



moveUP

# moveUP



Overview



Important information  
about this app



Consents & contracts



My documents



Profile



Logout

The last version of the label can be found at: <https://www.moveup.care/appinfo>





# moveUP

French label:



## Application et appareils moveUP

L'application moveUP fonctionne sur :

- iPhone/iPad (iOS 10 ou plus récent)
- Systèmes Android (Android 7.0 et versions ultérieures)
- moveUP a besoin d'une connexion internet lorsqu'il est utilisé.
- moveUP est compatible avec les navigateurs suivants :
  - Chrome/Safari/Firefox

### Compatibles

Dans des cas spécifiques, les tablettes suivantes sont fournies et prises en charge :

- Lenovo Tab 3 - Android 6.01 ou supérieur
- Huawei MediaPad T3 - Android 7.00 ou supérieur

### Trackeurs d'activité

Les trackers d'activité suivants sont actuellement pris en charge :

- Garmin Vivosport 3 et Vivosport 4
- Xiaomi Mi Band 3

### Taille de téléchargement

- iOS - 76,4 Mo - version 1.33.1
- Android - 39 Mo - version 1.33.1

Pour la sécurité de vos données, veuillez activer l'authentification à 2 facteurs (2FA) et utiliser un réseau sécurisé.

Téléchargez la dernière version de l'application





Choisissez la région

L'Europe >

US >

## Informations importantes - Europe

Télécharger le manuel d'utilisation  
**Pour les patients**

Télécharger le manuel d'utilisation  
**Pour les prestataires de soins**



Télécharger le manuel d'utilisation



Télécharger le manuel d'utilisation

## Utilisation conforme

### Pour les prestataires de soins de sante

Pour les prestataires de soins de sante, moveUP assure une prise en charge clinique efficace des pathologies et des traitements. Grace à moveUP, l'equipe soignante et le personnel medical disposent d'informations essentielles sur l'etat du patient et ses progres.

### Pour les patients

moveUP fournit aux patients des informations et des instructions personnalisees pour les aider à gerer leurs symptomes et à progresser dans leur reeducation. L'intensite du suivi est adaptee en fonction des besoins du patient et du stade auquel il se trouve dans son parcours :

- moveUP COMPANION = surveillance et information, pas de suivi actif
  - moveUP companion offre des informations cibles et des rapports de progression aux patients. Au besoin, l'equipe de soins tient compte des rapports d'activite au cours de leur retablisement.
- moveUP COACH = suivi actif par l'equipe de soins de sante
  - moveUP coach fournit des informations cibles et des rapports d'evolution aux patients. Leur equipe de soins de sante est plus activement impliquee et prend en compte les rapports d'evolution. Elle peut fournir des conseils et des suggestions d'exercices par le biais de la plateforme numerique.
- moveUP THERAPY = un suivi actif par l'equipe soignante, avec un protocole de soins valide base sur les donnees fournies par le patient
  - moveUP therapy propose un protocole de soins valide et base sur des donnees, avec une certaine categorie et un certain niveau d'exercices et d'activites, specifiques à chaque patient. L'equipe de soins peut adapter manuellement le protocole valide fonde sur les donnees si necessaire. Les patients peuvent suivre une reeducation complete avec moveUP sans quitter leur domicile.





# moveUP

Une fonctionnalité optionnelle peut être activée : l'interopérabilité avec un dispositif médical de classe IIa à mouvement passif continu (CPM). Pour les patients souffrant du genou ou de la hanche qui utilisent un dispositif médical CPM de classe IIa, moveUP peut interagir avec le logiciel CPM de classe IIa. moveUP agit comme un facilitateur pour attribuer facilement à un patient un protocole d'exercice CPM désigné et choisi par un médecin et pour afficher les exercices CPM effectués dans le tableau de bord médical.



- moveUP n'est pas un outil d'urgence. En cas d'urgence, veuillez contacter votre médecin ou appeler le 112.
- moveUP n'est pas destiné à surveiller/traiter les paramètres vitaux d'une maladie grave.



- moveUP companion ne remplace pas un traitement que vous devez suivre, mais est utilisé comme un complément à ce traitement.
- Les patients doivent être conscients du fait que si les questionnaires ne sont pas remplis fréquemment ou si les réponses ne sont pas sincères, l'équipe soignante aura plus de mal à suivre votre état de santé et vos progrès.



- L'application moveUP propose des soins de santé personnalisés en fonction du profil du patient et ne peut donc pas être partagée, empruntée ou échangée entre utilisateurs. Les informations et conseils de l'application moveUP ne s'appliquent à aucun autre patient que celui dont le profil est enregistré dans l'application. Le patient ne peut pas accorder l'accès à l'application moveUP à des tiers. D'autres personnes pourraient accidentellement envoyer des informations erronées ou modifier le profil du patient, avec pour conséquence un mauvais alignement des conseils guidés par moveUP sur les besoins du patient.



moveUP NV/SA  
Cartersteen 47,  
1000 Bruxelles, Belgique

## Représentant légal au Royaume-Uni

Abnovo Ltd  
Suite 115, Wey House, 15 Church Street, Weybridge,  
Surrey KT13 8NA, United Kingdom

UDI-PI



Numéro de version : 1.33.1



++G166MOVEUP1  
3300E



L'application moveUP et son tableau de bord sont des dispositifs médicaux enregistrés

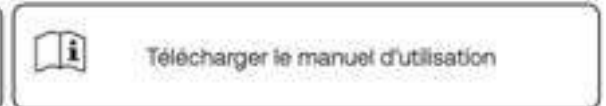
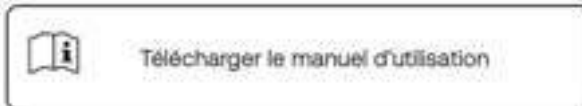




## Informations importantes - États-Unis

Télécharger le manuel d'utilisation  
**Pour les patients**

Télécharger le manuel d'utilisation  
**Pour les prestataires de soins**



## Utilisation conforme

### Pour les prestataires de soins de sante

Pour les prestataires de soins de sante, moveUP assure une prise en charge clinique efficace des pathologies et des traitements. Grace à moveUP, l'equipe soignante et le personnel medical disposent d'informations essentielles sur l'etat du patient et ses progres.

### Pour les patients

moveUP fournit aux patients des informations et des instructions personnalisees pour les aider à gerer leurs symptomes et à progresser dans leur reeducation. L'intensite du suivi est adaptee en fonction des besoins du patient et du stade auquel il se trouve dans son parcours :

- moveUP COMPANION = surveillance et information, pas de suivi actif
  - moveUP companion offre des informations ciblees et des rapports de progression aux patients. Au besoin, l'equipe de soins tient compte des rapports d'activite au cours de leur retablissement.
- moveUP COACH = suivi actif par l'equipe de soins de sante
  - moveUP coach fournit des informations ciblees et des rapports d'evolution aux patients. Leur equipe de soins de sante est plus activement impliquee et prend en compte les rapports d'evolution. Elle peut fournir des conseils et des suggestions d'exercices par le biais de la plateforme numerique.
- moveUP THERAPY = un suivi actif par l'equipe soignante, avec un protocole de soins valide base sur les donnees fournies par le patient
  - moveUP therapy propose un protocole de soins valide et base sur des donnees, avec une certaine categorie et un certain niveau d'exercices et d'activites, specifiques à chaque patient. L'equipe de soins peut adapter manuellement le protocole valide fonde sur les donnees si necessaire. Les patients peuvent suivre une reeducation complete avec moveUP sans quitter leur domicile.

Une fonctionnalite optionnelle peut etre activee : l'interopérabilité avec un dispositif medical de classe IIa à mouvement passif continu (CPM). Pour les patients souffrant du genou ou de la hanche qui utilisent un dispositif medical CPM de classe IIa, moveUP peut interagir avec le logiciel CPM de classe IIa. moveUP agit comme un facilitateur pour attribuer facilement à un patient un protocole d'exercice CPM designe et choisi par un medecin et pour afficher les exercices CPM effectues dans le tableau de bord medical.





# moveUP

## Critères d'inclusion :

- **Âge:**
  - minimum : 18 ans
  - maximum : pas de limite
- **Poids :** ND
- **Santé et condition :** capable d'effectuer les activités de base de la vie quotidienne
- **Langue :** comprendre l'une des langues disponibles de l'application (néerlandais, français, allemand, anglais)

## Critère d'exclusion:

- Les patients mentalement incapables ou ayant des difficultés à exprimer ce qu'ils ressentent (par exemple, les personnes souffrant de maladies mentales, les personnes séjournant dans des centres de soins pour personnes âgées, ...) sont exclus.
- Les patients qui ne sont pas capables d'utiliser une tablette/smartphone et un tracker d'activité.
- Les patients qui ne comprennent pas l'une des langues disponibles de l'application (néerlandais, français, allemand, anglais)

## Revendications et publicités :



- moveUP n'est pas un outil d'urgence. En cas d'urgence, veuillez contacter votre médecin ou appeler le 911.
- moveUP n'est pas destiné à surveiller/traiter les paramètres vitaux d'une maladie grave.



- Le compagnon moveUP ne remplace pas un traitement que vous devez suivre, mais est utilisé en complément.
- Les patients doivent être conscients que si les questionnaires ne sont pas remplis fréquemment ou si les réponses ne sont pas véridiques, l'équipe soignante a plus de difficulté à comprendre votre état de santé et vos progrès.



- L'application moveUP propose des soins de santé personnalisés en fonction du profil du patient et ne peut donc pas être partagée, empruntée ou échangée entre les utilisateurs. Les informations et conseils de l'application moveUP ne s'appliquent à aucun autre patient que celui dont le profil est stocké dans l'application. Le patient ne peut pas accorder l'accès à l'application moveUP à des tiers. D'autres personnes pourraient accidentellement envoyer des informations erronées ou modifier le profil du patient, de sorte que les conseils guidés par moveUP ne sont plus applicables aux besoins du patient.

### Nom commercial

déplacer vers le haut  
Fabriqué en Belgique  
Le produit est un logiciel

### Agent américain

Clarin McCourt  
Incentown Inc 7421 W Cypresshead Dr Parkland  
FL 33067 US agent 964.682.5063

### Fabricant



moveUP NV/SA  
Cantersteen 47,  
1000 Bruxelles, Belgique

UDI-Pi



++G166MOVEUP13303E

Numéro de version : 1.33.1

German Label





# moveUP



Informationen  
zur moveUP-App  
und den Geräten



## moveUP-App und -Geräte

- Die moveUP-App läuft auf:
- iPhones/iPads (iOS 11.0 oder neuer)
  - Android-Systeme (Android 7.0 und neuer)
  - moveUP benötigt zur Nutzung eine Internetverbindung
  - moveUP ist mit folgenden Browsern kompatibel
    - Chrome/Safari/Firefox

- Tablets**  
In bestimmten Fällen werden die folgenden Tablets bereitgestellt und unterstützt:
- Lenovo Tab 3 - Android 6.0.1 oder höher
  - Huawei MediaPad T3 - Android 7.0.0 oder höher

- Aktivitätstracker**  
Die folgenden Aktivitätstracker werden derzeit unterstützt:
- Garmin Vivosport 3 und Vivosport 4
  - Nokia Winings Go

- Große heruntergeladen:**
- iOS - 78,4 MB - Version 1.33.1
  - Android - 38 MB - Version 1.33.1

Für Ihre Datensicherheit aktivieren Sie bitte die 2-Faktor-Authentifizierung (2FA) und verwenden Sie ein sicheres Netzwerk.

Laden Sie die neueste App-Version herunter





## Region wählen

Europa >

US >

## Wichtige Informationen

Laden Sie die Bedienungsanleitung herunter  
**Für Patienten**

Laden Sie die Bedienungsanleitung herunter  
**Für Gesundheitsdienstleister**



Bedienungsanleitung herunterladen



Bedienungsanleitung herunterladen

## Verwendungszweck

### Für Gesundheitsdienstleister

moveUP bietet Gesundheitsdienstleistern ein effizientes klinisches Management von Pathologien und Behandlungen. Mithilfe von moveUP erhält das Pflegeteam wertvolle Einblicke in den Status des Patienten und seine Fortschritte.

### Für Patienten

moveUP bietet Patienten personalisierte Informationen und Anleitungen, die ihnen helfen, ihre Symptome zu bewältigen und in ihrer Rehabilitation voranzukommen. Die Intensität der Nachsorge wird an die Bedürfnisse des Patienten und den Zeitpunkt im Patientenverlauf angepasst:

- moveUP COMPANION = Überwachung und Bereitstellung von Informationen, kein aktives Follow-up
  - moveUP Companion bietet Patienten gezielte Informationen und Fortschrittsberichte. Ihr Pflegeteam berücksichtigt die Fortschrittsberichte bei ihrer weiteren Genesung.
- moveUP COACH = aktive Nachsorge durch das Gesundheitsteam
  - moveUP Coach bietet Patienten gezielte Informationen und Entwicklungsberichte. Das Pflegeteam ist aktiv involviert, berücksichtigt die Entwicklungsberichte und kann über die digitale Plattform Ratschläge und Übungsvorschläge geben.
- moveUP THERAPY = aktive Nachsorge durch das Gesundheitsteam mit einem datengestützten, validierten Pflegeprotokoll
  - moveUP Therapy bietet ein datengestütztes, validiertes Pflegeprotokoll mit bestimmten Kategorien, Übungs- und Aktivitätsniveaus, die speziell auf den einzelnen Patienten zugeschnitten sind. Das Pflegeteam kann das datengesteuerte, validierte Protokoll bei Bedarf manuell anpassen. Patienten können mit moveUP vollständig rehabilitiert werden, ohne ihre häusliche Umgebung zu verlassen.







# moveUP



moveUP NV/SA Hauptsitz Brüssel  
Cantiersteen 47,  
1000 Brüssel, Belgien

**Gesetzlicher Vertreter im Vereinigten  
Königreich**

Abnovo Ltd  
Suite 115, Wey House, 15 Church Street, Weybridge,  
Surrey KT13 8NA, United Kingdom



UDI-PI



••G156MOVEUP1  
3003E

Versionnummer: V1.33.1



Die moveUP-App entspricht den europäischen Gesundheits-, Sicherheits- und  
Umweltschutzstandards.





## Wichtige Informationen - USA

Laden Sie die Bedienungsanleitung herunter  
**Für Patienten**

Laden Sie die Bedienungsanleitung herunter  
**Für Gesundheitsdienstleister**



Bedienungsanleitung herunterladen



Bedienungsanleitung herunter

## Verwendungszweck

### Für Gesundheitsdienstleister

Für Gesundheitsdienstleister bietet moveUP ein effizientes klinisches Management von Pathologien und Behandlungen. Durch den Einsatz von moveUP erhält das HCP/Pflegeteam wertvolle Einblicke in den Fortschritt der Patienten und seine Entwicklung.

### Für Patienten

Für Patienten bietet moveUP personalisierte Informationen und Anweisungen, um ihnen bei der Bewältigung von Symptomen und Fortschritten in ihrer Rehabilitation zu helfen. Die Intensität der Nachsorge wird basierend auf den Bedürfnissen der Patienten und dem Zeitpunkt im Patientenpfad angepasst:

- moveUP COMPANION = Überwachung und Information, keine aktive Nachverfolgung
  - moveUP Companion bietet gezielte Informationen und Entwicklungsberichte für Patienten. Ihr Betreuungsmitglied berücksichtigt die Entwicklungsberichte gegebenenfalls bei ihrer weiteren Genesung.
- moveUP COACH = aktive Nachsorge durch das Gesundheitsteam
  - moveUP coach bietet Patienten gezielte Informationen und Verlaufsberichte. Ihr Betreuungsmitglied ist eingebunden und berücksichtigt die Entwicklungsberichte und kann über die digitale Plattform gezielte Rückmeldung und Übungsvorschläge geben.
- moveUP THERAPY = aktive Nachsorge durch das Gesundheitsteam, mit datengesteuertem, validiertem Pflegeprotokoll
  - Die moveUP-Therapie bietet ein datengesteuertes, validiertes Pflegeprotokoll mit bestimmten Ebenen von Übungen und Aktivitäten, die speziell auf den einzelnen Patienten ausgerichtet sind. Ihr Pflegeteam kann das datengesteuerte validierte Protokoll bei Bedarf manuell anpassen. Patienten können sich mit moveUP vollständig rehabilitieren, ohne ihre häusliche Umgebung zu verlassen.





# moveUP

Optional aktivierbare Funktionalität: Interoperabilität mit medizinischen Geräten der Klasse IIa für kontinuierliche passive Bewegung (CPM). Für Knie- und Hüftpatienten, die ein CPM- Medizinprodukt der Klasse IIa verwenden, kann moveUP mit der CPM-Software der Klasse IIa verknüpft werden. moveUP ermöglicht die einfache Zuordnung von ärztlich ausgewählten CPM-Übungen an den Patienten und gewährt Einblicke in die durchgeführten CPM- Übungen auf dem medizinischen Dashboard.



- moveUP ist nicht für Notfälle geeignet. Im Notfall wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder wählen Sie den Notruf/112.
- moveUP ist nicht für die Überwachung/Behandlung von Vitalparametern bei kritischen Erkrankungen vorgesehen.



- moveUP Companion ist kein Ersatz für eine Behandlung, die Ihnen verschrieben wurde, sondern dient als Ergänzung.
- Die Patienten müssen sich darüber im Klaren sein, dass es für das Behandlungsteam schwieriger ist, ihren Gesundheitszustand und ihre Fortschritte zu verstehen, wenn die Fragebogen nicht regelmäßig ausgefüllt oder nicht wahrheitsgemäß beantwortet werden.



- Die moveUP-App bietet eine personalisierte Gesundheitsversorgung auf Grundlage des Patientenprofils und kann daher nicht mit anderen Nutzern geteilt, ausgeliehen oder getauscht werden. Die über die moveUP App bereitgestellten Informationen und Ratschläge gelten nur für den Patienten, dessen Profil in der App gespeichert ist. Der Patient kann Dritten keinen Zugriff auf die moveUP App gewähren. Andere Personen könnten versehentlich falsche Informationen übermitteln oder das Profil des Patienten verändern, sodass die von moveUP bereitgestellte Beratung nicht mehr auf die Bedürfnisse des Patienten zutrifft.



moveUP NV/SA Hauptsitz Brüssel  
Centersteen 47,  
1000 Brüssel, Belgien

### Gesetzlicher Vertreter im Vereinigten Königreich

Abnovo Ltd  
Suite 115, Wey House, 15 Church Street, Weybridge,  
Surrey KT13 8NA, United Kingdom

UDI-PI



versionsnummer: V1.33.0



+G166MOVEUP1  
:3303E



Die moveUP-App entspricht den europäischen Gesundheits-, Sicherheits- und Umweltschutzstandards.





Optionale Funktionen, die aktiviert werden können: Interoperabilität mit Medizinprodukten der Klasse IIa Continuous Passive Motion (CPM).

Für Knie- und Hüftpatienten, die ein medizinisches Gerät der Klasse IIa CPM verwenden, kann moveUP mit der CPM-Software der Klasse IIa zusammenarbeiten. moveUP fungiert als Vermittler, um einem Patienten ein bestimmtes, von einem Arzt ausgewähltes CPM-Übungsprotokoll zuzuweisen und die durchgeführten CPM-Übungen im medizinischen Dashboard anzuzeigen.

## Einschlusskriterien:

- Das Alter:
  - Mindestalter: 18 Jahre
  - maximal: keine Begrenzung
- Gewicht: NA
- Gesundheit und Zustand: in der Lage, grundlegende Aktivitäten des täglichen Lebens auszuführen
- Sprache: Verstehen einer der verfügbaren Sprachen der App (Niederländisch, Französisch, Deutsch, Englisch)

## Ausschlusskriterien:

- Patienten, die geistig inkompetent sind oder Schwierigkeiten haben, ihre Gefühle auszudrücken (z. B. psychisch kranke Menschen, Menschen, die in Altenpflegeeinrichtungen untergebracht sind, ...) sind ausgeschlossen.
- Patienten, die nicht in der Lage sind, ein Tablet/Smartphone und einen Aktivitätstracker zu bedienen.
- Patienten, die eine der verfügbaren Sprachen der App nicht verstehen (Niederländisch, Französisch, Deutsch, Englisch)

## Behauptungen und Werbung:



- moveUP ist kein Notfalltool. In Notfällen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder rufen Sie 911 an.
- moveUP ist nicht zur Überwachung/Behandlung von Vitalparametern bei kritischen Erkrankungen bestimmt.



- moveUP Companion ist kein Ersatz für eine Behandlung, die Sie befolgen müssen, sondern wird als Ergänzung verwendet.
- Patienten müssen sich darüber im Klaren sein, dass das Behandlungsteam größere Schwierigkeiten hat, Ihre Gesundheitssituation und Ihren Fortschritt zu verstehen, wenn Fragebögen nicht häufig ausgefüllt oder nicht wahrheitsgemäß beantwortet werden.



- Die moveUP-App bietet personalisierte Gesundheitsversorgung basierend auf dem Patientenprofil und kann daher nicht zwischen Benutzern geteilt, ausgeliehen oder gehandelt werden. Die Informationen und Ratschläge der moveUP-Anwendung gelten nicht für andere Patienten als den, dessen Profil in der Anwendung gespeichert ist. Der Patient kann Dritten keinen Zugang zur moveUP-App gewähren. Andere Personen könnten versehentlich falsche Informationen senden oder das Profil des Patienten ändern, mit dem Ergebnis, dass die von moveUP geführte Beratung nicht mehr auf die Bedürfnisse des Patienten anwendbar ist.



# moveUP

**Handelsname**

nach oben bewegen  
Hergestellt in Belgien  
Das Produkt ist eine Software

**US-Agent**

Claran McCourt  
Incentown Inc 2421 W Cypresshead Dr Parkland  
FL 33067 US agent 954.682.5053

**Hersteller**

moveUP NV/SA Hauptsitz Brüssel  
Cartersteen 47,  
1000 Brüssel, Belgien

UDI-PI



\*+G166MCVEUP13303E

Versionnummer: V1.33.1

**Hast du eine Frage?**

Unser Service-Team steht Ihnen gerne zur Verfügung. Sie können uns kontaktieren per E-Mail oder telefonisch während der Bürozeiten.

Unsere Telefonnummern:  
Vereinigtes Königreich: T 020 8191 7813  
Belgien: T 000 08 80 08  
Frankreich: T +33 9 74 67 00 08  
Niederlande: T 08 54 00 11 91  
Deutschland: T +32 80 08 80 08

English Label:





# moveUP



About the  
moveUP app,  
tablets and activity trackers



## moveUP app & devices

The moveUP app runs on:

- iPhones/iPads iOS 10.0 or newer
- Android systems (Android 7.0 and newer)
- moveUP needs an internet connection when in use
- moveUP is compatible with the following browsers:
  - Chrome/Safari/Firefox

### Tablets

In specific cases the following tablets are provided and are supported:

- Lenovo Tab 3 - Android 6.01 or Higher
- Huawei MediaPad T3 - Android 7.00 or higher

### Activity trackers

The following activity trackers are currently supported:

- Garmin vivoit 3 and vivoit 4
- Nokia Wiltings Go

### Download size

- iOS - 78.4MB - version 1.33.1
- Android - 39.6MB - version 1.33.1

For your data safety please enable the 2 factor authentication (2FA) and use a safe network.

Download the latest app version





## Choose region

Europe >

US >

## Important information - Europe

Download the user manual  
**For patients**

Download the user manual  
**For healthcare providers**



Download the user manual



Download the user manual

## Intended use

### For healthcare providers

For healthcare providers, moveUP provides efficient clinical management of pathologies and treatments. With the use of moveUP, valuable insights are given to the HCP/care team of the status of the patient and its evolution.

### For patients

For patients, moveUP provides personalized information and instructions to help them managing their symptoms and progress in their rehabilitation. The intensity of follow-up is adapted based on patients' needs and timepoint in the patient pathway:

- moveUP COMPANION = monitoring and information, no active follow-up
  - moveUP companion offers targeted information and evolution reports to patients. Their care team takes the evolution reports into account in their further recovery when appropriate.
- moveUP COACH = active follow-up by healthcare team
  - moveUP coach offers targeted information and evolution reports to patients. Their care team is more active involved and takes the evolution reports into account and can provide advice and exercise suggestions through the digital platform.
- moveUP THERAPY = active follow-up by healthcare team, with data driven validated care protocol
  - moveUP therapy offers a data-driven validated care protocol with certain category and level of exercises and activities, specifically targeted to the individual patient. Their care team can manually adapt the data driven validated protocol when needed. Patients can fully rehabilitation with moveUP without leaving their home environment.

Optional functionality that can be enabled: interoperability with Class IIa continuous passive motion (CPM) medical device.

For knee and hip patients who are using a Class IIa CPM medical device, moveUP can interoperate with the Class IIa CPM software. moveUP acts as a facilitator to easily assign a designated CPM exercise protocol chosen by a physician to a patient and to display the performed CPM exercises in the medical dashboard.





# moveUP



- moveUP is not an emergency tool. In case of emergency please contact your doctor or call 112.
- moveUP is not intended to monitor/treat vital parameters of critical illness.



- moveUP companion is not a replacement for any treatment you need to follow, but is used as an addition.
- Patients need to be aware that if questionnaires are not completed on a frequent basis or not answered truthfully, the care team has more difficulty understanding your health situation & progress.



- The moveUP app offers personalised healthcare based on the patient's profile and therefore can not be shared, borrowed or traded between users. The information and advice of the moveUP application do not apply to any other patient other than the one whose profile is stored in the application. The patient cannot grant access to the moveUP app to third parties. Other people could accidentally send wrong information or change the profile of the patient, with the result that the moveUP- guided advice is no longer applicable to the needs of the patient.

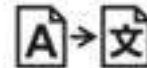


moveUP NV/SA  
Cantersteen 47,  
1000 Brussels, Belgium

### UK legal representative

Abnovo Ltd  
Suite 115, Wey House, 15 Church Street, Weybridge,  
Surrey KT13 8NA, United Kingdom

UDI-PI



Version number: V1.33.1

++G166MOVEUP1  
3303E



The moveUP App adheres to European health, safety and environmental protection standards.







# moveUP

## Inclusion criteria:

- Age:
  - minimum: 18 years
  - maximum: no limit
- Weight: NA
- Health & condition: capable of performing basic activities of daily living
- Language: understanding one of the available languages of the app (Dutch, French, German, English)

## Exclusion criteria:

- Patients who are mentally incompetent or having troubles to express what they are feeling (for instance, mentally diseased people, people staying in elderly care centers, ...) are excluded.
- Patients who are not capable of operating a tablet/smartphone and activity tracker.
- Patients who can't understand one of the available languages of the app (Dutch, French, German, English)

## Claims and advertisings:



- moveUP is not an emergency tool. In case of emergency please contact your doctor or call 911.
- moveUP is not intended to monitor/treat vital parameters of critical illness.



- moveUP companion is not a replacement for any treatment you need to follow, but is used as an addition.
- Patients need to be aware that if questionnaires are not completed on a frequent basis or not answered truthfully, the care team has more difficulty understanding your health situation & progress.



- The moveUP app offers personalized healthcare based on the patient's profile and therefore can not be shared, borrowed or traded between users. The information and advice of the moveUP application do not apply to any other patient other than the one whose profile is stored in the application. The patient cannot grant access to the moveUP app to third parties. Other people could accidentally send wrong information or change the profile of the patient, with the result that the moveUP- guided advice is no longer applicable to the needs of the patient.

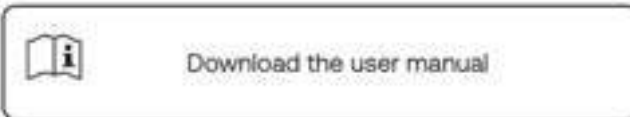




## Important information - US

Download the user manual  
**For patients**

Download the user manual  
**For healthcare providers**



## Intended use

### For healthcare providers

For healthcare providers, moveUP provides efficient clinical management of pathologies and treatments. With use of moveUP, valuable insights are given to the HCP/care team of the status of the patient and its evolution.

### For patients

For patients, moveUP provides personalized information and instructions to help them managing their symptoms and progress in their rehabilitation. The intensity of follow-up is adapted based on patients' needs and timepoint in their patient pathway:

- moveUP COMPANION = monitoring and information, no active follow-up
  - moveUP companion offers targeted information and evolution reports to patients. Their care team takes evolution reports into account in their further recovery when appropriate.
- moveUP COACH = active follow-up by healthcare team
  - moveUP coach offers targeted information and evolution reports to patients. Their care team is more actively involved and takes the evolution reports into account and can provide advice and exercise suggestions through the digital platform.
- moveUP THERAPY = active follow-up by healthcare team, with data driven validated care protocol
  - moveUP therapy offers a data-driven validated care protocol with certain category and level of exercise activities, specifically targeted to the individual patient. Their care team can manually adapt the data of the validated protocol when needed. Patients can fully rehabilitate with moveUP without leaving their home environment.

Optional functionality that can be enabled: interoperability with Class IIa continuous passive motion (CPM) medical device.

For knee and hip patients who are using a Class IIa CPM medical device, moveUP can interoperate with the CPM software. moveUP acts as a facilitator to easily assign a designated CPM exercise protocol chosen by a physician to a patient and to display the performed CPM exercises in the medical dashboard.





# moveUP

### Tradename

moveUP  
Made in Belgium  
The product is software

### US Agent

Claran McCourt,  
Incentown Inc 7421 W Cypresshead Dr Parkland  
FL 33067 US agent 954.682.5053

### Manufacturer



moveUP NV/SA  
Castersteen 47,  
1000 Brussels, Belgium

### UDI-PI



++G166MOVEUP3300E

Version number: V 1.33.1

## Dutch Label:



### moveUP-app en apparaten

De moveUP app draait op:

- iPhones/iPads (iOS 10 of nieuwer)
- Android systemen (Android 7.0 en nieuwer)
- moveUP heeft een internetverbinding nodig wanneer het wordt gebruikt
- moveUP is compatibel met de volgende browsers:
  - Chrome/Safari/Edge

#### Tabletten

In specifieke gevallen worden de volgende tablets getoond en ondersteund:

- Lenovo Tab 3 - Android 6.01 of hoger
- Huawei Mediapad T3 - Android 7.00 of hoger

#### Activiteitstrackers

De volgende activity trackers worden momenteel ondersteund:

- Garmin Vivosport 2 en Vivosport 4
- Nokia Ringtone G2

#### Downloadgrootte

- iOS - 76,4MB - versie 1.33.1
- Android - 20,9B - versie 1.33.1

Scherf voor uw gegevensveiligheid de 2-factor authenticatie (2FA) is en gebruikt een veilig netwerk.



Download de nieuwste versie van de moveUP app





## Kies regio

[Europa >](#)[US >](#)

## Belangrijke informatie - Europa

Download de gebruikershandleiding  
**Voor patiënten**



Download de gebruikershandleiding

Download de gebruikershandleiding  
**Voor zorgverleners**



Download de gebruikershandleiding

## Beoogd gebruik

### Voor zorgverleners

Voor zorgverleners biedt moveUP een efficiënt klinisch beheer van pathologieën en behandelingen. Met behulp van moveUP worden waardevolle inzichten gegeven aan het HCP/zorgteam van de status van de patient en hun voortgang.

### Voor patiënten

Voor patiënten biedt moveUP gepersonaliseerde informatie en instructies om hen te helpen hun symptomen te beheersen en vooruitgang te boeken in hun revalidatie. De intensiteit van de follow-up wordt aangepast op basis van de behoeften van de patient en het tijdstip in het patiententraject:

- moveUP COMPANION = monitoring en informatie, geen actieve opvolging
  - moveUP companion biedt gerichte informatie en voortgangsrapporten aan patiënten. Hun zorgteam houdt waar nodig rekening met de voortgangsrapportages bij het verdere herstel.
- moveUP COACH = actieve opvolging door het zorgteam
  - moveUP coach biedt gerichte informatie en evolutierapporten aan patiënten. Hun zorgteam is actiever betrokken en houdt rekening met de evolutierapporten en kan via het digitale platform advies en oefeningen suggesties geven.
- moveUP THERAPY = actieve opvolging door het zorgteam, met een datagedreven gevalideerd zorgprotocol
  - moveUP therapy biedt een datagedreven gevalideerd zorgprotocol in bepaalde categorie en niveau van oefeningen en activiteiten, specifiek gericht op de individuele patient. Hun zorgteam kan het datagedreven gevalideerde protocol handmatig aanpassen wanneer dat nodig is. Patiënten kunnen volledig revalideren met moveUP zonder hun thuisomgeving te verlaten.





# moveUP

Optionele functionaliteit die kan worden ingeschakeld: interoperabiliteit met klasse IIa Continuous Passive Motion (CPM) medisch hulpmiddel. Voor knie- en heuppatiënten die een klasse IIa CPM medisch hulpmiddel gebruiken, kan moveUP samenwerken met de klasse IIa CPM-software. moveUP fungeert als een facilitator om eenvoudig een aangewezen CPM- oefenprotocol gekozen door een arts aan een patient toe te wijzen en om de uitgevoerde CPM-oefeningen in het medische dashboard weer te geven.



- moveUP is geen noodhulpmiddel. Neem in geval van nood contact op met uw arts of bel 112.
- moveUP is niet bedoeld om vitale parameters van kritieke ziekte te controleren/behandelen.



- moveUP companion is geen vervanging voor een behandeling die u moet volgen, maar wordt gebruikt als aanvulling.
- Patienten moeten zich ervan bewust zijn dat als vragenlijsten niet vaak worden ingevuld of niet naar waarheid worden beantwoord, het zorgteam meer moeite heeft om uw gezondheidssituatie en voortgang te begrijpen.



- De moveUP-app biedt gepersonaliseerde gezondheidszorg op basis van het profiel van de patient en kan daarom niet worden gedeeld, geleend of verhandeld tussen gebruikers. De informatie en adviezen van de moveUP-applicatie zijn niet van toepassing op andere patienten dan degene wiens profiel in de applicatie is opgeslagen. De patient kan geen toegang tot de moveUP-app verlenen aan derden. Andere mensen kunnen per ongeluk verkeerde informatie sturen of het profiel van de patient wijzigen, met als gevolg dat het moveUP-geleide advies niet langer van toepassing is op de behoeften van de patient.



moveUP NV/SA  
Cantersteen 47,  
1000 Brussel, België

#### Wettelijke vertegenwoordiger in het VK

Abnovo Ltd  
Suite 115, Wey House, 15 Church Street, Weybridge,  
Surrey KT13 BNA, United Kingdom



Versienummer: V1.33.1



++G166MOVEUP1  
3303E



De moveUP-app en het dashboard zijn geregistreerde medische apparaten. De moveUP-app voldoet aan de Europese normen voor gezondheid, veiligheid en milieubescherming.





## Belangrijke informatie - US

Download de gebruikershandleiding  
**Voor patiënten**

Download de gebruikershandleiding  
**Voor zorgverleners**



Download de gebruikershandleiding



Download de gebruikershandleiding

## Beoogd gebruik

### Voor zorgverleners

Voor zorgverleners biedt moveUP een efficiënt klinisch beheer van pathologieën en behandelingen. Met behulp van moveUP worden waardevolle inzichten gegeven aan het HCP/zorgteam van de status van de patient en hun voortgang.

### Voor patiënten

Voor patiënten biedt moveUP gepersonaliseerde informatie en instructies om hen te helpen hun symptomen te beheersen en vooruitgang te boeken in hun revalidatie. De intensiteit van de follow-up wordt aangepast op basis van de behoeften van de patient en het tijdstip in het patiententraject.

- moveUP COMPANION = monitoring en informatie, geen actieve opvolging
  - moveUP companion biedt gerichte informatie en voortgangsrapporten aan patienten. Hun zorgteam houdt waar nodig rekening met de voortgangsrapportages bij het verdere herstel.
- moveUP COACH = actieve opvolging door het zorgteam
  - moveUP coach biedt gerichte informatie en evolutierapporten aan patienten. Hun zorgteam is actiever betrokken en houdt rekening met de evolutierapporten en kan via het digitale platform advies en oefeningen suggesties geven.
- moveUP THERAPY = actieve opvolging door het zorgteam, met een datagedreven gevalideerd zorgprotocol
  - moveUP therapy biedt een datagedreven gevalideerd zorgprotocol in bepaalde categorie en niveau van oefeningen en activiteiten, specifiek gericht op de individuele patient. Hun zorgteam kan het datagedreven gevalideerde protocol handmatig aanpassen wanneer dat nodig is. Patienten kunnen volledig revalideren met moveUP zonder hun thuisomgeving te verlaten.

Optionele functionaliteit die kan worden ingeschakeld: interoperabiliteit met klasse IIa Continuous Passive Motion (CPM) medisch hulpmiddel. Voor knie- en heuppatienten die een klasse IIa CPM medisch hulpmiddel gebruiken, kan moveUP samenwerken met de klasse IIa CPM-software. moveUP fungeert als een facilitator om eenvoudig een aangewezen CPM- oefenprotocol gekozen door een arts aan een patient toe te wijzen en om de uitgevoerde CPM-oefeningen in het medische dashboard weer te geven.





