

# Hoe geef ik mijn bloeddruk door aan mijn huisartsenpraktijk?

via *MijnGezondheid.net*

## Algemeen

U logt direct in via <https://home.mijngezondheid.net/inloggen/>, of via de website van uw huisartsenpraktijk en dan vervolgens op MijnGezondheid.net.

Na inloggen gaat u naar **Eigen metingen delen en bekijken** en kunt u kiezen welke meting u gaat invoeren. Vervolgens voert u de metingen in en na het afronden van al uw metingen, verstuurt u deze makkelijk naar uw huisartsenpraktijk.

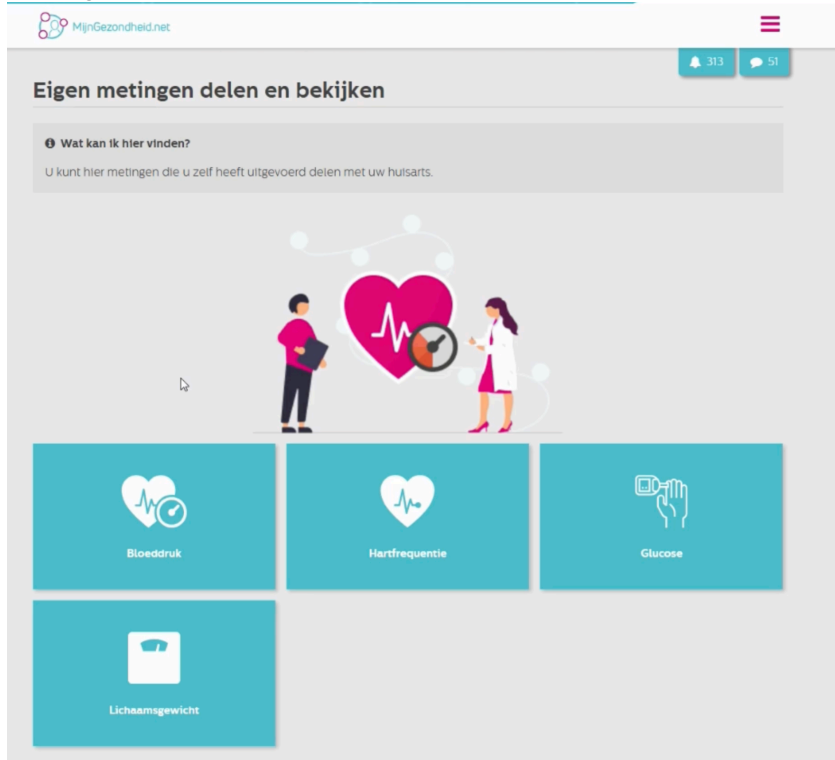
**Let op:** Ziet u niet de tegel 'Eigen metingen delen en bekijken'? Dan staat Zelfmetingen voor u nog niet aan. Neem hiervoor contact op met uw huisartsenpraktijk.

## Details: 4 stapjes

- 1 Log in op [Mijngezondheid.net](https://mijngezondheid.net).  
Klik eerst op het tegeltje **Eigen metingen delen en bekijken** en vervolgens op het type meting dat u wilt registeren.

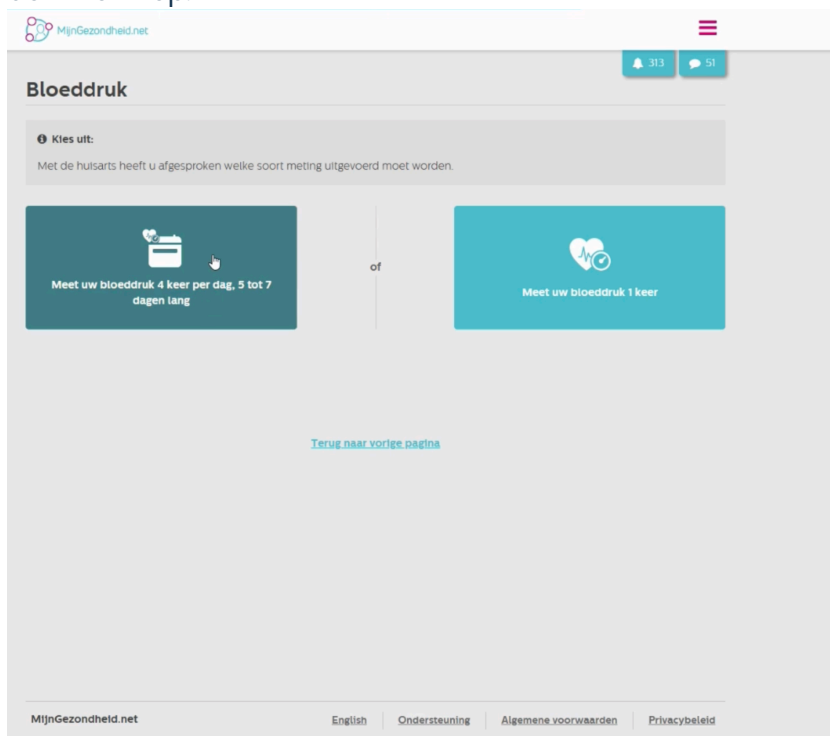


## In dit geval **Bloeddruk**.



2

Indien u heeft afgesproken om uw bloeddruk over meerdere dagen te meten, kiest u voor de linkerknop:



- 3 Klik daarna op **Nieuwe meerdaagse meting invoeren** en kies de startdatum van uw metingen.

### Zelfmeting delen: Meerdaagse bloeddrukmeting

---

#### Kies de startdatum van uw metingen

---

Datum van meting\*:

[Reeks verwijderen](#)

- 4 Voer de metingen in.  
Er moeten vier metingen per dag ingevuld worden voordat u aan de volgende dag kunt beginnen. Klik voor een volgende dag op **Nog een dag invullen**.

Om later verder te gaan met het invoeren van een volgende meting, moet u klikken op **Opslaan & later verder invullen**.

### Dag 1: Dinsdag 07-11-2023

#### Ochtend 1:

▲ Bovendruk\*:

129

▼ Onderdruk\*:

89

#### Ochtend 2:

▲ Bovendruk\*:

125

▼ Onderdruk\*:

85

#### Avond 1:

▲ Bovendruk\*:

123

▼ Onderdruk\*:

88

#### Avond 2:

▲ Bovendruk\*:

122

▼ Onderdruk\*:

88

Vul het minimaal vereiste aantal dagen in om uw metingen te kunnen versturen.



Dag 1



Dag 2



Dag 3



Dag 4



Dag 5

Nog een dag invullen

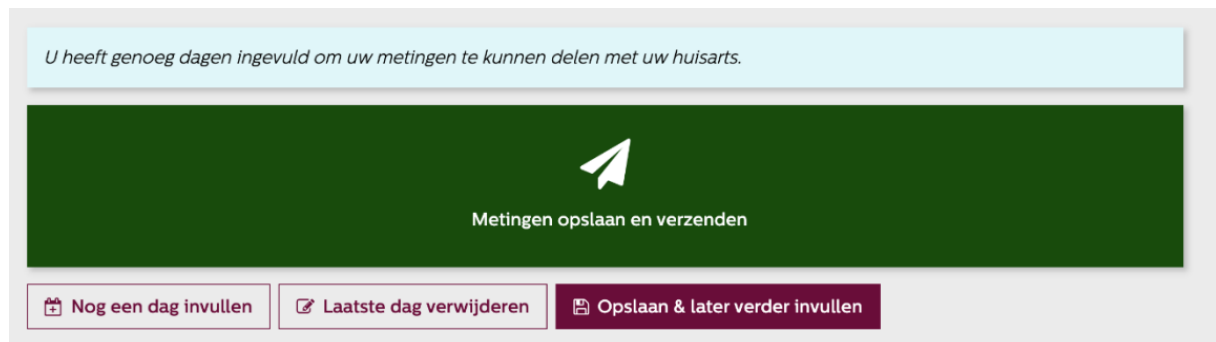
Opslaan & later verder invullen

U moet minimaal voor 5 dagen uw bloeddruk invullen zoals de 'tijdslijn' aangeeft. Indien u 6 of 7 dagen heeft afgesproken met uw huisarts, ga dan verder met de reeks door te klikken op **Nog een dag invullen** en verstuur de metingen hierna.

**Let op:** Als u met de huisarts een meerdaagse meting hebt afgesproken, is het noodzakelijk dat u precies 4 metingen per dag invoert; voor 5, 6 of 7 opeenvolgende dagen.

5 Zodra u voor minimaal 5 dagen uw metingen heeft ingevoerd, verschijnt de melding dat er voldoende dagen zijn ingevuld om de metingen te versturen.

Als u de gewenste reeks heeft afgerond, klik dan op **Metingen opslaan en verzenden**. Het gemiddelde wordt nu automatisch berekend en doorgestuurd naar uw huisartsenpraktijk.



U heeft genoeg dagen ingevuld om uw metingen te kunnen delen met uw huisarts.

Metingen opslaan en verzenden

Nog een dag invullen   Laatste dag verwijderen   Opslaan & later verder invullen

*Uw zorgverlener krijgt hierna alle meetwaardes automatisch binnen, beoordeelt deze en neemt contact met u op zoals afgesproken.*