

DEEL 3: DE ONDERDELEN VAN CMYVITALOG

Nadat je je gegevens hebt ingevuld en de pincode hebt ingesteld, kom je op het startscherm van de cmyVitaLog app.

In onderstaande afbeelding vind je een overzicht van de verschillende onderdelen van cmyVitaLog. Hieronder is kort uitgelegd waar je wat kunt vinden en hoe je de verschillende onderdelen gebruikt.

1. Periodieke vragenlijst

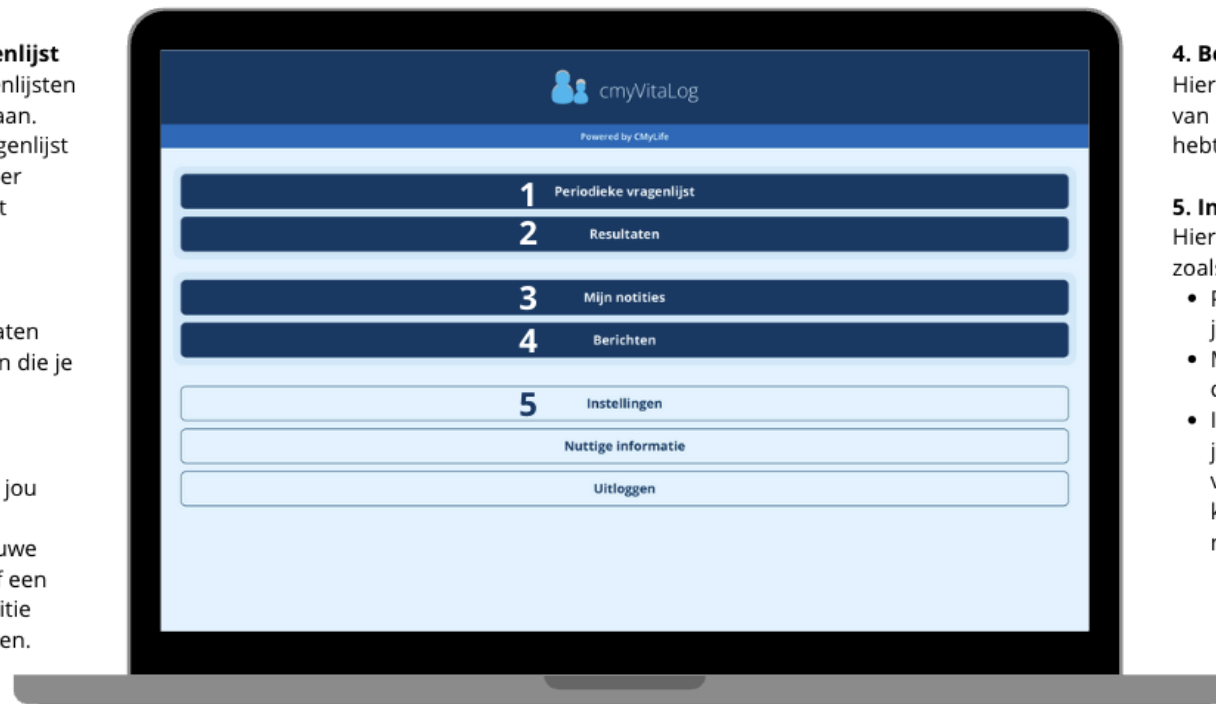
Hier zie je alle vragenlijsten die voor jou klaarstaan. Je kunt hier een vragenlijst invullen of een eerder ingevulde vragenlijst bekijken.

2. Resultaten

Hier zie je de resultaten van alle vragenlijsten die je hebt ingevuld.

3. Notities

Hier vind je de door jou gemaakte notities. Je kunt hier een nieuwe notitie aanmaken of een eerder gemaakt notitie bekijken of aanpassen.



4. Berichten

Hier zie je een overzicht van de berichten die je hebt ontvangen.

5. Instellingen

Hier vind je verschillende instellingen, zoals:

- Persoonlijke gegevens (bijvoorbeeld je naam, e-mail en ziekenhuis)
- Medische gegevens, waaronder o.a. diagnose, mutaties en behandeling.
- Instellingen vragenlijsten (hier kun je aanpassen hoe vaak je een vragenlijst ontvangt en welke klachtengroepen voor jou het meest belangrijk zijn).