# moveUP

## Opnamecriteria:

- Leeftijd
  - minimaal: 18 jaar
  - maximaal: geen limiet
- Gewicht: NA
- Gezondheid & amp; conditie: in staat om basisactiviteiten van het dagelijks leven uit te voeren
- Taal: een van de beschikbare talen van de app begrijpen (Nederlands, Frans, Duits, Engels)

## Uitsluitingscriteria:

- Patiënten die psychisch incompetent zijn of moeite hebben met het uiten van wat ze voelen (bijvoorbeeld geesteszieken, mensen die in bejaardentehuizen verblijven, ...) worden uitgesloten.
- Patiënten die niet in staat zijn een tablet/smartphone en activity tracker te bedienen.
- Patiënten die een van de beschikbare talen van de app niet begrijpen (Nederlands, Frans, Duits, Engels)

## Claims en advertenties:



- moveUP is geen noodhulpmiddel. Neem in geval van nood contact op met uw arts of bel 911.
- moveUP is niet bedoeld voor het bewaken/behandelen van vitale parameters van kritieke ziekte.



- moveUP companion is geen vervanging voor een behandeling die je moet volgen, maar wordt gebruikt als aanvulling.
- Patiënten moeten zich ervan bewust zijn dat alle vragenlijsten niet regelmatig worden ingevuld of niet naar waarheid worden beantwoord, het zorgteam meer moeite heeft om uw gezondheidssituatie en vooruitgang te begrijpen.



- De moveUP-app biedt gepersonaliseerde zorg op basis van het profiel van de patiënt en kan daarom niet worden gedeeld, geleend of geïnd tussen gebruikers. De informatie en het advies van de moveUP-applicatie zijn niet van toepassing op andere patiënten dan degene wiens profiel in de applicatie is opgeslagen. De patiënt kan geen toegang verliezen tot de moveUP app aan derden. Anderen kunnen per ongeluk verkeerde informatie sturen of het profiel van de patiënt wijzigen, met als gevolg dat het moveUP-geleide advies niet meer van toepassing is op de behoefte van de patiënt.

### Handelsnaam

moveUP  
Gemaakt in België  
Het product is software.

### Amerikaanse agent

Claran McCourt,  
Incentwin Inc 7421, W Cypresshead Dr Parkland  
FL 33067 US agent 954.682.5053

### Fabrikant



moveUP NV/SA  
Cantersteen 47,  
1000 Brussel, België

UDI-PI



++G166MOVEUP13000E

Versienummer: V1.33.1



# moveUP



## Manual for patients

moveUP – A smart and personalized way of informing, follow-up and treatment for patients.

*App version: 1.31 and later*

*Manual version: 16*

*Date of release manual: 11/07/2022*

*Link to Knowledge Base: <https://support.orthopedics.moveup.care/>*




# Table of content

- Intended use moveUP
- Overview of the main moveUP windows
- Messages
- Survey & info modules
- Steps
- Exercises
- Daily questionnaire
- Activity tracker
- My active follow-up period with moveUP has ended: how does the moveUP app change?

# Support orthopedics – moveUP

## Intended use moveUP



-  Carefully read all information and precautions in this manual. Make sure you understand the use, the screens and the limitations of the moveUP App before using the service. If you have any questions please contact moveUP.

For security reasons, moveUP recommends that the user carefully reads and understands the manual of the devices used in conjunction with the moveUP App.

During the full use of the service, the necessary technical assistance and therapeutical assistance will be provided. In case of a defect or problem with the App, you will be able to contact the moveUP team via the message functionality of the App, by phone or by e-mail.

## Intended use

### For healthcare providers

For healthcare providers, moveUP provides efficient clinical management of pathologies and treatments. With the use of moveUP, valuable insights are given to the HCP/care team of the status of the patient and its evolution.

### For patients

For patients, moveUP provides personalized information and instructions to help them managing their symptoms and progress in their rehabilitation. The intensity of follow-up is adapted based on patients' needs and timepoint in the patient pathway:

- moveUP **COMPANION** = monitoring and information, no active follow-up
  - moveUP companion offers targeted information and evolution reports to patients. Their care team takes the evolution reports into account in their further recovery when appropriate.
- moveUP **COACH** = active follow-up by the healthcare team
  - moveUP coach offers targeted information and evolution reports to patients. Their care team is more actively involved and takes the evolution reports into account and can provide advice and exercise suggestions through the digital platform.
- moveUP **THERAPY** = active follow-up by the healthcare team, with data-driven validated care protocol
  - moveUP therapy offers a data-driven validated care protocol with certain categories and levels of exercises and activities, specifically targeted to the individual patient. Their care team can manually adapt the data-driven validated protocol when needed. Patients can fully rehabilitate with moveUP without leaving their home environment.

*Optional functionality that can be enabled: interoperability with Class IIa continues passive motion (CPM) medical device.*

*For knee and hip patients who are using a Class IIa CPM medical device, moveUP can interoperate with the Class IIa CPM software. moveUP acts as a facilitator to easily assign a designated CPM exercise protocol chosen by a physician to a patient and to display the performed CPM exercises in the medical dashboard.*

## Intended users

moveUP is intended to be used by patients and healthcare providers.

## Patient

The main user of the mobile app and patient website is the patient. Patient users should be alert, mentally competent and capable of operating a tablet/smartphone and activity tracker.

### Inclusion:

- Age:
  - minimum: 18 years
  - maximum: no limit
- Weight: NA
- Health & condition: capable of performing basic activities of daily living
- Language: understanding one of the available languages of the app (Dutch, French, German, English)

### Exclusion:

- Patients who are mentally incompetent or having trouble expressing what they are feeling (for instance, mentally diseased people, people staying in elderly care centres, ...) are excluded.
- Patients who are not capable of operating a tablet/smartphone and activity tracker.
- Patients who can't understand one of the available languages of the app (Dutch, French, German, English)

## Healthcare provider

The main user of the medical web interface is a healthcare practitioner (group) or clinical researcher (group), named the care team. The care team is able to operate a web interface via web browser on PC/tablet/smartphone. The healthcare practitioner needs to understand one of the available languages of the web interface (today only available in English).

## Target population / indication for use

moveUP companion & coach is used by Musculoskeletal, oncologic, respiratory, gastrointestinal, cardiovascular and neurologic patients, such as patients:

- who underwent or planning a gastric bypass or gastric sleeve operation
- who have or had a stroke, multiple myeloma, covid, familial hypercholesterolemia
- who have or had back or joint problems or operations

moveUP therapy is used by knee & hip arthroplasty patients.

## moveUP app & devices

### Supported devices moveUP app

The moveUP app runs on:

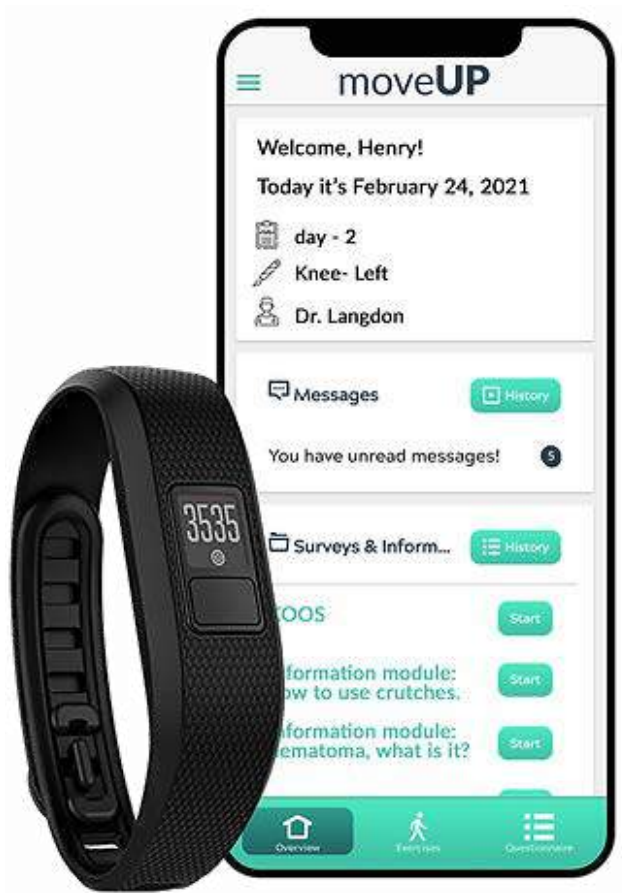
- iPhones/iPads (iOS 11.0 or newer)
- Android systems (Android 7.0.0 and newer).
- moveUP needs an internet connection when in use
- moveUP is compatible with the following browsers:
  - Chrome
  - Safari
  - Edge
  - Firefox
- In specific cases the following tablets are provided and are supported:
  - Lenovo Tab 3 – Android 6.0.1 or Higher
  - Huawei MediaPad T3 – Android 7.0.0 or higher

For your data safety please enable the 2-factor authentication(2FA) and use a safe network

### Activity trackers

The following activity trackers are currently supported:

- Garmin Vivofit 3 and Vivofit 4
- Nokia Withings Go



## Warnings and precautions



**⚠** moveUP is not an emergency tool. In case of emergency please contact your doctor or call 112.  
moveUP is not intended to monitor/treat vital parameters of critical diseases.

**⚠** moveUP companion is not a replacement for any treatment you need to follow but is used as an addition.  
Patients need to be aware if questionnaires are not filled out on a frequent basis or not filled out trustworthy, the care team has more difficulty knowing their health situation & evolution.

**⚠** The moveUP App offers personalized healthcare based on the patient's profile and therefore can not be shared, borrowed or traded between users. The information and advice of the moveUP application do not apply to a patient other than the one whose profile is stored in the application. The patient may not grant access to the moveUP App to third parties. Any other person can, even accidentally, send wrong information or change the profile of the patient, with the result that the moveUP-guided advice no longer corresponds to the needs of the patient.

**⚠** With software, there is always a residual risk for bugs. If you have the feeling something is wrong or you don't get a response in the app, please reach out to us via [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) or call 0800 88 008.



## **Contra-indications and potential side effects**

There are no contra-indications or known side effects.

## Notification of serious incidents

**A serious incident** means any incident that directly or indirectly led, might have led or might lead to any of the following:

- (a) the death of a patient, user or another person,
- (b) the temporary or permanent serious deterioration of a patient's, user's or other person's state of health that resulted in any of the following:
  - life-threatening illness or injury,
  - permanent impairment of a body structure or a body function,
  - hospitalisation or prolongation of patient hospitalisation,
  - medical or surgical intervention to prevent life-threatening illness or injury or permanent impairment to a body structure or a body function,
  - chronic disease,
- (c) a serious public health threat;

If you detect any of these cases please send an email to [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) and;

- Netherlands: [meldpunt@igj.nl](mailto:meldpunt@igj.nl)
- Belgium: [meddev@fagg.be](mailto:meddev@fagg.be)
- France: [dedim.ugsv@ansm.sante.fr](mailto:dedim.ugsv@ansm.sante.fr)
- Germany: [zlg@zlg.nrw.de](mailto:zlg@zlg.nrw.de)

## **Human body contact**

No human body contact with the patient or user, due to the nature of the product (software).

## **Accessories/products used in combination**

There are no accessories.

If the patient has no compatible tablet/smartphone or activity tracker, moveUP can lease these devices to the patient. The leased devices are CE-marked devices that meet the compatibility criteria outlined in the IFU for the app.

## Device lifetime

2-years. Depending on the willingness of the user to update the app. We sent out a notification with the recommendation to update the app, to make sure the app will keep the performance & recently included features.

## Claims

### moveUP companion/coach/therapy

The intensity of follow-up is adapted based on the needs of the patient, via the moveUP Symptom & QoL monitoring tool.

- **Enhancement**— moveUP enhances the clinical management of the patient because early detection & management of complications are possible via the symptom & QoL monitoring tool
- **Efficiency**—More efficient clinical management, such as the number of consultations can be reduced
- **Compliance**—Enforces therapy compliance/adherence
- **Information**—The correct information is provided at the right time

### moveUP therapy

- **Rehabilitation from home**—With the use of moveUP therapy knee & hip arthroplasty patients can fully rehabilitate via the in-app care team without leaving their home environment.

## Company details



moveUP NV

Head office Brussel: Cantersteen 47, B-1000 Brussels, Belgium Office Ghent: Oktrooiplein 1, B-9000 Ghent, Belgium

Tel: 0800 88 008

Email: [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care)

[www.moveUP.care](http://www.moveUP.care)

Identification of the device:



Basic UDI-DI code:

++G166MOVEUPV1310WH

If you have any questions about the App, the tablet or the activity tracker, you can contact moveUP via the following channels – in order of priority: Via the message system of the App. Via email to [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) – Via phone during office hours: +32 800 88 008



Updated on July 11, 2022



# Overview of the main moveUP windows

## Support orthopedics – moveUP

**I read this email on a smart device**

## **Step 1: Download the app on your smart device**

Click on the below links to download the moveUP app from your Appstore or Google Play (depending on your device)

I have an iPhone or tablet from Apple (iOS)

I have another smartphone or tablet (android)

## Step 2: Open the moveUP app and register

- Open the moveUP app (if the app shows the moveUP logo, It is correctly installed)
- Register with the email address and the code you received in the “installation email” from moveUP
- Check your personal data and the operation performed before the first use. In case of any error please contact moveUP using the chat function.

### **Step 3: Update the moveUP app**

Each time the moveUP app is updated you'll receive a mail with the release notes. Please, update it as soon as possible to enjoy the last features.

To upload the app please use the link above to be redirected to your app store and click on the button "update".

These updates can include safety or data integrity upgrades, please read carefully the Release Notes and the Instructions for Use.

## Security measures

Because we process personal and health data, we will instruct you how to set a complex password at the moveUP login page.

Please use a safe network when you are connected to the app.

Updated on May 4, 2022

# Support orthopedics – moveUP

## Quick start guide

There are 3 main tabs in the app. You can switch between them by tapping the respective symbols at the bottom of your screen.



1. Overview
2. Exercises
3. Questionnaire

## Tab 1: Overview

When you open the moveUP app you will automatically be taken to the overview tap. This tab has 4 sections:



1. **Welcome message**
2. **Messages** – here you can communicate with your health provider
3. **Survey & Information** – here you can find your questionnaires that still need answering. Also, your video-recording requests will appear here.
4. **Steps** – here you can see the steps you did over the past week



## Tab 2: Exercises



In the second tab “Exercises” you can find your daily exercises.

## Tab 3: Questionnaire

The screenshot shows a mobile application interface titled "Questionnaire". At the top, the time is 17:26. Below the title, it says "Your questionnaire for today". The first section asks "How are you feeling today?" and "Indicate on the scale." with "Good" on the left and "Bad" on the right. Below this is a row of six emoji icons representing a scale from happy to angry. The second section asks "How was your night?" and "Indicate on the scale." with "Good" on the left and "Bad" on the right, also followed by the same row of six emoji icons. The third section asks "Did you experience any morning stiffness in your affected joint?" and "Indicate on the slider." with "None" on the left and "Very stiff" on the right. A red arrow points from the "Very stiff" label down to a red box around the "Questionnaire" icon in the bottom navigation bar. The bottom bar also contains icons for "Home" and "My Care".

In the 3rd tab "Questionnaire" there will appear a daily questionnaire after 4pm each day. The questionnaire is available until midnight. It should be filled out every day, starting 14 days before surgery.

Read more on the daily questionnaire

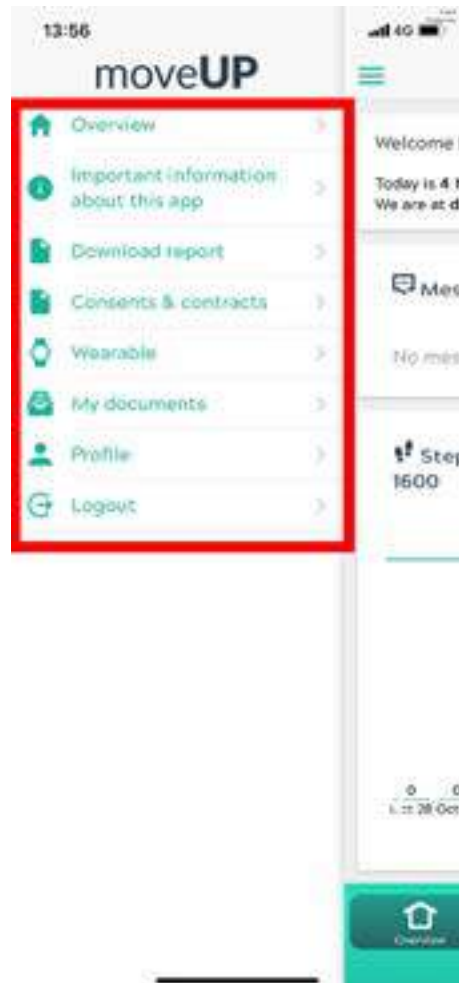
It is important you start answering the daily questionnaire starting 14 days before your operation. This way we can better help you after the operation.

## Menu



At the top left of the moveUP you will find the menu.

When you click on this icon the menu appears.



This menu contains important sections that are not directly related to your rehabilitation.

- **Overview:** Exits the menu and returns to the overview screen
- **Important information about this app:** some info and warnings on the app
- **Download report:** This link is not working at the moment. Work in progress!
- **Consents & contracts:** Here you can read the general terms and conditions and privacy statement.
- **Wearable:** Here you can link your smart bracelet to the moveUP App or see which application is linked.
- **Profile:** your name and national registration number
- **Log out:** Here you can log out of your account and return to the registration and login page.

# Messages

# Support orthopedics – moveUP

## Messages

In the overview tab, below the greeting, you find the “Messages” section. This is the section where you can communicate with your physiotherapist.

You can send your physiotherapist a message each moment of the day. You will receive an answer within 24 hours.

If the question is a medical urgency, don't use the messaging system as it is too slow. Call your hospital or medical practitioner instead.



## Open the message functionality

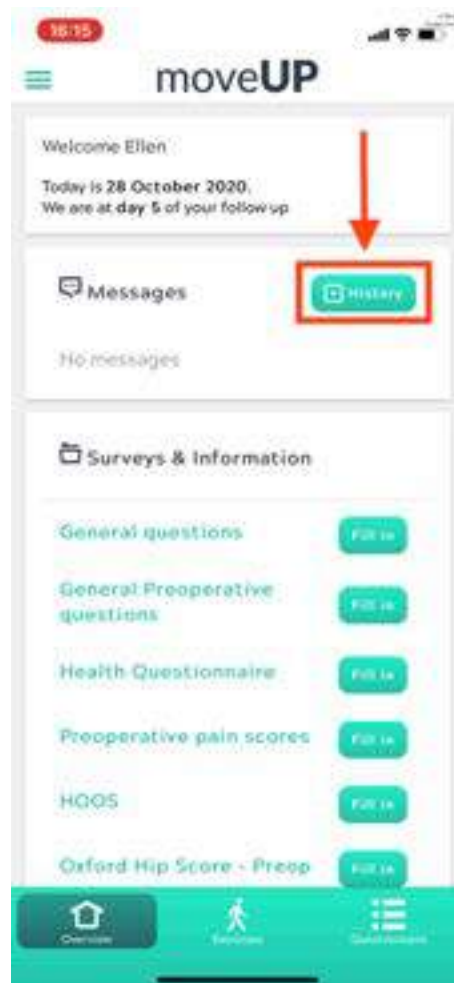
Click on the history button to open the message functionality.



## Sending messages

You can send us messages every moment of the day. We will respond within 24 hours

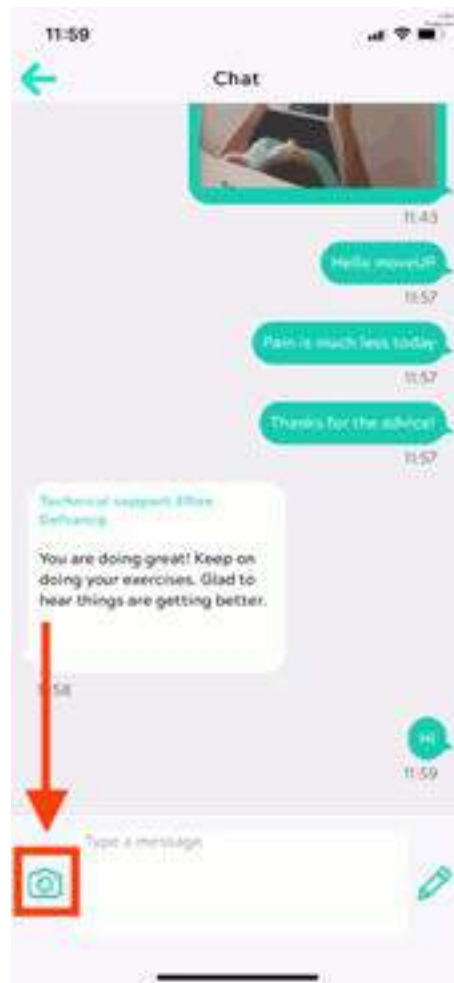
To send a message click in the “type a message” box. The keyboard will appear. After typing your message click on the send symbol (airplane).





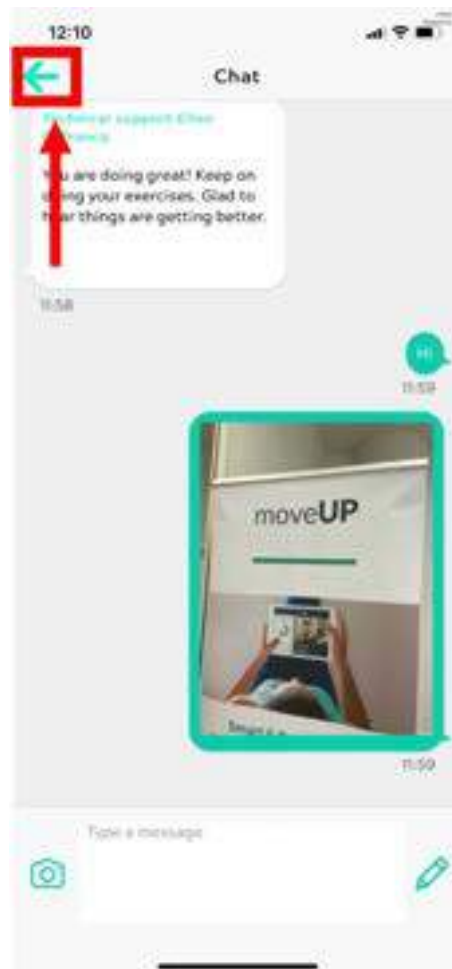
## Sending a picture

You can send us a picture (of the wound for example) by clicking on the picture symbol in the left lower corner.



## Go back to the overview screen

By clicking on the arrow in the left upper corner you can go back to the overview screen.



# **Survey & info modules**

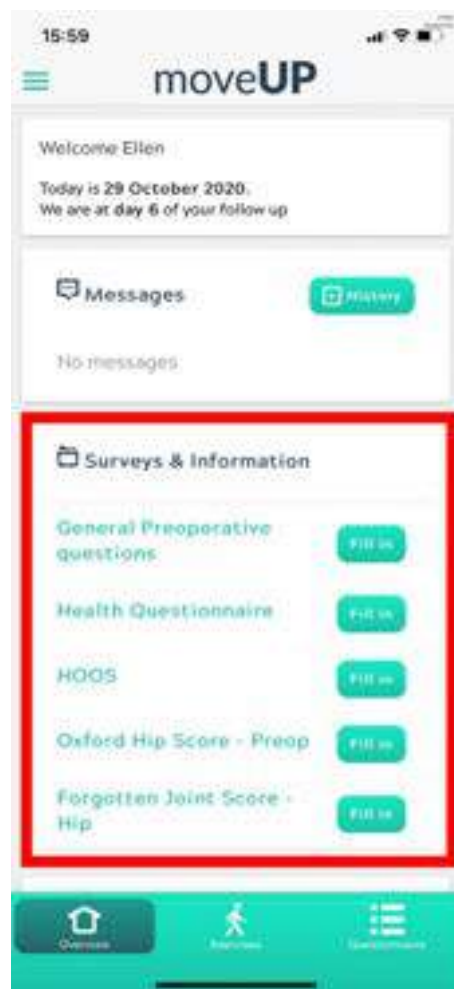
# Support orthopedics – moveUP

## Surveys & Information

Medical questionnaires are available at various moments before and after the surgery.

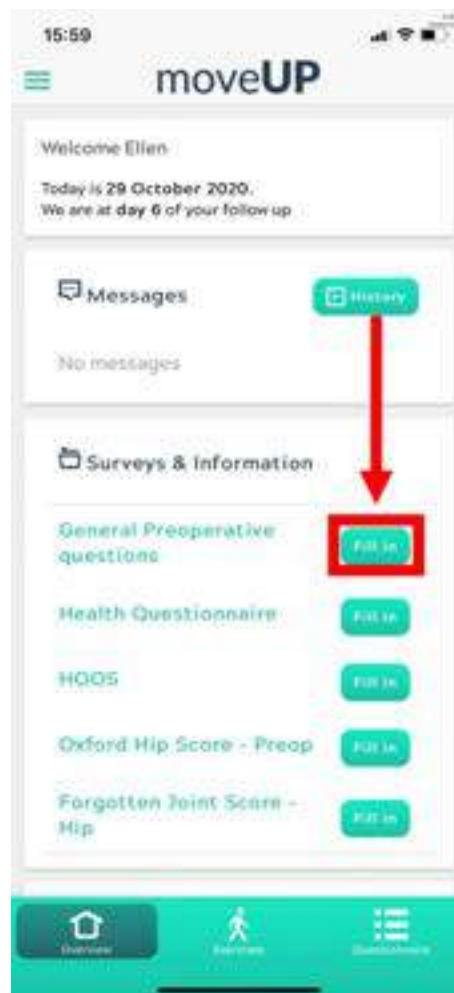
These questionnaires are of critical importance to evaluate the outcome of your surgery and to guide your physiotherapist in his decision making.

From the moment a questionnaire becomes available, we ask you to start filling it out as soon as possible.



## Submitting a survey

To fill out a survey you click the “Fill in” button.



After filling out the question click on the “send” button.

16:09

General Preoperative questions

Never

Sometimes, during walks

Always

Do you experience problems with your balance?

Select from the list.

Never

Sometimes

Often

Always

Weight

Your weight (kg)

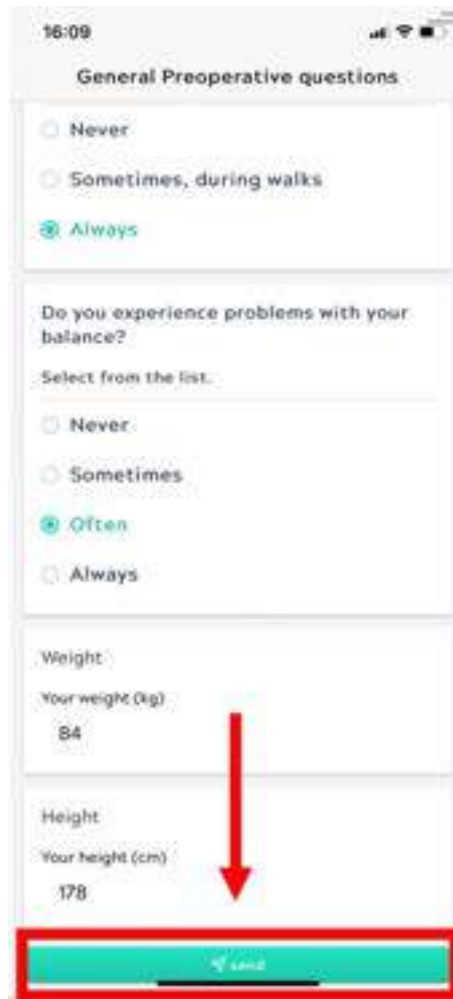
84

Height

Your height (cm)

178

send



You will see the following screen if the answers are sent to us correctly.

17:55



Your answers are sent to the  
medical team!

[Go back to the overview](#) >

# Support orthopedics – moveUP

## How to reread an info module?

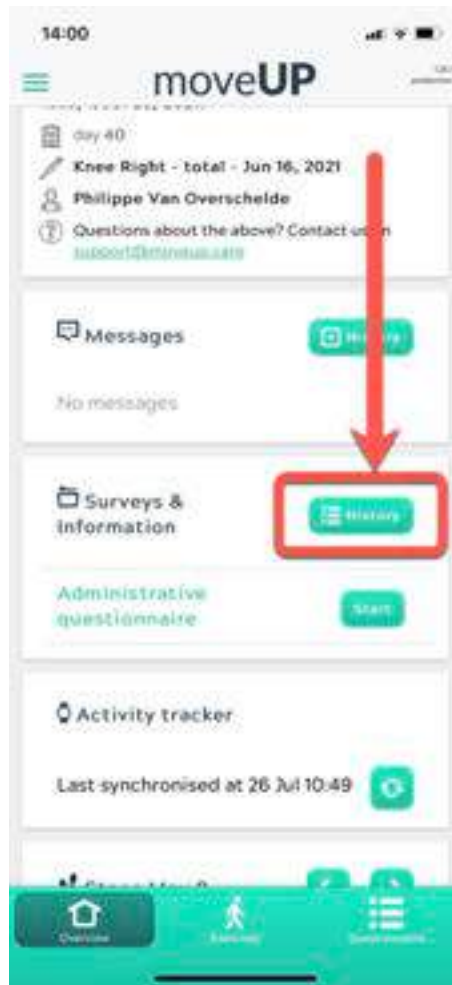
To reread an info module that you already read:

- On the overview tab (1) go to the “Surveys & Information” section (2).



- Tap the “history” button.





- Here you will find the complete list of all the info modules you have read so far.
- Select the one you want to read again.

14:30



## Articles

100%

READ: Anatomy, osteoarthritis and total hip replacement surgery

READ: Driving after surgery

READ: Wound care: from incision to scar

READ: Safe use of crutches

READ: Sleep positions after joint replacement

READ: Haematoma

READ: Pain

READ: Improve your sleep after surgery



# Steps

# Support orthopedics – moveUP

## Steps area explained

Your steps are automatically counted by your activity tracker, the activity tracker does not need to be activated, just be worn around the wrist.

To see your steps you have to have paired your activity tracker with the moveUP app. This pairing needs to be done only once. After you have to sync your activity tracker daily with the moveUP app.

## Steps graph

- Activity data from the past week is visualized in a graph.
- The different colors only indicate the different days and have no further meaning
- Activity is represented in number of steps.
- You can use the arrows left and right to see previous or next days in the graph.



Every activity with arm movement will contribute to the count. This means if you walk by pushing a stroller or a walker the steps may be undercounted. If you are ironing (arm movement) they may be overcounted.

## Personalised step max

Every day, a personalized step maximum is displayed by a number and a red line. Try not to exceed the step maximum with > 20%.



The step maximum is not a goal! It is a limit to avoid overloading the operated joint.

# Exercises

# Support orthopedics – moveUP

## Exercises

The second tab contains your exercise program for the day. Day by day you will only see prescribed exercises specific for that day.

If you feel strong pain while doing a specific exercise, stop that exercise and mention its number in the messaging system.



## Number and name of the exercise

On top of each exercise you can find it's number and the name of the exercise.





## Video

There is also a short video per exercise that indicates how the exercise should be performed.

To start the video, click on the “Play” icon (triangle) on the top of the video.



## Frequency and intensity

You will find the frequency and intensity per exercise (eg: 3x a day, 10 repetitions).

You report the number of sessions via the + and – symbol. It is important to enter this accurately so that your moveUP physiotherapist is kept informed of your progress.



We recommend that you do **not** exceed the number of prescribed sessions and repetitions.

# **Daily questionnaire**

# Support orthopedics – moveUP

## Daily questionnaire

The daily questionnaire is our compass to guide you through your revalidation. It is very important you fill it out daily after 4 pm.

By filling out the daily questionnaire you give your doctor and healthcare team more insight into the progress of your treatment: your symptoms, your complaints, your evolution. It consists of questions about your general well-being, complaints, activities, sleep quality etc... These questions are adapted to the type of treatment you are having. These daily questionnaires take approximately 45-60 seconds to complete. Your doctor and healthcare team will also see how you experience the impact of your condition on your quality of life.

The combination of the information retrieved from questionnaires, photo's, video's and your activity profile via the smart bracelet allows your doctor and care team to follow you up and adapt your treatment.

For optimal results, you need to use the App and follow the given instructions within the App on a daily basis.

It is important we have a good baseline of your situation before the operation. That is why we ask you to start filling it out every day, ***starting 14 days before your operation.***

The questionnaire can be found in the 3rd tab of your app every day after 4 pm.



The screenshot shows the 'Questionnaire' app interface. At the top, the time is 17:26 and the title is 'Questionnaire'. Below the title, it says 'Your questionnaire for today'. The first question is 'How are you feeling today?' with the instruction 'Indicate on the scale.' and a scale from 'Good' to 'Bad' with six corresponding emoji icons (happy, neutral, sad, angry, etc.). The second question is 'How was your night?' with the instruction 'Indicate on the scale.' and a scale from 'Good' to 'Bad' with the same six emoji icons. A red arrow points to the 'Bad' emoji in this section. The third question is 'Did you experience any morning stiffness in your affected joint?' with the instruction 'Indicate on the slider.' and a scale from 'None' to 'Very stiff'.



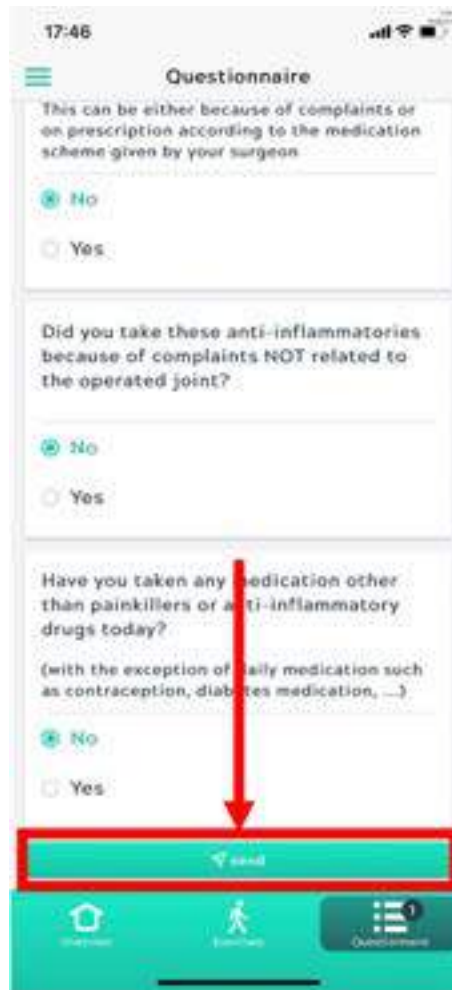
To indicate your pain level you can tap on the line above the faces and/or slide to the appropriate position.



---

---

When finished click on the “send” button to share your answers with us.



The following screen appears if answers are sent to us correctly.

17:55



Your answers are sent to the  
medical team!

[Go back to the overview](#) >

# Activity tracker



## Si ddcfhcfhcded]cgâ a cj eUP

Hck hc da]f ñci f ach]j ]hmfac\_ef (Gafa ]b V]j còh4) k ]h the a cj eUP add?

To pair your activity tracker click the green button on your homescreen.



Choose "Garmin Vivofit 4" and click continue





Updated on January 26, 2022

# Support orthopedics – moveUP

## How to synchronise my steps daily?

We advise you to wear your activity tracker around your wrist day and night. But the day is the most important for us to register your activity. The activity tracker is always active and captures how active you are, hence it does not need to be activated.

You do need to manually sync your activity tracker data **daily** in the moveUP app. This way your physiotherapist can monitor how active you are and decide if any adaptations to your exercise scheme are needed.

**We advise syncing your steps daily in the evening after filling out the daily questionnaire.** This way your physiotherapist will see the next day how active you were.

The activity tracker has to be paired with the moveUP app. This pairing only has to happen once at the beginning of your rehabilitation. You can find the pairing instructions [here](#).

The Bluetooth should be activated on your device to be able to sync your activity tracker.

- Press the synchronising button marked in red.



- You will see the following screen. Click on “How to synchronise”



- Follow the instructions on the screen. Basically you have to press the silver button on your activity tracker twice for 2 seconds.
- At the end you will automatically be taken back to the homescreen and your steps will be visible in the graph.



- You will see the synced steps data on your home screen.



If you have problems synchronising please send an email to [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) and try to describe exactly in which step you encounter problems and what messages you see or get on your screen.



