

Welkom bij
de installatie
van de

Sleep
Slaapmat



THE BOX
THUISMETING VOOR HARTPATIENTEN



Van het LUMC Hart Long Centrum heeft u de Sleep slaapmat gekregen.

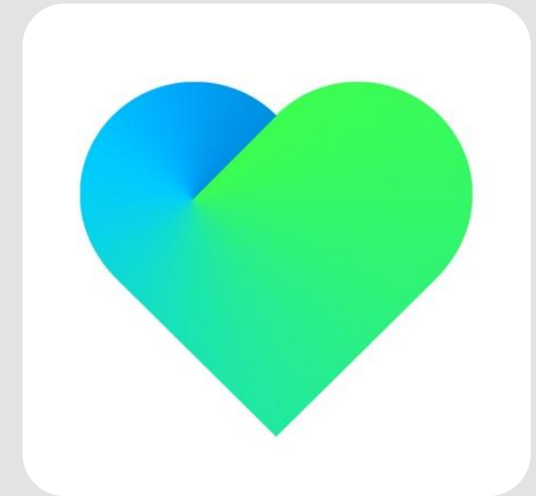
Met de Sleep slaapmat meet u uw slaappatroon.

In de volgende stappen ziet u hoe u de slaapmat kunt installeren.

Eerder heeft u al ingelogd in de Health Mate app die u nodig heeft om de slaapmat te installeren en te gebruiken.

Lees goed de volgende stappen door.

Komt u er daarna niet uit met de installatie, neem dan contact op met Team Box Support

