

## Kindercardiologie

# ActivPAL informatiebrief

Een onderdeel van de Follow Me afspraak is het dragen van een activiteitenmeter, de ActivPAL. Met deze brief ontvangt u achtergrond informatie en instructies over het apparaatje.

## De ActivPal

De ActivPAL is een apparaatje waarmee we activiteiten meten en opslaan. De ActivPAL meet ook hoe intensief een activiteit is. Het apparaat wordt een week lang, 24/7, gedragen onder de kleding op het bovenbeen. Het is belangrijk dat uw kind de normale dagelijkse activiteiten uitvoert tijdens de meetperiode. Omdat de ActivPAL waterdicht verpakt is kan er gewoon gedoucht en zelfs gezwommen worden. De ActivPAL wordt tijdens uw afspraak bij de fysiotherapeut opgeplakt.

Er worden hypoallergene materialen gebruikt voor de bevestiging van de ActivPAL. Daardoor is de kans op reacties en irritaties klein, maar niet uitgesloten. Het is daarom wel verstandig dat u iedere dag controleert of er rondom het bevestigingsmateriaal irritaties van de huid zijn (bijv. rode huid of jeuk). Indien de irritatie blijft neem dan contact met ons op.

## Het Logboek

Noteer de naam en geboortedatum van uw kind en de tijd en datum van het opplakken in het Logboek. Het logboek vindt u achteraan deze brief. Indien er bijzonderheden zijn opgetreden tijdens het dragen van de ActivPAL (bijvoorbeeld huidirritatie) schrijft u dit ook op in het logboek. Mocht de ActivPAL, om wat voor reden dan ook, zijn losgekomen of afgedaan vul dat in bij de dag dat het gebeurd is. Noteer hoe laat de ActivPAL is losgekomen of afgedaan en hoe laat deze weer is bevestigd. Indien de ActivPAL bewust is afgedaan kunt u hiervoor ook een reden invullen.

## Retourneren

Noteer de tijd en datum van het verwijderen in het Logboek. Na het verwijderen stuurt u de ActivPal en het Logboek kosteloos terug naar ons in de bijgeleverde retourenvelop.

## Contact

Voor vragen en opmerkingen kunt u contact opnemen met de casemanager van de Follow Me polikliniek Kindercardiologie, locatie AMC (Emma Kinderziekenhuis).

Voor het verzetten van uw afspraak kunt u contact opnemen met  
Telefoonnummer: 020-5665769  
Emailadres: [followmekindercardiologie@amsterdamumc.nl](mailto:followmekindercardiologie@amsterdamumc.nl)

# Logboek

| ActivPAL Logboek                                 |       |                             |                        |                 |   |
|--|-------|-----------------------------|------------------------|-----------------|---|
| Naam:  |       |                             |                        |                 |   |
| Geboortedatum:                                   |       |                             |                        |                 |   |
| Datum bevestiging: _____ Tijd bevestiging: _____ |       |                             |                        |                 |   |
| Datum verwijderen: _____ Tijd verwijderen: _____ |       |                             |                        |                 |   |
|  | Datum | Tijdstip<br>loslaten/afdoen | Tijdstil<br>bevestigen | Reden<br>afdoen | Overige bijzonderheden<br>(bijvoorbeeld huidreacties) |
| Dag 1  |       |                             |                        |                 |   |
| Dag 2  |       |                             |                        |                 |   |
| Dag 3  |       |                             |                        |                 |   |
| Dag 4  |       |                             |                        |                 |   |
| Dag 5  |       |                             |                        |                 |   |
| Dag 6  |       |                             |                        |                 |   |
| Dag 7  |       |                             |                        |                 |   |