**My active follow-up period with moveUP has ended: how does the moveUP app change?**

## Support orthopedics – moveUP

### My active follow-up period with moveUP has ended: how does the moveUP app change?

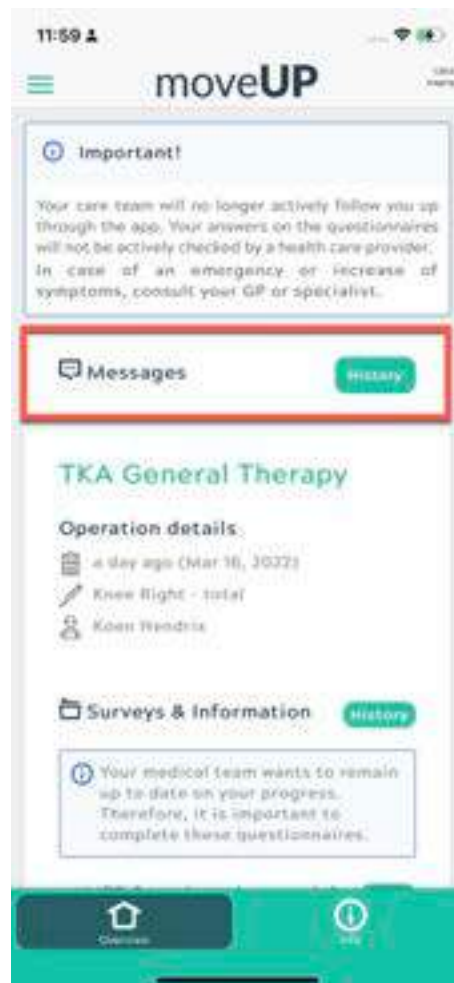
When the active follow-up period has ended your moveUP app will be different. You are no longer actively followed up by a physiotherapist. What changes in the app?

The app will consist of 2 tabs now: “Overview” and “Info” (instead of “Overview”, “Exercises” and “Questions”).

## Overview tab

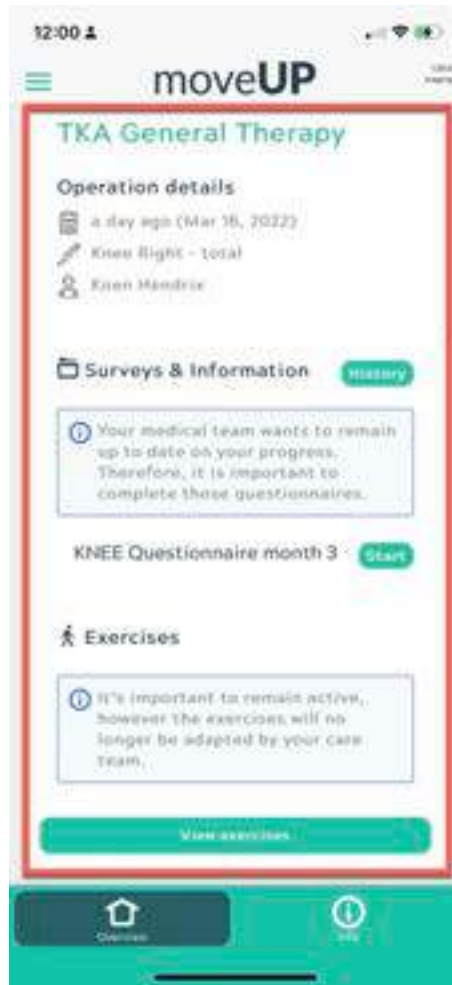
### Messages

The message function will still be available for seven days. After one week the message function will be disabled. Your message history will remain available in the app.



### moveUP journey card

The next block is your “moveUP journey card”. It contains your operation details, surveys that still need to be filled out and an option to review the exercises you have done with the app during the course of your rehabilitation

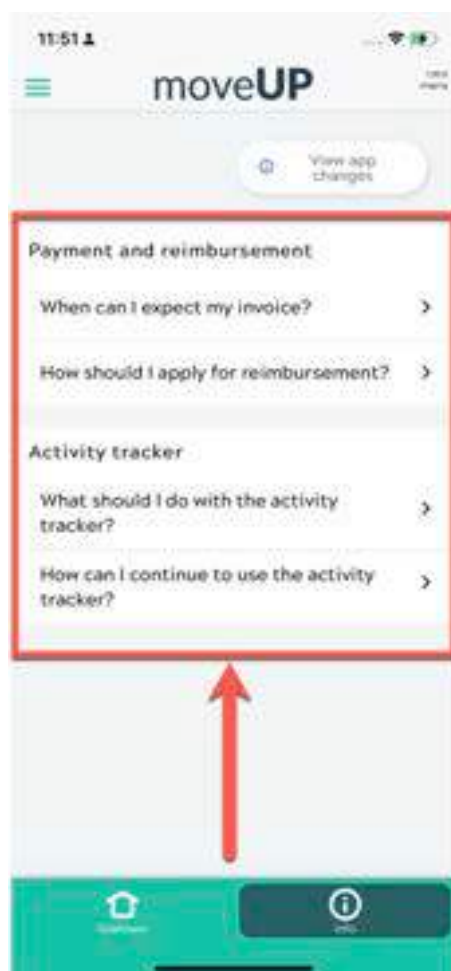


If you had more than one journey with moveUP, you can scroll down the page and find them all in separate cards.

## Info tab

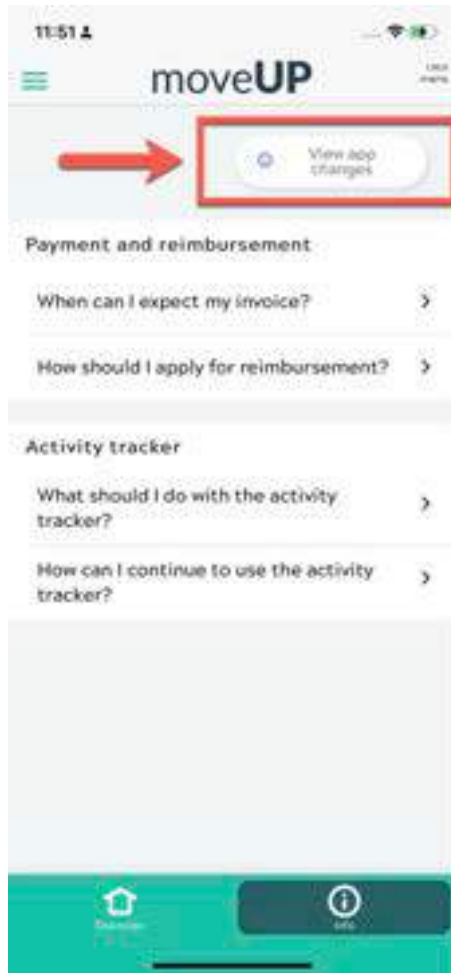
## FAQ

If you click on the info tab, you will find a page that is dedicated to frequently asked questions.



## View app change

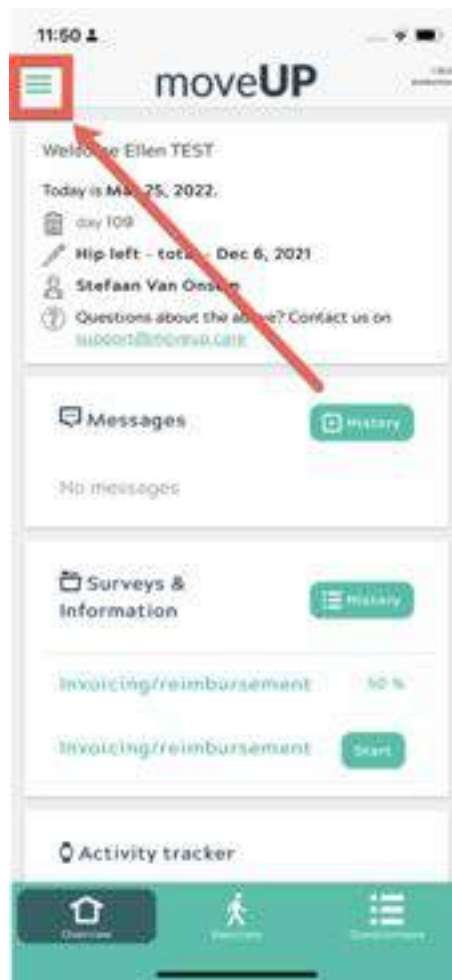
Here you can find an overview of what has changed as discussed on this page.



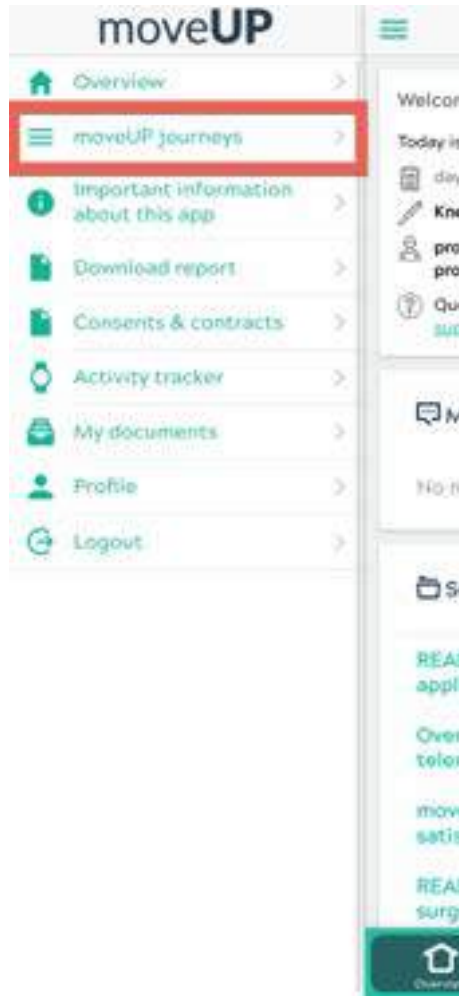
## Do you have another active follow-up activated already?

In this case you want find your previous information in the overview tab. But you can still access your previous “moveUP journey cards” via the menu.

Go to the menu by clicking on the top left menu icon.



Choose moveUP journeys



Updated on March 25, 2022



# moveUP



## Gebrauchsanleitung für Patienten

moveUP - Eine intelligente und persönliche Art, Patienten zu informieren, zu führen und zu behandeln.

*App-Version: 1.31 und danach*

*Version des Handbuchs: 16*

*Datum der Veröffentlichung des Handbuch : 11/07/2022*

*<https://support.orthopedics.moveup.care/de/>*

# Inhaltsverzeichnis

- MOVEUP VERWENDUNGSZWECK
- ÜBERSICHT ÜBER DIE WICHTIGSTEN MOVEUP-FENSTER
- NACHRICHTEN
- SCHRITTE
- FRAGEBÖGEN & INFORMATIONEN
- ÜBUNGEN
- TÄGLICHER FRAGEBOGEN
- AKTIVITÄSTRACKER
- MEINE AKTIVE NACHSORGE BEI MOVEUP IST VORBEI: WAS ÄNDERT SICH IN DER MOVEUP APP?

# Support orthopedics – moveUP

## moveUP Verwendungszweck



- i** Bitte lesen Sie die Informationen und Vorsichtsmaßnahmen in diesem Handbuch sorgfältig. Stellen Sie sicher, dass Sie die Nutzung, die Funktionen und die Einschränkungen der moveUP App verstehen, bevor Sie den Dienst nutzen. Falls Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an moveUP.

Aus Sicherheitsgründen empfiehlt moveUP, dass der Benutzer alle relevanten Gebrauchsanweisungen für Geräte liest, die in Verbindung mit der moveUP App verwendet werden.

Der Nutzer erhält während des gesamten Nutzungszeitraums die notwendige technische und therapeutische Unterstützung. Im Falle eines Defekts oder Problems mit der App können Sie das moveUP-Team über die Nachrichtenfunktion der App, telefonisch oder per E-Mail kontaktieren.

## Verwendungszweck

### Für Gesundheitsdienstleister

moveUP bietet Gesundheitsdienstleistern ein effizientes klinisches Management von Pathologien und Behandlungen. Mit moveUP erhalten das Ärzte- & Pflege team wertvolle Einblicke in den Status des Patienten und seine Entwicklung.

### Für Patienten

Für die Patienten bietet moveUP personalisierte Informationen und Anleitungen, die ihnen helfen, ihre Symptome zu bewältigen und Fortschritte in ihrer Rehabilitation zu erzielen. Die Intensität der Nachsorge wird an die Bedürfnisse der Patienten und den Zeitpunkt des Patientenverlaufs angepasst:

- **moveUP COMPANION** = Überwachung und Bereitstellung von Informationen, kein aktives Follow-up
  - moveUP Companion bietet Patienten gezielte Informationen und Entwicklungsberichte. Ihr Pflege team berücksichtigt die Entwicklungsberichte, falls zutreffend, bei der weiteren Genesung.
- **moveUP COACH** = aktive Nachsorge durch das Gesundheitsteam
  - moveUP Coach bietet Patienten gezielte Informationen und Entwicklungsberichte. Das Pflege team ist aktiver involviert, berücksichtigt die Entwicklungsberichte und kann über die digitale Plattform Ratschläge und Übungsvorschläge geben.
- **moveUP THERAPY** = aktive Nachsorge durch das Gesundheitsteam mit datengesteuertem validiertem Pflegeprotokoll
  - Die moveUP-Therapie bietet ein datengesteuertes validiertes Pflegeprotokoll mit bestimmten Kategorien und Ebenen von Übungen und Aktivitäten, die speziell auf den einzelnen Patienten zugeschnitten sind. Ihr Pflege team kann das datengesteuerte validierte Protokoll bei Bedarf manuell anpassen. Patienten können sich mit moveUP vollständig rehabilitieren, ohne ihre häusliche Umgebung zu verlassen.

*Optional aktivierbare Funktionalität: Interoperabilität mit medizinischen Geräten der Klasse IIa für kontinuierliche passive Bewegung (CPM).*

*Für Knie- und Hüftpatienten, die ein CPM-Medizinprodukt der Klasse IIa verwenden, kann moveUP mit der CPM-Software der Klasse IIa verknüpft werden. moveUP ermöglicht die einfache Zuordnung von ärztlich ausgewählten CPM-Übungen an den Patienten und gewährt Einblicke in die durchgeführten CPM-Übungen auf dem medizinischen Dashboard.*

## Vorgesehene Benutzer

moveUP ist für Patienten und Gesundheitsdienstleister gedacht.

## Patient

Der Hauptnutzer der mobilen App und der Patienten-Website ist der Patient. Patienten sollten ansprechbar, geistig kompetent und in der Lage sein, ein Tablet / Smartphone und einen Aktivitätstracker zu bedienen.

### Einschließlich:

- Alter:
  - Minimum: 18 Jahre
  - Maximum: keine Grenze
- Gewicht: Keine Einschränkungen
- Gesundheit & Zustand: in der Lage, grundlegende Alltagsaktivitäten durchzuführen
- Sprache: Der Patient versteht eine der verfügbaren Sprachen der App (Niederländisch, Französisch, Deutsch, Englisch)

### Ausschließlich:

- Patienten, die geistig inkompetent sind oder Schwierigkeiten haben, auszudrücken, was sie fühlen (zum Beispiel psychisch kranke Menschen, Menschen, die in Altenpflegezentren bleiben, ...) sind ausgeschlossen.
- Patienten, die nicht in der Lage sind, ein Tablet/Smartphone und einen Aktivitätstracker zu bedienen.
- Patienten, die keine der verfügbaren Sprachen der App verstehen (Niederländisch, Französisch, Deutsch, Englisch)

## Gesundheitsdienstleister

Der Hauptnutzer der medizinischen Webschnittstelle ist ein Arzt (Gruppe) oder ein klinischer Forscher (Gruppe), genannt das Pflorgeteam. Das Pflorgeteam muss in der Lage sein, ein Webinterface per Webbrowser auf PC/Tablet/Smartphone zu bedienen. Der Arzt muss eine der verfügbaren Sprachen der Weboberfläche verstehen (bisher nur auf Englisch verfügbar).

## Zielgruppe / Anwendungsgebiet

moveUP companion & coach wird von muskuloskelettalen, onkologischen, respiratorischen, gastro-intestinalen, kardiovaskulären und neurologischen Patienten eingesetzt, wie z.B.:

- die sich einer Magenbypass- oder Magenhülsenoperation unterzogen haben oder unterziehen werden
- die einen Schlaganfall, multiples Myelom, COVID, familiäre Hypercholesterinämie haben oder hatten
- die Rücken- oder Gelenkprobleme oder dementsprechende Operationen hatten

moveUP Therapy wird von Patienten mit Knie- und Hüftendoprothetik genutzt.

## moveUP App & Geräte

### Unterstützte Geräte moveUP App

Die moveUP-App läuft auf:

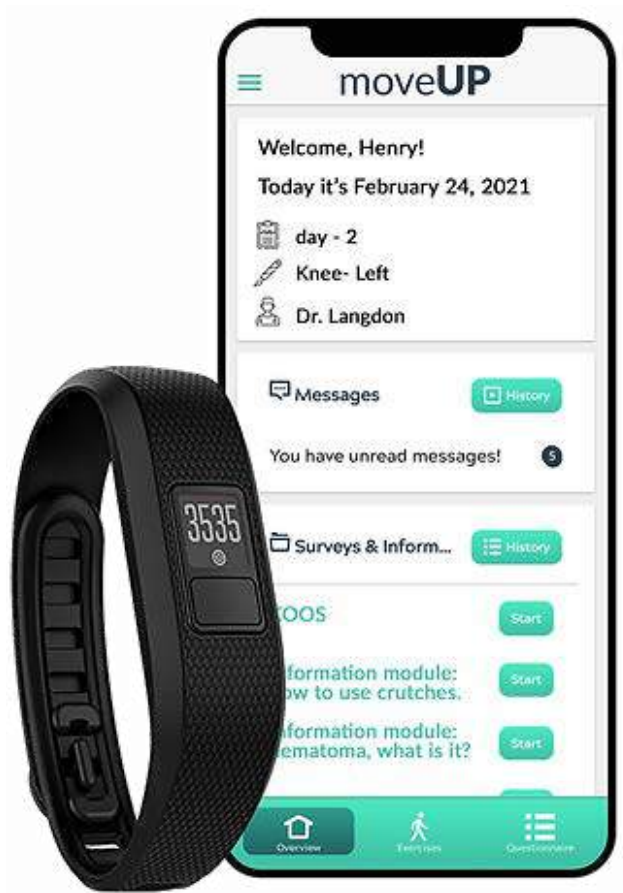
- iPhones/iPads (iOS 11.0 oder neuer)
- Android-Systeme (Android 7.0.0 und neuer).
- Für die Nutzung von moveUP ist eine Internetverbindung erforderlich
- moveUP ist mit folgenden Browsern kompatibel:
  - Chrom
  - Safari
  - Edge
  - Firefox
- In bestimmten Fällen werden folgende Tablets zur Verfügung gestellt. Die folgenden werden unterstützt:
  - Lenovo Tab 3 – Android 6.0.1 oder höher
  - Huawei MediaPad T3 – Android 7.0.0 oder höher

Für Ihre Datensicherheit aktivieren Sie bitte die 2-Faktor-Authentifizierung(2FA) und nutzen Sie ein sicheres Netzwerk

### Aktivitätstracker

Die folgenden Aktivitätstracker werden derzeit unterstützt:

- Garmin Vivofit 3 und Vivofit 4
- Nokia Withings Go





## Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen



**!** moveUP ist nicht für Notfälle geeignet. Im Notfall wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder wählen Sie den Notruf/112.  
moveUP ist nicht für die Überwachung/Behandlung von Vitalparametern kritischer Krankheiten vorgesehen.

**!** moveUP companion ist kein Ersatz für eine Behandlung, die Sie befolgen müssen, sondern wird als Ergänzung verwendet.  
Patienten müssen sich bewusst sein, wenn Fragebögen nicht häufig ausgefüllt werden oder nicht vertrauenswürdig ausgefüllt werden, das Pflorgeteam hat mehr Schwierigkeiten, ihre Gesundheitssituation und Entwicklung zu kennen.

**!** Die moveUP App bietet eine personalisierte Gesundheitsversorgung auf der Grundlage des Patientenprofils und kann daher nicht mit anderen Nutzern geteilt, ausgeliehen oder getauscht werden. Die Informationen und Ratschläge der moveUP-Anwendung gelten nicht für einen anderen Patienten als den, dessen Profil in der Anwendung gespeichert ist. Der Patient darf Dritten keinen Zugriff auf die moveUP App gewähren. Jede andere Person kann, auch versehentlich, falsche Informationen senden oder das Profil des Patienten ändern, mit der Folge, dass die moveUP-geführte Beratung nicht mehr den Bedürfnissen des Patienten entspricht.

**!** Bei Software gibt es immer ein Restrisiko für Fehler. Wenn Sie das Gefühl haben, dass etwas nicht stimmt oder Sie keine Antwort in der App erhalten, kontaktieren Sie uns bitte über [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) oder rufen Sie 0800 88 008 an.

## **Kontraindikationen und mögliche Nebenwirkungen**

Es gibt keine Kontraindikationen oder bekannte Nebenwirkungen.

## Meldung schwerwiegender Zwischenfälle

**Ein schwerwiegender Zwischenfall** ist jeder Vorfall, der direkt oder indirekt zu einem der folgenden Ereignisse geführt hat, geführt haben könnte oder führen könnte:

- a) Tod eines Patienten, Nutzers oder einer anderen Person,
- b) die vorübergehende oder dauerhafte schwerwiegende Verschlechterung des Gesundheitszustands eines Patienten, Nutzers oder einer anderen Person, die eine der folgenden Folgen hat:
  - lebensbedrohliche Krankheit oder Verletzung,
  - dauerhafte Beeinträchtigung einer Körperstruktur oder einer Körperfunktion,
  - Krankenhausaufenthalt oder Verlängerung des Krankenhausaufenthalts des Patienten,
  - medizinischer oder chirurgischer Eingriff zur Vorbeugung einer lebensbedrohlichen Krankheit oder Verletzung oder dauerhaften Beeinträchtigung einer Körperstruktur oder einer Körperfunktion,
  - chronische Krankheit
- c) eine ernsthafte Bedrohung der öffentlichen Gesundheit;

Wenn Sie einen dieser Fälle entdecken, senden Sie bitte eine E-Mail an [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) und;

- Niederlande: [meldpunt@igj.nl](mailto:meldpunt@igj.nl)
- Belgien: [meddev@fagg.be](mailto:meddev@fagg.be)
- Frankreich: [dedim.ugsv@ansm.sante.fr](mailto:dedim.ugsv@ansm.sante.fr)
- Deutschland: [zlg@zlg.nrw.de](mailto:zlg@zlg.nrw.de)

## **Menschlicher Körperkontakt**

Aufgrund der Beschaffenheit des Produkts (Software) besteht kein menschlicher Körperkontakt mit dem Patienten oder Benutzer.

## Zubehör/Kombinierbare Produkte

Es gibt kein Zubehör.

Wenn der Patient kein kompatibles Tablet/Smartphone oder Aktivitätstracker hat, kann moveUP diese Geräte an den Patienten vermieten. Bei den geleasteten Geräten handelt es sich um CE-gekennzeichnete Geräte, die die in der IFU für die App beschriebenen Kompatibilitätskriterien erfüllen.

## Gerätelebensdauer

2 Jahre. Abhängig von der Bereitschaft des Benutzers, die App zu aktualisieren. Wir haben eine Benachrichtigung mit der Empfehlung gesendet, die App zu aktualisieren, um sicherzustellen, dass die App die Leistung und die kürzlich enthaltenen Funktionen beibehält.

## Ansprüche

### moveUP Companion/Coach/Therapy

Die Intensität der Nachsorge wird über das moveUP Symptom & QoL Monitoring Tool an die Bedürfnisse des Patienten angepasst.

- **Verbesserung** – moveUP verbessert das klinische Management des Patienten, da eine frühzeitige Erkennung und Behandlung von Komplikationen über das Symptom- und QoL-Überwachungstool möglich ist
- **Effizienz**– Effizienteres klinisches Management, da u.a. die Anzahl der Beratungen reduziert werden kann
- **Compliance**– Durchsetzung der Therapie-Compliance/Einhaltung
- **Informationen**– Bereitstellung der richtigen Informationen zum richtigen Zeitpunkt

### moveUP Therapy

- **Rehabilitation von zu Hause aus** – Mit moveUP Therapy können Knie- und Hüftgelenkspatienten über das In-App-Pflegeteam vollständig rehabilitiert werden, ohne ihre häusliche Umgebung zu verlassen.

## Unternehmensdaten



moveUP NV

Hauptsitz Brüssel: Cantersteen 47, B-1000 Brüssel, Belgien Büro Gent: Oktrooiplein 1, B-9000 Gent, Belgien

Tel.: 0800 88 008

E-Mail: [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care)

[info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care)

Geräte-Identifizierung:



Grundlegender UDI-DI-Code:

++G166MOVEUPV1310WH

Wenn Sie Fragen zur App, dem Tablet oder dem Aktivitätstracker haben, können Sie moveUP über folgende Kanäle kontaktieren – in der Reihenfolge der Priorität: Über das Nachrichtensystem der App. Per E-Mail an [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) – Telefonisch während der Bürozeiten: +32 800 88 008





Updated on Juli 11, 2022

# Übersicht über die wichtigsten moveUP-Fenster

## **Support orthopedics – moveUP**

**Ich lese diese E-Mail auf einem Smart-Gerät**

## **Schritt 1: Laden Sie die App auf Ihr Smart-Gerät herunter**

Klicken Sie auf die folgenden Links, um die moveUP App aus dem Appstore oder Google Play herunterzuladen (abhängig von Ihrem Gerät)

Ich habe ein iPhone oder iPad (iOS).

Ich habe ein anderes Smartphone oder Tablet (Android).

## Schritt 2: Öffnen Sie die moveUP-App und registrieren Sie sich

- Öffnen Sie die moveUP-App (wenn die App das moveUP-Logo anzeigt, ist sie korrekt installiert)
- Registrieren Sie sich mit der E-Mail-Adresse und dem Code, den Sie in der „Installations-E-Mail“ von moveUP erhalten haben.
- Überprüfen Sie Ihre persönlichen Daten und Operations-Daten, bevor Sie die App zum ersten Mal benutzen. Im Falle eines Fehlers kontaktieren Sie bitte moveUP über die Chat-Funktion.

### **Schritt 3: Aktualisieren Sie die moveUP-App**

Jedes Mal, wenn die moveUP-App aktualisiert wird, erhalten Sie eine E-Mail mit den Versionshinweisen. Bitte aktualisieren Sie die App so zeitnah wie möglich, um die aktuellsten Funktionen zu genießen.

Um die App zu aktualisieren, verwenden Sie bitte den obigen Link, um zu Ihrem App Store weitergeleitet zu werden und klicken Sie auf den Button „Aktualisieren“.

Diese Updates können Sicherheits- oder Datenintegritäts-Upgrades umfassen, bitte lesen Sie die Versionshinweise und die Gebrauchsanweisung sorgfältig durch.

## Sicherheitsmaßnahmen

Da wir personenbezogene Daten und Gesundheitsdaten verarbeiten, weisen wir Sie auf der moveUP-Anmeldeseite an, wie Sie ein komplexes Passwort festlegen.

Bitte verwenden Sie ein sicheres Netzwerk, wenn Sie mit der App verbunden sind.

Updated on Mai 13, 2022

# Support orthopedics – moveUP

## Kurzanleitung

In der App gibt es 3 Registerkarten. Sie können zwischen ihnen wechseln, indem Sie auf die entsprechenden Symbole am unteren Bildschirmrand tippen.

1. Übersicht
2. Übungen
3. Fragebogen

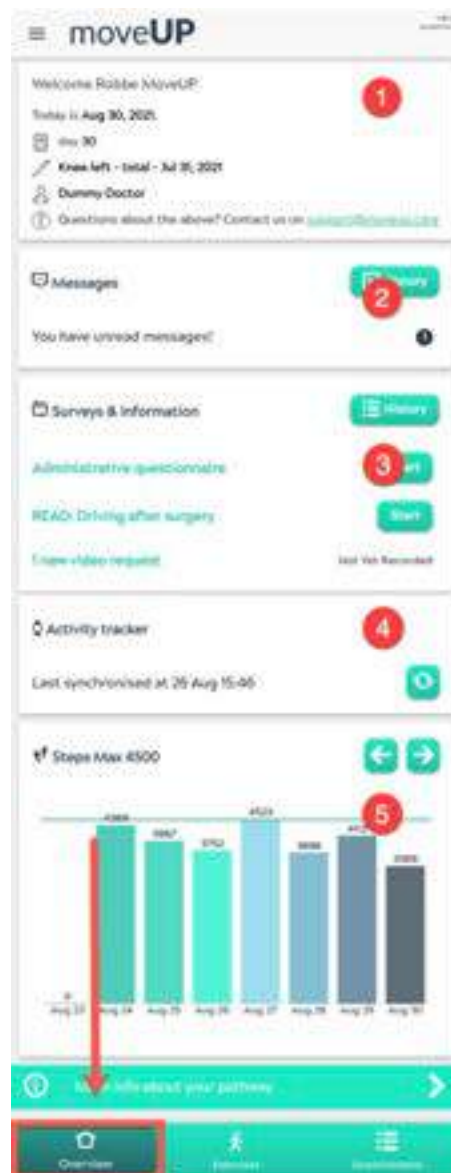




# 1. Registerkarte: Übersicht

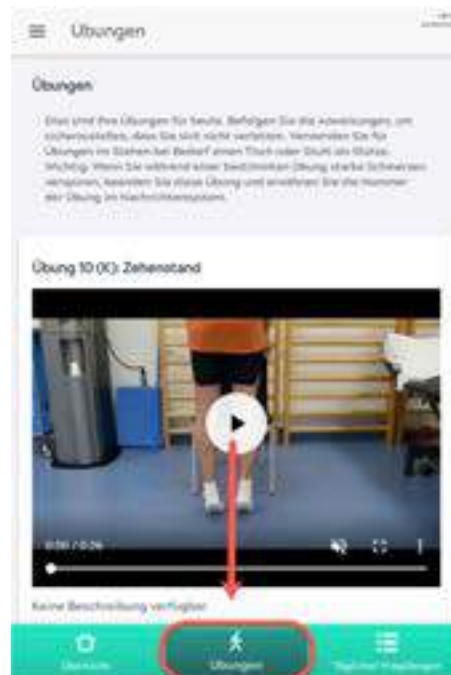
Wenn Sie die moveUP-App öffnen, werden Sie automatisch zur Übersicht weitergeleitet. Hier finden Sie 4 Bereiche:

1. **Willkommensnachricht**
2. **Nachrichten** – hier können Sie mit Ihrem Gesundheitsdienstleister kommunizieren
3. **Umfragen & Informationen** – hier finden Sie Fragebögen, die noch beantwortet werden müssen. Außerdem finden Sie hier Ihre Videoaufzeichnungsanfragen.
4. **Aktivitäts-Tracker**
5. **Schritte** – hier sehen Sie die Schritte, die Sie in der letzten Woche gegangen sind



## 2. Registerkarte: Übungen

Unter der zweiten Registerkarte finden Sie Ihre täglichen „Übungen“.



### 3. Registerkarte: Fragebogen

Unter der dritten Registerkarte „Fragebogen“ erscheint täglich nach 16 Uhr ein Fragebogen. Der Fragebogen ist bis Mitternacht verfügbar. Es sollte vor Ihrer Operation 14 Tage lang täglich ausgefüllt werden.

Lesen Sie mehr über den täglichen Fragebogen

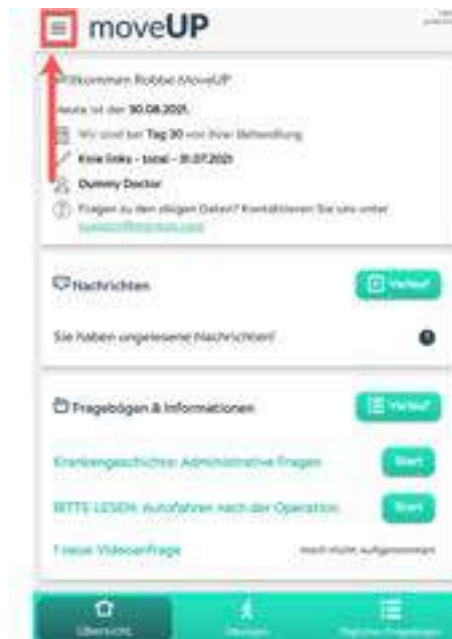
Es ist wichtig, dass Sie 14 Tage vor Ihrer Operation damit anfangen, den täglichen Fragebogen auszufüllen. Nur so können wir Sie optimal bei Ihrer Genesung unterstützen.

The screenshot displays the 'Täglicher Fragebogen' (Daily Questionnaire) interface. It consists of three sections, each with a question and a slider or selection option. The first section asks about pain at night, with a slider set to 'Keine Schmerzen' (No pain). The second section asks about pain during the day, with a slider set to 'Viele Schmerzen' (A lot of pain). The third section asks if pain was felt elsewhere, with a radio button selected for 'Ja' (Yes). A red arrow points to the 'Täglicher Fragebogen' tab in the bottom navigation bar.

## Menü

Oben links in moveUP finden Sie das Menü.

Wenn Sie auf dieses Symbol klicken, wird das Menü angezeigt.



Dieses Menü enthält wichtige Elemente, die nicht direkt mit Ihrer Rehabilitation zusammenhängen.

- **Übersicht:** Schließt das Menü und kehrt zum Übersichtsbildschirm zurück
- **Wichtige Informationen zu dieser App**
- **Bericht herunterladen**
- **Einwilligungen & Verträge:** Hier können Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung lesen.
- **Tracker:** Hier können Sie Ihre Smartwatch mit der moveUP App verknüpfen oder sehen, welche App verlinkt ist.
- **Profil:** Ihr Name und Ihre nationale Registrierungsnummer
- **Abmelden:** Hier können Sie sich von Ihrem Konto abmelden und zur Registrierungs- und Anmeldeseite zurückkehren.



# Nachrichten

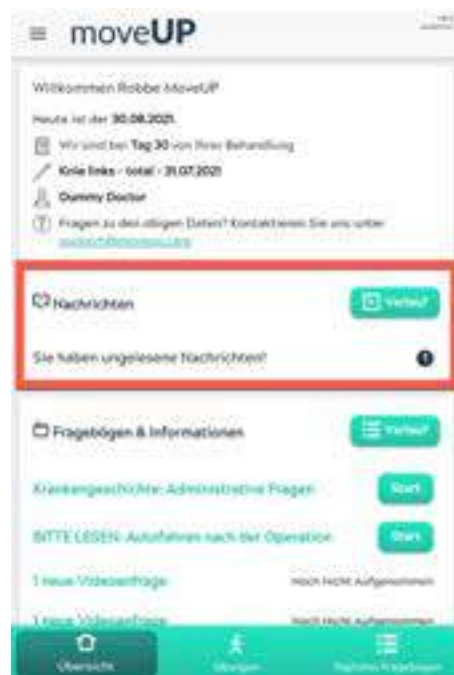
# Support orthopedics – moveUP

## Nachrichten

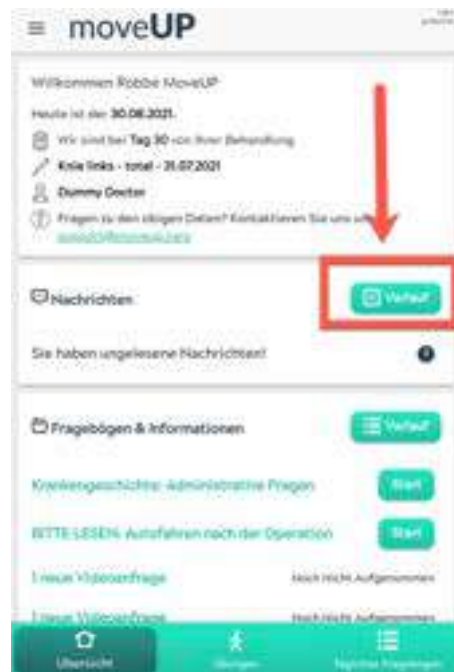
In der Ansicht „Übersicht“ unterhalb der Begrüßung finden Sie den Bereich „Nachrichten“. In diesem Bereich können Sie mit Ihrem Physiotherapeuten kommunizieren.

Sie können Ihrem Physiotherapeuten jederzeit eine Nachricht senden. Sie erhalten innerhalb von 24 Stunden eine Antwort.

Wenn es sich um einen medizinischen Notfall handelt, sollten Sie das Nachrichtensystem nicht verwenden, da es zu langsam ist. Rufen Sie stattdessen Ihr Krankenhaus oder Ihren Arzt an.