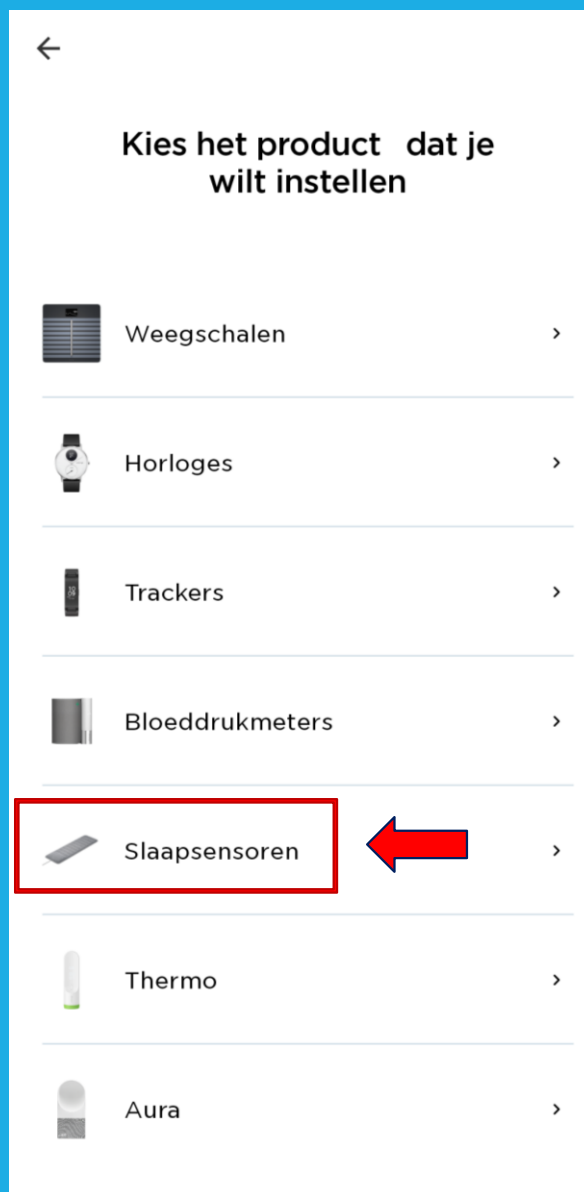


**Open nu de
Health Mate app
op uw telefoon of
tablet.**

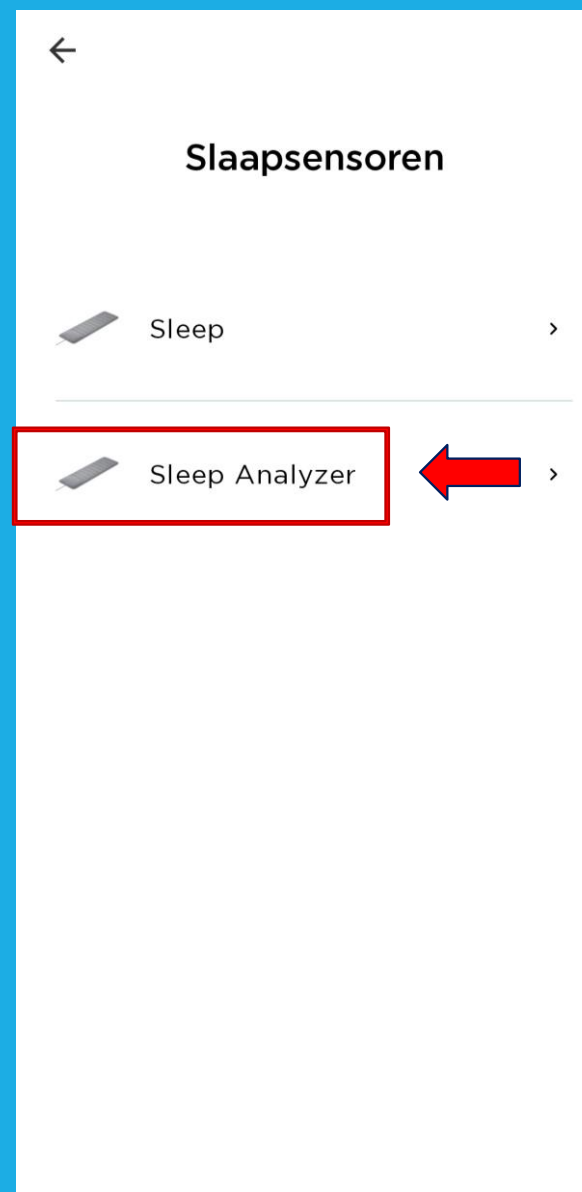
Ga naar **apparaten** en selecteer
Installeer een apparaat



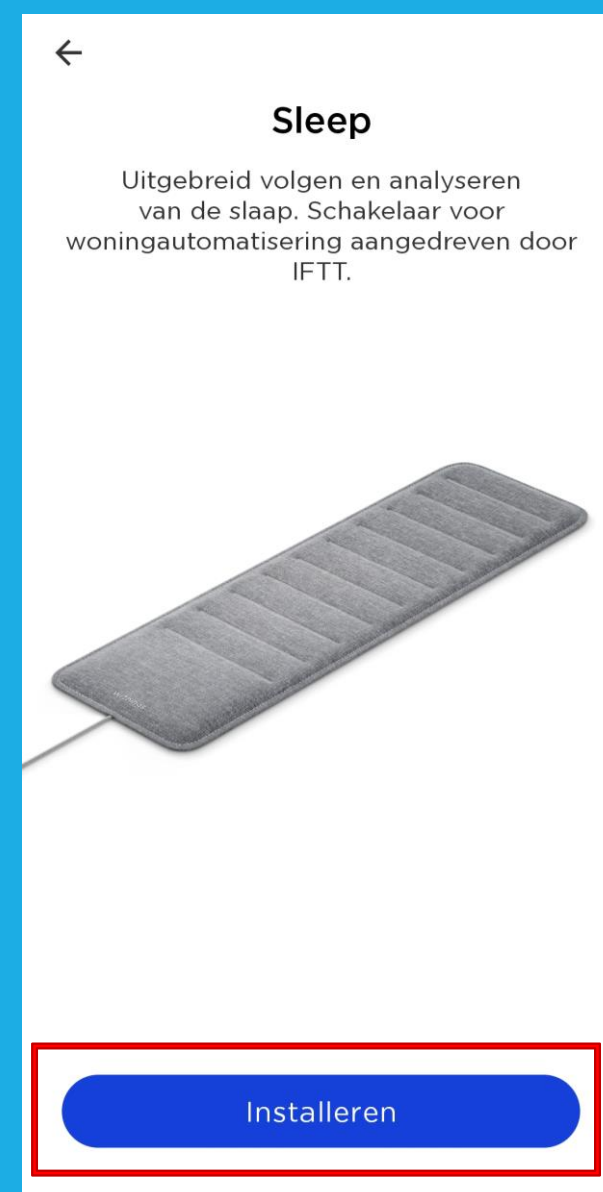
Selecteer **Slaapsensoren**



Selecteer **Sleep Analyzer**



Selecteer **Installeren**



Leg de slaapmat goed onder uw matras, selecteer dan **Volgende**.