1. PERIODIEKE VRAGENLIJST:

Onder ‘periodieke vragenlijst’ vind je een overzicht van alle vragenlijsten die voor jou beschikbaar zijn om in te vullen maar ook een overzicht van alle vragenlijsten die je in het verleden in cmyVitaLog hebt ingevuld.

VRAGENLIJST INVULLEN:



De vragen zijn verdeeld over verschillende klachtengroepen.

Je kunt per vraag aangeven hoeveel last je hebt van een klacht met behulp van een cijfer op een schaal van 1 tot en met 10. Hoe hoger het cijfer, hoe meer last je ervaart.

Indien je een vraag niet wil beantwoorden, kun je op het kruisje klikken.

Welk cijfer geeft u uw vermoeidheidsklachten gemiddeld over de afgelopen 2 weken?

4

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Welk cijfer geeft u uw meest hevige vermoeidheid over de afgelopen 2 weken?

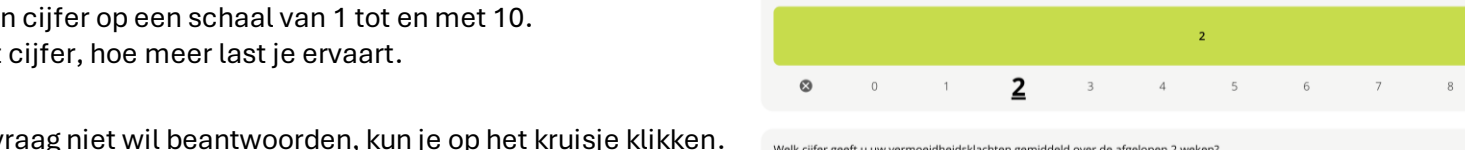
7

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Je kunt per vraag aangeven hoeveel last je hebt van een klacht met behulp van een cijfer op een schaal van 1 tot en met 10. Hoe hoger het cijfer, hoe meer last je ervaart.

Indien je een vraag niet wil beantwoorden, kun je op het kruisje klikken.



The screenshot displays the 'Vermoeidheidsklachten' (Fatigue Complaints) section of a questionnaire. It contains three questions, each with a visual progress bar and a skip button (a circle with an 'X').

- Question 1:** 'Welk cijfer geeft u uw vermoedheidsklachten op dit moment?' (Which number indicates your suspected complaints at the moment?). The progress bar is green and shows a value of 2.
- Question 2:** 'Welk cijfer geeft u uw vermoedheidsklachten gemiddeld over de afgelopen 2 weken?' (Which number indicates your suspected complaints on average over the last 2 weeks?). The progress bar is yellow and shows a value of 4.
- Question 3:** 'Welk cijfer geeft u uw meest hevige vermoeidheid over de afgelopen 2 weken?' (Which number indicates your most severe fatigue over the last 2 weeks?). The progress bar is orange and shows a value of 7.

A red arrow points to the skip button (the circle with an 'X') for the third question.

Heb je geen last van bepaalde klachten in een specifieke klachtengroep, dan kun je bij elke vraag '0' aanklikken. Om dit makkelijker te maken, kun je met de knop 'geen last van deze klachten' in één keer alle vragen binnen een klachtengroep met '0' beantwoorden.

Je kunt dit altijd nog aanpassen door op een ander cijfer te klikken.

← terug

MPN vragenlijst

Vermoeidheid

Kies het cijfer dat op u van toepassing is in de afgelopen 2 weken. Vult u de vragenlijst wekelijks in, kies dan het cijfer dat op u van toepassing is in de afgelopen week.

Geen last van deze klachten

Welk cijfer geeft u uw vermoeidheidsklachten op dit moment?

0 - niet moe

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Welk cijfer geeft u uw vermoeidheidsklachten gemiddeld over de afgelopen 2 weken?

0 - niet moe

Als je alle vragen hebt beantwoord, klik je onderaan op 'volgende'. Door op 'volgende' te klikken, worden je antwoorden automatisch opgeslagen.

Wil je naar de vorige klachtengroep? Klik dan op 'vorige' onder aan de pagina.

Wil je terug naar het overzicht van de vragenlijsten? Klik dan op 'terug' boven in de balk.

← terug

MPN vragenlijst

Slapen

Kies het cijfer dat op u van toepassing is in de afgelopen 2 weken. Vult u de vragenlijst wekelijks in, kies dan het cijfer dat op u van toepassing is in de afgelopen week.