## Chatansicht öffnen

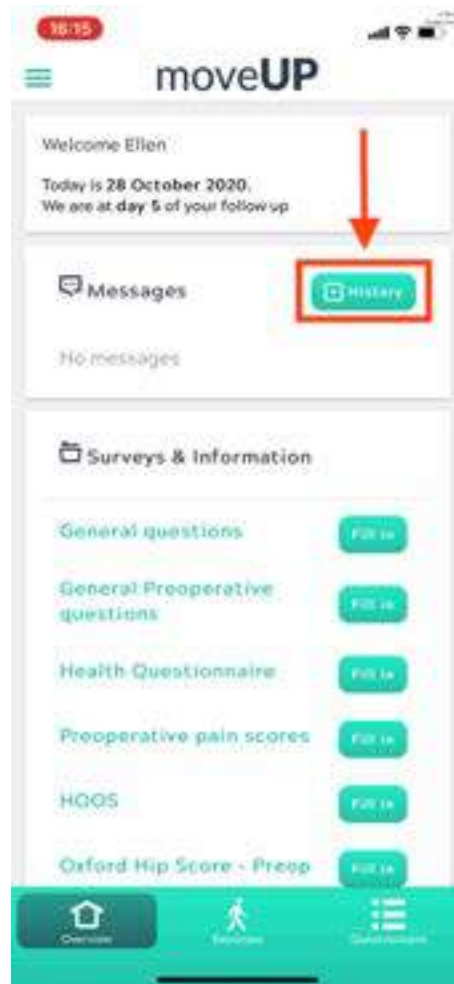


Klicken Sie auf den Verlaufsbutton, um die Chatansicht zu öffnen.



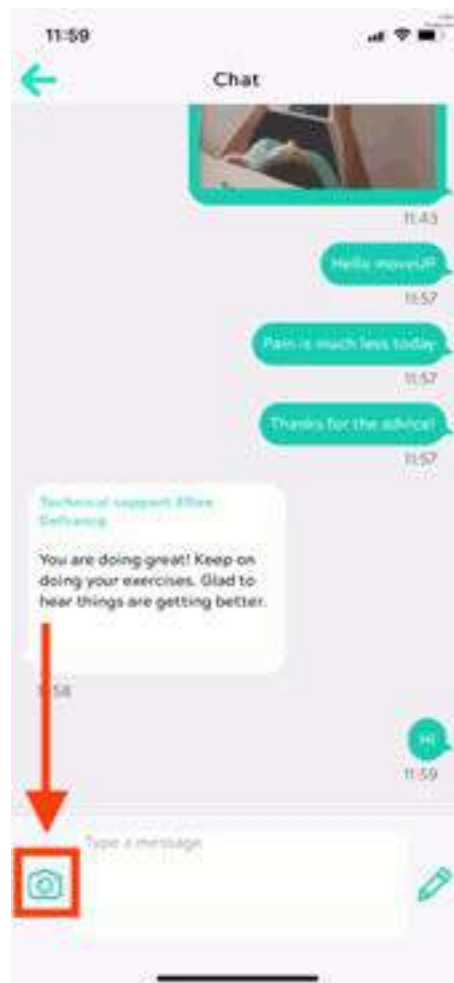
## Nachricht senden

Sie können uns jederzeit Nachrichten senden. Wir werden innerhalb von 24 Stunden antworten.



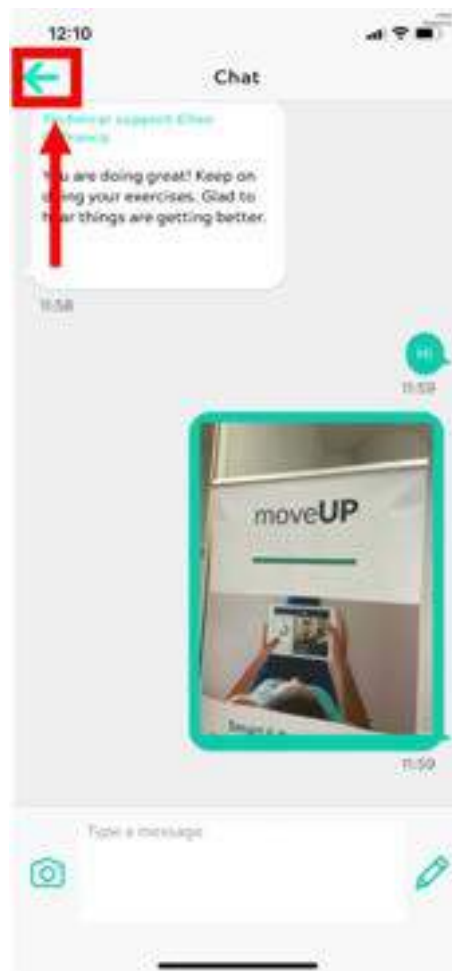
Um eine Nachricht zu senden, klicken Sie in das Feld „Nachricht eingeben“. Daraufhin wird die Tastatur eingeblendet. Nachdem Sie Ihre Nachricht eingegeben haben, klicken Sie auf das Sendesymbol (Flugzeug).

## Bild senden



Sie können uns ein Bild (z. B. von der Wunde) senden, indem Sie auf das Bildsymbol in der Chatansicht klicken.

## Zurück zur Übersicht



Wenn Sie den Pfeil in der linken oberen Ecke anklicken, können Sie zum Übersichtsbildschirm zurückkehren.

# Schritte

# Support orthopedics – moveUP

## Schrittdiagramm

Ihre Schritte werden von Ihrem Aktivitätstracker automatisch gezählt. Der Aktivitätstracker muss nicht aktiviert werden, sondern nur um das Handgelenk getragen werden.

Um Ihre Schritte zu sehen, müssen Sie Ihren Aktivitätstracker mit der moveUP-App verbinden. Diese Kopplung muss nur einmal durchgeführt werden. Anschließend müssen Sie Ihren Aktivitätstracker täglich mit der moveUP-App synchronisieren.

## Schritt-Diagramm

- Ihre *Aktivität* aus der vergangenen Woche wird in einem Diagramm visualisiert.
- Die verschiedenen Farben zeigen nur die verschiedenen Tage an und haben keine weitere Bedeutung.
- Die Aktivität wird in der Anzahl der Schritte dargestellt.
- Sie können die Pfeile links und rechts verwenden, um den vorherigen oder folgenden Tag im Diagramm zu sehen.



Jede Aktivität mit Armbewegung trägt zur Zählung bei. Das bedeutet, dass wenn Sie mit einem Kinderwagen oder einem Rollator gehen, die Schrittzahl möglicherweise geringer ausfällt (unterschätzt wird). Wenn Sie hingegen bügeln (Armbewegung), können die Schritte überzählt werden.

## Personalisiertes Schrittmaximum

Jeden Tag wird ein personalisiertes Schrittmaximum mittels einer Zahl und einer roten Linie angezeigt. Sie sollten das Schrittmaximum nicht um mehr als 20 % überschreiten.



Das Schrittmaximum ist kein Ziel! Es ist eine Grenze, um eine Überlastung des betroffenen Gelenks zu vermeiden.

# Fragebögen & Informationen

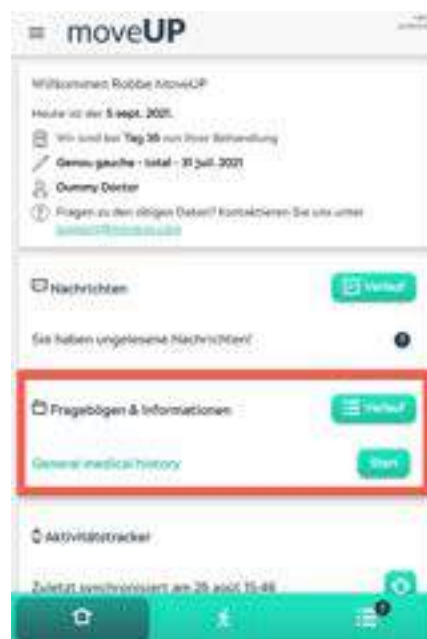
# Support orthopedics – moveUP

## Fragebögen & Informationen

Medizinische Fragebögen sind zu verschiedenen Zeitpunkten vor und nach der Operation verfügbar.

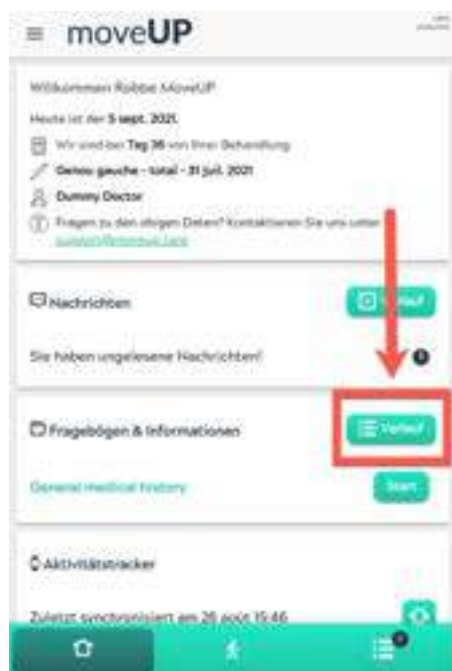
Diese Fragebögen sind von entscheidender Bedeutung, um das Ergebnis Ihrer Operation zu bewerten und Ihren Physiotherapeuten bei seiner Entscheidungsfindung zu unterstützen.

Sobald ein Fragebogen verfügbar ist, bitten wir Sie, ihn so bald wie möglich auszufüllen.





## Fragebogen abschicken



Um einen Fragebogen auszufüllen, klicken Sie auf den Button „Ausfüllen“.



Nachdem Sie die Fragen ausgefüllt haben, klicken Sie auf „Senden“.



Wenn die Antworten korrekt an uns übermittelt wurden, wird der folgende Bildschirm angezeigt.

# Support orthopedics – moveUP

## Wie filmen Sie Ihre Videoanfrage?

Zu bestimmten Zeitpunkten werden Sie aufgefordert, Videoanfragen zu senden. Alle Anfragen sollten beantwortet werden, sobald sie verfügbar sind.

Wenn Sie die Videoanfrage abgeschlossen haben, verschwindet diese aus dem Übersichtsbildschirm.

### Schritt 1

Gehen Sie auf dem Übersichtsbildschirm der moveUP-App zu „Fragebögen und Informationen“.

Klicken Sie auf „1 neue Videoanfrage“.



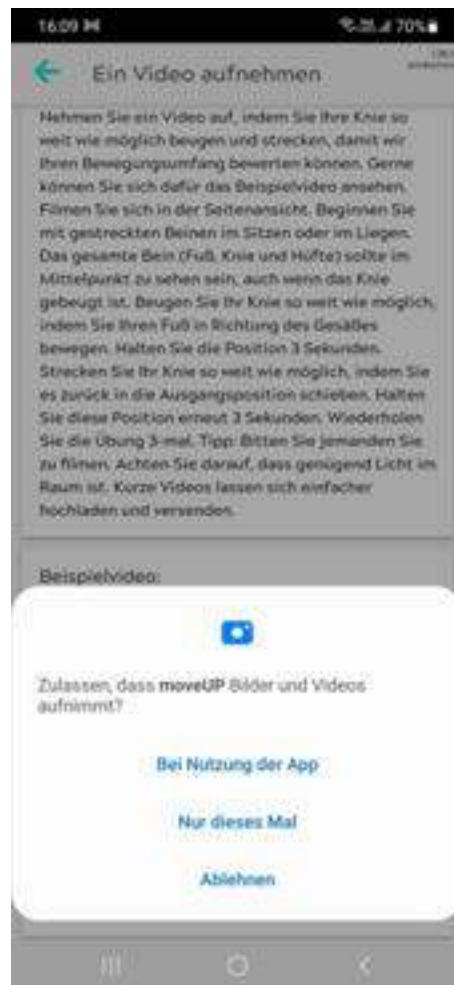
### Schritt 2

Jede Videoanfrage hat eine Beschreibung, ein Beispielvideo und eine Taste zur Aufzeichnung, um zur Kamerafunktion des Geräts zu wechseln. Sehen Sie sich das Beispielvideo an und drücken Sie die Aufzeichnungstaste, um zur Kamera Ihres Geräts zu gelangen.



### Schritt 3

Erlauben Sie der moveUP-Anwendung, Bilder und Videos aufzunehmen. Dieser Schritt kann muss aber nicht für Ihr Gerät erforderlich sein.



## Schritt 4

Klicken Sie auf den Aufnahmeknopf (roter Kreis), um Ihr Video aufzuzeichnen.

Sobald Sie den Aufnahmeknopf geklickt haben, sehen Sie die Zeitanzeige des Videos, das Sie aufnehmen. Der Aufnahmeknopf ändert sich in ein Rechteck.

Versuchen Sie, das Beispielvideo so gut wie möglich zu replizieren.



## Schritt 5

Wenn Sie mit dem Filmen der Videoanfrage fertig sind, drücken Sie das Rechteck, um die Aufnahme zu beenden.



## Schritt 6

Bestätigen Sie das aufgenommene Video, indem Sie „Video benutzen/Ok“ auswählen.

Wenn Sie die Play-Taste (Dreieck in der Mitte) drücken, können Sie Ihre Aufnahme wiedergeben.



## Schritt 7

Wenn Sie Ihre Aufnahmen bestätigt haben, werden Sie zum Übersichtsbildschirm weitergeleitet und sehen den Upload-Status des aufgenommenen Videos. Sobald das Video hochgeladen wurde, verschwindet es aus dem Übersichtsbildschirm.

Ihr Video wurde erfolgreich hochgeladen und an Ihr Gesundheitsteam gesendet.



Willkommen Robbe MoveUP

Heute ist der 02.09.2021.

📅 Wir sind bei **Tag 33** von Ihrer Behandlung

✍️ **Knie links - total - 31.07.2021**

👤 **Dummy Doctor**

🔔 Fragen zu den obigen Daten?

Kontaktieren Sie uns unter

[support@moveup.com](mailto:support@moveup.com)

📬 Nachrichten

📄 Verlauf

Keine Nachrichten

📄 Fragebögen & Informationen

☰ Verlauf

General medical history

Start

KOOS Freizeit und Sport 3 Monate post-op

Start

Aufgenommenes Video

Encoding 72%

📍 Aktivitätstracker

🏠 Übersicht

🚶 Übungen

☰ Täglicher Fragebogen

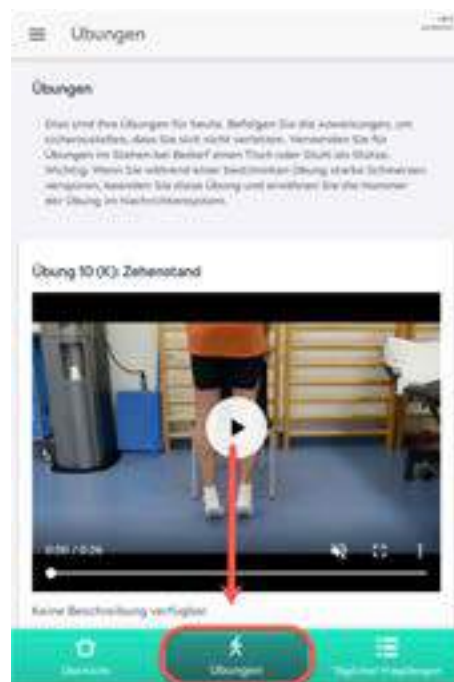
# Übungen

# Support orthopedics – moveUP

## Übungen

In der zweiten Ansicht wird das Übungsprogramm für den aktuellen Tag präsentiert. Tag für Tag sehen Sie hier Übungen, die für Sie vorgeschrieben sind.

Sollten Sie während einer bestimmten Übung starke Schmerzen verspüren, beenden Sie diese Übung und melden Sie die Nummer der Übung über das Nachrichtensystem.



## Nummer und Name der Übung

Die Nummer und den Namen der Übung finden Sie ganz oben bei einer Übung.

---

## Video

Als Anleitung sehen Sie ein kurzes Video, in dem veranschaulicht wird, wie die jeweilige Übung durchgeführt werden soll.



Um das Video zu starten, klicken Sie auf das Wiedergabe-Symbol (Dreieck) im Video.

## Häufigkeit und Intensität



Ganz unten finden Sie die Häufigkeit und Intensität der einzelnen Übungen (z. B.: 3x täglich, 10 Wiederholungen).

Sie können die Anzahl der Sitzungen über das Symbol + und – angeben. Bitte geben Sie diesen Wert korrekt an, damit Ihr Therapeut von moveUP mit korrekten Daten über Ihre Fortschritte informiert wird.

Wir empfehlen, die Anzahl der vorgeschriebenen Sitzungen und Wiederholungen **nicht** zu überschreiten.

Updated on Januar 15, 2021

# Täglicher Fragebogen

# Support orthopedics – moveUP

## Täglicher Fragebogen

Der tägliche Fragebogen dient als eine Art Kompass. Wir verwenden ihn, um Sie durch Ihre Behandlung zu führen. Es ist wichtig, dass sie ihn jeden Tag nach 16 Uhr ausfüllen.

Durch das Ausfüllen des täglichen Fragebogens geben Sie Ihrem Arzt und Ihrem Gesundheitsteam einen Einblick in Ihre Behandlungsfortschritte: Ihre Symptome, Ihre Beschwerden, Ihre Entwicklung. Er enthält Fragen zu Ihrem allgemeinen Wohlbefinden, Beschwerden, Aktivitäten, Schlafqualität usw. Diese Fragen werden an die Art Ihrer Behandlung angepasst. Das Ausfüllen des täglichen Fragebogens dauert etwa 45-60 Sekunden. Ihr Arzt und Ihr Gesundheitsteam werden anhand des Fragebogens auch sehen, wie sich Ihre Erkrankung auf Ihre Lebensqualität auswirkt.

Die Kombination der Informationen, die aus Fragebögen, Fotos, Videos und den Daten Ihres Aktivitätstrackers abgerufen werden, ermöglicht es Ihrem Arzt und Pflorgeteam, Fortschritte und Rückschritte zu verfolgen und Ihre Behandlung entsprechend anzupassen.

Für optimale Ergebnisse müssen Sie die App täglich verwenden und die Anweisungen in der App befolgen.

Es ist wichtig, dass wir vor der Operation mit Ihrer Ausgangslage vertraut sind. Aus diesem Grund bitten wir Sie, den Fragebogen in den **14 Tagen vor Ihrer Operation täglich auszufüllen**.

Sie finden den Fragebogen jeden Tag nach 16 Uhr unter der 3. Registerkarte der App.

The screenshot shows the 'Täglicher Fragebogen' app interface. It contains three sections for pain assessment:

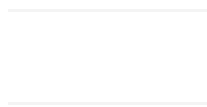
- Section 1:** 'Geben Sie an, wie viel Schmerz Sie nachts in Ihrem betroffenen Gelenk hatten' (Indicate how much pain you had at night in your affected joint). It includes a scale from 'Keine Schmerzen' (No pain) to 'Starke Schmerzen' (Severe pain) with a slider and smiley faces.
- Section 2:** 'Wie viel Schmerz hatten Sie tagsüber in und um das betroffene Gelenk?' (How much pain did you have during the day in and around the affected joint?). It includes a scale from 'Keine Schmerzen' (No pain) to 'Viele Schmerzen' (A lot of pain) with a slider and smiley faces. A red arrow points to this section.
- Section 3:** 'Hatten Sie letzte Nacht oder heute Schmerzen an einer anderen Stelle als an dem betroffenen Gelenk?' (Did you have pain last night or today in a different location than the affected joint?).

The bottom navigation bar has three tabs: 'Übersicht', 'Anfragen', and 'Täglicher Fragebogen' (highlighted with a red box and a red arrow).

Um Ihren Schmerzpegel anzugeben, können Sie auf die Linie über dem entsprechenden



Gesicht tippen und/oder den Regler auf die entsprechende Position schieben.



Wenn Sie fertig sind, klicken Sie auf „Senden“, um Ihre Antworten mit uns zu teilen.



---

Wenn die Antworten erfolgreich übermittelt wurden, wird der folgende Bildschirm angezeigt.



# Aktivitäts-Tracker

# Support orthopedics – moveUP

## Wie kopple ich meinen Aktivitätstracker (Garmin Vivofit 4) mit der moveUP App?

Um Ihren Aktivitätstracker zu koppeln, klicken Sie auf die grüne Schaltfläche auf Ihrem Startbildschirm.



Wählen Sie „Garmin Vivofit 4“ und klicken Sie auf Weiter



Führen Sie alle Schritte durch, die auf Ihrem Bildschirm angezeigt werden.

- Nachdem Sie die Schritte erfolgreich absolviert haben, wird der folgende Bildschirm angezeigt.
- Sie können auf den Pfeil links oben klicken, um zum Startbildschirm zurückzukehren.





Updated on Januar 26, 2022

# Support orthopedics – moveUP

## Wie synchronisiere ich täglich meine Schritte?

Wir empfehlen Ihnen, Ihren Aktivitätstracker Tag und Nacht um Ihr Handgelenk zu tragen. Das Tragen am Tag ist dabei am Wichtigsten, damit wir Ihre Aktivität registrieren können. Der Aktivitätstracker ist immer angeschaltet und erfasst, wie aktiv Sie sind, daher muss er nicht extra aktiviert werden.

Sie müssen Ihre Aktivitätstracker-Daten **täglich** manuell in der moveUP-App synchronisieren. Auf diese Weise kann Ihr Physiotherapeut kontrollieren, wie aktiv Sie sind und entscheiden, ob Anpassungen an Ihrem Übungsprogramm erforderlich sind.

**Wir empfehlen Ihnen, Ihre Schritte täglich abends nach dem Ausfüllen des täglichen Fragebogens zu synchronisieren.** Auf diese Weise wird Ihr Physiotherapeut am nächsten Tag sehen, wie aktiv Sie waren.

Der Aktivitätstracker muss mit der moveUP-App verbunden werden. Das Verbinden muss nur einmal zu Beginn Ihrer Rehabilitation erfolgen. Die Anleitung zum Verbinden finden Sie hier.

Bluetooth sollte auf Ihrem Gerät aktiviert sein, um Ihren Aktivitätstracker synchronisieren zu können.

- Drücken Sie die Synchronisationstaste (im Bild recht rot umrandet).



- Sie sehen den folgenden Bildschirm. Klicken Sie auf „Wie synchronisiere ich?“





- Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm. Grundsätzlich müssen Sie den silbernen Knopf auf Ihrem Aktivitätstracker zweimal für 2 Sekunden drücken.
- Am Ende werden Sie automatisch zum Startbildschirm zurückgeleitet und Ihre Schritte sind in der Grafik sichtbar.



- Sie sehen die synchronisierten Schrittdaten auf Ihrem Startbildschirm.



Wenn Sie Probleme bei der Synchronisierung haben, senden Sie bitte eine E-Mail an [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) und versuchen Sie genau zu beschreiben, bei welchem Schritt Probleme auftreten und welche Nachrichten Sie auf Ihrem Bildschirm sehen.

**Meine aktive  
Nachsorge bei  
moveUP ist vorbei:  
Was ändert sich in  
der moveUP App?**

# Support orthopedics – moveUP

## Meine aktive Nachsorge bei moveUP ist vorbei: Was ändert sich in der moveUP App?

Wenn die aktive Nachsorge vorbei ist, wird Ihre moveUP App anders aussehen. Sie werden nicht mehr aktiv von einem Physiotherapeuten betreut. Was ändert sich in der App?

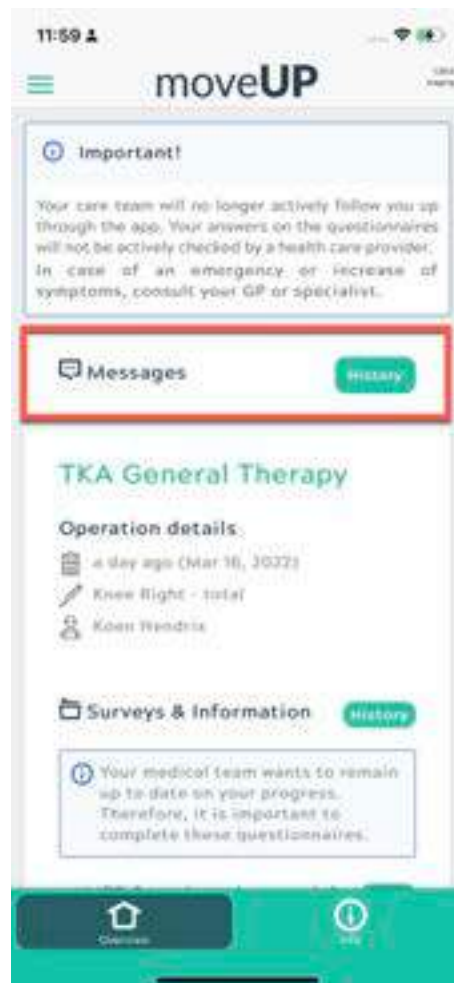
Die App wird nun aus 2 Tabs bestehen: „Overview“ (Übersicht) und „Info“ (anstatt „Overview/Übersicht“, „Exercises/Übungen“ und „Questions/Fragen“).



## Registerkarte „Overview“ (Übersicht)

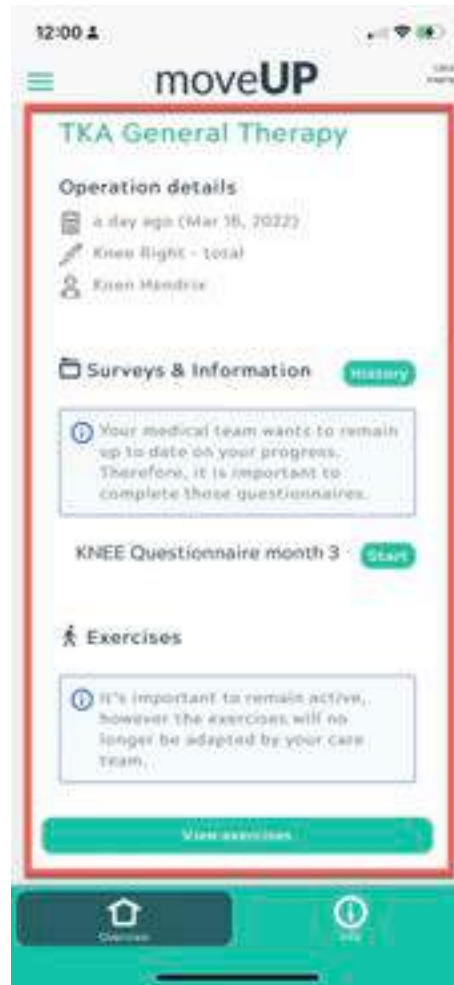
### Nachrichten

Die Nachrichtenfunktion ist noch 7 Tage lang verfügbar. Nach einer Woche wird die Nachrichtenfunktion deaktiviert. Ihr Nachrichtenverlauf bleibt in der App verfügbar.



### moveUP Verlaufskarte

Der nächste Abschnitt enthält Ihre „moveUP Verlaufskarte“. Hier finden Sie Ihre Operationsdaten und Umfragen, die noch ausgefüllt werden müssen. Außerdem haben Sie die Option, Übungen anzuzeigen, die Sie während Ihrer aktiven Rehabilitation mit der App durchgeführt haben

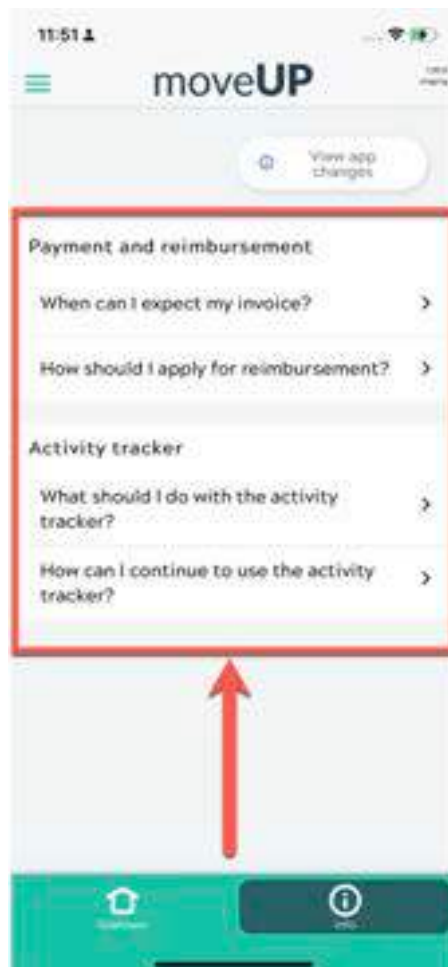


Wenn Sie mehr als 1 Verlauf mit moveUP hatten, können Sie auf der Seite nach unten scrollen. Die Verläufe sind in verschiedene Karten aufgeteilt.

## Registerkarte „Info“

## HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN

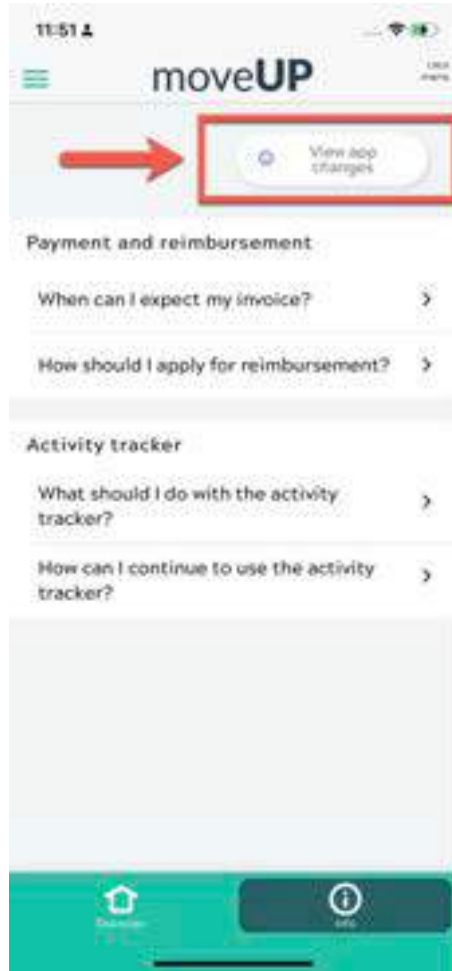
Wenn Sie auf die Registerkarte „Info“ klicken, finden Sie eine Seite, die häufig gestellten Fragen gewidmet ist.



## App-Änderungen anzeigen

Hier finden Sie eine Übersicht der auf dieser Seite beschriebenen Änderungen.





Updated on März 17, 2022

# moveUP



## Manuel pour les patients

moveUP - Une façon intelligente et personnalisée  
d'informer, de guider et de traiter les patients

*Version de l'application : 1.31 et après  
Version du manuel : 16  
Date de publication du manuel : 11/07/2022  
<https://support.orthopedics.moveup.care/fr/>*

# Table des matières

- Utilisation conforme de l'application moveUP
- Bienvenue chez moveUP!
- Messages
- Questionnaires et modules d'information
- Nombre de pas
- Exercices
- Questionnaire quotidien
- Tracker d'activité
- Ma période de suivi actif avec moveUP est terminée : comment l'application moveUP va-t-elle changer?

# Support orthopedics – moveUP

## Utilisation conforme de l'application moveUP



**i** Lisez attentivement toutes les informations et précautions contenues dans ce manuel. Assurez-vous de comprendre le fonctionnement, les écrans et les limitations de l'application moveUP avant d'utiliser le service. Si vous avez la moindre question, veuillez contacter moveUP.

Pour des raisons de sécurité, moveUP recommande à son utilisateur de lire attentivement et de comprendre le manuel des appareils utilisés en lien avec l'application moveUP.

Durant toute la durée de l'utilisation du service, un support technique et un soutien thérapeutique sont à votre disposition. En cas de problème technique ou de défaillance avec l'application, vous pourrez contacter l'équipe moveUP via la messagerie intégrée à l'application, par téléphone ou par e-mail.

## Utilisation conforme

### Pour les prestataires de soins de santé

Pour les prestataires de soins de santé, moveUP assure une prise en charge clinique efficace des pathologies et des traitements. Grâce à l'utilisation de moveUP, le personnel soignant et l'équipe de soins reçoivent des informations précieuses sur l'état du patient et son évolution.

### Pour les patients

Pour les patients, moveUP fournit des informations et des instructions personnalisées pour les aider à gérer leurs symptômes et à progresser dans leur rééducation. L'intensité du suivi est adaptée en fonction des besoins des patients et du moment où ils se trouvent dans leur trajet :

- moveUP **COMPANION** = surveillance et information, pas de suivi actif
  - moveUP companion offre des informations ciblées et des rapports d'évolution aux patients. Leur équipe de soins tient compte des rapports d'évolution pour la suite de leur rétablissement, le cas échéant.
- moveUP **COACH** = suivi actif par l'équipe de soins de santé
  - moveUP coach fournit des informations ciblées et des rapports d'évolution aux patients. Leur équipe de soins de santé est plus activement impliquée et prend en compte les rapports d'évolution. Elle peut fournir des conseils et des suggestions d'exercices par le biais de la plateforme numérique.
- moveUP **THERAPY** = suivi actif par l'équipe de soins, avec un protocole de soins validé basé sur des données
  - La thérapie moveUP offre un protocole de soins validé basé sur des données avec certaines catégories et niveaux d'exercices et d'activités, spécifiquement ciblés sur le patient individuel. Leur équipe de soins peut adapter manuellement le protocole validé basé sur des données en cas de besoin. Les patients peuvent se réadapter complètement avec moveUP sans quitter leur environnement domestique.

*Une fonctionnalité optionnelle peut être activée : l'interopérabilité avec un dispositif médical de classe IIa à mouvement passif continu (CPM).*

*Pour les patients souffrant du genou ou de la hanche qui utilisent un dispositif médical CPM de classe IIa, moveUP peut interagir avec le logiciel CPM de classe IIa. moveUP agit comme un facilitateur pour attribuer facilement à un patient un protocole d'exercice CPM désigné et choisi par un médecin et pour afficher les exercices CPM effectués dans le tableau de bord médical.*

## Utilisateurs concernés

moveUP est destiné à être utilisé par les patients et les prestataires de soins de santé.

## Patient

Le patient est le principal utilisateur de l'application mobile et du site web du patient. Les patients utilisateurs doivent être alertes, mentalement compétents et capables d'utiliser une tablette/un smartphone et un tracker d'activité.

### Inclusion:

- Age:
  - minimum: 18 ans
  - maximum: sans limite
- Poids: Sans objet
- Santé et condition : capable d'effectuer les activités de base de la vie quotidienne.
- Langue : compréhension d'une des langues disponibles de l'application (néerlandais, français, allemand, anglais).

### Exclusion:

- Les patients qui sont mentalement incompetents ou qui ont du mal à exprimer ce qu'ils ressentent (par exemple, les personnes atteintes de maladies mentales, les personnes séjournant dans des centres de soins pour personnes âgées, ...) sont exclus.
- Les patients qui ne sont pas capables d'utiliser une tablette/un smartphone et un tracker d'activité.
- Les patients ne pouvant pas comprendre l'une des langues disponibles dans l'application (néerlandais, français, allemand, anglais).

## Prestataire de soins de santé

L'utilisateur principal de l'interface web médicale est un praticien de santé (groupe) ou un chercheur clinique (groupe), nommé l'équipe de soins. L'équipe de soins est en mesure de faire fonctionner une interface via un navigateur sur PC/tablette/smartphone. Le professionnel de santé doit comprendre l'une des langues disponibles de l'interface (aujourd'hui uniquement disponible en anglais).

## Population cible / indication d'utilisation

moveUP companion & coach est utilisé par les patients musculo-squelettiques, oncologiques, respiratoires, gastro-intestinaux, cardiovasculaires et neurologiques, tels que les patients:

- qui ont subi ou envisagent de subir un bypass gastrique ou une sleeve gastrique
- qui ont ou ont eu un accident vasculaire cérébral, un myélome multiple, la covid, une hypercholestérolémie familiale
- qui ont ou ont eu des problèmes de dos ou d'articulations ou des opérations

moveUP therapy est utilisé par les patients ayant subi une arthroplastie du genou ou de la hanche.