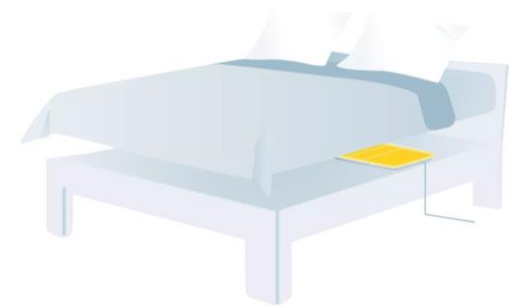
Leg de slaapmat onder uw matras.
Zorg ervoor dat het snoer aan de zijkant van uw bed zichtbaar is zoals hieronder in de afbeelding aangegeven wordt.

Heeft u een lattenbodem selecteer dan in de app **Wat moet ik doen als ik een lattenbodem heb**. De app helpt u dan verder.



Plaats het apparaat onder uw matras. Alleen het snoer moet aan de zijkant zichtbaar zijn.

Het apparaat moet volledig contact maken met zowel het matras als met wat zich daaronder bevindt: de boxspring of de matrasbodem.



Volgende

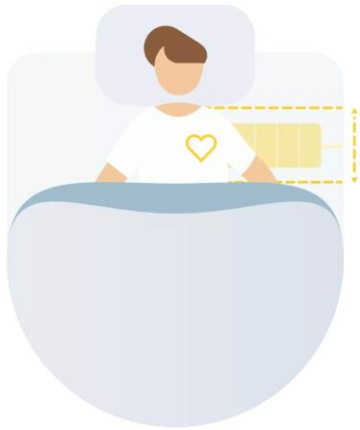
Wat moet ik doen als ik een lattenbodem heb?

Selecteer **Volgende**



**Plaats de Sleep Analyzer
horizontaal op borsthoogte
onder het matras.**

De sensor moet zich in het gedeelte van het bed bevinden waar u slaapt. Als u het bed met iemand deelt, plaats de sensor dan aan uw kant.



Volgende

Selecteer **Volgende**



**Vergeet niet om het
apparaat in het stopcontact
te doen.**

Doe het apparaat in het stopcontact als het daar nog niet in zit. Het is belangrijk dat niemand de eerste 10 minuten in het bed gaat liggen. Ondertussen kun je doorgaan met de installatie.



Volgende

Uw telefoon/tablet zoekt nu naar de slaapmat

**Bezig met zoeken naar je
sensor...**

Plaats je telefoon dicht bij de sensor



Annuleren

Selecteer **Volgende**

Slaapsensor gedetecteerd

Sleep 26



Volgende

Selecteer **Het rondje**.

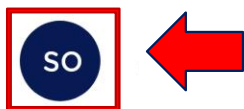
Let op bij u kunnen andere initialen in beeld staan dan in de afbeelding.

Selecteer **Over slaan**

Selecteer **uw eigen Wi-Fi netwerk** en voer uw wachtwoord in.

Selecteer **Volgende**

Wie zal dit apparaat gebruiken?



Een andere gebruiker toevoegen...

Annuleren

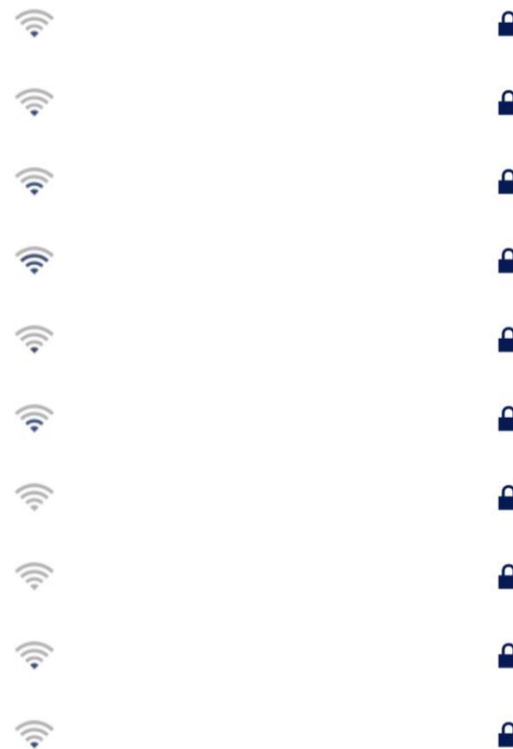
angelina , kunt u controleren of dit het e-mailadres is waarop wij u kunnen bereiken?

E-mail

Over slaan

Volgende

Kies en configureer een Wi-Fi-netwerk op uw toestel:



Handmatige configuratie

Annuleren

Niet op bed gaan liggen

Ga niet op bed liggen tijdens het kalibreren van je apparaat. Het duurt ongeveer tien minuten en je hoort een licht zoemend geluid.