Geen last van deze klachten

Problemen met slapen

2

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nachtzweeten

4

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

← Vorige

Volgende →

Zo doorloop je de hele vragenlijst.

Tijdens het invullen van de vragenlijst kun je een notitie maken. Dat kan nuttig zijn als je extra informatie toe wilt voegen over je klachten of situatie.

Je kunt ervoor kiezen om deze notitie zichtbaar te maken voor jouw zorgverlener, zodat je zorgverlener hier rekening mee kan houden. Uitleg over het toevoegen van een notitie vind je bij het onderdeel 'Notities'.

Op het einde van de vragenlijst wordt gevraagd naar aanvullende klachten. Als je een klacht mist in de vragenlijst kun je deze zelf invullen.

Het is handig om hier ook een notitie van te maken. Zo kun je al je antwoorden op de laatste vraag nog gemakkelijk terugvinden bij notities.

Als je de vragenlijst helemaal in hebt gevuld en hem wil opslaan klik je op 'klaar'. Wijzigen is daarna niet meer mogelijk, inzien wel.

VERDERGAAN MET VRAGENLIJST:

Ben je tussendoor gestopt met het invullen van een vragenlijst? Per klachtengroep worden je antwoorden opgeslagen. Als je dus bent gestopt voordat je de vragenlijst helemaal hebt ingevuld, blijven je al ingevulde antwoorden opgeslagen. Om verder te gaan met de vragenlijst klik je onder de knop periodieke vragenlijsten op 'verdergaan' bij de vragenlijst die je verder wil invullen.

Als je de vragenlijst niet binnen 48 uur afrondt, wordt deze leeggemaakt zodat je antwoorden altijd zo goed mogelijk overeenkomen met hoe je je op dat moment voelt. Je kunt de vragenlijst dan opnieuw invullen.

VRAGENLIJST INZIEN:

Wanneer je een vragenlijst helemaal hebt ingevuld en op klaar hebt geklikt, kan deze niet meer worden gewijzigd. Je kunt je gegeven antwoorden wel bekijken door onder de knop 'periodieke vragenlijsten' te klikken op 'bekijk' bij de vragenlijst die je wil bekijken.

START EXTRA VRAGENLIJST:

Met de knop 'Start extra vragenlijst' kun je tussentijds een nieuwe vragenlijst invullen. Dit is handig als je binnenkort een consult hebt met je zorgverlener. Zo bespreek je altijd de meest actuele situatie tijdens het consult.

Start extra vragenlijst

2. RESULTATEN:

Onder de knop 'Resultaten' vind je de resultatenpagina.

De resultaten bestaan uit een overzicht van het verloop van jouw klachten. Zo kun je heel makkelijk zien of bepaalde klachten erger worden, verbeteren of hetzelfde blijven.

Bovenaan is de diagnose en de gebruikte medicatie te zien. De informatie die je hier ziet is gebaseerd op de informatie die je zelf hebt ingevuld bij 'Medische gegevens' onder 'Instellingen'. Door deze informatie kun je beter inzicht krijgen in het mogelijke effect van bepaalde medicijnen op je klachten.

WEERGAVE VAN RESULTATEN UIT DE VRAGENLIJSTEN

Elke keer dat je een vragenlijst invult, wordt er een nieuw scorebalkje toegevoegd bij elke klacht. De kleur en de hoogte van de scorebalkjes geven aan hoeveel last je van een klacht had in de periode waarover de vragenlijst gaat. Wanneer je op je laptop je muis op een scorebalkje houdt of op je telefoon op een scorebalkje klikt, verschijnt de precieze datum waarop je de klacht hebt ingevuld, samen met de score die je de klacht toen hebt gegeven.

Boven in het resultatenoverzicht zie je een tijdlijn van 1,5 jaar. De dag van vandaag staat helemaal rechts en wordt aangegeven met een rode verticale lijn.

Je kan ook inzoomen door twee vingers op de touchpad te plaatsen en je vingers uit elkaar te bewegen (vergroterende beweging) of als je met een muis werkt de Ctrl-toets (Windows) of Command-toets (Mac (Apple)) ingedrukt te houden en te scrollen. Daarnaast kun je gegevens van meer dan 1,5 jaar geleden bekijken door de linkermuisknop ingedrukt te houden en je muis van links naar rechts te bewegen.