## Application moveUP et appareils

### Application moveUP pour appareils pris en charge

L'application moveUP s'exécute sur :

- iPhones/iPads (iOS 11.0 et plus récents)
- Android systems (Android 7.0.0 et plus récents).
- moveUP a besoin d'une connexion internet lorsqu'il est utilisé
- moveUP est compatible avec les navigateurs suivants :
  - Chrome
  - Safari
  - Edge
  - Firefox
- Dans des cas spécifiques, les comprimés suivants sont fournis et pris en charge:
  - Lenovo Tab 3 – Android 6.0.1 ou supérieur
  - Huawei MediaPad T3 – Android 7.0.0 ou supérieur

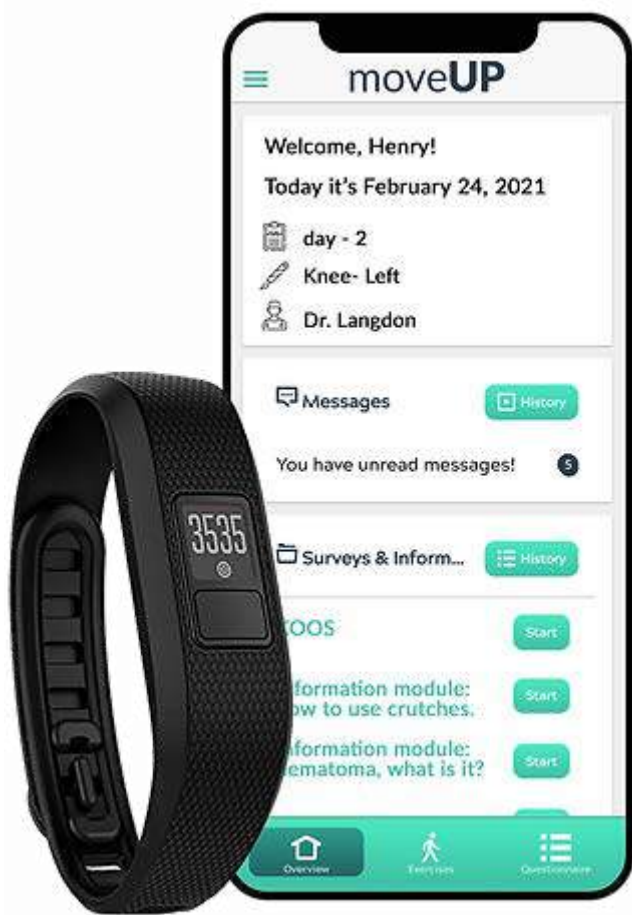
Pour la sécurité de vos données, veuillez activer l'authentification à 2 facteurs (2FA) et utiliser un réseau sécurisé

### Trackers d'activité

Les trackers d'activité suivants sont actuellement pris en charge :


- Garmin Vivofit 3 et Vivofit 4
- Nokia Withings Go








## Avertissements et précautions



 moveUP n'est pas un outil d'urgence. En cas d'urgence, veuillez contacter votre médecin ou appeler le 112.  
moveUP n'est pas destiné à surveiller/traiter les paramètres vitaux des maladies graves.

 MoveUP companion ne remplace pas les traitements que vous devez suivre, mais est utilisé en complément.  
Les patients doivent savoir que si les questionnaires ne sont pas remplis fréquemment ou s'ils ne sont pas remplis de manière fiable, l'équipe de soins a plus de difficulté à connaître leur état de santé et leur évolution.

 L'application moveUP offre des soins de santé personnalisés basés sur le profil du patient et ne peut donc pas être partagée, empruntée ou échangée entre utilisateurs. Les informations et conseils de l'application moveUP ne s'appliquent pas à un patient autre que celui dont le profil est stocké dans l'application. Le patient ne peut pas accorder l'accès à l'application moveUP à des tiers. Toute autre personne peut, même accidentellement, envoyer des informations erronées ou modifier le profil du patient, de sorte que les conseils guidés par moveUP ne correspondent plus aux besoins du patient.

 Avec les logiciels, il existe toujours un risque résiduel de dysfonctionnement. Si vous avez l'impression que quelque chose ne va pas ou si vous n'obtenez pas de réponse dans l'application, veuillez nous contacter via [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) ou appeler le 0800 88 008.

## **Contre-indications et effets secondaires potentiels**

Il n'y a pas de contre-indications ni d'effets secondaires connus.

## Notification des incidents graves

On entend par **incident grave** tout incident qui, directement ou indirectement, a conduit, aurait pu conduire ou pourrait conduire à l'un des éléments suivants :

- (a) le décès d'un patient, d'un utilisateur ou d'une autre personne,
- (b) la détérioration grave, temporaire ou permanente, de l'état de santé d'un patient, d'un usager ou d'une autre personne, ayant entraîné l'une des conséquences suivantes :
  - une maladie ou une blessure mettant la vie en danger,
  - l'altération permanente d'une structure ou d'une fonction de l'organisme,
  - l'hospitalisation ou la prolongation de l'hospitalisation du patient,
  - Intervention médicale ou chirurgicale visant à prévenir une maladie ou une blessure mettant en danger la vie du patient ou une déficience permanente d'une structure ou d'une fonction corporelle,
  - maladie chronique,
- (c) une menace grave pour la santé publique ;

Si vous détectez l'un de ces cas, veuillez envoyer un courriel à [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) et;

- Pays-Bas: [meldpunt@igj.nl](mailto:meldpunt@igj.nl)
- Belgique: [meddev@fagg.be](mailto:meddev@fagg.be)
- France: [dedim.ugsv@ansm.sante.fr](mailto:dedim.ugsv@ansm.sante.fr)
- Allemagne: [zlg@zlg.nrw.de](mailto:zlg@zlg.nrw.de)

## **Contact physique**

Aucun contact du corps humain avec le patient ou l'utilisateur, en raison de la nature du produit (logiciel).

## **Accessoires/produits utilisés en combinaison**

Il n'y a pas d'accessoires.

Si le patient n'a pas de tablette/smartphone ou de tracker d'activité compatible, moveUP se charge de lui louer ces appareils. Les appareils loués sont des appareils marqués CE qui répondent aux critères de compatibilité décrits dans l'IFU pour l'application.

## **Autonomie du dispositif**

2 ans. Selon la volonté de l'utilisateur de mettre à jour l'application. Nous avons envoyé une notification avec la recommandation de mettre à jour l'application, pour nous assurer que l'application conservera les performances et les fonctionnalités récemment incluses.

## Réclamations

### moveUP companion/coach/therapy

L'intensité du suivi est adaptée en fonction des besoins du patient, via l'outil de suivi des symptômes et de la qualité de vie moveUP.

- **Amélioration** – moveUP améliore la prise en charge clinique du patient car la détection précoce et la gestion des complications sont possibles via l'outil de surveillance des symptômes et de la qualité de vie
- **Efficacité** – Une prise en charge clinique plus efficace, par exemple en réduisant le nombre de consultations.
- **Compliance** – moveUP renforce la compliance/adhésion au traitement.
- **Information** – L'information adéquate est fournie au bon moment.

### moveUP therapy

- **Rééducation à domicile**– Grâce à moveUP therapy, les patients opérés d'une arthroplastie du genou ou de la hanche peuvent suivre une rééducation complète sans quitter leur domicile, par l'intermédiaire de l'équipe de soins présente sur l'application.



## Détails de l'entreprise



moveUP NV

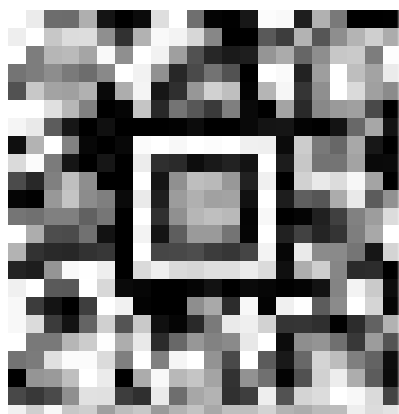
Siège social Bruxelles: Cantersteen 47, B-1000 Bruxelles, Belgique Bureau Gand:  
Oktrooiplein 1, B-9000 Gand, Belgique

Tél. : 0800 88 008

Courriel : [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care)

[www.moveUP.care](http://www.moveUP.care) (en anglais seulement)

Identification du dispositif :



Basic UDI-DI code:

++G166MOVEUPV1310WH

Si vous avez des questions concernant l'App, la tablette ou le tracker d'activité, vous pouvez contacter moveUP via les canaux suivants – par ordre de priorité : Via le système de messages de l'App. Par e-mail à [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) – Par téléphone pendant les heures de bureau: +32 **800 88 008**

CE

Updated on juillet 11, 2022



# Aperçu des principales fenêtres de moveUP

## Support orthopedics – moveUP

**J'ai lu cet email sur un appareil intelligent**

## Étape 1 : Télécharger l'application sur votre appareil intelligent

Cliquez sur les liens ci-dessous pour télécharger l'application moveUP à partir de votre App Store ou Google Play (selon votre appareil)

J'ai un iPhone ou une tablette d'Apple (iOS)

J'ai un autre smartphone ou tablette (Android)

## Étape 2 : Ouvrir l'application moveUP et s'inscrire

- Ouvrez l'application moveUP (si l'application présente le logo moveUP, cela signifie qu'elle est bien installée).
- Inscrivez-vous avec l'adresse e-mail et le code que vous avez reçu dans « l'e-mail d'installation » de moveUP.
- Vérifiez vos données personnelles et l'opération réalisée avant la première utilisation. En cas d'erreur, veuillez contacter moveUP en vous servant de la fonction de messagerie.

### **Étape 3 : Mettre à jour l'application moveUP**

Chaque fois que l'application moveUP est mise à jour, vous recevrez un mail contenant les nouvelles mise à jour. Veuillez la mettre à jour dès que possible pour profiter des dernières fonctionnalités.

Ces mises à jour peuvent inclure des améliorations de la sécurité ou de l'intégrité des données, veuillez lire attentivement ces mises à jour et les instructions d'utilisation.

Updated on avril 27, 2022

# Support orthopedics – moveUP

## Guide de démarrage rapide

Il y a 3 onglets principaux dans l'application. Vous pouvez passer de l'un à l'autre en cliquant sur les symboles correspondants au bas de votre écran.



1. Général
2. Exercices
3. Questionnaire



## Onglet 1 : Ecran général

Lorsque vous ouvrez l'application moveUP, vous accédez automatiquement à l'onglet Général. Cet onglet comporte 4 sections :



1. **Message de bienvenue**
2. **Messages** – vous pouvez communiquer ici avec votre prestataire de soins de santé
3. **Questionnaire & Information** – vous trouverez ici les questionnaires auxquels vous devez encore répondre Vous trouverez également ici vos demandes d'enregistrement vidéo
4. **Pas** – vous pouvez voir ici les pas que vous avez réalisés au cours de la semaine dernière

## Onglet 2 : Exercices



Dans le deuxième onglet « Exercices » vous pouvez trouver vos exercices quotidiens.

## Onglet 3 : Questionnaire

The screenshot shows a mobile application interface titled 'Questionnaire'. At the top, the time is 17:26. Below the title, it says 'Your questionnaire for today'. The first question is 'How are you feeling today?' with the instruction 'Indicate on the scale.' and a scale from 'Good' to 'Bad' with six corresponding emoji icons. The second question is 'How was your night?' with the instruction 'Indicate on the scale.' and a scale from 'Good' to 'Bad' with six corresponding emoji icons. The third question is 'Did you experience any morning stiffness in your affected joint?' with the instruction 'Indicate on the slider.' and a scale from 'None' to 'Very stiff'. A red arrow points from the 'Very stiff' label to the 'Questionnaire' icon in the bottom navigation bar, which is highlighted with a red box.

Dans le 3ème onglet « Questionnaire », vous retrouvez le questionnaire quotidien chaque jour après 16 heures. Le questionnaire est disponible jusqu'à minuit. Il doit être rempli tous les jours, à partir de 14 jours avant la chirurgie.

En savoir plus sur le questionnaire quotidien

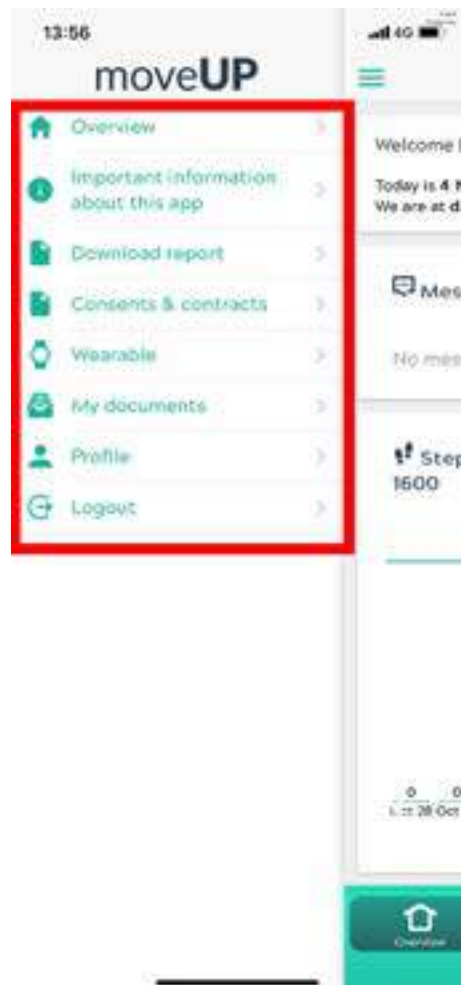
Il est important que vous commenciez déjà à répondre au questionnaire quotidien au cours des 14 jours précédant votre opération. De cette façon, nous pourrons mieux vous aider après l'opération.

## Menu



En haut à gauche du moveUP, vous trouverez le menu.

Lorsque vous cliquez sur cette icône, le menu s'affiche.



Ce menu contient des sections importantes qui ne sont pas directement liées à votre réadaptation.

- **Général:** pour sortir du menu et revenir à l'écran général
- **Informations importantes concernant cette application:** quelques informations et avertissements sur l'application
- **Télécharger le rapport:** ce lien ne fonctionne pas pour le moment. C'est en cours!
- **Les documents et contrats:** ici vous pouvez lire les conditions générales et la déclaration de confidentialité.
- **Bracelet d'activité:** vous pouvez ici relier votre tracker d'activité à l'application moveUP ou voir quelle application est liée.
- **Profil :** votre nom et votre numéro de registre national
- **Déconnecter:** vous pouvez ici vous déconnecter de votre compte et revenir à la page d'enregistrement et de connexion.

# Messages

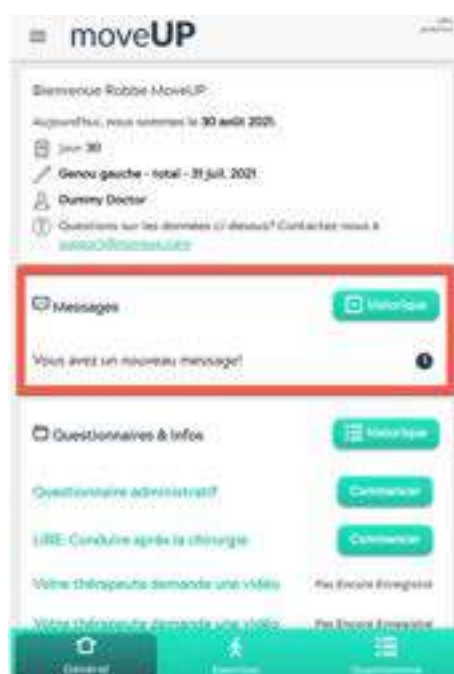
# Support orthopedics – moveUP

## Messages

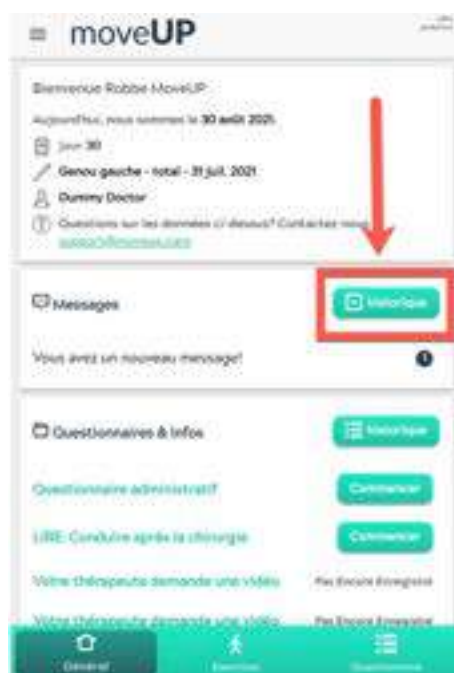
Dans l'onglet Général, sous le message d'accueil, vous trouverez la section «Messages ». C'est la section où vous pouvez communiquer avec votre kinésithérapeute.

Vous pouvez envoyer un message à votre kinésithérapeute à chaque instant de la journée. Vous recevrez une réponse dans les 24 heures.

Si la question est une urgence médicale, n'utilisez pas le système de messagerie car il est trop lent. Appelez plutôt votre hôpital ou votre médecin.



## Ouvrir le système de messagerie

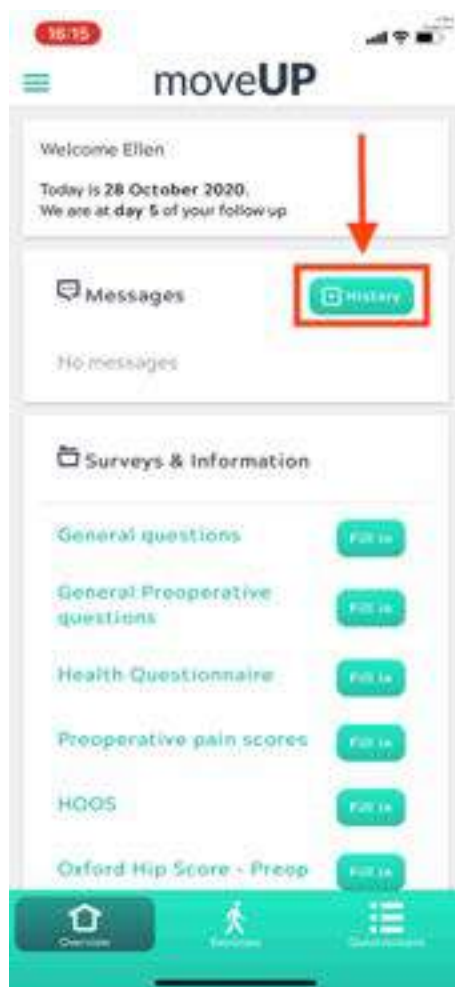


Cliquez sur le bouton Historique pour ouvrir votre messagerie.



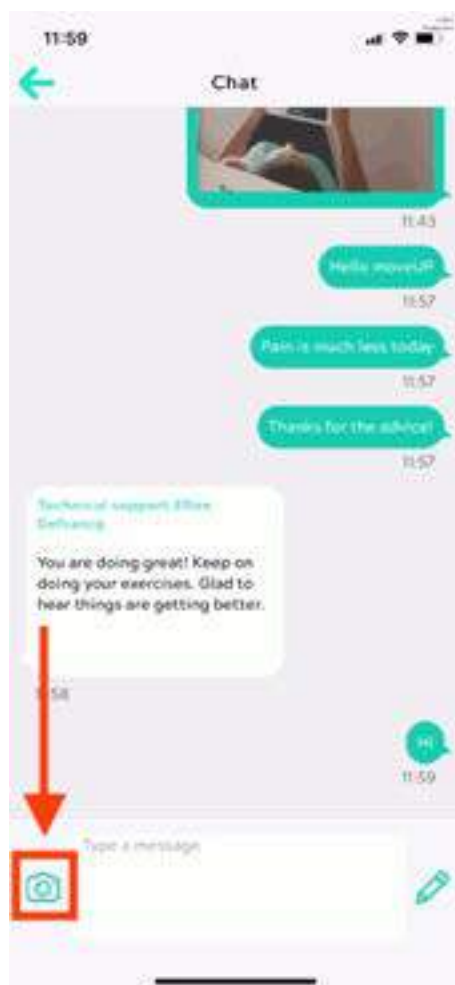
## Envoyer des messages

Vous pouvez nous envoyer des messages à chaque instant de la journée. Nous vous répondrons dans les 24 heures



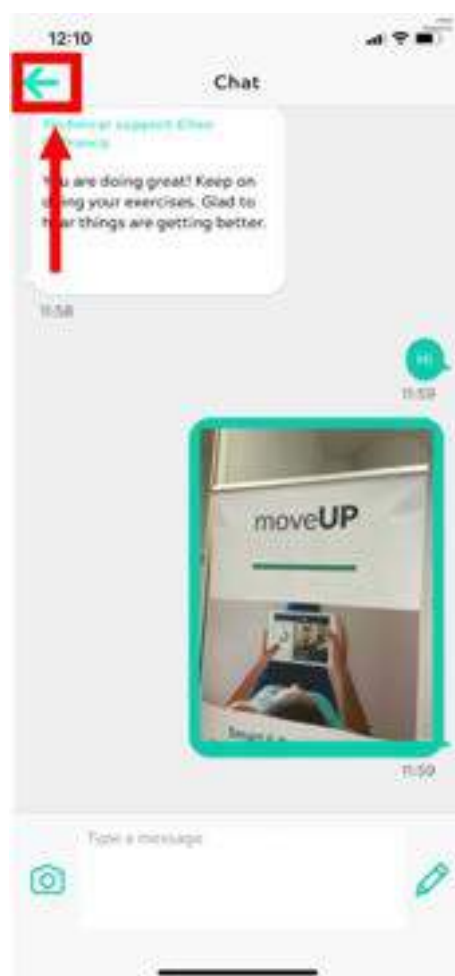
Pour envoyer un message, cliquez dans la zone « Tapez un message ». Le clavier s'affiche. Après avoir tapé votre message cliquez sur le symbole d'envoi (avion).

## Envoyer une photo



Vous pouvez nous envoyer une photo (de la plaie par exemple) en cliquant sur le symbole de l'appareil photo dans la messagerie.

## Retour à l'onglet général



En cliquant sur la flèche dans le coin supérieur gauche, vous pouvez revenir à l'écran général.

# **Modules d'enquête et d'information**

# Support orthopedics – moveUP

## Questionnaires et Informations

Des questionnaires médicaux sont disponibles à divers moments avant et après l'opération.

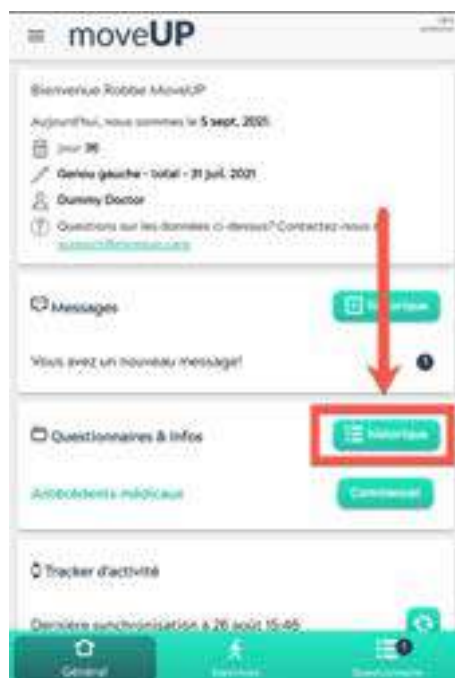
Ces questionnaires sont absolument indispensables pour évaluer le résultat de votre opération et pour guider votre kinésithérapeute dans sa prise de décision.

Dès qu'un questionnaire est disponible, nous vous demandons de commencer à le remplir dès que possible.



## Présentation d'un questionnaire

Pour remplir un questionnaire, cliquez sur le bouton « Répondre ».



Après avoir rempli le questionnaire, cliquez sur le bouton « envoyer ».



Vous verrez l'écran suivant si les réponses nous sont envoyées correctement.



**Pas**



# Support orthopedics – moveUP

## Nombre de pas

Vos pas sont automatiquement comptés par votre tracker d'activité. Celui-ci n'a pas besoin d'être activé, il vous suffit simplement de le porter au poignet.

Pour voir le nombre de pas effectués, vous devez avoir couplé au préalable votre tracker d'activité avec l'application moveUP. Ce couplage ne doit être effectué qu'une seule fois. Ensuite, vous devez synchroniser quotidiennement votre tracker d'activité avec l'application moveUP.

## Graphique des pas

- Les *données* d'activité de la semaine précédente sont affichées dans un graphique.
- Les différentes couleurs n'indiquent que les différents jours et n'ont pas d'autre signification.
- L'activité est représentée sous forme de nombre de pas.
- Vous pouvez utiliser les flèches à gauche et à droite pour visualiser votre activité des jours précédents ou suivants dans le graphique.



Toute activité impliquant un mouvement des bras contribuera au décompte de ce nombre de pas. Cela signifie que si vous marchez en poussant une poussette ou un déambulateur, votre nombre de pas peut être sous-représenté. À l'inverse, si vous repassez, vos bras seront fort sollicités. Par conséquent, votre nombre de pas risque d'être surreprésenté.

## Personnalisation du nombre de pas maximal

Chaque jour, une limite maximale de pas définie selon votre évolution personnelle est représentée par un chiffre et une ligne rouge dans votre application. Nous vous conseillons

représentée par un chiffre et une ligne rouge dans votre application. Nous vous conseillons de ne pas dépasser cette limite maximale de pas au delà de 20%.



Cette limite de pas maximale n'est pas un objectif! Il s'agit d'une limite à respecter pour éviter de surcharger l'articulation opérée.

# Exercises

# Support orthopedics – moveUP

## Questionnaire quotidien

Le questionnaire quotidien est notre boussole pour vous guider dans votre revalidation. Il est très important que vous le remplissiez tous les jours après 16 heures.

En remplissant le questionnaire quotidien, vous donnez à votre médecin et à votre équipe soignante un aperçu des progrès de votre traitement : vos symptômes, vos plaintes, votre évolution. Il se compose de questions sur votre bien-être général, les plaintes, les activités, la qualité du sommeil, etc ... Ces questions sont adaptées au type de traitement que vous avez. Répondre à ces questionnaires quotidiens prend environ 45 à 60 secondes. Votre médecin et votre équipe soignante voient également comment votre situation impacte votre qualité de vie.

La combinaison des informations extraites des questionnaires, des photos, des vidéos et de votre profil d'activité via le tracker d'activité permet à votre médecin et à votre équipe de soins de vous suivre et d'adapter votre traitement.

Pour obtenir des résultats optimaux, vous devez utiliser l'application et suivre quotidiennement les instructions données dans l'application.

Il est important que nous ayons un bon aperçu de votre situation avant l'opération. C'est pourquoi nous vous demandons de commencer à le remplir tous les jours, à **partir de 14 jours avant votre opération**.

Le questionnaire se trouve dans le 3ème onglet de votre application tous les jours après 16h.

The screenshot shows the 'Questionnaire' app interface. It features three sections for reporting symptoms:

- Section 1:** 'Est-ce que l'articulation concernée est gonflée?' (Is the affected joint swollen?). It asks to indicate on a scale from 'Pas de gonflement' (No swelling) to 'Très gonflée' (Very swollen).
- Section 2:** 'Indiquer la douleur ressentie, pendant la nuit, à votre articulation' (Indicate the pain felt during the night at your joint). It asks to indicate on a scale from 'Pas de douleur' (No pain) to 'Beaucoup de douleur' (A lot of pain). Below this is a row of six smiley face icons representing the pain scale.
- Section 3:** 'Indiquer la douleur ressentie, pendant la journée, à votre articulation' (Indicate the pain felt during the day at your joint). It asks to indicate on a scale from 'Pas de douleur' (No pain) to 'Beaucoup de douleur' (A lot of pain). Below this is another row of six smiley face icons.

A red arrow points to the 'Questionnaire' tab in the bottom navigation bar, which is highlighted in red. The other tabs are 'Accueil' (Home) and 'Statistiques' (Statistics).

Pour indiquer votre niveau de douleur, vous pouvez appuyer sur la ligne au-dessus des

émoticones et/ou glisser vers la position appropriée.



Une fois terminé cliquez sur le bouton « envoyer » pour partager vos réponses avec nous.



L'écran suivant s'affiche si les réponses nous sont envoyées correctement.



# Questionnaire quotidien

# Support orthopedics – moveUP

## Questionnaire quotidien

Le questionnaire quotidien est notre boussole pour vous guider dans votre revalidation. Il est très important que vous le remplissiez tous les jours après 16 heures.

En remplissant le questionnaire quotidien, vous donnez à votre médecin et à votre équipe soignante un aperçu des progrès de votre traitement : vos symptômes, vos plaintes, votre évolution. Il se compose de questions sur votre bien-être général, les plaintes, les activités, la qualité du sommeil, etc ... Ces questions sont adaptées au type de traitement que vous avez. Répondre à ces questionnaires quotidiens prend environ 45 à 60 secondes. Votre médecin et votre équipe soignante voient également comment votre situation impacte votre qualité de vie.

La combinaison des informations extraites des questionnaires, des photos, des vidéos et de votre profil d'activité via le tracker d'activité permet à votre médecin et à votre équipe de soins de vous suivre et d'adapter votre traitement.

Pour obtenir des résultats optimaux, vous devez utiliser l'application et suivre quotidiennement les instructions données dans l'application.

Il est important que nous ayons un bon aperçu de votre situation avant l'opération. C'est pourquoi nous vous demandons de commencer à le remplir tous les jours, à **partir de 14 jours avant votre opération**.

Le questionnaire se trouve dans le 3ème onglet de votre application tous les jours après 16h.

The screenshot shows the 'Questionnaire' app interface. It features three sections for reporting symptoms:

- Section 1:** 'Est-ce que l'articulation concernée est gonflée?' (Is the affected joint swollen?). It asks to indicate on a scale from 'Pas de gonflement' (No swelling) to 'Très gonflée' (Very swollen).
- Section 2:** 'Indiquer la douleur ressentie, pendant la nuit, à votre articulation' (Indicate the pain felt during the night at your joint). It asks to indicate on a scale from 'Pas de douleur' (No pain) to 'Beaucoup de douleur' (A lot of pain). Below this is a row of six smiley face icons representing the pain scale.
- Section 3:** 'Indiquer la douleur ressentie, pendant la journée, à votre articulation' (Indicate the pain felt during the day at your joint). It asks to indicate on a scale from 'Pas de douleur' (No pain) to 'Beaucoup de douleur' (A lot of pain). Below this is another row of six smiley face icons.

A red arrow points to the 'Questionnaire' tab in the bottom navigation bar, which is highlighted in red. The other tabs are 'Accueil' (Home) and 'Statistiques' (Statistics).

Pour indiquer votre niveau de douleur, vous pouvez appuyer sur la ligne au-dessus des



émoticones et/ou glisser vers la position appropriée.



Une fois terminé cliquez sur le bouton « envoyer » pour partager vos réponses avec nous.



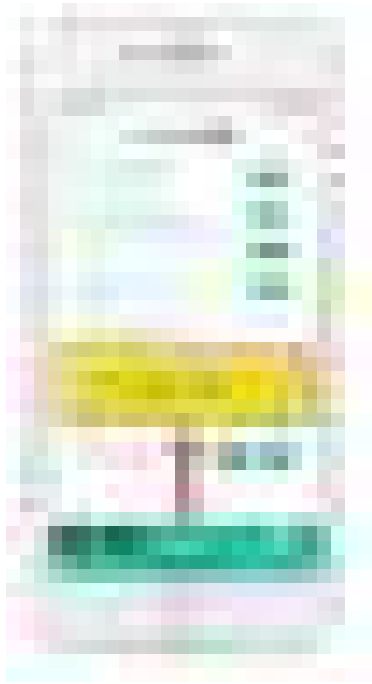
L'écran suivant s'affiche si les réponses nous sont envoyées correctement.



# Tracker d'activité

# Comment coupler votre tracker d'activité avec l'application **moveUP** ?

- Le couplage du tracker d'activité à l'application moveUP est essentiel pour votre parcours de récupération. Le couplage ne doit être fait qu'une seule fois, au début de votre rééducation.
- Veuillez noter qu'avant de coupler le tracker d'activité, vous devrez avoir installé l'application moveUP au préalable sur votre téléphone ou votre tablette.
- Version de l'application : 1.29.0 et après  
Version du manuel : 3



1

Pour coupler votre tracker d'activité, cliquez sur le bouton vert sur votre écran d'accueil.

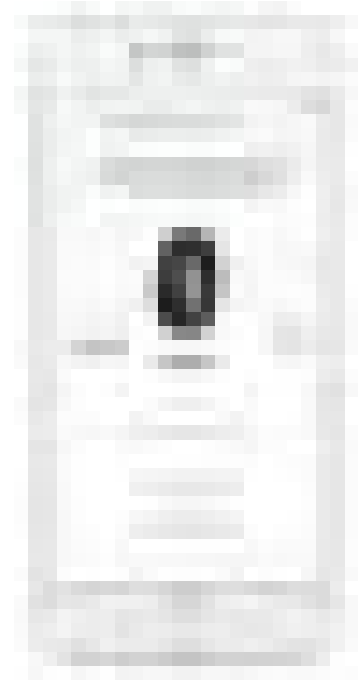


2

Choisissez « Garmin Vivofit 4 » et cliquez sur « Continuer ».

3

Suivez toutes les étapes qui s'affichent sur votre écran.



4

Suivez toutes les étapes qui s'affichent sur votre écran.

# Support orthopedics – moveUP

## Comment synchroniser mon activité physique tous les jours ?

Nous vous conseillons de porter votre tracker d'activité autour du poignet jour et nuit. Mais c'est la journée que c'est le plus important pour nous de suivre votre activité. Le tracker d'activité est toujours allumé et capte votre activité, il n'est donc pas nécessaire de l'activer.

Il est essentiel que vous synchronisiez **chaque jour** manuellement les données de votre tracker d'activité dans l'application moveUP. Cela permet à votre kinésithérapeute de suivre votre niveau d'activité physique et de décider s'il est nécessaire d'adapter votre programme d'exercices.

**Nous vous conseillons de synchroniser vos pas quotidiennement, le soir, après avoir rempli le questionnaire quotidien.** Cela permettra à votre kinésithérapeute de vérifier le lendemain à quel point vous étiez actif.

Le tracker d'activité doit être couplé avec l'application moveUP. Ce couplage ne doit se faire qu'une seule fois, au début de votre rééducation. Vous pouvez trouver ici les instructions nécessaires à ce couplage .

Le Bluetooth doit être activé sur votre appareil pour pouvoir synchroniser votre tracker d'activité.

- Appuyez sur le bouton de synchronisation qui est indiqué en rouge.



- Vous voyez ensuite l'écran suivant. Cliquez sur « Comment synchroniser ».





- Suivez les instructions à l'écran. Pour ce faire, vous devez appuyer deux fois sur le bouton argenté de votre tracker d'activité pendant 2 secondes.
- Une fois la synchronisation terminée, vous retournerez automatiquement à l'écran d'accueil et vos pas seront visibles dans le graphique.



- Vous verrez les données des pas synchronisés sur votre écran d'accueil.



Si vous rencontrez des problèmes durant la synchronisation, veuillez envoyer un e-mail à cette adresse : [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) et essayez de décrire de manière précise à quelle étape vous rencontrez des problèmes et quels messages vous voyez ou recevez sur votre écran.

**Ma période de suivi  
actif avec moveUP est  
terminée : comment  
l'application moveUP  
va-t-elle changer?**

# Support orthopedics – moveUP

## Ma période de suivi actif avec moveUP est terminée : comment l'application moveUP va-t-elle changer?

Lorsque la période de suivi actif sera terminée, votre application moveUP sera différente. Vous ne serez plus suivi activement par un kinésithérapeute. Quels sont les changements dans l'application ?

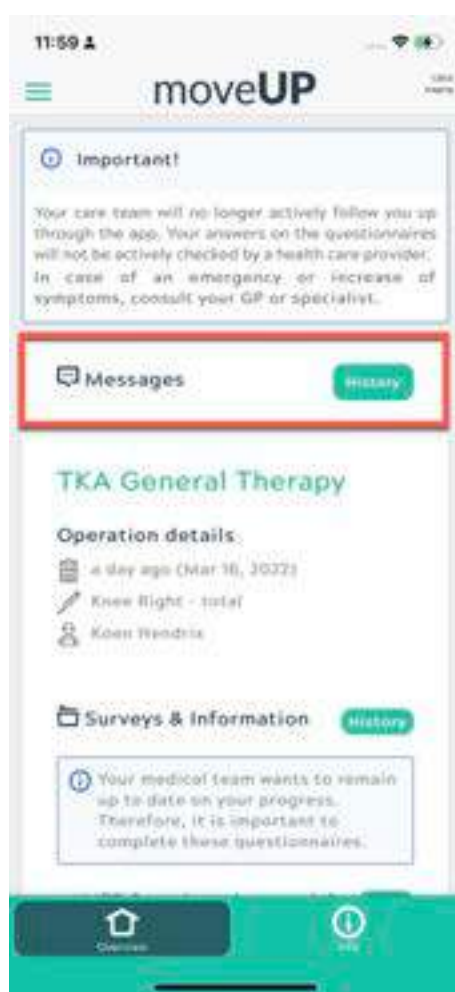
L'application se composera désormais uniquement de 2 onglets : « Général » et « Info » (au lieu de « Général », « Exercices » et « Questionnaires »).



