag. Wilt u een eerder gegeven antwoord wijzigen, dan kunt u dat doen door de knop "Vorige" te gebruiken en uw antwoord aan te passen. Indien u niet voldoende tijd heeft om alle vragen op één moment te beantwoorden, kunt u tussentijds stoppen. MijnIBDcoach onthoudt dan bij welke vraag u bent gebleven, zodat u op een ander moment de overige vragen kunt beantwoorden. Dit geldt voor alle sessies met uitzondering van de aanmeldsessie; deze dient u wel in één keer te doorlopen. Pas nadat u de aanmeldsessie heeft afgerond, worden ook de andere sessies voor u klaargezet en kunt u de overige onderdelen van mijnIBDcoach gebruiken.



Afbeelding 9: Taak starten.

Afbeeldingen 10a en b: "Geopende taak". (Links een voorbeeld zonder avatar en rechts met de avatar).

SANANET

IK WIL

Onder "Ik wil" staan taken die u zelf, op elk moment van de dag en zo vaak als u wilt, kunt starten. De Ik Wil-taken zijn dus niet voor u klaargezet door uw zorgverlener (maar altijd beschikbaar). Uw antwoorden worden wel gedeeld met uw zorgverlener.

Op dit moment kunt u de volgende onderdelen onder "Ik wil" gebruiken:

CONTACTADVIES

Als u op dit moment klachten heeft en u weet niet zeker of u hiervoor uw zorgverlener moet bellen, dan kunt u de optie "Contactadvies" starten. U krijgt een aantal vragen over hoe u zich precies voelt. Op basis van uw antwoorden geeft mijnIBDcoach u een advies over wat u het beste kunt doen. Dit kan bijvoorbeeld het advies zijn om contact op te nemen met uw zorgverlener via een bericht of specifiek telefoonnummer. Volg een contact-advies alstublieft op. U bent hier zelf verantwoordelijk voor!



Let op! Mocht u zich erg slecht voelen neem dan direct contact op met uw zorgverlener ongeacht het advies van SananetOnline.

CORONA BELADVIES

Als u twijfelt of uw klachten passen bij het Coronavirus, kunt u een "Corona beladvies" starten. Op dezelfde manier als in het Contactadvies, beantwoordt u een aantal vragen en krijgt u een advies of het nodig is om contact op te nemen met uw huisarts. Ook ontvangt u nog een aantal preventiemaatregelen.

Afbeelding 11: Onder "lk wil" staan de opties die altijd beschikbaar voor u zijn



SANANET

ZORGPLAN 🖸

Als u in het hoofdmenu klikt op ———, gaat u naar het zorgplan. Hier worden de afspraken en behandeldoelen bijgehouden.

VOLGENDE AFSPRAAK

Hier kan een datum en tijdstip van de volgende afspraak met uw zorgverlener staan. Wanneer uw zorgverlener deze afspraak in mijnIBDcoach heeft ingepland, kunt u de afspraak zelf niet wijzigen. Mocht de datum en/of het tijdstip van de afspraak niet kloppen, kunt u het beste een berichtje sturen naar uw zorgverlener, zodat deze de datum en/of het tijdstip kan wijzigen.

Is er nog geen datum en tijdstip ingevoerd voor de volgende afspraak, dan kunt u zelf een afspraak invoeren door te klikken op de knop "nieuwe afspraak" (zie afbeelding 12). Let erop dat wanneer u een tijdstip invoert, een dubbele punt moet worden ingevoerd tussen het uur en de minuten (bijv. 09:00). Wanneer u zelf een datum heeft ingevoerd, kunt u een berichtje sturen naar uw zorgverlener om aan te geven dat u dit heeft gedaan.

PERSOONLIJK BEHANDELDOEL

In het persoonlijk behandeldoel kan een doel worden ingevoerd waar u tussen 2 spreekuurcontacten graag aan wilt werken. U kunt zelf of samen met uw zorgverlener een behandeldoel invoeren. Onder "Doelstelling" staat het doel dat u wilt bereiken en onder "Aanpak" de concrete stappen die u daarbij zet.

Heeft u uw doel bereikt of wilt u een ander doel invoeren, klik dan op "Verander". U kunt dan aangeven welk resultaat u heeft bereikt (doel wel/niet/deels bereikt) en daar een toelichting op geven. Door vervolgens op "Opslaan" te klikken wordt het persoonlijk behandeldoel afgesloten en kunt u een nieuw behandeldoel invoeren. Door op de knop "Bekijk geschiedenis" te klikken krijgt u een overzicht van alle eerdere behandeldoelen. Let op: u kunt niet meerdere doelen tegelijkertijd invoeren. Pas wanneer het resultaat van een doel is ingevoerd, kunt u een ander doel invoeren.