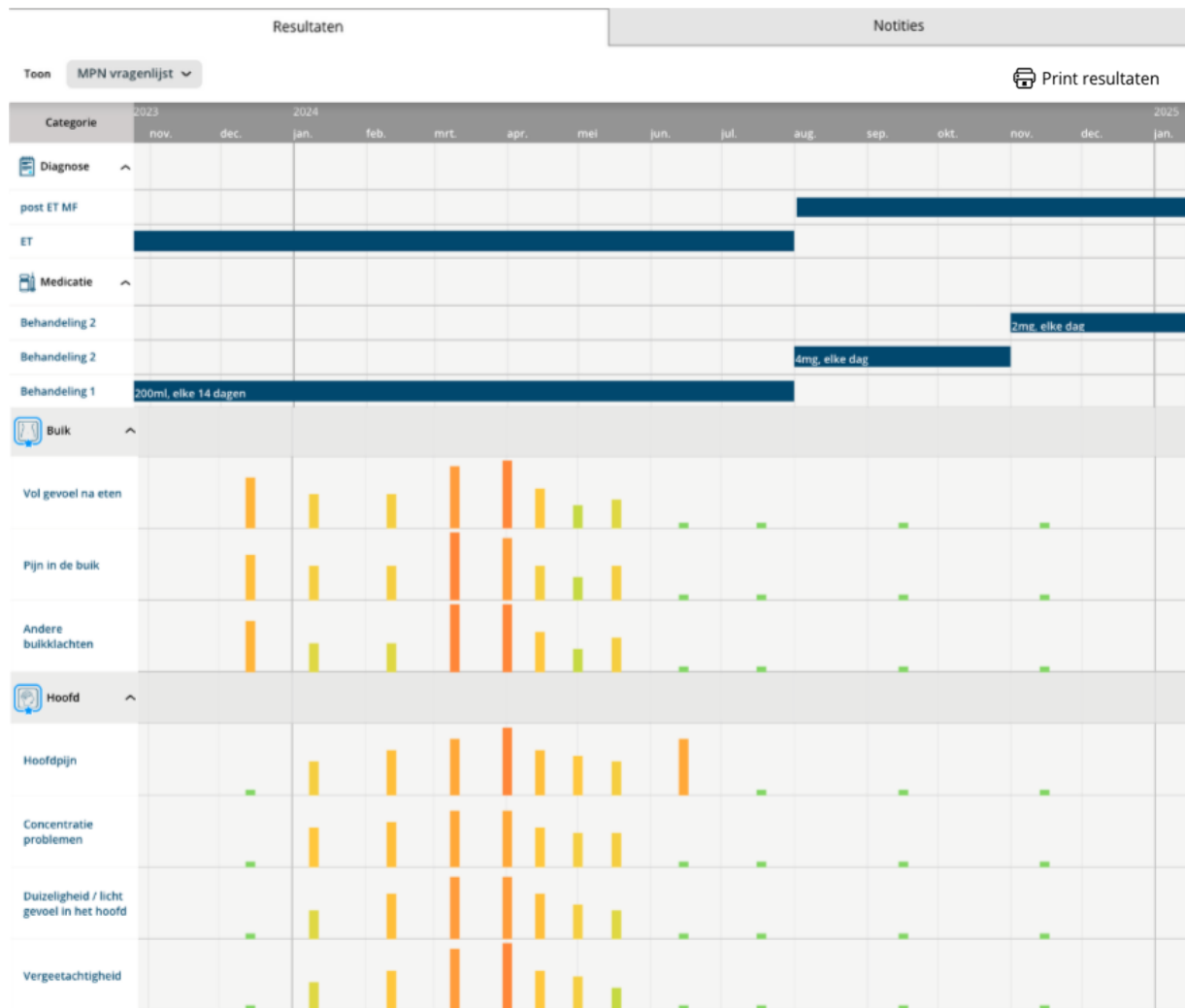
NOTITIES

Vanuit de resultatenpagina kun je ook gemakkelijk je gemaakte notities inzien.

AFDRUKKEN EN / OF OPSLAAN VAN JE RESULTATEN

Het is ook mogelijk om het resultatenoverzicht te printen of op te slaan als PDF. Dit kan via de knop 'Print resultaten'.