## Onglet Général

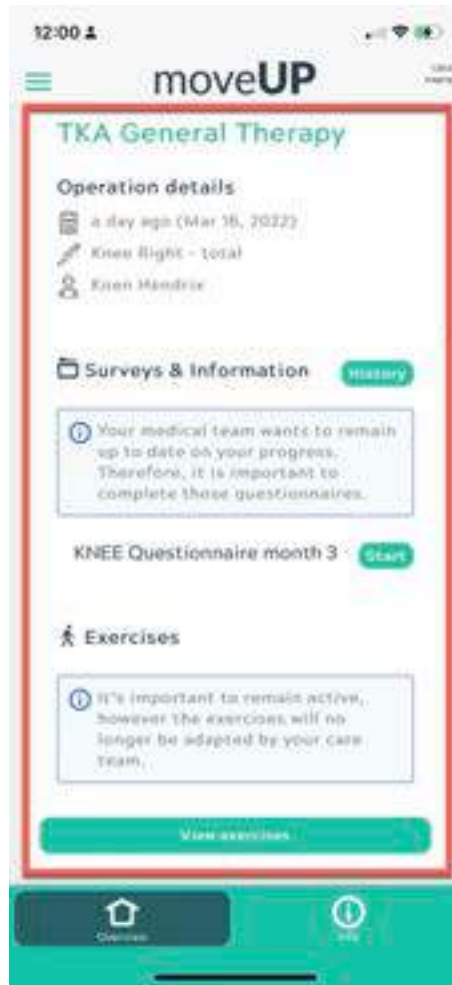
### Messages

La fonction de message sera encore disponible pendant sept jours. Après une semaine, cette fonction sera désactivée. Cependant, l'historique de vos messages restera disponible dans l'application.



### carte de parcours moveUP

Le bloc suivant est votre « carte de parcours moveUP ». Il contient les détails de votre opération, les questionnaires qui doivent encore être remplis et une option permettant de revoir les exercices que vous avez effectués avec l'application au cours de votre rééducation.

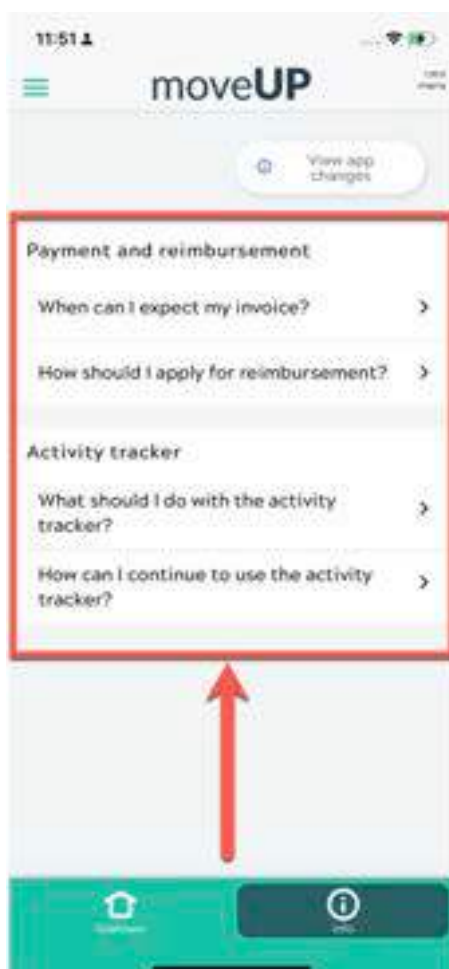


Si vous avez eu plus d'un parcours avec moveUP, vous pouvez faire défiler la page et les trouver tous dans des fiches séparées.

## Onglet Info

### FAQ (Foire aux questions)

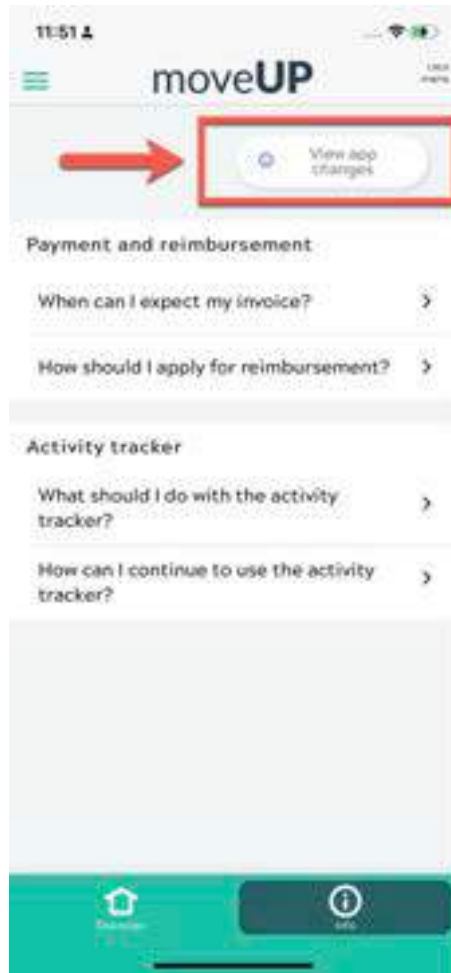
Si vous cliquez sur l'onglet « Infos », vous trouverez une page consacrée aux questions fréquemment posées.



### Voir les modifications de l'application

Vous trouverez ici un aperçu de ce qui a changé, comme décrit précédemment.

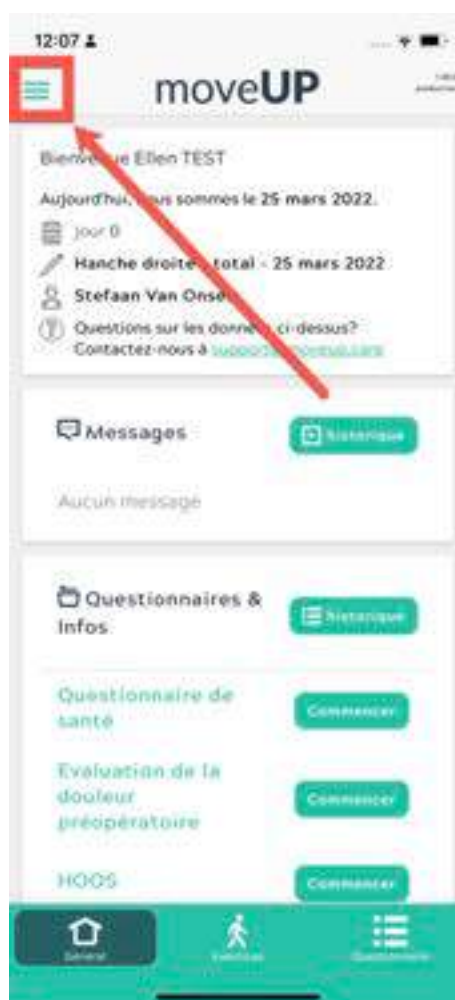




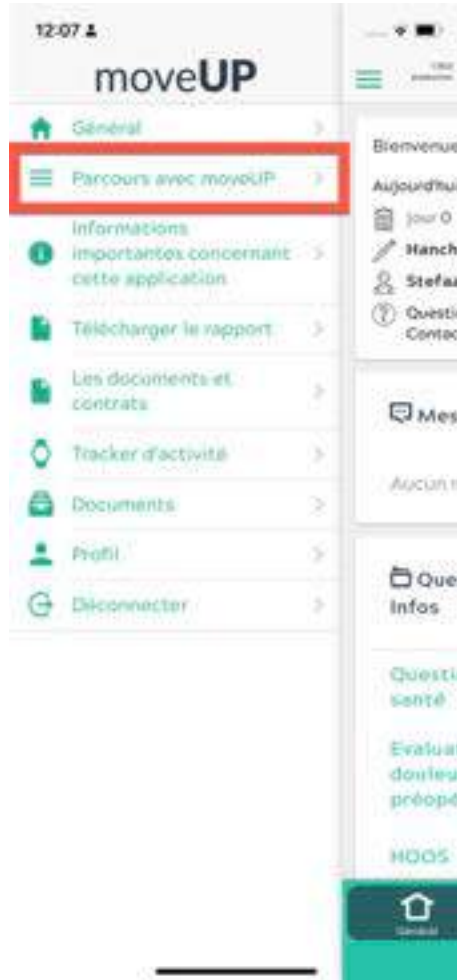
## Avez-vous un autre suivi actif déjà activé ?

Dans ce cas, vous pouvez retrouver vos informations précédentes dans l'onglet « Général ». Mais vous pouvez toujours accéder à vos précédentes « cartes de parcours moveUP » via le menu.

Accédez au menu en cliquant sur l'icône du menu en haut à gauche.



Choisissez « Parcours avec moveUP »



Updated on mars 25, 2022

# moveUP



## Handleiding voor patiënten

moveUP - Een slimme en persoonlijke manier van informeren, begeleiden en behandelen voor patiënten.

*Versie app: 1.31 en later*

*Versie Handleiding: 16*

*Release Datum van deze handleiding: 11 juli 2022*

*Link naar de Knowledge Base: <https://support.orthopedics.moveup.care/nl>*

# Inhoudstafel

- BEOOGD GEBRUIK MOVEUP
- OVERZICHT VAN DE BELANGRIJKSTE SCHERMEN IN MOVEUP
- BERICHTEN
- VRAGENLIJSTEN & INFO-MODULES
- STAPPEN
- OEFENINGEN
- DAGELIJKSTE VRAGENLIJST
- ACTIVITEITSMETER
- MIJN ACTIEVE FOLLOW-UP BIJ MOVEUP IS AFGELOPEN: HOE VERANDERT DE MOVEUP APP?

# Support orthopedics – moveUP

## Beoogd gebruik moveUP



**i** Lees zorgvuldig alle informatie en voorzorgsmaatregelen in deze handleiding. Zorg ervoor dat u het gebruik, de schermen en de beperkingen van de moveUP-app begrijpt voordat u de service gebruikt. Als je vragen hebt, neem dan contact op met moveUP.

Om veiligheidsredenen raadt moveUP de gebruiker aan om de handleiding van de toestellen die in combinatie met de moveUP-app worden gebruikt, zorgvuldig te lezen en te begrijpen.

Tijdens het volledige gebruik van de dienst zal de nodige technische bijstand en therapeutische bijstand worden verleend. In geval van een defect of probleem met de App, kunt u contact opnemen met het moveUP-team via de berichtfunctionaliteit van de App, telefonisch of per e-mail.

## Beoogd gebruik

### Voor zorgverleners

Voor zorgverleners biedt moveUP een efficiënt klinisch beheer van pathologieën en behandelingen. Met behulp van moveUP krijgt de HCP/het zorgteam waardevolle inzichten in de status van de patiënt en zijn evolutie.

### Voor patiënten

Voor patiënten biedt moveUP gepersonaliseerde informatie en instructies om hen te helpen hun symptomen te beheersen en vooruitgang te boeken bij hun revalidatie. De intensiteit van de follow-up wordt aangepast op basis van de behoeften van de patiënt en het tijdstip in het patiëntentraject:

- moveUP **COMPANION** = monitoring en informatie, geen actieve opvolging
  - moveUP companion biedt gerichte informatie en evolutierapporten aan patiënten. Hun zorgteam houdt rekening met de evolutierapporten bij hun verdere herstel.
- moveUP **COACH** = actieve opvolging door het zorgteam
  - moveUP coach biedt gerichte informatie en evolutierapporten aan patiënten. Hun zorgteam is actiever betrokken en houdt rekening met de evolutierapporten en kan via het digitale platform advies en oefeningen suggesties geven.
- moveUP **THERAPY** = actieve opvolging door het zorgteam, met datagedreven gevalideerd zorgprotocol
  - moveUP therapy biedt een datagedreven gevalideerd zorgprotocol met bepaalde categorieën en niveaus van oefeningen en activiteiten, specifiek gericht op de individuele patiënt. Hun zorgteam kan het datagestuurde gevalideerde protocol handmatig aanpassen wanneer dat nodig is. Patiënten kunnen volledig revalideren met moveUP zonder hun thuisomgeving te verlaten.

*Optionele functionaliteit die kan worden ingeschakeld: interoperabiliteit met klasse IIa Continues Passieve Motions (CPM) medisch hulpmiddel.*

*Voor knie- en heuppatiënten die een klasse IIa CPM medisch hulpmiddel gebruiken, kan moveUP samenwerken met de klasse IIa CPM-software. moveUP fungeert als een facilitator om eenvoudig een aangewezen CPM-oefenprotocol gekozen door een arts aan een patiënt toe te wijzen en om de uitgevoerde CPM-oefeningen in het medische dashboard weer te geven.*

## Beoogde gebruikers

moveUP is bedoeld voor gebruik door patiënten en zorgverleners.

## Patiënt

De belangrijkste gebruiker van de mobiele app en patiëntenwebsite is de patiënt. Patiëntgebruikers moeten alert en mentaal competent zijn en in staat om een tablet/smartphone en activity tracker te bedienen.

### Inclusie:

- Leeftijd:
  - minimum: 18 jaar
  - maximum: geen limiet
- Gewicht: NVT
- Gezondheid en conditie: in staat om basisactiviteiten van het dagelijks leven uit te voeren
- Taal: het begrijpen van een van de beschikbare talen van de app (Nederlands, Frans, Duits, Engels)

### Exclusie:

- Patiënten die mentaal incompetent zijn of moeite hebben om uit te drukken wat ze voelen (bijvoorbeeld mensen met een psychische aandoening, mensen die in bejaardenzorgcentra verblijven, ...) worden uitgesloten.
- Patiënten die niet in staat zijn om een tablet/smartphone en activity tracker te bedienen.
- Patiënten die een van de beschikbare talen van de app niet kunnen begrijpen (Nederlands, Frans, Duits, Engels)

## Zorgverlener

De belangrijkste gebruiker van de medische webinterface is een zorgverlener (groep) of klinisch onderzoeker (groep), het zorgteam genoemd. Het zorgteam is in staat om een webinterface te bedienen via een webbrowser op pc/tablet/smartphone. De zorgverlener moet een van de beschikbare talen van de webinterface begrijpen (tegenwoordig alleen beschikbaar in het Engels).



## Doelgroep / indicatie voor gebruik

moveUP companion & coach wordt gebruikt door musculoskeletale, oncologische, respiratoire, gastro-intestinale, cardiovasculaire en neurologische patiënten, zoals patiënten:

- die een gastric bypass of gastric sleeve operatie hebben ondergaan of van plan zijn te ondergaan
- die een beroerte, multipel myeloom, covid, familiale hypercholesterolemie hebben of hebben gehad
- die rug- of gewrichtsproblemen of operaties hebben of hebben gehad

moveUP-therapie wordt gebruikt door knie- en heupartroplastiekpatiënten.

## moveUP app & apparaten

### Ondersteunde apparaten moveUP app

De moveUP-app draait op:

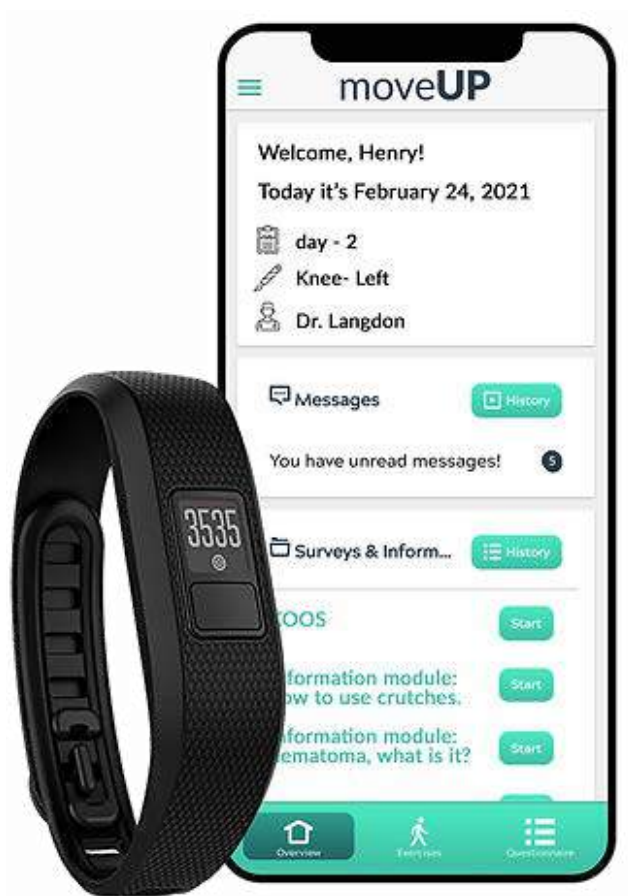
- iPhones/iPads (iOS 11.0 of nieuwer)
- Android-systemen (Android 7.0.0 en nieuwer).
- moveUP heeft een internetverbinding nodig wanneer het in gebruik is
- moveUP is compatibel met de volgende browsers:
  - Chrome
  - Safari
  - Edge
  - Firefox
- In specifieke gevallen worden de volgende tabletten geleverd en ondersteund:
  - Lenovo Tab 3 – Android 6.0.1 of hoger
  - Huawei MediaPad T3 – Android 7.0.0 of hoger

Schakel voor uw gegevensveiligheid de 2-factor authenticatie (2FA) in en gebruik een veilig netwerk

### Activiteitsmeters

De volgende activity trackers worden momenteel ondersteund:

- Garmin Vivofit 3 en Vivofit 4
- Nokia Withings Go



## Waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen



**!** moveUP is geen noodhulpmiddel. Neem in geval van nood contact op met uw arts of bel 112.

moveUP is niet bedoeld om vitale parameters van kritieke ziekten te meten/behandelen.

**!** moveUP companion is geen vervanging voor een behandeling die u moet volgen, maar wordt gebruikt als een aanvulling.

Patiënten moeten zich ervan bewust zijn dat als vragenlijsten niet vaak worden ingevuld of niet betrouwbaar worden ingevuld, het zorgteam meer moeite heeft om hun gezondheidssituatie en evolutie te kennen.

**!** De moveUP App biedt gepersonaliseerde gezondheidszorg op basis van het profiel van de patiënt en kan daarom niet worden gedeeld, geleend of verhandeld tussen gebruikers. De informatie en adviezen van de moveUP-applicatie zijn niet van toepassing op een andere patiënt dan degene wiens profiel in de applicatie is opgeslagen. De patiënt mag geen toegang tot de moveUP App verlenen aan derden. Elke andere persoon kan, zelfs per ongeluk, verkeerde informatie verzenden of het profiel van de patiënt wijzigen, met als gevolg dat het moveUP-geleide advies niet langer overeenkomt met de behoeften van de patiënt.

**!** Bij software is er altijd een restrisico voor bugs. Heb je het gevoel dat er iets mis is of krijg je geen reactie in de app, neem dan contact met ons op via [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) of bel 0800 88 008.

## **Contra-indicaties en mogelijke bijwerkingen**

Er zijn geen contra-indicaties of bekende bijwerkingen.

## Notification of serious incidents

**Onder een ernstig incident** wordt verstaan elk incident dat direct of indirect heeft geleid, zou kunnen hebben geleid of zou kunnen leiden tot een van de volgende gebeurtenissen:

- (a) het overlijden van een patiënt, een gebruiker of een andere persoon,
- (b) de tijdelijke of blijvende ernstige aantasting van de gezondheidstoestand van een patiënt, gebruiker of andere persoon, die een van de volgende gevolgen heeft gehad:
  - levensbedreigende ziekte of verwonding,
  - blijvende beschadiging van een lichaamsstructuur of een lichaamsfunctie,
  - ziekenhuisopname of verlenging van de ziekenhuisopname van de patiënt,
  - medische of chirurgische ingreep ter voorkoming van een levensbedreigende ziekte of letsel of een blijvende aantasting van een lichaamsstructuur of een lichaamsfunctie,
  - chronische ziekte,
- (c) een ernstige bedreiging van de volksgezondheid;

Als u een van deze gevallen ontdekt, stuur dan een e-mail naar [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) en;

- Nederland: [meldpunt@igi.nl](mailto:meldpunt@igi.nl)
- België: [meddev@fagg.be](mailto:meddev@fagg.be)
- Frankrijk: [dedim.ugsv@ansm.sante.fr](mailto:dedim.ugsv@ansm.sante.fr)
- Duitsland: [zlg@zlg.nrw.de](mailto:zlg@zlg.nrw.de)

## Menselijk lichaamscontact

Geen contact van het menselijk lichaam met de patiënt of de gebruiker, gezien de aard van het product (software).

## **Accessoires/producten gebruikt in combinatie**

Er zijn geen accessoires.

Als de patiënt geen compatibele tablet/smartphone of activity tracker heeft, kan moveUP deze apparaten aan de patiënt leasen. De geleasede apparaten zijn apparaten met CE-markering die voldoen aan de compatibiliteitscriteria die zijn beschreven in de IFU voor de app.



## Levensduur van het apparaat

2 jaar. Afhankelijk van de bereidheid van de gebruiker om de app bij te werken. We hebben een melding verzonden met de aanbeveling om de app bij te werken, om ervoor te zorgen dat de app de prestaties en recent opgenomen functies behoudt.

## Aanspraken

### moveUP companion/coach/therapie

De intensiteit van de follow-up wordt aangepast op basis van de behoeften van de patiënt, via het moveUP Symptom & QoL-monitoringtool.

- **Verbetering** – moveUP verbetert het klinische beheer van de patiënt omdat vroege detectie en beheer van complicaties mogelijk zijn via de symptom- en QoL-monitoringtool
- **Efficiëntie**– Efficiënter klinisch beheer, zoals het aantal consulten kan worden verminderd
- **Naleving**– Dwingt therapietrouw/therapietrouw af
- **Informatie**– De juiste informatie wordt op het juiste moment verstrekt

### moveUP therapie

- **Revalidatie vanuit huis**– Met behulp van moveUP therapie kunnen knie- en heupartroplastiekpatiënten volledig revalideren via het in-app zorgteam zonder hun thuisomgeving te verlaten.

## Bedrijfsgegevens



moveUP NV

Hoofdkantoor Brussel: Cantersteen 47, B-1000 Brussel, België Kantoor Gent: Oktrooiplein 1, B-9000 Gent, België

Tel. : 0800 88 008

E-mail: [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care)

<http://www.moveUP.care/>

Identificatie van het hulpmiddel:



Basic UDI-DI code:

++G166MOVEUPV1310WH

Als u vragen heeft over de App, de tablet of de activity tracker, kunt u contact opnemen met moveUP via de volgende kanalen – in volgorde van prioriteit: Via het berichtensysteem van de App. Via e-mail naar [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) – Telefonisch tijdens kantooruren: +32 **800 88 008**



Laatste update op juli 11, 2022

# Overzicht van de belangrijkste schermen in moveUP

## Support orthopedics – moveUP

**Ik lees deze e-mail op een smart device**

## Stap 1: Download de app op je slimme apparaat

Klik op de onderstaande links om de moveUP-app te downloaden van de Appstore of Google Play (afhankelijk van uw apparaat)

Ik heb een iPhone of tablet van Apple (iOS)

Ik heb een andere smartphone of tablet (android)

## Stap 2: Open de moveUP-app en registreer

- Open de moveUP-app (als de app het moveUP-logo toont, is deze correct geïnstalleerd)
- Registreer met het e-mailadres en de code die je hebt ontvangen in de “installatie-e-mail” van moveUP
- Controleer uw persoonlijke gegevens en de uitgevoerde operatie vóór het eerste gebruik. Neem in geval van een fout contact op met moveUP via de chatfunctie.



### **Stap 3: Werk de moveUP-app bij**

Elke keer dat de moveUP-app wordt bijgewerkt, ontvangt u een e-mail met de releaseopmerkingen. Werk het zo snel mogelijk bij om van de laatste functies te genieten.

Om de app te uploaden, gebruikt u de bovenstaande link om doorgestuurd te worden naar uw app store en klikt u op de knop “update”.

Deze updates kunnen upgrades van de veiligheid of de gegevensintegriteit omvatten. Lees daarom zorgvuldig de Release Notities en de Gebruiksaanwijzing.

## Veiligheidsmaatregelen

Omdat wij persoons- en gezondheidsgegevens verwerken, zullen wij u op de inlogpagina van moveUP instrueren hoe u een complex wachtwoord instelt.

Gebruik een veilig netwerk wanneer u verbonden bent met de app.

Laatste update op mei 4, 2022

# Support orthopedics – moveUP

## Snel van start gids

Er zijn 3 tabbladen in de app: Overzicht, oefeningen en vragen. U schakelt tussen de tabbladen door te tikken op de symbolen aan de onderkant van het scherm.

1. Overzicht
2. Oefeningen
3. Vragen



## Tab 1: Overzicht

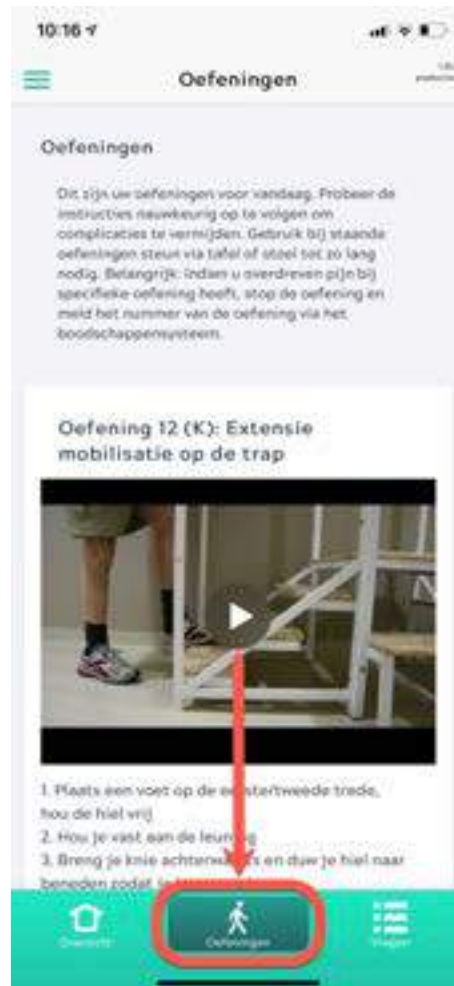
Wanneer u de moveUP-app opent, komt u automatisch in het tabblad "Overzicht" terecht. Dit tabblad bestaat uit 4 secties:

1. **Welkomstbericht**
2. **Berichten** – hier communiceert u met uw team van zorgverleners
3. **Enquêtes en informatie** – hier vindt u uw tussentijdse evaluatie vragenlijsten die nog moeten worden beantwoord en uw informatiemodules. Ook komen hier de verzoeken om video-opnames door te sturen.
4. **Activiteitsmeter**
5. **Stappen** – hier ziet u een grafiek van de stappen die u de afgelopen week hebt gezet.



## Tab 2: Oefeningen

In het tweede tabblad "Oefeningen" vindt u uw dagelijkse oefeningen.



## Tab 3: Vragen

In het 3e tabblad "Vragen" verschijnt elke dag na 16.00 uur uw dagelijkse vragenlijst. De vragenlijst is beschikbaar tot middernacht. Het moet elke dag worden ingevuld, vanaf 14 dagen voor de operatie.

Lees meer over de dagelijkse vragenlijst

Het is belangrijk dat u 14 dagen voor uw operatie begint met het beantwoorden van de dagelijkse vragenlijst, op deze manier kunnen wij u beter helpen met uw herstel na de operatie.

The screenshot shows the 'Vragen' (Questions) tab in a mobile application. The interface is in Dutch and contains three questions:

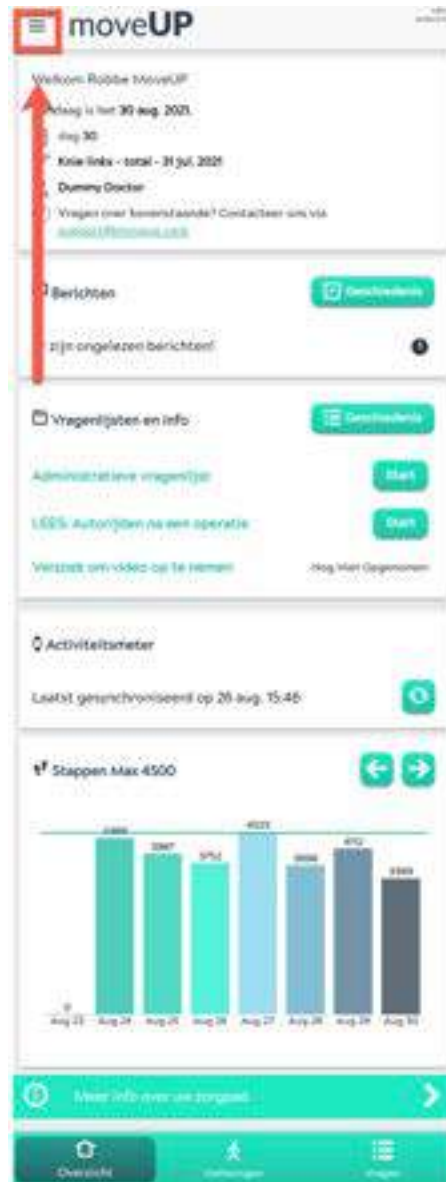
- Question 1:** "Is het betrokken gewricht gezwollen?" (Is the affected joint swollen?). Below it, it says "Duid aan op de schaal" (Indicate on the scale). The scale has two endpoints: "Niet gezwollen" (Not swollen) on the left and "Zeer gezwollen" (Very swollen) on the right.
- Question 2:** "Geef de pijn weer die u ervaart in het betrokken gewricht tijdens de nacht" (Indicate the pain you experience in the affected joint during the night). Below it, it says "Duid aan op de schaal" (Indicate on the scale). The scale has two endpoints: "Geen pijn" (No pain) on the left and "Veel pijn" (A lot of pain) on the right. Below the scale is a row of six smiley face icons representing different levels of pain, from happy (no pain) to sad (a lot of pain).
- Question 3:** "Hoeveel pijn ervaart u in en rond het betrokken gewricht tijdens de dag?" (How much pain do you experience in and around the affected joint during the day?). Below it, it says "Duid op de schaal aan" (Indicate on the scale). The scale has two endpoints: "Geen pijn" (No pain) on the left and "Veel pijn" (A lot of pain) on the right.

A red arrow points from the top of the second question's scale down to the 'Vragen' tab icon in the bottom navigation bar. The bottom navigation bar has three icons: a house (Home), a person (Profile), and a list (Questions).

## Menu

Linksboven in de moveUP app vind je het menu.

Wanneer u op dit pictogram klikt, verschijnt het menu.



Dit menu bevat belangrijke secties die niet direct gerelateerd zijn aan uw revalidatie.

- **Overzicht:** Hiermee wordt het menu afgesloten en gaat u terug naar het overzichtsscherm
- **Belangrijke informatie over deze app**
- **Rapport downloaden**

- **Toestemming en contracten:** Hier kan u de algemene voorwaarden en privacyverklaring lezen.
- **Activiteitsmeter:** Hier kunt u uw activiteitsmeter koppelen aan de moveUP-app of zien welke applicatie is gekoppeld.
- **Profiel:** uw naam en nationaal registratienummer
- **Afmelden:** Hier kunt u uitloggen op uw account en terugkeren naar de registratie- en inlogpagina.





# Berichten

# Support orthopedics – moveUP

## Berichten

In het overzichtstabblad vindt u onder de begroeting de sectie “Berichten”. Dit is het gedeelte waar u berichten kan sturen naar uw fysiotherapeut/kinesist.

U kan uw fysiotherapeut/kinesist elk moment van de dag een bericht sturen. U ontvangt binnen 24 uur een antwoord.

In het geval van een medisch noodgeval, maak dan geen gebruik maken van deze berichtenfunctie. 24h responstijd is dan te traag. Bel uw ziekenhuis of huisarts of als het zeer dringend is een ambulance.



## De berichtfunctionaliteit openen

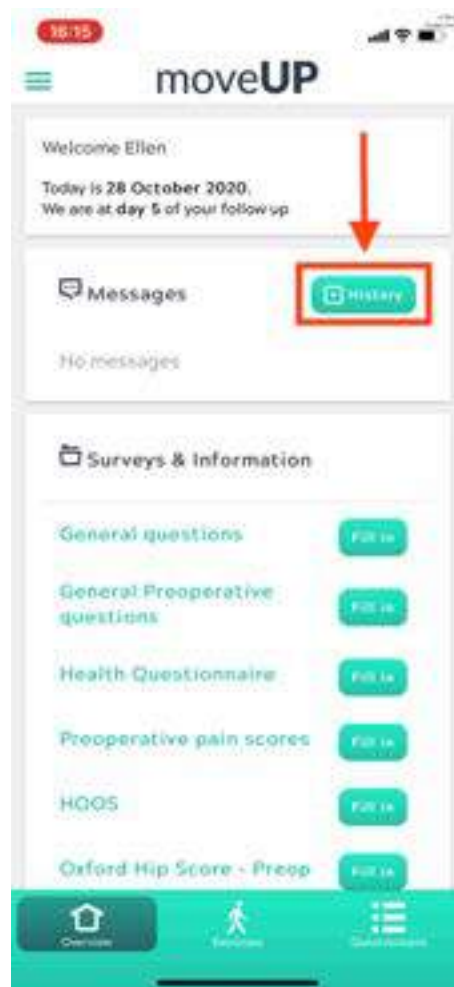
Klik op de "geschiedenis" knop om je berichten inbox te openen.



## Berichten verzenden

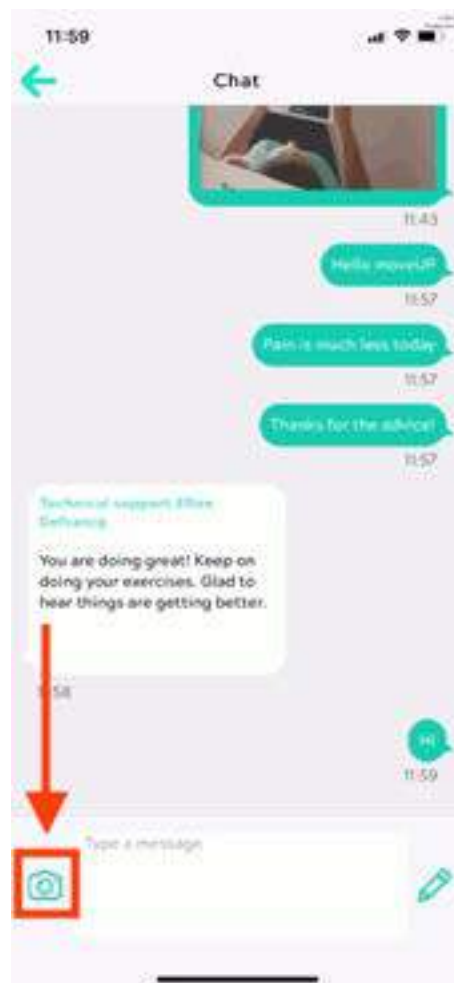
U ons elk moment van de dag berichten sturen. We zullen binnen 24 uur reageren

Als u een bericht wilt verzenden, klikt u in het vak 'Schrijf een bericht'. Het toetsenbord verschijnt. Klik na het typen van uw bericht op het verzendsymbool (vliegtuig).



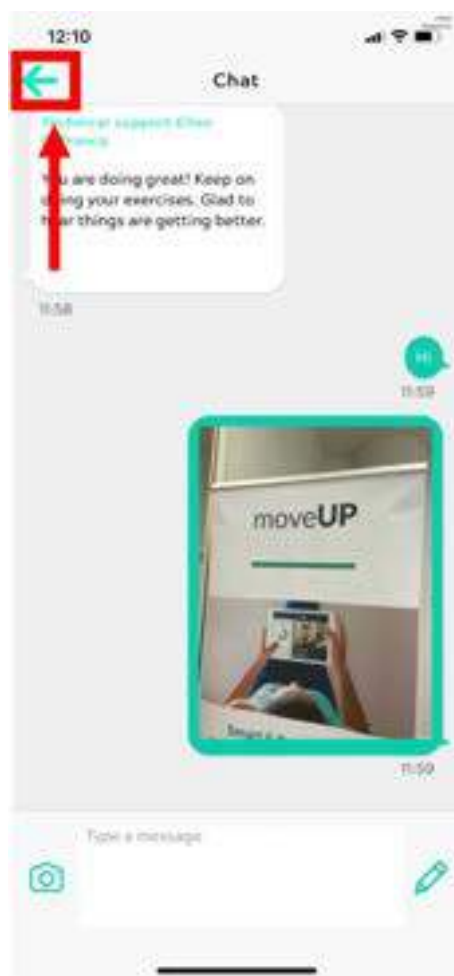
## Een foto delen

U kan ons een foto sturen (van de wond bijvoorbeeld) door op het fotosymbool in de chatbox te klikken.



## Terug naar het overzichtsscherm

Door op de pijl in de linkerbovenhoek te klikken, kunt u teruggaan naar het overzichtsscherm.



# **Vragenlijsten & Info-modules**

# Support orthopedics – moveUP

## Vragenlijsten en info

Medische vragenlijsten verschijnen hier op verschillende momenten voor en na de operatie.

Deze vragenlijsten zijn van cruciaal belang om het resultaat van uw operatie te evalueren en uw fysiotherapeut te begeleiden bij zijn besluitvorming.

Vanaf het moment dat er een vragenlijst beschikbaar komt, vragen wij u om deze zo snel mogelijk in te vullen.