Il vodafone NL 🗢 15:12	55% 🗩
S 🔦 🍅	
mijn IBD coach	
Volgende afspraak	
Geen afspraak gepland	
Nieuwe afspraak	
Wat wilt u bereiken?	
Doelstelling Een betere conditie, zodat ik niet snel vermoeid raak	zo
Aanpak Elke dag 30 minuten fietsen	
22-9-2021	
Opmerkingen	
📑 💽 mi 🖂 l	2

Afbeelding 12: Voorbeeld van het zorgplan

DASHBOARD 🐔

Dit is een overzicht van uw gegevens die in mijnlBDcoach staan. We noemen dat ook wel 'Uw gezondheid in beeld'. U ziet hier informatie over uw gezondheid en klachten over IBD. Deze gegevens komen uit de 'periodieke gezondheidscheck'. Wanneer u een nieuwe periodieke gezondheidscheck invult, wordt dit dashboard bijgewerkt. Hieronder staan enkele voorbeelden van het dashboard "Gezondheid in Beeld" (zie afbeelding 13a,b,c). In de app kan u naar beneden scrollen om alle informatie te zien.

c 🖆 🔨	Ð		Ð		Э
mijn BC coach	miji	n <mark>ibe</mark> coach	mij	n Coach	
S-2021 for 12-2021 Bekljik hieronder het resultaat REET DAS VIEN MAAND HALF JAAN JAAN		Laatste update: 22-12-2 Geneesmiddelen en bijwerkingen	2021	Incontinentie(12)	
Ziekte-activiteit en Calprotectin	21	Bijwerkingen medicijnen n.v.t.		Slaap(5) 🗠	
Ziekte-activiteit Calpro (x100)		Tevredenheid medicijnen Nee		Zware lichamelijke activiteit(3)	
6 5 4 3 3		Medicatle verandering gewenst? Ja		Matige lichamelijke activiteit(2)	
		Bespreken andere medicijnen n.v.t.		ADL(1) 🗠	
2 4 8 8 8 8 8 8		Anstal infection(2)	•	Sociaal(0) 🗠	
	0		0		٥

Afbeelding 13a,b,c: Voorbeeld Dashboard 'Gezondheid in Beeld'

Tips:

Ø

 \sim

Gebruik deze infoknop in het dashboard om meer informatie te krijgen over dat onderdeel.

Gebruik deze grafiekknop om het verloop van dit onderdeel te kunnen zien

BERICHTEN 🖾

Het menu Berichten *for the series of the se*

In de mijnIBDcoach kunt u direct in het hoofdmenu zien of er een nieuw bericht voor u klaar staat (zie afbeelding 14).

Berichten die over hetzelfde onderwerp gaan, vormen samen een gesprek. Als u reageert op een bericht van uw zorgverlener, horen dat bericht en uw reactie tot hetzelfde gesprek. Stuurt u een nieuw bericht naar uw zorgverlener, dan start u daarmee een nieuw gesprek.

Als u klikt op een bericht in het overzicht dan wordt dat bericht getoond samen met de berichten die tot hetzelfde gesprek behoren (zie afbeelding 15).



Let op: De berichtenfunctie is *niet* bedoeld voor het sturen van dringende vragen.

Tip: Houdt er rekening mee dat uw zorgverlener niet elk moment van de dag en alle dagen van de week naar berichten kijkt. Heeft u dus iets urgents, dan is het beter om te bellen.



KENNISKUREN 🛄

Wat is een kenniskuur?

Een belangrijke taak van mijnIBDcoach is om u te informeren over de manier waarop u het beste kunt omgaan met uw darmziekte zodat u er zo min mogelijk last van heeft. Daarbij wordt gebruik gemaakt van kenniskuren. Een kenniskuur bestaat uit 1 tot 4 "gesprekken" tussen u en mijnIBDcoach. MijnIBDcoach deelt informatie met u en stelt regelmatig vragen over deze informatie. Hierdoor komt u meer te weten over een bepaald onderdeel van het omgaan met uw aandoening. Er zijn meerdere kenniskuren die u kunt volgen. Bijvoorbeeld: "Wat iedereen moet weten over IBD", "Voeding en IBD" en "Steun vragen en krijgen van anderen".