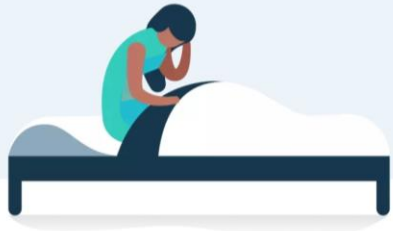
Volgende

Selecteer **Tracken van slaapapneu activeren**

Lees de gebruiksinstructie en
Selecteer **Ik ga akkoord**

Selecteer **Volgende**

Selecteer **OK**



Uw slaapsensor kan slaapapneu detecteren.

Slaapapneu is een aandoening die wordt gekenmerkt door ademhalingsstoornissen die kunnen leiden tot een reeks gezondheidsproblemen, van extreme vermoeidheid tot een verhoogd risico op hart- en vaatziekten.

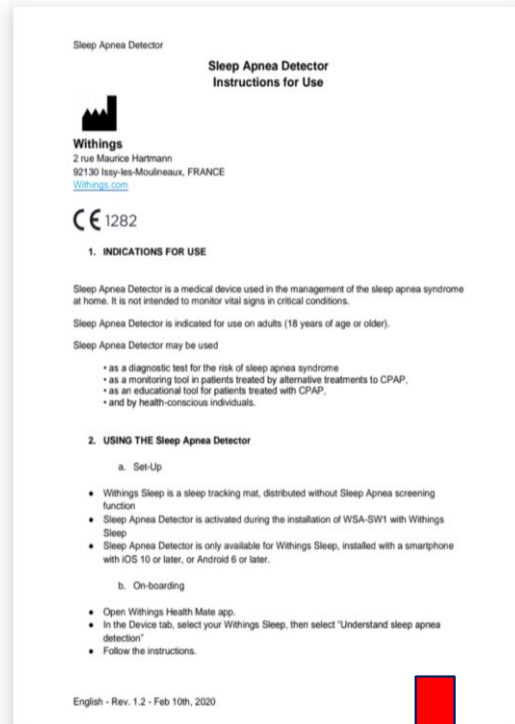


Later

Tracken van slaapapneu activeren

Raadpleeg deze gebruiksinstructies.

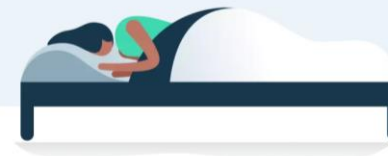
Tik voor meer informatie



Later

Ik ga akkoord

Selecteer **Volgende**

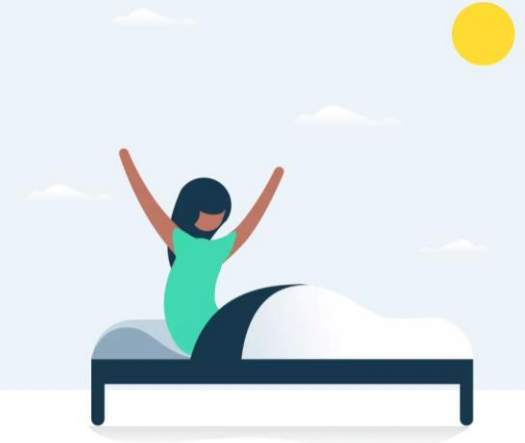


Zodra uw slaapsensor gereed is, gaat u in bed liggen. De wifi-transmissies worden wanneer u slaapt automatisch uitgeschakeld.

We laten u weten wanneer de kalibratie van uw slaapsensor is voltooid. Daarna bent u helemaal klaar. Slaap lekker!



Volgende



Wanneer u opstaat, worden de slaapgegevens gesynchroniseerd met de Health Mate-app.

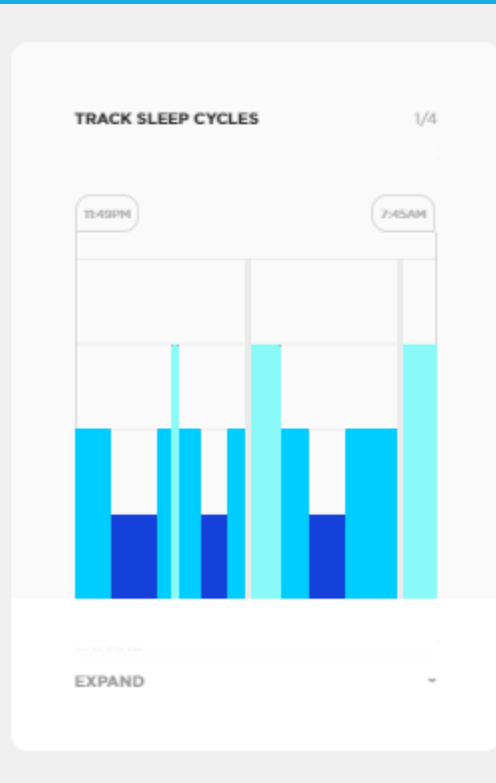
Automatische synchronisatie houdt in dat de gegevens naar Health Mate worden gestuurd wanneer u opstaat.