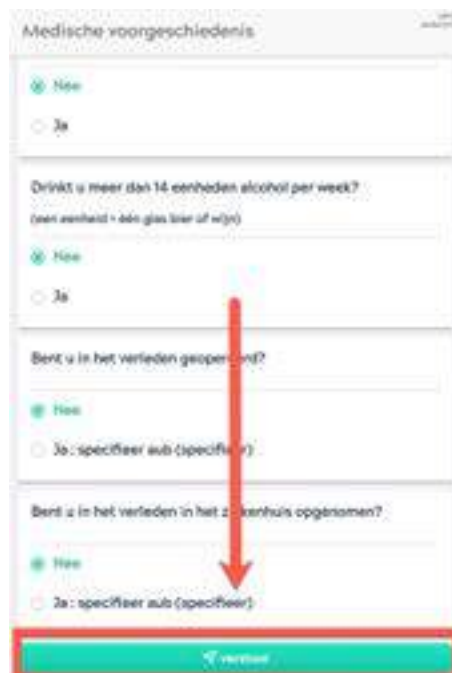




## Een vragenlijst indienen



Als u een vragenlijst wilt invullen, klikt u op de knop “Invullen”.



Na het invullen van de vraag klik op de knop “verstuur”.



U zal het volgende scherm zien als de antwoorden correct naar ons werden verstuurd.

# Stappen

# Support orthopedics – moveUP

## Stappen

Uw stappen worden automatisch geteld door uw activiteitsmeter.

Om uw stappen te zien, moet u uw activiteitsmeter hebben gekoppeld met de moveUP-app. Deze koppeling hoeft slechts één keer te worden uitgevoerd. Nadien dient u dagelijks uw activiteitsmeter te synchroniseren met de moveUP-app.

## Stappengrafiek

- *Activiteitsdata* van de afgelopen week wordt gevisualiseerd in een grafiek.
- De verschillende kleuren geven alleen de verschillende dagen aan en hebben geen verdere betekenis.
- Activiteit wordt weergegeven in aantal stappen.
- U kunt de pijltjes links en rechts gebruiken om de vorige of volgende dagen in de grafiek te zien.



Elke activiteit met armbeweging zal bijdragen aan de telling. Dit betekent dat als men loopt door een kinderwagen of een rollator te wandelt, de stappen te laag kunnen worden geteld. Als u aan het strijken bent (armbeweging) kunnen ze overgeteld zijn.

## Gepersonaliseerde stappen max

Elke dag wordt een gepersonaliseerde stappen maximaal weergegeven door een getal en een rode lijn. Probeer het stapmaximum niet te overschrijden met meer 20%.



Het stappen maximum is geen doel! Het is een limiet om te voorkomen dat het geöpereerde gewricht overbelast raakt.

# Oefeningen

# Support orthopedics – moveUP

## Oefeningen

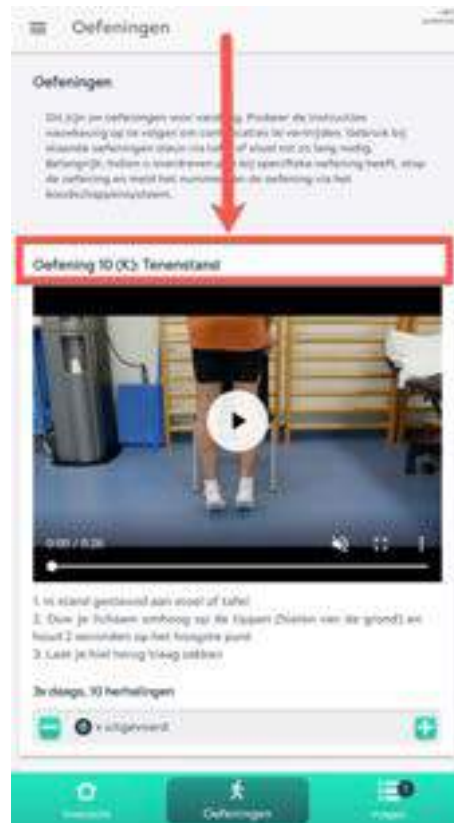
Het tweede tabblad bevat het oefenprogramma voor vandaag. Dag na dag ziet u alleen de voorgeschreven oefeningen voor deze specifieke dag.

Als u sterke pijn voelt tijdens het uitvoeren van een specifieke oefening, stop dan die oefening en stuur een berichtje naar je fysiotherapeut via de app met vermelding van de nummer van de oefening.



## Nummer en naam van de oefening

Bovenaan elke oefening vindt u het nummer en de naam van de oefening.





## Video

Een korte video toont u hoe de oefening moet worden uitgevoerd.

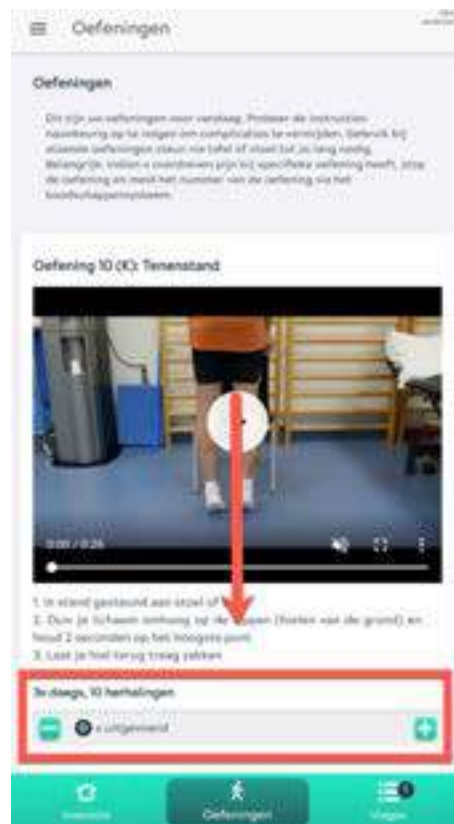
Om de video af te spelen, klikt u op het pictogram "Afspelen" (driehoek) die u ziet in het midden van het videovenster.



## Frequentie en intensiteit

Hier vindt u de frequentie en intensiteit per oefening (bijvoorbeeld: 3x per dag, 10 herhalingen).

Klik op het + symbooltje om aan te geven hoe vaak u de oefening hebt uitgevoerd. Het is belangrijk om de uitgevoerde oefeningen nauwkeurig aan te geven, zodat uw fysiotherapeut op de hoogte blijft van uw vooruitgang.



Wij raden u aan om het aantal voorgeschreven herhalingen **niet** te overschrijden.

# Dagelijkste vragenlijst

# Support orthopedics – moveUP

## De dagelijkse vragenlijst

De dagelijkse vragenlijst is ons kompas om u doorheen uw revalidatie te begeleiden. Het is heel belangrijk dat je deze vragenlijst dagelijks na 16.00 uur invult.

Door het invullen van de dagelijkse vragenlijst geeft u uw arts en zorgteam meer inzicht in de voortgang van uw behandeling: uw klachten, uw klachten, uw evolutie. Het bestaat uit vragen over uw algemeen welzijn, klachten, activiteiten, slaapkwaliteit etc... Deze vragen zijn aangepast aan de begeleiding dat u op dat moment krijgt. Deze dagelijkse vragenlijsten duren ongeveer 45-60 seconden om in te vullen. Uw arts en gezondheidsteam zullen ook zien hoe u de impact van uw aandoening op uw kwaliteit van leven ervaart.

De combinatie van de informatie uit vragenlijsten, foto's, video's en uw activiteitenprofiel via de activiteitsmeter stelt uw arts en zorgteam in staat om u op te volgen en uw behandeling aan te passen.

Voor een optimaal resultaat moet u de App gebruiken en dagelijks de gegeven instructies in de App volgen.

Het is belangrijk dat we een goede basislijn van uw situatie hebben voor de operatie. Daarom vragen wij u **14 dagen voor de operatie** te beginnen met de vragenlijst in te vullen.

De vragenlijst vindt u elke dag na 16.00 uur in het 3e tabblad van uw app.



Om uw pijnniveau aan te geven drukt u op de lijn boven de gezichten. Je kan het niveau verschuiven door de indicator over de lijn te schuiven.

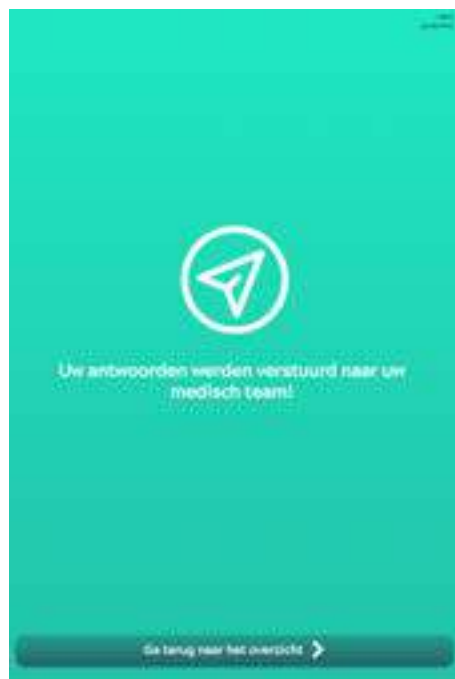


Klik na afloop op de knop "Verzenden" om uw antwoorden met ons te delen.



---

Het volgende scherm verschijnt als antwoorden correct naar ons worden verzonden.

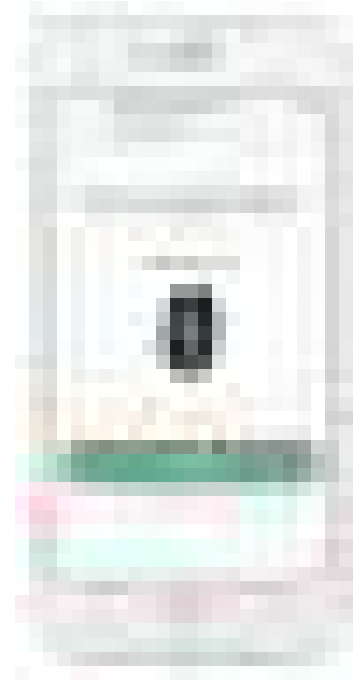


# Activiteitsmeter

# Hoe de activiteitsmeter met de moveUP app koppelen?

- Het koppelen van de activity tracker aan de moveUP-app is essentieel voor uw revalidatie. De koppeling hoeft maar één keer te gebeuren, aan het begin van uw revalidatie.
- Houd er rekening mee dat voordat u de activiteitsmeter kan koppelen, u de moveUP-app al op uw telefoon of tablet moet hebben geïnstalleerd. Raadpleeg de e-mail die u onlangs van ons hebt ontvangen met de titel 'Installatie van moveUP' voor gedetailleerde instructies over het installeren van de moveUP-app op uw apparaten.
- Deze instructies zijn geldig voor app versie 1.29.0 en volgende.  
Versie van deze handleiding: 3





1

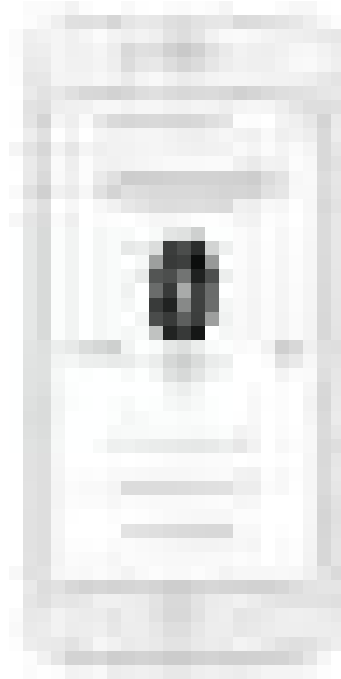
Om uw activiteitsmeter te koppelen, klikt u op de groene knop op uw startscherm.

2

Kies “Garmin Vivofit 4” en klik op verdergaan.  
Doorloop alle stappen die op uw scherm verschijnen.

# 3

Doorloop alle stappen die op uw scherm verschijnen.



# 4

- Als alles goed is gegaan kom je op dit scherm terecht.
- U kunt op de pijl linksboven klikken om terug te gaan naar het startscherm.

# Support orthopedics – moveUP

## Hoe synchroniseer ik dagelijks mijn stappen?

We raden u aan om uw activiteitsmeter dag en nacht om uw pols te dragen. Maar de dag is voor ons het belangrijkste om uw activiteit te registreren. De activiteitsmeter is altijd actief als hij om de pols gedragen wordt, je hoeft deze niet te activeren.

Wel moet u uw activiteitsmeter-gegevens **dagelijks** handmatig synchroniseren in de moveUP-app. Op deze manier kan uw fysiotherapeut/kinesitherapeut in de gaten houden hoe actief u bent geweest en beslissen of er aanpassingen aan uw beweegschema nodig zijn.

**Wij adviseren om uw stappen dagelijks 's avonds te synchroniseren na het invullen van de dagelijkse vragenlijst.** Zo ziet uw fysiotherapeut de volgende dag hoe actief u was.

De activiteitsmeter moet eerst worden gekoppeld met de moveUP-app. Deze koppeling hoeft maar één keer te gebeuren aan het begin van uw revalidatie. De koppelingsinstructies vindt u hier.

De Bluetooth moet op uw apparaat geactiveerd zijn om uw activiteitsmeter te kunnen synchroniseren.

- Druk op de synchronisatieknop gemarkeerd in rood.



- U ziet het volgende scherm. Klik op "Hoe Synchroniseren?"



- Volg de instructies op het scherm. In principe moet je twee keer gedurende 2 seconden op de zilveren knop op je activiteitsmeter drukken.
- Aan het einde wordt u automatisch terug naar het startscherm gebracht en zijn uw stappen zichtbaar in de grafiek.



- U ziet de gesynchroniseerde stap gegevens op uw startscherm.



Als u problemen ondervindt bij het synchroniseren, stuur dan een e-mail naar [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) en probeer precies te beschrijven in welke stap u problemen ondervindt en welke berichten u op uw scherm ziet of krijgt.

**Mijn actieve follow-up  
bij moveUP is  
afgelopen: hoe  
verandert de moveUP  
app?**



# Support orthopedics – moveUP

## Mijn actieve follow-up bij moveUP is afgelopen: hoe verandert de moveUP app?

Wanneer de actieve follow-up is afgelopen, zal uw moveUP app anders zijn. U wordt niet meer actief opgevolgd door een kinesitherapeut. Wat verandert er in de app?

De app zal nu uit 2 tabbladen bestaan: “Overzicht” en “Info” (in plaats van “Overzicht”, “Oefeningen” en “Vragen”).



## Overzicht tabblad

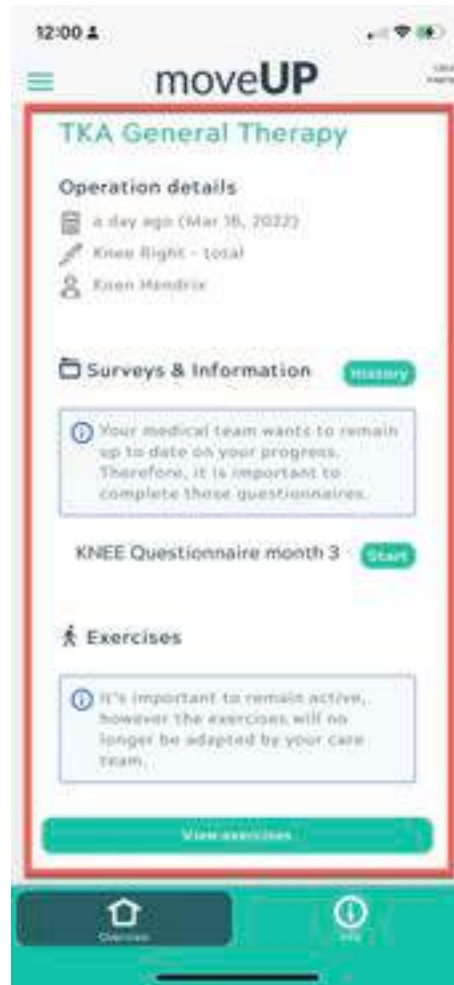
## Berichten

De berichtenfunctie blijft nog zeven dagen beschikbaar. Na een week wordt de berichtenfunctie uitgeschakeld. Uw berichtengeschiedenis blijft beschikbaar in de app.



## moveUP-traject kaart

Het volgende blok is uw “moveUP traject kaart”. Het bevat uw operatiegegevens, vragenlijsten die nog moeten worden ingevuld en een optie om de oefeningen te bekijken die u in de loop van uw revalidatie met de app hebt gedaan

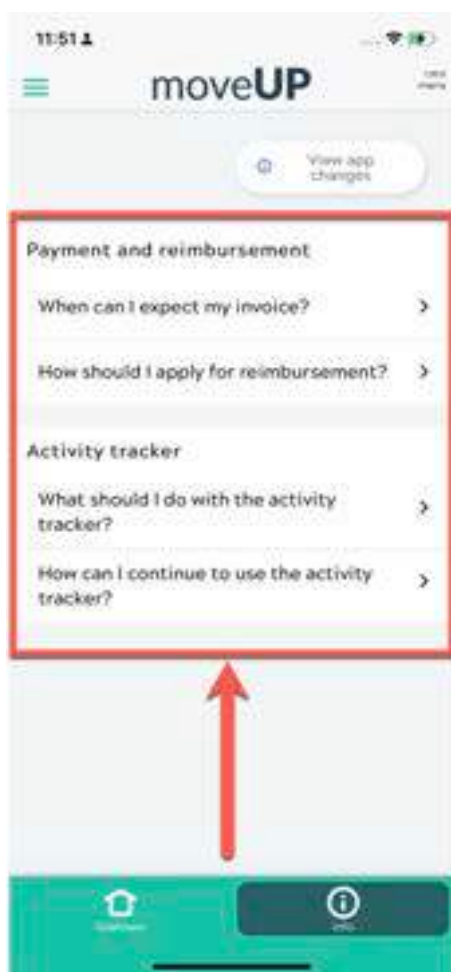


Als je meer dan één traject met moveUP hebt afgelegd, kun je naar beneden scrollen op de pagina en ze allemaal in aparte kaarten terugvinden.

## Info tabblad

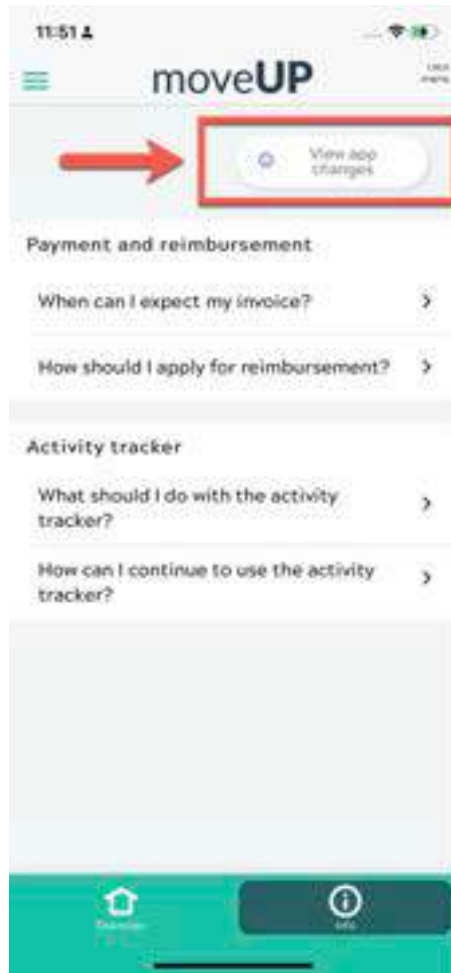
## FAQ

Als u op het tabblad info klikt, vindt u een pagina die gewijd is aan veelgestelde vragen.



## Bekijk app wijziging

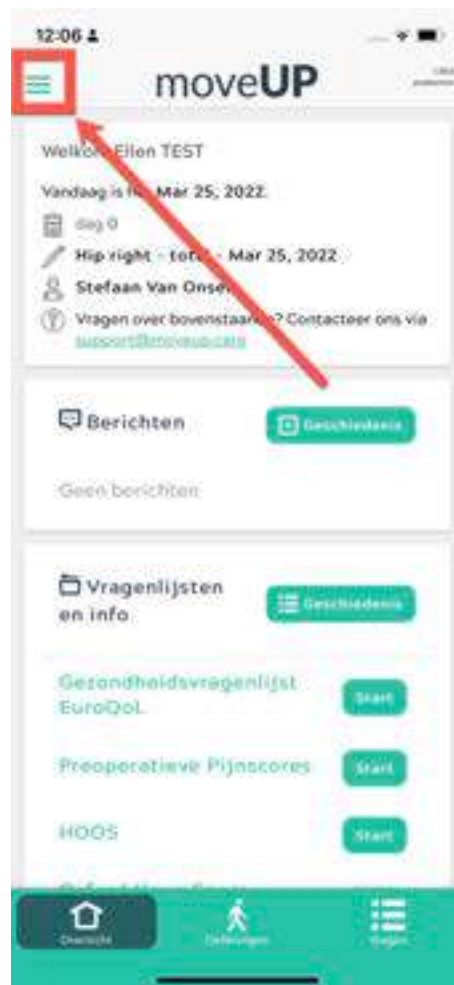
Hier vindt u een overzicht van wat er is veranderd zoals besproken op deze pagina.



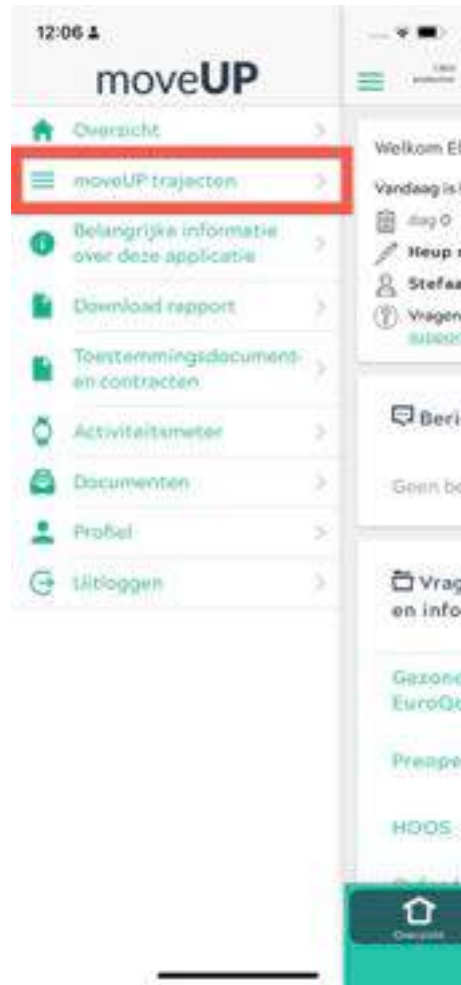
## Heeft u al een andere actieve follow-up geactiveerd?

In dit geval wilt u uw vorige informatie terugvinden in het overzichtstabblad. Maar u kunt nog steeds toegang krijgen tot uw vorige “moveUP traject kaarten” via het menu.

Ga naar het menu door op het menu-icoon linksboven te klikken.



Kies moveUP trajecten



Laatste update op maart 30, 2022

# moveUP



## Benutzerhandbuch – Gesundheitsplattform & Patienten-App für HCPs

Erhalten Sie Einblicke in die Rehabilitation Ihrer Patienten und gewährleisten Sie eine gründliche Nachsorge

App- & Gesundheitsplattform-Version: 1.30 bis aktuell  
Handbuch-Version: 9

Datum der Veröffentlichung des Handbuch : 01/04/2022

Link zum e-learning: <https://moveup.talentlms.com/index>



# Inhaltsverzeichnis

1. Anweisungen
2. Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen
3. Beabsichtigte Verwendung und vorgesehene Nutzer
4. Anwendungsgebiete
5. Kontaktdaten
6. Patienten-App
  - a) Patienten-App Funktionalitäten
  - b) So verknüpfen Sie einen Aktivitätstracker
7. Gesundheitswesen-Plattform
  - a) Funktionalitäten der Gesundheitsplattform
  - b) Klinische Richtlinien für Physiotherapeuten
  - c) Registrierung eines moveUP Patienten
  - d) Beendigung der Behandlung in moveUP

# ANWEISUNGEN



Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung vor der ersten Nutzung von moveUP sorgfältig durch, um sich mit moveUP, seinen Funktionen und Grenzen vertraut zu machen. Bitte wenden Sie sich bei Fragen direkt an moveUP.



Im letzten Abschnitt dieses Dokuments finden Sie unsere Kontaktdaten. Bitte kontaktieren Sie uns, falls Sie technische Probleme mit der Anwendung (moveUP Dashboard oder Patienten-App) haben, oder wenn Sie Hilfe zu einem Versorgungspfad benötigen.



Der Gesundheitsdienstleister kann Dritten keinen Zugriff auf das moveUP Dashboard gewähren. Drittpersonen könnten (auch versehentlich) falsche Informationen senden oder das Patientenprofil anpassen, sodass die von moveUP gesendeten Ratschläge nicht mehr den Bedürfnissen des Patienten entsprechen.



Falls die Anwendung genutzt wird, ohne dass moveUP & b.clinic mit der Nachsorge der Patienten beauftragt wird, ist der jeweilige Gesundheitsdienstleister oder die Gesundheitseinrichtung für die Nachsorge des Patienten und die durchgeführten Maßnahmen verantwortlich.



In Übereinstimmung mit den Rechtsvorschriften für Medizinprodukte sind Sie verpflichtet, alle Beschwerden über die Anwendung, jede Änderung der Merkmale/Spezifikationen der Anwendung und Zwischenfälle/Komplikationen, die möglicherweise mit der Verwendung der Anwendung zusammenhängen, an [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) zu melden. Die AFMPS kann im Falle eines Vorfalls auch über [https://www.famhp.be/en/human use/health products/medical devices accessories/materiovigilance/how notify](https://www.famhp.be/en/human%20use/health%20products/medical%20devices%20accessories/materiovigilance/how%20notify) kontaktiert werden.



Bitte melden Sie in Übereinstimmung mit der GDPR-Gesetzgebung eventuelle Datenlecks im Zusammenhang mit der Nutzung von moveUP. Bitte lesen Sie die gesamte Datenschutzrichtlinie: <https://www.moveup.care/privacy>

# Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen



- moveUP ist kein Notfallhilfsmittel. In Notfällen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder rufen Sie den Notruf/112.
- moveUP ist nicht zur Überwachung/Behandlung von Vitalparametern bei kritischen Krankheiten gedacht.



- MoveUP Companion ist kein Ersatz für eine Behandlung, die Ihnen verschrieben wurde, sondern wird als Ergänzung eingesetzt.
- Patienten müssen sich darüber im Klaren sein, dass es für das Pflgeteam schwieriger ist, ihre gesundheitliche Situation und Entwicklung zu erkennen, wenn die Fragebögen nicht regelmäßig oder nicht wahrheitsgemäß ausgefüllt werden



- Die moveUP App bietet eine personalisierte Gesundheitsversorgung auf der Grundlage des individuellen Patientenprofils und kann daher nicht geteilt, ausgeliehen oder zwischen Nutzern gehandelt werden. Die Informationen und Ratschläge der moveUP App gelten nicht für einen anderen Patienten als den, dessen Profil in der App gespeichert ist. Der Patient darf Dritten keinen Zugang zur moveUP App gewähren. Jede andere Person kann (auch versehentlich) falsche Informationen übermitteln oder das Profil des Patienten ändern, mit der Folge, dass die von moveUP gesendeten Ratschläge nicht mehr den Bedürfnissen des Patienten entsprechen.

*Bei Software gibt es immer ein Restrisiko für Fehler. Wenn Sie das Gefühl haben, dass etwas nicht stimmt oder Sie keine Antwort in der App erhalten, kontaktieren Sie uns bitte über [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) oder rufen Sie 0800 88 008 an. Die moveUP IFU werden nur in elektronischer Form geliefert. Wenn Sie eine vollständige gedruckte Version benötigen, kontaktieren Sie uns bitte unter der E-Mail-Adresse [info@moveup.care](mailto:info@moveup.care). Diese E-Mail ist rund um die Uhr verfügbar*

# BEABSICHTIGTE VERWENDUNG

Für Gesundheitsdienstleister bietet moveUP ein effizientes klinisches Management von Pathologien und Behandlungen. Durch die Verwendung von moveUP erhält das Gesundheitspersonal/Pflegeteam wertvolle Einblicke in den Status des Patienten und seine Entwicklung.

Für Patienten stellt moveUP personalisierte Informationen und Anweisungen bereit, um sie bei der Bewältigung ihrer Symptome und dem Fortschritt ihrer Rehabilitation zu unterstützen. Die Intensität der Nachsorge wird an die Bedürfnisse der Patienten und den Verlauf der Genesung angepasst:

**moveUP companion** = Überwachung und Information, keine aktive Nachsorge

moveUP companion bietet Patienten gezielte Informationen und Entwicklungsberichte. Das Behandlungsteam berücksichtigt die Entwicklungsberichte gegebenenfalls bei der weiteren Genesung.

**moveUP coach** = aktive Nachbetreuung durch das Behandlungsteam

moveUP coach bietet Patienten gezielte Informationen und Entwicklungsberichte. Das Pflegeteam wird aktiver einbezogen, berücksichtigt die Entwicklungsberichte und kann über die digitale Plattform Ratschläge und Übungsvorschläge geben.

**moveUP therapy** = aktive Nachsorge durch das Gesundheitsteam, mit datengesteuertem, validiertem Pflegeprotokoll

MoveUP therapy bietet ein datengesteuertes, validiertes Pflegeprotokoll mit bestimmten Übungs- und Aktivitäts-Kategorien und Schwierigkeitsgraden, die speziell auf den einzelnen Patienten zugeschnitten sind. Das Pflegeteam kann das datengesteuerte, validierte Protokoll bei Bedarf manuell anpassen. Die Patienten können mit moveUP eine vollständige Rehabilitation durchführen, ohne ihre häusliche Umgebung zu verlassen.

*Optionale Funktionen, die aktiviert werden können: Interoperabilität mit medizinischen Geräten der Klasse IIa für kontinuierliche passive Bewegung (CPM). Für Knie- und Hüftpatienten, die ein medizinisches CPM-Gerät der Klasse IIa verwenden, kann moveUP mit der CPM-Software der Klasse IIa interagieren. moveUP fungiert als Vermittler, um einem Patienten auf einfache Weise ein von einem Arzt ausgewähltes CPM-Übungsprotokoll zuzuweisen und die durchgeführten CPM-Übungen im medizinischen Dashboard anzuzeigen.*

# VORGEGEHENE NUTZER

moveUP

---

moveUP ist für die Nutzung durch Patienten und Gesundheitsdienstleister gedacht. Der Hauptnutzer der mobilen App und der Patienten-Website ist der Patient.

Geeignete Nutzer:

- Alter: mindestens 18 Jahre / keine maximale Altersgrenze
- Gesundheit & Verfassung: in der Lage, grundlegende Alltagsaktivitäten durchzuführen
- Sprache: Der Nutzer versteht eine der verfügbaren App-Sprachen (Niederländisch, Französisch, Deutsch, Englisch)

Ungeeignete Nutzer:

- Patienten, die geistig inkompetent sind oder Schwierigkeiten haben, ihre Gefühle auszudrücken (z.B. psychisch kranke Menschen, Menschen, die in Altersheimen untergebracht sind usw.), sind von der Nutzung ausgeschlossen.
- Patienten, die nicht in der Lage sind, ein Tablet/Smartphone oder einen Aktivitätstracker zu bedienen
- Patienten, die keine der angebotenen App-Sprachen verstehen (Niederländisch, Französisch, Deutsch, Englisch)

Die Hauptnutzer der medizinischen Web-Schnittstelle sind Gesundheitsdienstleister (Gruppe) oder klinische Forscher (Gruppe), das sogenannte Pflereteam. Das Pflereteam kann die Web-Schnittstelle per PC/Tablet/Smartphone bedienen. Der Gesundheitsdienstleister muss eine der verfügbaren Sprachen der Web-Schnittstelle sprechen (derzeit nur auf Englisch verfügbar).

## Kontraindikationen und mögliche Nebenwirkungen

Es sind keine Kontraindikationen oder mögliche Nebenwirkungen bekannt.

## Menschlicher Körperkontakt

Aufgrund der Beschaffenheit des Produkts (Software) besteht kein menschlicher Körperkontakt mit dem Patienten oder Anwender.

## Zubehör/kombinierbare Produkte

Es gibt kein Zubehör. Wenn der Patient kein kompatibles Tablet/Smartphone oder Aktivitätstracker hat, kann moveUP diese Geräte an den Patienten vermieten. Bei den gemieteten Geräten handelt es sich um CE-gekennzeichnete Geräte, die den Kompatibilitätsanforderungen (siehe Benutzerhandbuch) gerecht werden.

## Gerät-Lebensdauer

2 Jahre. Abhängig von der Bereitschaft des Nutzers, die App zu aktualisieren. Wir erinnern den Nutzer, die App zu aktualisieren, um eine optimale Leistung zu gewährleisten und die neuesten Funktionen nutzen zu können.

## Leistungen

### *moveUP companion/coach/therapy*

Die Nachsorge-Intensität wird mithilfe des moveUP Symptom- & QoL-Überwachungstools an die Bedürfnisse des Patienten angepasst.

moveUP verbessert das klinische Management des Patienten, da eine frühzeitige Erkennung und Behandlung von Komplikationen durch das Symptom- & QoL-Überwachungstools ermöglicht wird

Effizienteres klinisches Management, da die Anzahl der Beratungen reduziert werden kann

Durchsetzung der Therapie-Compliance / Einhaltung

Bereitstellung der richtigen Informationen zum angemessenen Zeitpunkt

### *moveUP therapy*

Mithilfe von moveUP therapy können Knie- und Hüftgelenkspatienten über das Inn-App-Pflegeteam vollständig rehabilitiert werden, ohne ihre häusliche Umgebung zu verlassen.