Wanneer u in het hoofdmenu klikt op , opent het submenu "Kenniskuren". In het submenu kunt u zien welke kenniskuren u op dit moment volgt en kunt u de bibliotheek met "Kenniskuren" openen (zie afbeeldingen 16 en 17).

In het submenu Kenniskuren kunt u een actieve kenniskuur via de knop "Ga Verder" openen en verder volgen (zie afbeelding 16). In de Kenniskuren bibliotheek vindt u een overzicht van alle beschikbare kenniskuren in de mijnIBDcoach (zie afbeelding 17). Daar kunt u een kenniskuur direct starten door op de knop "Start nu" te klikken, of op een later moment een kenniskuur in te plannen door te klikken op de knop "Start op…". Als u een kenniskuur al gevolgd heeft en u wilt deze nog een keer volgen, kunt u kiezen voor "Kuur nogmaals volgen". Uw zorgverlener kan ook een kenniskuur voor u klaarzetten of stoppen. Kenniskuren kunnen op ieder moment worden gestopt.

Tip: Scroll naar beneden om alle kenniskuren in de bibliotheek te bekijken.

📶 vodafone NL 🗢 15:13	55% 🗩	📲 vodafone NL 奈	15:14	55%
S 🔦 🗅		S 🔶 🕯		
		mijnIBDcoa	ach	
M Kenniskuren		Voeding en IBD	, overgewi	cht
Kenniskuren die gevolgd worde	n	Wilt u graag zelfs afvalle geeft u tips kuppen berg	op gewicht blij n? Deze kennis en adviezen om	ven of kuur n dit te kan uw
 De actieve zelfmanager Kuur wordt nu gevolgd GA VERDER 		gezondheid	in <u>meer</u>	Kall UW
 Stoppen met roken 		Status: Kuur	nog niet gevolgd	
Kuur wordt nu gevolgd		Kennis scor	e:	
GA VERDER				
			START OP	
			START NU	
📑 ū 🚮 🖂			🥻 🖂	

Afbeelding 16: Kenniskuren (submenu)

Afbeelding 17: Kenniskuren (bibliotheek). (Open de Bibliotheek via de knop "Kenniskuren" in het submenu – zie afb.15).

INSTELLINGEN 🗣

Wanneer u klikt op \checkmark , kunt u onder instellingen onder andere de lettergrootte van MijnIBDcoach aanpassen, uw wachtwoord wijzigen, toestemmingen over deelname aan onderzoek inzien en wijzigen, en lezen hoe er met uw privacy wordt omgegaan.



Afbeelding 18: Instellingen-submenu

Afbeelding 19: Instellingen (Bekijk alle Instellingen via de knop "Instellingen" in het Instellingen-submenu zie afb.18).



Account:

Bekijk de gegevens die van u bekend zijn.



Wachtwoord wijzigen:

Wijzig uw wachtwoord.



Avatar:

Schakel de Avatar in of uit. De avatar leest de tekst in mijnIBDcoach voor u voor.



Lettergrootte:

Pas met behulp van de slider de lettergrootte binnen mijnIBDcoach aan.



Deelname onderzoek:

Bekijk en wijzig de toestemmingen die u gegeven heeft voor deelname aan onderzoek.



Algemene informatie:

Hier vindt u meer informatie over mijnIBDcoach, waaronder een instructievideo.



Over ons:

Hier vindt u informatie over de ontwikkelaars van mijnIBDcoach en wie hierbij betrokken is geweest.



Handleiding:

Deze handleiding over mijnIBDcoach kunt hier digitaal bekijken.

GEGEVENS INZIEN

Onder "Account" kunt u zien welke gegevens van u bekend zijn bij uw zorgverlener en kunt u (indien gewenst) de toestemming intrekken om uw gegevens in te zien (zie afbeelding 20). Als u uw toestemming intrekt kunt u niet meer werken met mijnIBDcoach.

WACHTWOORD WIJZIGEN

Uw wachtwoord is privé. Niemand heeft toegang tot uw wachtwoord; ook uw zorgverlener niet. U kunt uw wachtwoord op ieder moment zelf veranderen. U voert dan eerst uw huidige wachtwoord in en vervolgens 2 keer uw nieuw gekozen wachtwoord (zie afbeelding 21). Met de knop "verander" wordt uw nieuwe wachtwoord opgeslagen. Let erop dat het nieuwe wachtwoord aan de eisen moet voldoen zoals beschreven op pagina 5.

INSTELLEN LETTERGROOTTE

Met de schuifregelaar kunt u de lettergrootte van mijnIBDcoach aanpassen (zie afbeelding 22). Met de knop "verander" slaat u de wijziging op.