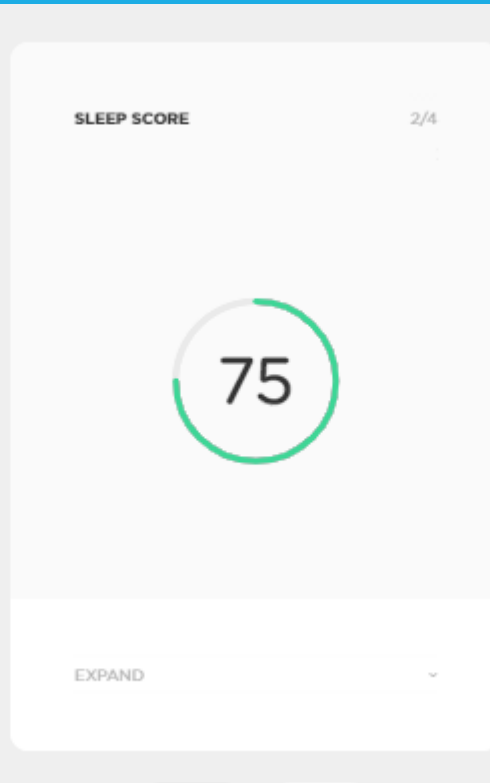
OK

Uw slaapmat detecteert

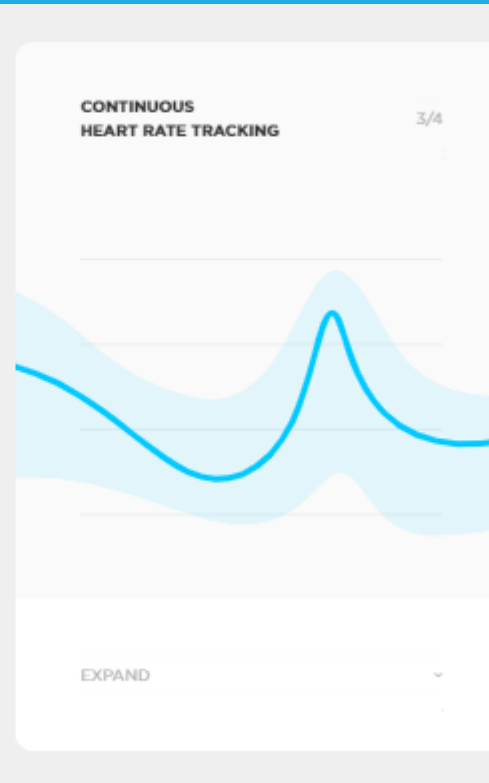
Uw slaapcyclus



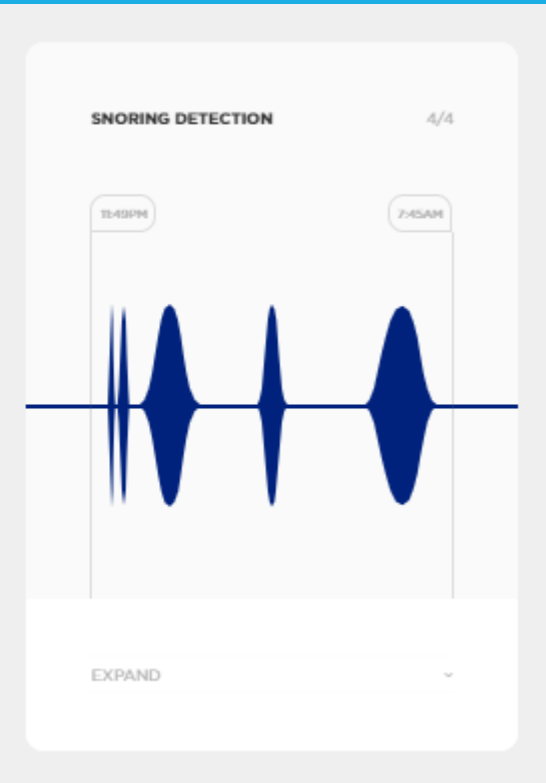
Uw slaapscore



Uw hartslag



Of u snurkt



Uw slaapmat gebruiken

Als uw slaapmat correct geïnstalleerd is, hoort u de slaapmat een geluid maken, dit hoort bij de installatie.