Resultaten

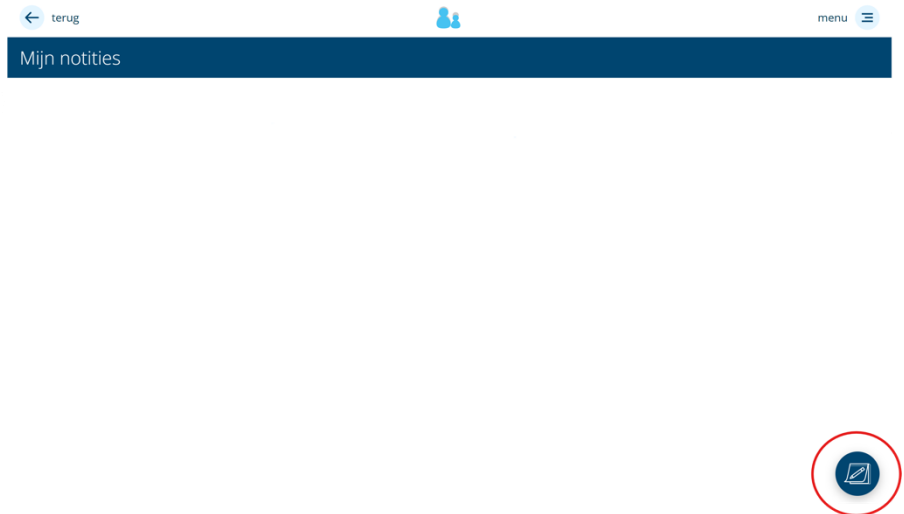


3. NOTITIES:

Bij 'Mijn notities' op de startpagina zie je een overzicht van alle door jouw gemaakte notities.

NIEUWE NOTITIE AANMAKEN

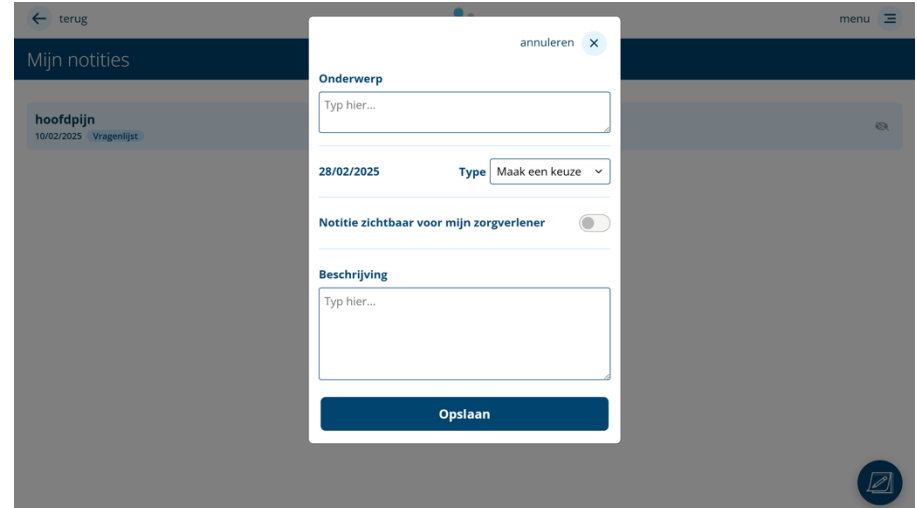
Je kan een nieuwe notitie aanmaken door op het icoontje rechtsonder op de pagina te klikken.



Hier kun je het onderwerp van jouw notitie invullen, het type notitie en een verdere beschrijving.