OVERIGE

Naast bovenstaande onderdelen kunt u in de instellingen ook deze handleiding bekijken via "Handleiding" en onder andere meer lezen over de ontwikkelaar Sananet, copyright en privacy statement onder "Over ons". Tot slot, kunt u onder "Avatar" de avatar voor gesproken tekst aan of uit zetten en bij "Deelname wetenschappelijk onderzoek" uw huidige instellingen bekijken en wijzigen.



Afbeelding 21: Wijzigen van uw wachtwoord

UITLEG EN ONDERSTEUNING

Mocht het met behulp van deze handleiding niet lukken om in te loggen, of heeft u nog andere vragen over de werking van de mijnIBDcoach? Neem dan contact op met het Klant Contact Centrum (Sananet) via het e-mailadres <u>helpdesk@sananet.nl</u> of via het telefoonnummer 046-458 80 01. Wij zijn op werkdagen bereikbaar van 08:30-17:00 uur.

BIJLAGE 1: INLOGGEN MET TWEESTAPSVERIFCATIE

Het kan zijn dat het ziekenhuis waar u in behandeling bent, maakt gebruik van (of zal dit binnenkort gaan doen) tweestapsverificatie. Tweestapsverificatie is een extra beveiliging om online toegang te krijgen tot gevoelige gegevens, zoals bank- of gezondheidsgegevens. Door het toevoegen van deze extra beveiligingsmaatregel, zijn uw gegevens nog beter beschermd.

U kunt onderstaande stappen volgen om in te loggen in de mijnIBDcoach met tweestapsverificatie.

STAP 1

- Open de mijnIBDcoach App of de website www.mijnibdcoach.nl
- Vul uw inloggegevens (gebruikersnaam, wachtwoord) en klik op "Inloggen" (zie afbeelding 23).

STAP 2

- U ontvangt automatisch een toegangscode via e-mail.
- Vul de toegangscode in en klik op "Code Controleren" (zie afbeelding 24).
- U bent nu ingelogd en ziet de startpagina van de mijnIBDcoach.

	mijn IBD coach
	Uw toegangscode De toegangscode (6 cijfers) is verzonden naar het bij ons bekend mailadres. Deze code is 5 minuten geldig.
•	
	Uw toegangscode niet ontvangen?
rkdagen tussen manet.nl	Controleer of de toegangscode in de "ongewenste e-mail" (SPA folder) terecht is gekomen. Code opnieuw versturen
ad in de	
	kdagen tussen aanet.n!

Afbeelding 23: Gebruikersnaam en wachtwoord

Afbeelding 24: Uw Toegangscode

Let op: De toegangscode bestaat uit 6 cijfers en is 5 minuten geldig. Wanneer u te laat bent met het invoeren van de code, krijgt u een foutmelding. Ook als u een verkeerde toegangscode invult, krijgt u een foutmelding. Controleer dan opnieuw de code in uw email en vul deze opnieuw in. Lukt het nog steeds niet, kies dan 'Code opnieuw versturen' of neem contact op met Sananet Klant Contact Centrum (zie "<u>Uitleg en Ondersteuning</u>").

TOEGANGSCODE VIA E-MAIL OF SMS

Sommige zorginstellingen bieden hun patiënten de keuze om de toegangscode te ontvangen via e-mail of via SMS (zie afbeelding 25). Of dit voor u geldt, merkt u vanzelf tijdens het inloggen op mijnIBDcoach.

Als de keuze wordt aangeboden, kiest u zelf hoe u de toegangscode wenst te ontvangen (via SMS of via e-mail). Uw keuze wordt onthouden voor de volgende keer dat u inlogt op mijnIBDcoach. Uiteraard kunt u deze keuze later ook weer wijzigen, tijdens het inloggen (via de knop: "Kies een andere optie" zie afbeelding 26) of via **Instellingen** ("Account") binnen de mijnIBDcoach.



Afbeelding 25: Keuze toegangscode



<u>Toelichting</u>: Als u kiest voor een toegangscode via SMS, dan dient u een eenmalig uw telefoonnummer in te vullen waarop u een SMS kunt ontvangen. Dit telefoonnummer wordt alleen gebruikt om u een toegangscode te sturen bij het inloggen op mijnIBDcoach. Er zijn voor u geen kosten verbonden aan het ontvangen van de toegangscode-SMS.

Neem bij vragen contact op met Sananet Klant Contact Centrum (zie "Uitleg en Ondersteuning").