

**Behandel-
programma
Aanhoudende
pijn met digitale
ondersteuning.**



Behandelprogramma bij aanhoudende pijn.

U gaat mogelijk deelnemen aan het behandelprogramma bij aanhoudende pijnklachten met digitale ondersteuning. Dit betekent dat uw behandeling bestaat uit twee delen: een behandeltraject op locatie én digitale begeleiding, met ondersteuning via twee apps: de Patient Journey App en de BeterDichtbij-app. Daarnaast gebruikt u de HiX-Patiënt app voor de toegang tot zorgportaal MijnHeliomare.

Wat houdt digitale begeleiding in?

Bij Heliomare maken we gebruik van de Patient Journey App en de BeterDichtbij-app om u tijdens uw behandeltraject optimaal te begeleiden. Zo heeft u altijd de juiste informatie bij de hand en blijft u actief betrokken bij uw eigen herstel. Daarnaast maken we gebruik van het zorgportaal MijnHeliomare via de app HiX-Patiënt.

Inzicht en overzicht via de Patient Journey App en MijnHeliomare

De Patient Journey App begeleidt u stap voor stap tijdens uw digitale behandeltraject. U vindt hierin betrouwbare en begrijpelijke informatie over uw behandeling – aangeboden via korte teksten, video's en praktische tips. Zo weet u altijd wat er komt, wat er van u wordt verwacht en wat u zelf kunt doen. Uw dossier en behandelafspraken kunt u inzien via het zorgportaal MijnHeliomare.

Daarnaast helpt de app u actief mee te werken aan uw herstel:

- U vult vragenlijsten in.
- U voert huiswerkopdrachten uit.
- U evalueert samen met uw behandelteam uw behandeldoelen en voortgang.

Contact met uw verpleegkundig telecoach via BeterDichtbij-app

Tijdens uw behandeltraject heeft u – naast het contact met uw behandelteam – ook ondersteuning van een verpleegkundig telecoach. Dit is uw vaste aanspreekpunt op afstand. De telecoach volgt uw traject op de achtergrond en begeleidt u via de BeterDichtbij-app.

Met de app kunt u eenvoudig het volgende doen:

- Een vraag stellen of een verzoek doen tot terugbellen. Chatten, bellen of beeldbellen
- met uw telecoach. Snelle opvolging verwachten bij opvallende signalen of
- wanneer u iets aangeeft Vertrouwen op goede afstemming met uw revalidatiearts of
- andere betrokken zorgverleners.

Let op: Is er sprake van een spoedeisende situatie? Neem dan altijd direct contact op met uw huisarts, de huisartsenpost of bel 112.

Wat heeft u nodig en hoe werkt het?

Om gebruikte maken van de digitale begeleiding via Heliomare, heeft u het volgende nodig:

1. Een smartphone of tablet.
2. De Patient Journey App – voor informatie over uw behandeltraject.
3. De BeterDichtbij-app – voor contact met uw verpleegkundig telecoach.
4. De HiX-Patiënt app - voor het invullen van vragenlijsten en inzien van uw dossier en behandelafspraken.

Op de volgende pagina van deze folder staat een korte instructie hoe u deze apps kunt downloaden en gebruiken.

Algemene of technische vragen?

We begrijpen dat digitaal contact soms een uitdaging kan zijn. Daarom werkt Heliomare samen met de Helpdesk Digitale Zorg. De Helpdesk Digitale Zorg is er speciaal voor praktische ondersteuning bij het gebruik van digitale zorg-toepassingen. U kunt bij de helpdesk terecht voor onder andere ondersteuning bij het inloggen op uw persoonlijke online zorgomgeving tot hulp bij het installeren en gebruiken van apps zoals de Patient Journey App, BeterDichtbij of HiX-Patiënt app.

Neem bij vragen gerust contact op via:

- Telefoon: 085-1304575
- E-mail: info@helpdeskdigitalezorg.nl
- Chat: www.helpdeskdigitalezorg.nl

Helpdesk Digitale zorg is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 18.00 uur.

Kosten en vergoedingen

Het gebruik van digitale zorg via de apps wordt vergoed door uw zorgverzekeraar. De kosten worden rechtstreeks bij uw verzekeraar gedeclareerd. Houd er rekening mee dat dit verrekend kan worden met uw eigen risico, als dat nog niet (volledig) gebruikt is.

Meer informatie vindt u op: www.dezorgnota.nl

Privacy en veiligheid

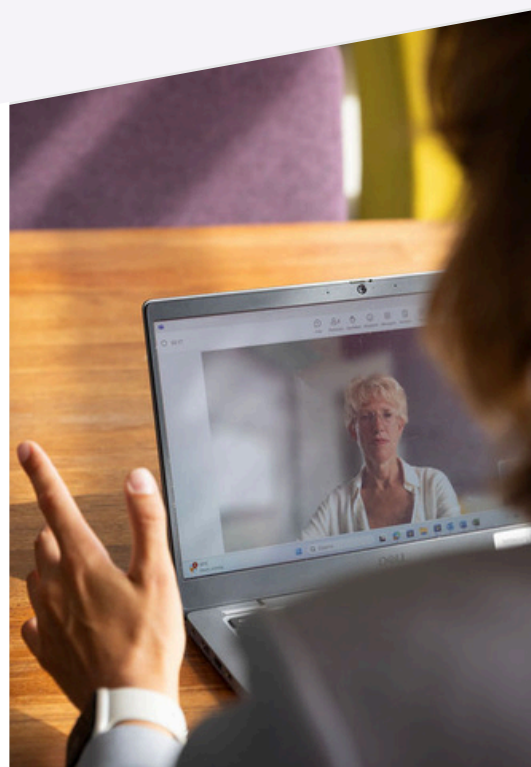
Uw privacy is belangrijk. Daarom worden uw gegevens zorgvuldig en veilig opgeslagen volgens de Nederlandse en Europese privacywetgeving (AVG). Om deel te nemen aan digitale begeleiding via de Patient Journey App, vragen wij uw toestemming in de app. Zonder toestemming kunnen we u niet digitaal begeleiden, maar ontvangt u uiteraard wel gewoon reguliere zorg.