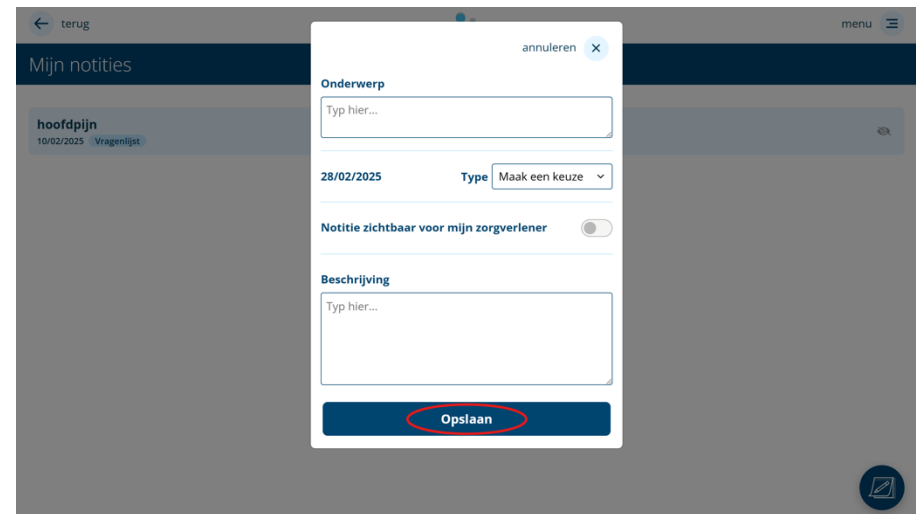
Je kunt kiezen uit de volgende types:

- Afspraak / consult: om vast te leggen wat je wil bespreken met je zorgverlener tijdens een consult.
- Andere klacht: om vast te leggen dat je een andere klacht ervaart die niet in de vragenlijst staat.
- Bijzonderheid: om vast te leggen of er iets aan de hand is wat van invloed kan zijn op de klachten die je ervaart, bijvoorbeeld griep, stressvolle periode of verandering van je leefstijl.
- Overig: voor alle overige zaken die je wil vastleggen in de notities.
- Vragenlijst: dit type wordt automatisch gebruikt wanneer je een notitie maakt tijdens het invullen van de vragenlijst. Je kunt dit type later nog aanpassen.



Ook kun je ervoor kiezen om de notitie te tonen aan je zorgverlener door te klikken op 'notitie zichtbaar voor mijn zorgverlener'. Jouw zorgverlener ziet deze notitie dan ook als hij /zij het dashboard bekijkt.

Klik op 'Opslaan' om je notitie op te slaan.



terug

annuleren X

Mijn notities

hoofdpijn
10/02/2025 Vragenlijst

Onderwerp
Typ hier...

28/02/2025 Type Maak een keuze

Notitie zichtbaar voor mijn zorgverlener

Beschrijving
Typ hier...

Opslaan

Jouw notitie is nu te zien in het overzicht bij 'mijn notities'.



BESTAANDE NOTITIE BEKIJKEN EN / OF WIJZIGEN

Je kan een bestaande notitie bekijken door erop te klikken.
Ook kun je als het nodig is de notitie aanpassen door op bewerken te klikken.



Om je wijzigingen op te slaan, klik je op 'Opslaan'.

The screenshot shows a mobile application interface for managing notifications. At the top, there is a dark blue header with a back arrow and the text 'terug' on the left, and a 'menu' icon on the right. Below the header, the title 'Mijn notities' is displayed. A notification card is visible with the subject 'hoofdpijn', the date '10/02/2025', and the type 'Vragenlijst'. A modal form is open in the foreground, allowing for editing. The form has a title bar with 'annuleren' and a close icon. It contains the following fields: 'Onderwerp' with the value 'hoofdpijn', a date field with '10/02/2025', a 'Type' dropdown menu currently set to 'Vragenlijst', a toggle switch for 'Notitie zichtbaar voor mijn zorgverlener' which is turned off, and a 'Beschrijving' text area containing the text 'Ik ben vorige week hard gevallen. De hoofdpijn die ik had komt, waarschijnlijk hierdoor.' At the bottom of the modal is a dark blue button labeled 'Opslaan', which is circled in red to indicate it should be clicked to save changes. A small icon is visible in the bottom right corner of the app background.

4. BERICHTEN

Bij 'berichten' op de startpagina, vind je een overzicht van de berichten die je hebt ontvangen. Je ontvangt bijvoorbeeld een bericht wanneer er een nieuwe vragenlijst klaar staat.



Hieronder staat kort beschreven welke berichten je kunt ontvangen:

CMYVITALOG: NIEUWE VRAGENLIJST BESCHIKBAAR:

Je ontvangt dit bericht op het moment dat er een nieuwe vragenlijst voor jou beschikbaar is om in te vullen.

CMYVITALOG: VERGEET NIET JE VRAGENLIJST IN TE VULLEN:

Je ontvangt dit bericht als herinnering voor het invullen van jouw vragenlijst. Dit bericht wordt na 48 uur verstuurd als je de vragenlijst nog niet hebt ingevuld.

