Polikliniek Algemeen

Thuismeten van de saturatie

In deze handleiding leggen we stap voor stap uit hoe u uw saturatie meet. Saturatie is de hoeveelheid zuurstof in uw bloed.

U kunt ook deze video bekijken: Hoe meet ik de hoeveelheid zuurstof in mijn bloed (saturatie)? - You Tube

Stap 1 	**Handen wassen** • Was uw handen. • Verwijder als dat nodig is uw nagellak en/of gelnagels. • Zorg dat uw handen warm zijn.
Stap 2 	**Uw houding** • Ga eerst 5 minuten rustig zitten of liggen. • Meet dan uw saturatie. • Let op: meet niet als u net wakker bent, 's nachts, als het donker is of na inspanning.
Stap 3 	**Saturatie meten** • Knijp in het achterste deel van het apparaat en zet deze op uw vinger. Het liefst uw ringvinger, wijsvinger of middelvinger. • Als de meter goed geplaatst is geeft deze vanzelf een waarde weer. Dit is een percentage. Het kan even duren voordat u dit ziet.
Stap 4 	**Uw meting invoeren** • Ga naar uw Mijn Dossier-account • Open het menu • Klik op 'Zelf metingen invoeren' • Vul hier uw waarde in

Heeft u vragen over het meten van uw saturatie en is het geen spoed? Stuur dan een bericht naar uw zorgverlener via Mijn Dossier (Menu > Een bericht verzenden).

Heeft u vragen over Mijn Dossier? Neem dan contact op met het Digipunt!
Telefoon: 020 - 444 33 36 (maandag t/m vrijdag 8:00-16:30)
E-mail: digipunt@amsterdamumc.nl