Wanneer de slaapmat een geluid maakt mag u niet op uw bed gaan liggen.

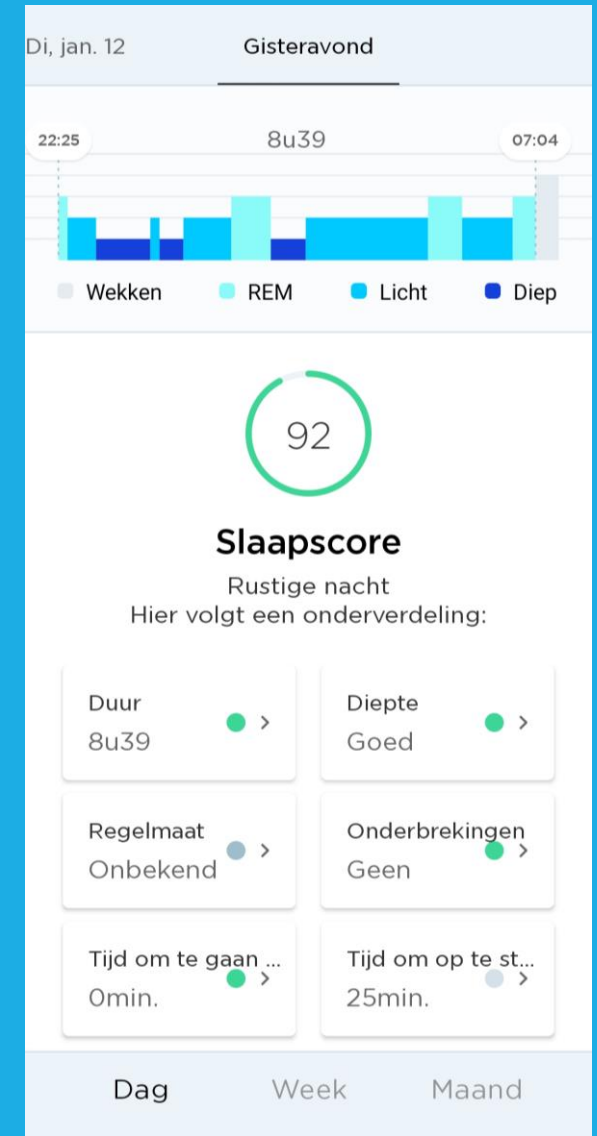
Als de slaapmat klaar is met het geluid, hoort u een piepje en is de slaapmat klaar voor gebruik.

Uw slaapmat wordt geactiveerd wanneer u op uw matras gaat liggen. Gedurende de nacht registreert de slaapmat uw slaappatroon.

Wanneer u opstaat krijgt u automatisch na een paar minuten in uw Health Mate app uw gegevens te zien. Zorg dat uw Wi-Fi aanstaat voor het ophalen van uw gegevens.

Zijn uw gegevens niet direct te zien, scroll dan in de Health Mate app met uw vinger van boven naar beneden, dan wordt uw slaapmat gesynchroniseerd met uw telefoon/tablet.

Mocht uw slaapmat geen goede verbinding maken met uw telefoon/tablet, haal dan even kort de stekker van uw slaapmat uit het stopcontact en plaats deze dan weer in het stopcontact. Verbind uw slaapmat opnieuw met uw Wi-Fi netwerk.



Einde installatie Sleep slaapmat

Mocht het na deze stappen toch niet gelukt zijn om de Sleep slaapmat te installeren, neem dan contact op met Team Box Support.

- Email: boxsupport@lumc.nl

- Telefoon: 071-5297604 (9:00 – 12:00)

Let op! U kunt bij Team Boxsupport alleen terecht voor technische ondersteuning. Voor medisch vragen dient u contact op te nemen met de polikliniek hartziekten (071-5263714).

The Box is een ondersteuning van uw zorgtraject om een aanvullend beeld van uw gezondheid te krijgen. The Box is geen vervanging van spoedeisende zorg. Mocht er spoedeisende zorg nodig zijn, dan kunt u de alarmcentrale 112 bellen.