CMYVITALOG: VERGEET NIET JE VRAGENLIJST AF TE RONDEN:

Je ontvangt dit bericht als herinnering voor het afronden van jouw vragenlijst. Dit bericht wordt na 24 uur verstuurd als je de vragenlijst wel al deels hebt ingevuld, maar deze nog niet definitief / volledig hebt afgerond.



5. INSTELLINGEN

PERSOONLIJKE GEGEVENS:

Op deze pagina vind je jouw persoonlijke gegevens zoals je naam, e-mail, geboortedatum en ziekenhuis. Je e-mailadres is aan te passen via Patients Know Best.

Verander je van ziekenhuis? Geef dit dan door aan het CMyLife team.

MEDISCHE GEGEVENS:

Je kunt zelf je medische gegevens invullen in cmyVitaLog. De medische gegevens bestaan uit:

- Je zorgverlener;
- Fitheid;
- Diagnose;
- Mutaties;
- Behandeling;
- Andere belangrijke behandelingen;
- Andere belangrijke aandoeningen.

Hieronder is uitgelegd hoe je een behandeling kan toevoegen. Dit werkt hetzelfde voor diagnose, andere belangrijke aandoeningen en andere belangrijke behandelingen.

Tip! Vul ook eerdere behandelingen in, zodat het overzicht zo volledig mogelijk is.

Kies een behandeling uit de lijst en klik op 'Toevoegen'.

 terug

 menu 

MPN-behandeling

Kies een behandeling om toe te voegen.
Word je (nog) niet behandeld? Kies dan "Niet van toepassing" en vul als startdatum de datum in waarop een MPN bij jou is vastgesteld.

Maak een keuze 

Toevoegen

De gekozen behandeling wordt nu getoond.
Per behandeling kun je een start- en einddatum invullen.
Indien je nog bezig bent met een behandeling, hoef je geen einddatum in te vullen.

Bij sommige behandelingen wordt ook een dosering gevraagd. Deze kun je ook invullen.

*Kies de start- en einddatum van de behandeling. Ben je nog met deze behandeling bezig? Vul dan geen einddatum in.
Wordt de dosering gevraagd? Vul deze dan ook in.
Verandert tussentijds je dosering? Voeg dit dan toe als nieuwe behandeling en geef de oude dosering een einddatum.*

Behandeling 1

Dosering
2 mg

Elke 1 dag(en)

Start- en einddatum
01-01-2022

dd-mm-jjjj

Verwijderen

Indien je alles hebt ingevuld, klik je op 'Opslaan'.

Behandeling 1

Dosering
2 mg

Elke 1 dag(en)

Start- en einddatum
01-01-2022

dd-mm-jjjj

Verwijderen

Opslaan

Je diagnose en gebruikte medicatie worden ook weergegeven in het resultatenoverzicht.
Andere medische gegevens die je kunt invullen in cmyVitaLog zijn je zorgverlener, fitheid en mutatie-status.

Bij mutaties kun je invullen wat jouw mutatie-status is. Is deze niet bekend, dan kun je 'Niet bekend' selecteren.
Klik vervolgens op opslaan om je mutatie-status op te slaan.

← terug  menu

MPN-mutatie

Vraag onderstaande gegevens op bij je zorgverlener en vul deze hieronder in.

MPN-mutatie *

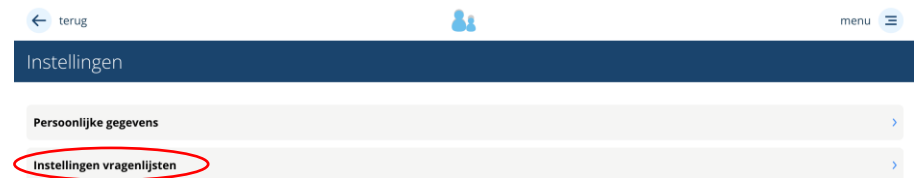
Niet bekend

Opslaan

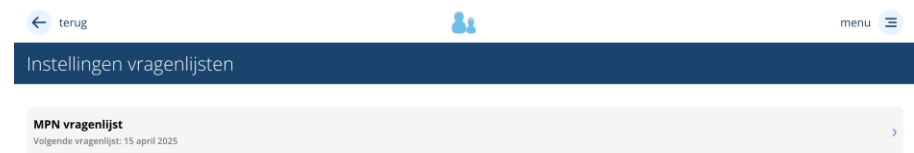
INSTELLINGEN VRAGENLIJSTEN:

cmyVitaLog is aanpasbaar aan jouw persoonlijke situatie. Jij kunt zelf aangeven hoe vaak je een vragenlijst wenst te ontvangen. Dit is natuurlijk afhankelijk van je persoonlijke situatie en voorkeur. Ben je bijvoorbeeld net veranderd van medicijn, dan kan het handig zijn om de vragenlijst vaker in te vullen om de invloed van het medicijn op jouw klachten in de gaten te houden.