Meer informatie over hoe Heliomare omgaat met uw medische gegevens vindt u op: [Uw medische gegevens - Heliomare](#)

Wilt u liever niet deelnemen aan het hybride zorg traject (combinatie van digitale en fysieke zorg)? Neem dan contact op met het secretariaat om uw keuze te bespreken via:

- Telefoon: 088 920 84 80
- E-mail: secretariaatpolikliniek@heliomare.nl

‘Altijd de juiste informatie en betrokkenheid bij uw eigen herstel’



Instructie installeren en gebruiken apps.



Hoe start u met de Patient Journey App?

U kunt de Patient JourneyApp eenvoudig downloaden via de App Store (voor Apple) of de Google Play Store (voor Android). De app werkt zowel op uw smartphone als op uw tablet. Volg onderstaande stappen:

1. **Open de email over uw aanmelding** Het secretariaat van de polikliniek heeft u aangemeld voor de Patient Journey App. U ontvangt hierover een e-mail met instructies en een persoonlijke code.
2. **Downloaden en installeren** Klik in de e-mail op de knop 'Download uw persoonlijke app'. U wordt automatisch doorgestuurd naar de juiste appwinkel (App Store of Google Play). Download en installeer de app.
3. **Meldingen toestaan** Open de app na installatie en geef toestemming om meldingen te ontvangen. Zo blijft u altijd op de hoogte van belangrijke updates.
4. **Zorginstelling kiezen** Selecteer Heliomare als uw zorginstelling.
5. **Persoonlijke code invoeren** Vul de persoonlijke code in die u per e-mail heeft ontvangen. Hiermee activeert u uw eigen zorgtraject in de app.



Hoe start u met de BeterDichtbij-app?

U kunt de BeterDichtbij-app eenvoudig downloaden via de App Store (voor Apple) of de Google Play Store (voor Android). De app werkt zowel op uw smartphone als op uw tablet. Volg onderstaande stappen:

1. **Downloaden** Ga naar de App Store (voor Apple) of de Google Play Store (voor Android) en zoek op *BeterDichtbij*. U kunt ook de QR-code scannen:
2. **Installeren en starten** Download de app en open deze na installatie. Lees de gebruikersvoorwaarden en klik op 'Akkoord'.
3. **Gegevens invoeren** Vul uw mobiele telefoonnummer in. Dit hoeft u maar één keer te doen.
4. **Bevestigen** U ontvangt een SMS met een verificatiecode. Soms wordt deze automatisch ingevuld, anders vult u de code handmatig in.
5. **Registratie afronden** Volg de stappen in de app. Gebruik hierbij het e-mailadres dat bekend is bij uw zorgverlener.
6. **Pincode instellen** Kies een persoonlijke 5-cijferige pincode om de app in de toekomst te openen. Onthoud deze goed.
7. **Klaar voor gebruik** Uw account is nu geactiveerd. U kunt veilig berichten sturen, beeldbellen en contact onderhouden met uw verpleegkundig telecoach.



Hoe start u met de HiX-Patiënt-app?

U kunt de HiX-Patiënt-app eenvoudig downloaden via de App Store (voor Apple) of de Google Play Store (voor Android).

1. **Downloaden** Ga naar de App Store (voor Apple) of de Google Play Store (voor Android) en zoek op *HiX-Patiënt*.
2. **Kies een persoonlijke inlogcode** Open de app en kies een persoonlijke, 5-cijferige inlogcode. Bevestig deze door de code nogmaals in te voeren.
3. Onthoud deze code goed. Met deze code kunt u namelijk in het vervolg ook inloggen op de app *HiX Patiënt*.
4. **Koppel met Heliomare** Klik op het plusje om het zorgportaal van Heliomare toe te voegen. Selecteer vervolgens uit de lijst Heliomare of scan de QR-code hiernaast. U komt nu op de inlogpagina van MijnHeliomare.
5. **Log met DigiD** in op het zorgportaal van Heliomare. Inloggen met uw DigiD is eenmalig. In het vervolg kunt u inloggen met de persoonlijke inlogcode die u bij stap 2 aanmaakt.
6. **Klaar voor gebruik** Na het activeren verschijnt het logo van Heliomare op uw startpagina. De app is nu klaar voor gebruik. Bij het aanklikken van het logo van Heliomare heeft u toegang tot uw online dossier.



Heliomare is lid van brancheorganisaties Nederlandse Vereniging van Ziekenhuizen (NVZ) en Revalidatie Nederland (RN).

November 2025

Heliomare
Revalidatie

Relweg 51
1949 EC Wijk aan Zee

T 088 920 88 88
E info@heliomare.nl

www.heliomare.nl
   [@heliomare](https://twitter.com/heliomare)

onderwijs

revalidatie

arbeidsintegratie

bewegen & sport

research & development