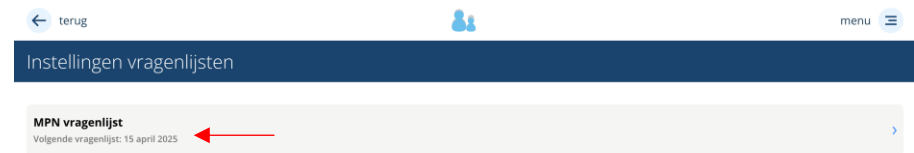
Hoe vaak je een vragenlijst ontvangt, kun je aanpassen onder “Instellingen” en dan “Instellingen vragenlijsten”.



Je ziet hier een overzicht van de vragenlijst(en) die voor jou beschikbaar zijn.

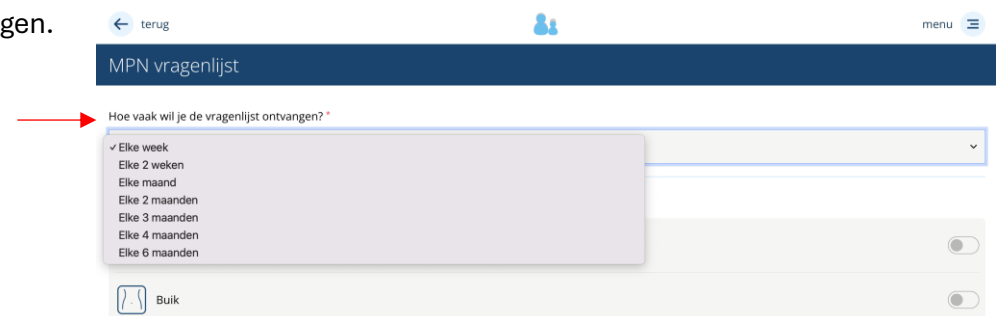


Per vragenlijst is aangegeven op welke datum je de eerstvolgende vragenlijst ontvangt.



Klik op de vragenlijst waarvan je de instellingen wilt wijzigen.

Je kunt bovenaan aanpassen hoe vaak je de vragenlijst wil ontvangen.
Let op! Een maand is in dit geval gelijk aan 4 weken.



Klik onderaan de pagina op 'opslaan' om je veranderingen op te slaan. Je kunt nu zien wanneer je de volgende vragenlijst ontvangt.

	Spieren en gewrichten	☒
	Koorts	☐
	Gewicht	☐
	Kwaliteit van leven	☒

Opslaan

Ook kun je hier aangeven wat voor jou belangrijke klachtengroepen zijn door op het schuifje te klikken. Deze klachtengroepen komen dan automatisch bovenaan in het resultatenoverzicht te staan.

← terug menu

MPN vragenlijst

Hoe vaak wil je de vragenlijst ontvangen? *

Elke week

Belangrijkste klachtengroepen om te bespreken met zorgverlener.

	Vermoeidheid	☒
	Buik	☐
	Activiteiten	☐
	Hoofd	☒
	Handen en voeten	☐

Opslaan

Klik onderaan de pagina op 'opslaan' om je veranderingen op te slaan.

	Spieren en gewrichten	☒
	Koorts	☐
	Gewicht	☐
	Kwaliteit van leven	☒

Opslaan

MELDINGEN PER E-MAIL:

Hier kun je aangeven of je de berichten die je ontvangt in cmyVitaLog, ook via de e-mail wil ontvangen. Als je deze optie aan vinkt, ontvang je automatisch ook een e-mail als er een nieuwe vragenlijst voor jou klaarstaat. Je voorkeuren worden automatisch opgeslagen zodra je het vinkje aan of uit zet. Zo vergeet je nooit om een vragenlijst in te vullen of af te ronden.