# FIRMENDATEN



Hauptsitz Brüssel: Cantersteen 47, 1000 Brüssel, Belgien  
Büro in Gent: Oktrooiplein 1, B-9000 Ghent, Belgien  
Tel: 0800 88 008  
E-Mail: [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) [www.moveUP.care](http://www.moveUP.care)



moveUP

Basic UDI-DI: ++G166MOVEUPV1300WE0P



Bei Fragen zur App, dem Tablet oder dem Aktivitätstracker können Sie moveUP über die folgende Kanäle kontaktieren - in der Reihenfolge der Priorität:

- Über das Nachrichtensystem der App.
- Per E-Mail an [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)
- Telefonisch während der Bürozeiten: 0800 88 008

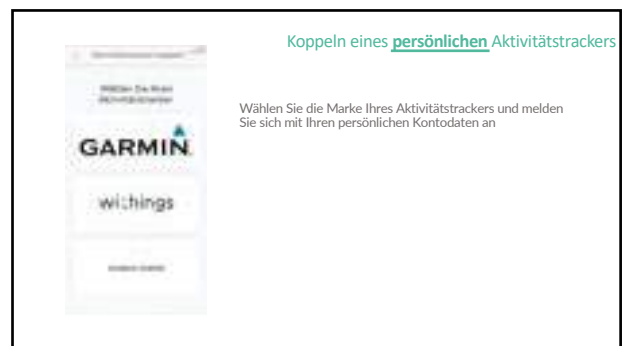
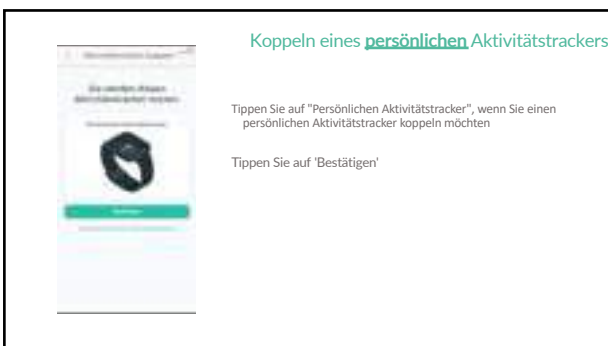
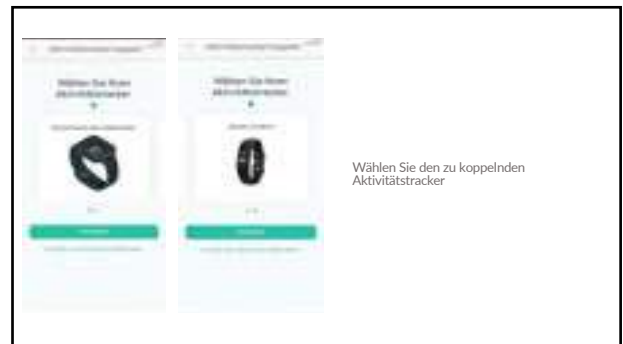
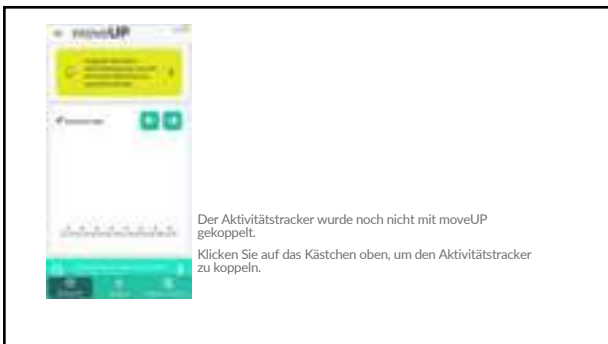
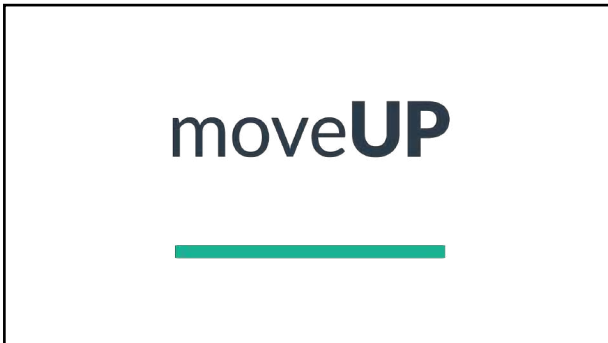


# moveUP



Patienten-App



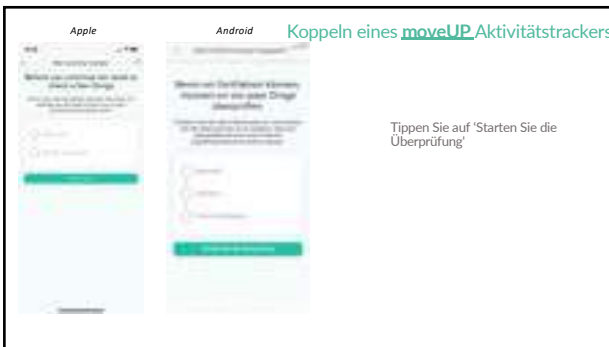




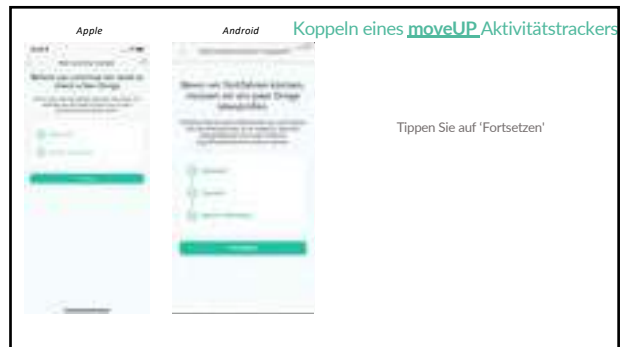
7



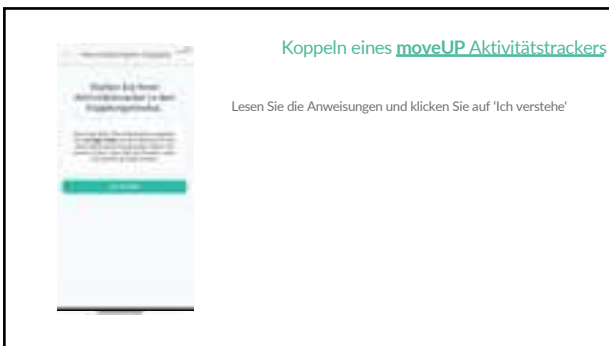
8



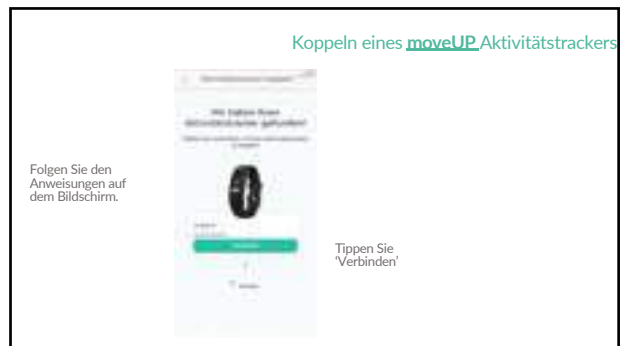
9



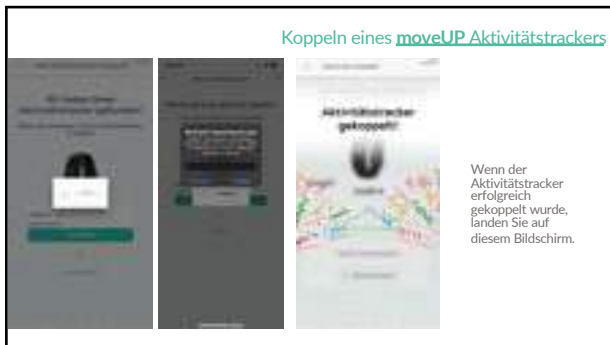
10



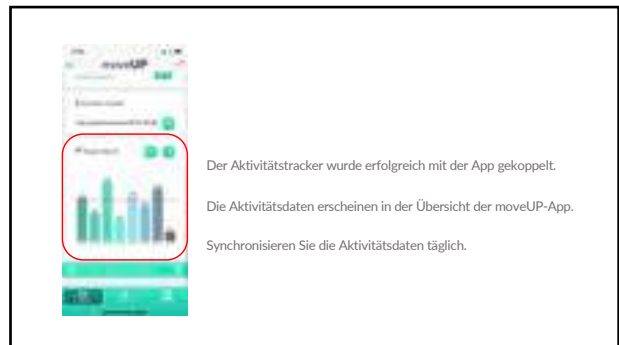
11



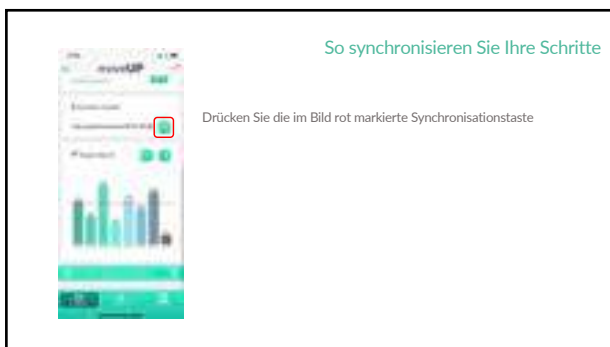
12



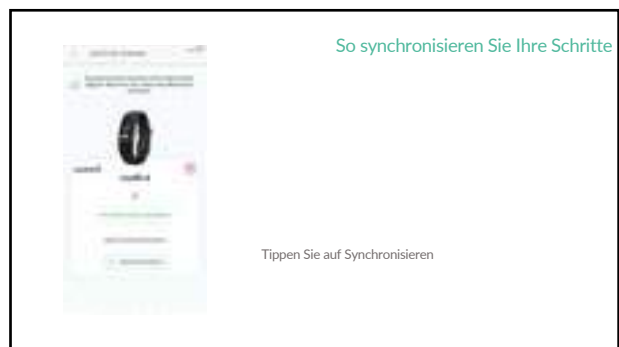
13



14



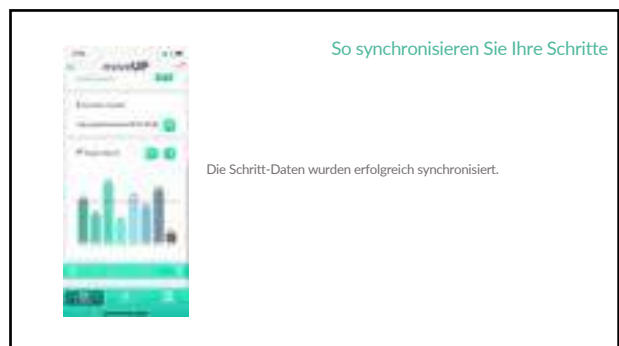
15



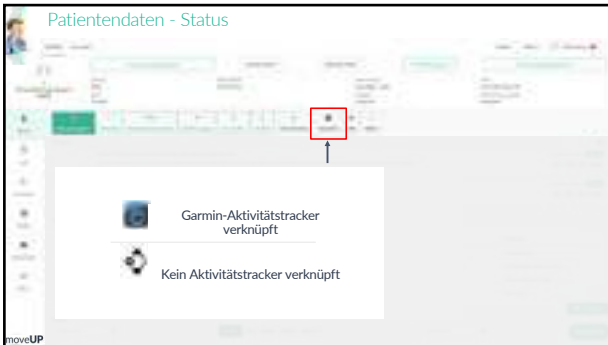
16



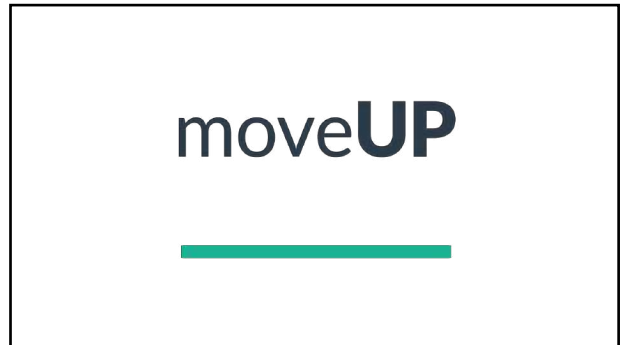
17



18



19



20

# moveUP



Gesundheitswesen-Plattform

# moveUP



1

## Funktionalitäten der Gesundheitswesen-Plattform

2

✓ Plattform für Gesundheitswesen



3

Geschulte Physiotherapeuten und Ärzte melden sich bei der Gesundheitsplattform an  
<https://v1.medical.moveup.care>



4

## Patientenübersicht

5

Die moveUP-Plattform bietet Ihnen eine deutliche Übersicht über Ihre Patienten



6



7



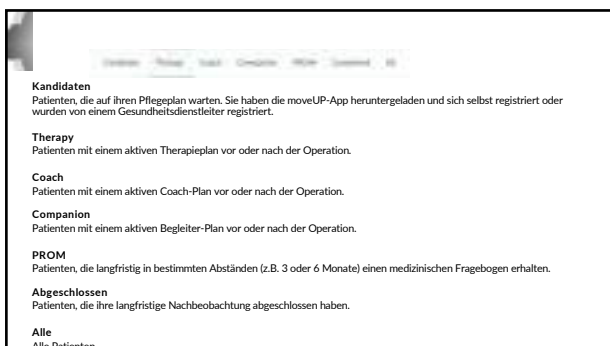
8



9



10



11



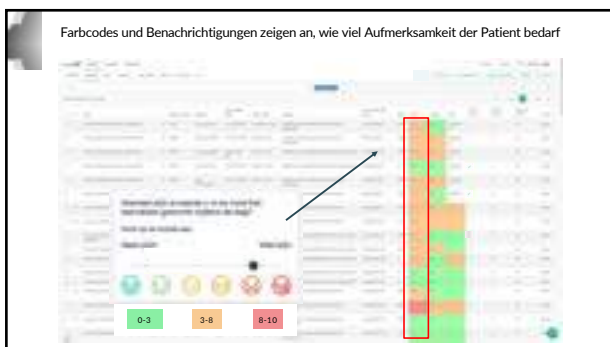
12



13



14



15



16

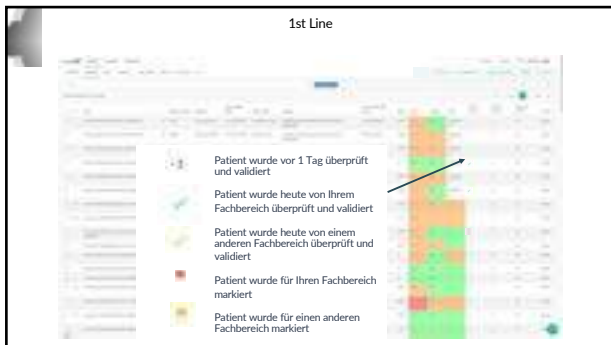


17



18

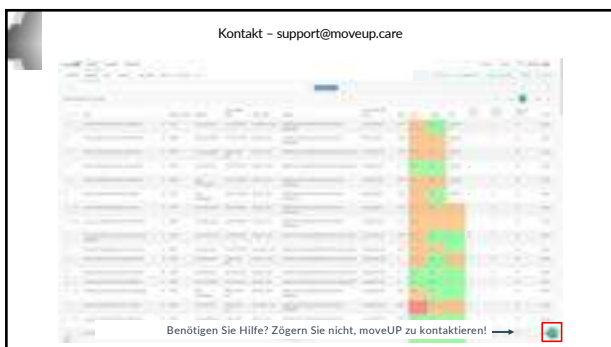




19



20



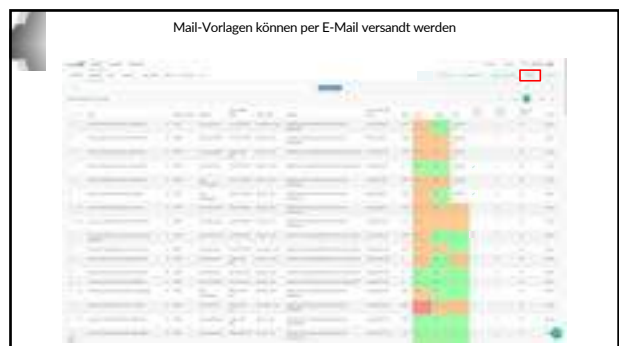
21



22



23



24



25



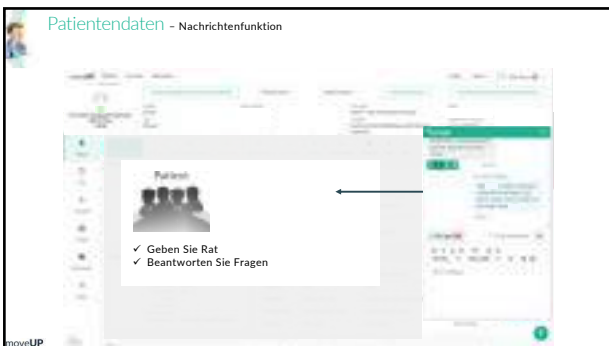
26



27



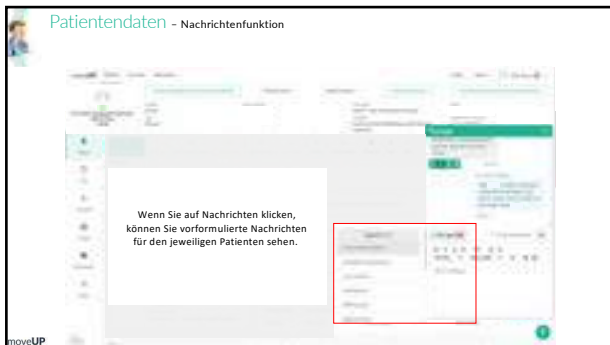
28



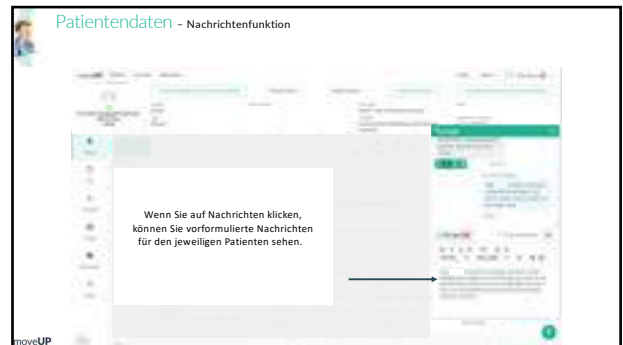
29



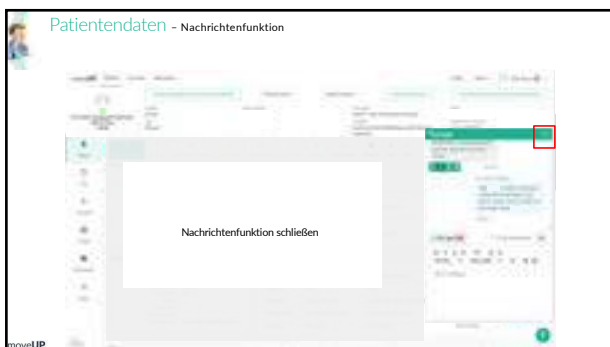
30



31



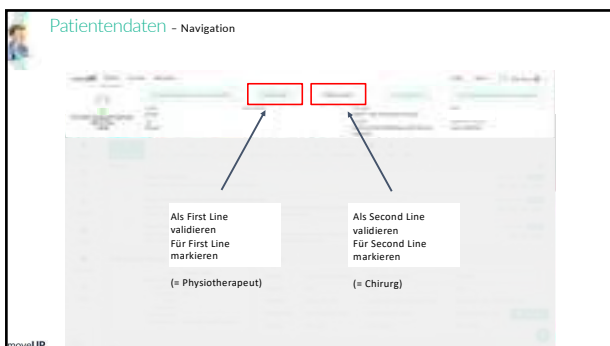
32



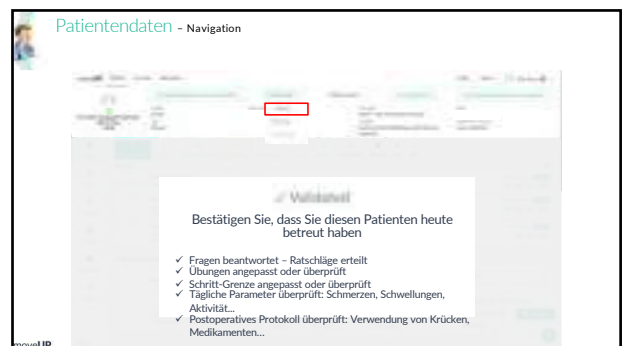
33



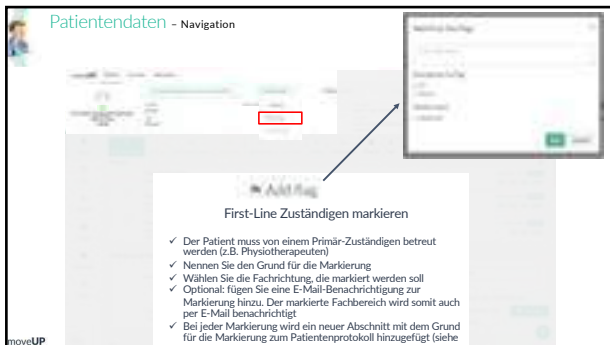
34



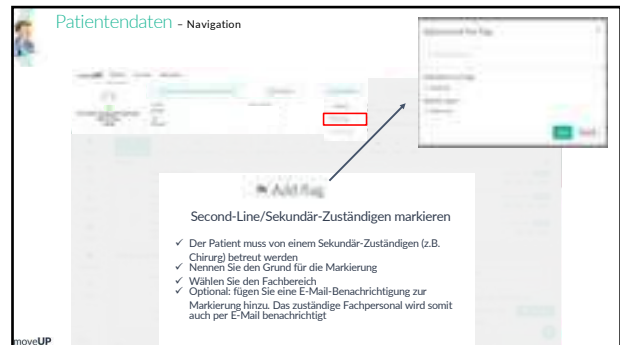
35



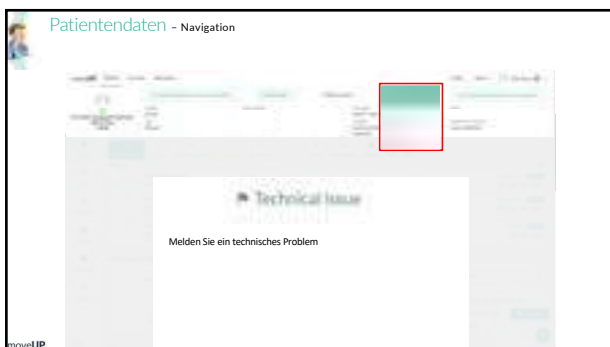
36



37



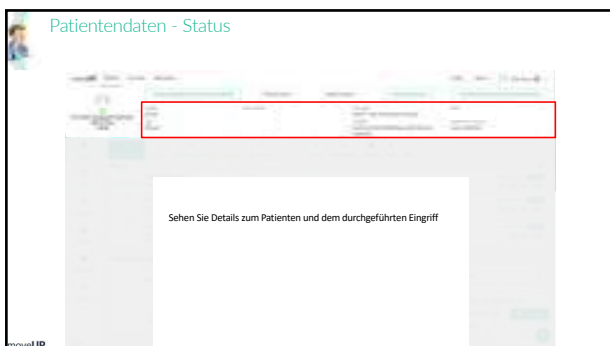
38



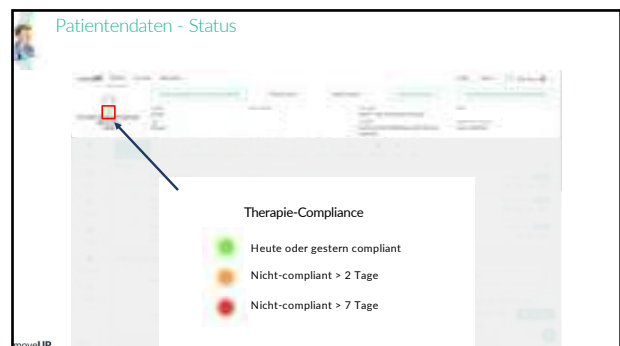
39



40



41



42

Patientendaten - Status

Therapie-Compliance

- ✓ Patient gab an, die Übungen zu machen
- ✓ Patient hat die täglichen Fragen beantwortet
- ✓ Patient hat alle verfügbaren Fragebögen ausgefüllt
- ✓ Aktivitätsdaten sind aktuell

moveUP

43

Patientendaten - Status

Sehen Sie die aktuellen und geplanten Rehabilitationsphasen

- Finish: Patient hat die Phase abgeschlossen
- Stop: Die Phase wurde gestoppt, aber nicht abgeschlossen
- Disable: Trifft nicht auf den Patienten zu

moveUP

44

Patientendaten - Status

Wichtige Informationen über die Intervention

moveUP

45

Patientendaten - Status

Tabellenübersicht der letzten 3 Tage: Aktivitäten, Medikamente, Krücken

- Einnahme der verschriebenen Medikamente
- Medikament-Fragen werden an die Ärzte weitergeleitet
- Ordnungsgemäße Nutzung der Krücken

moveUP

46

Patientendaten - Status

Klicken Sie auf Questionnaires, um alle Antworten auf die täglichen Fragen zu sehen.

moveUP

47

Patientendaten - Status

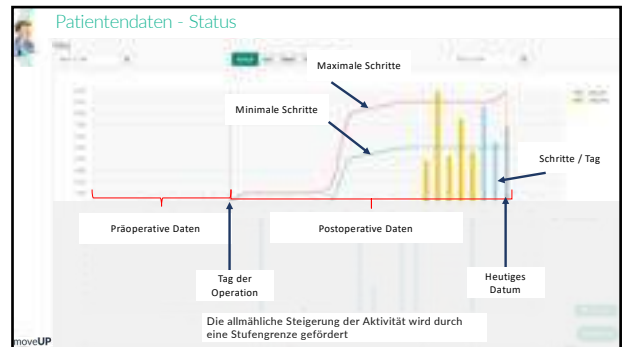
Nach unten scrollen

moveUP

48



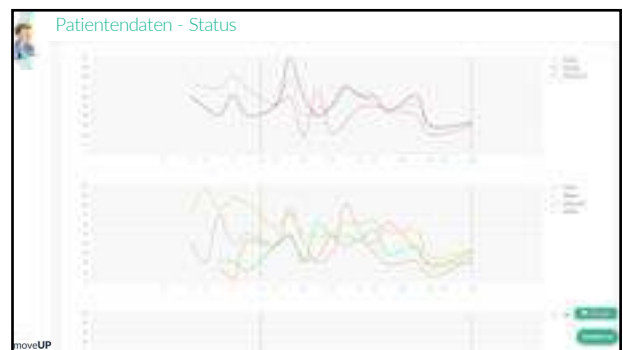
49



50



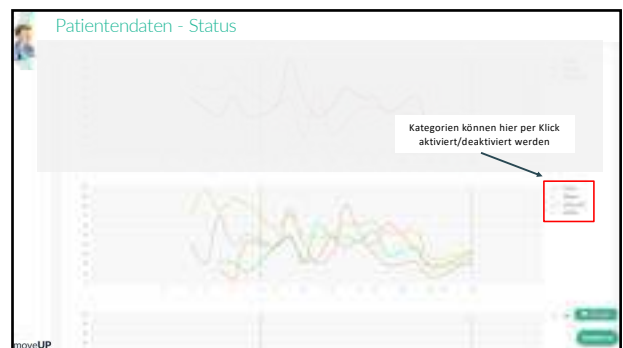
51



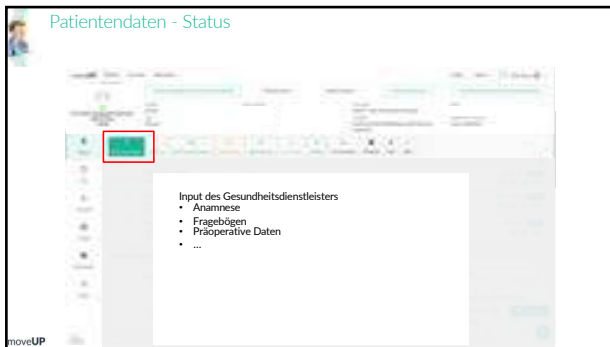
52



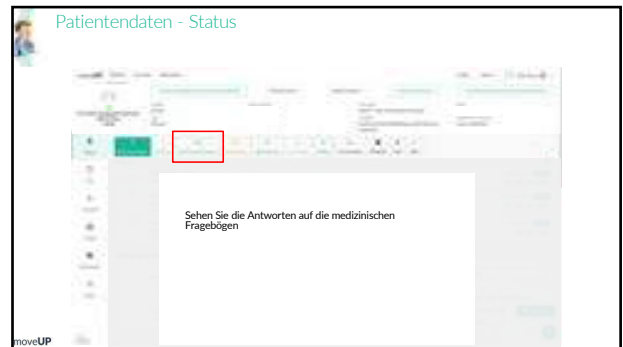
53



54



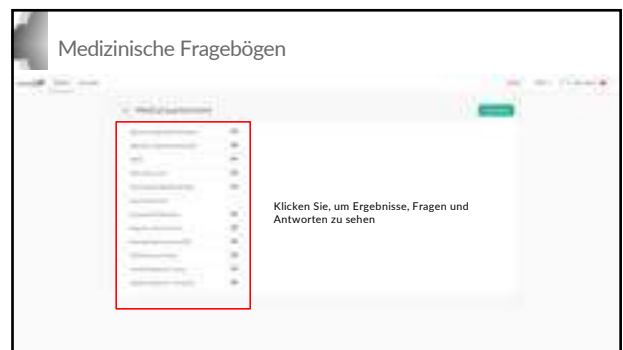
55



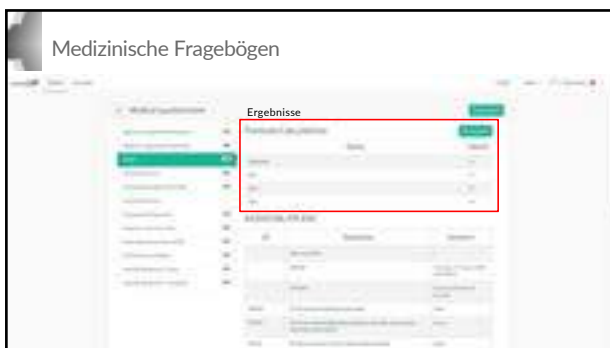
56



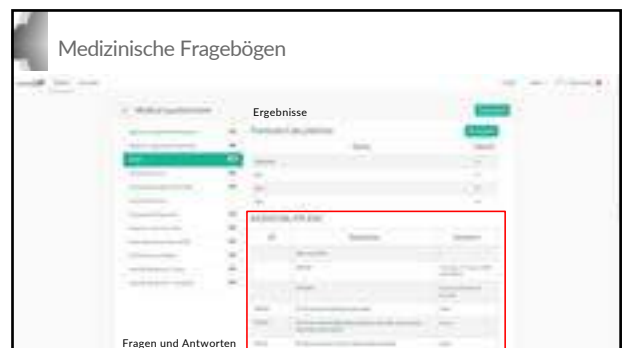
57



58



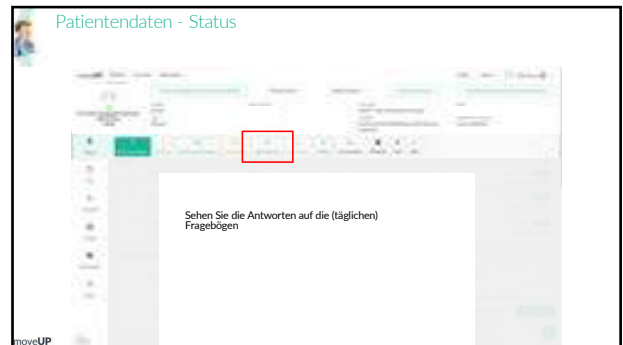
59



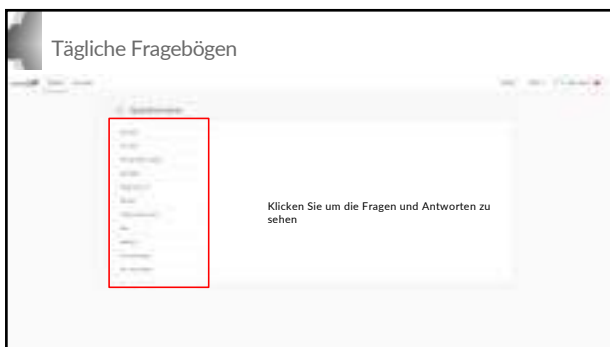
60



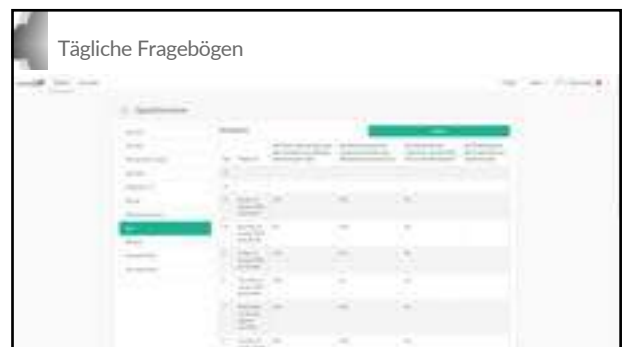
61



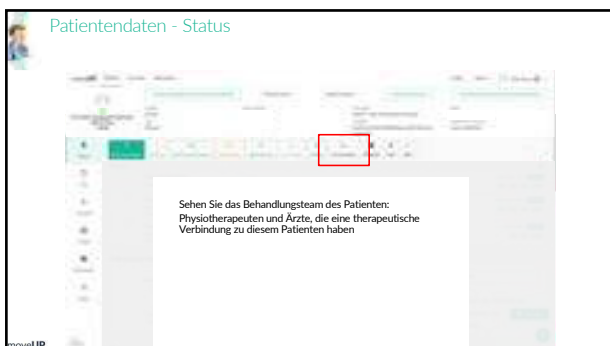
62



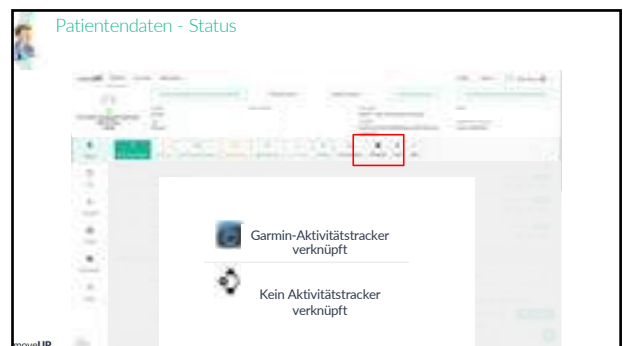
63



64

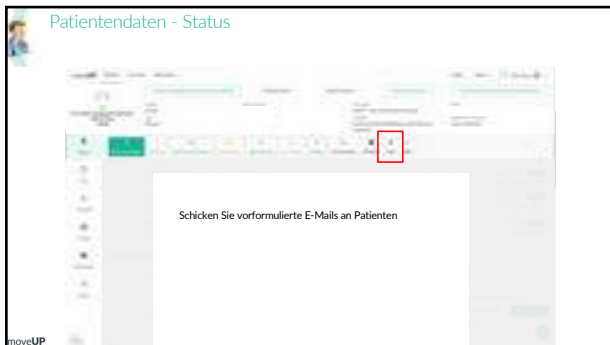


65



66

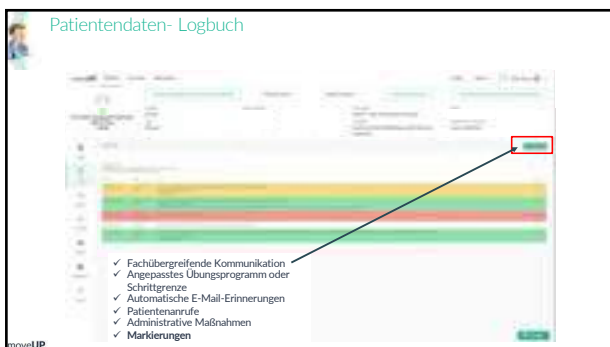




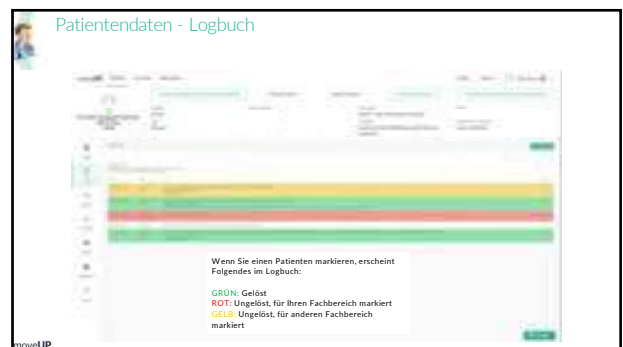
67



68



69



70



71



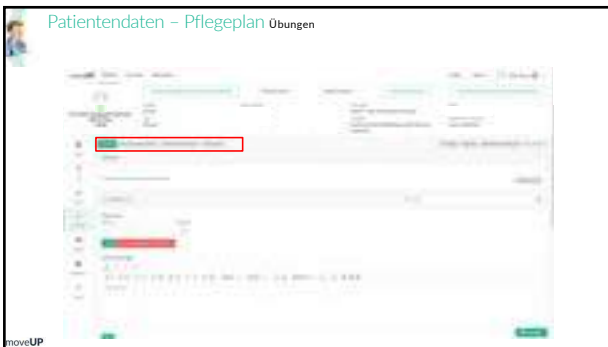
72



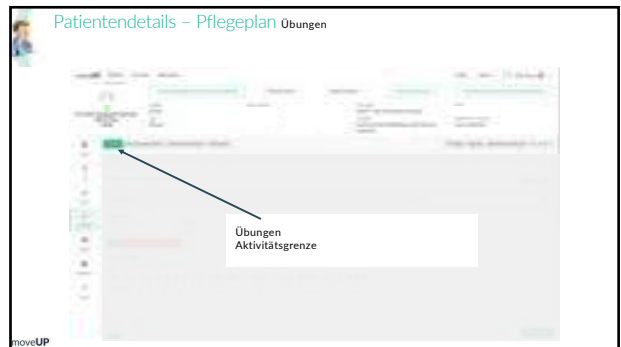
73

# Patientendaten - Pflegeplan Anpassung der Patientenbehandlung

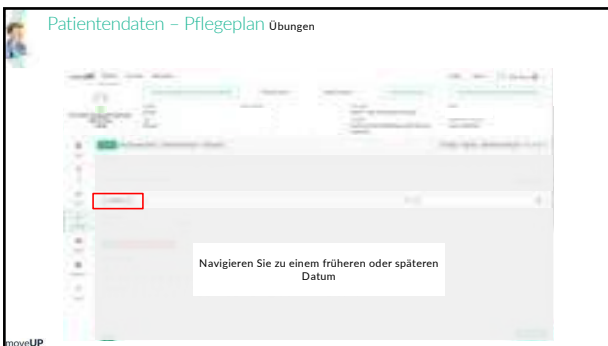
74



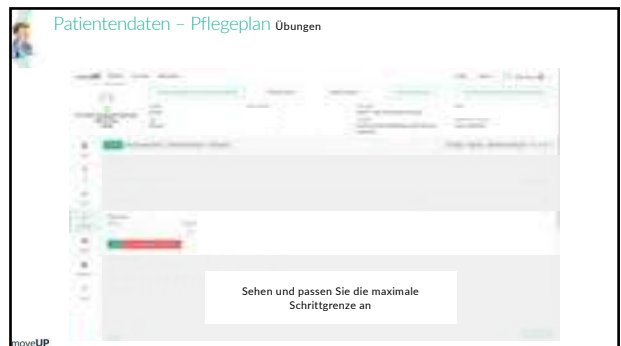
75



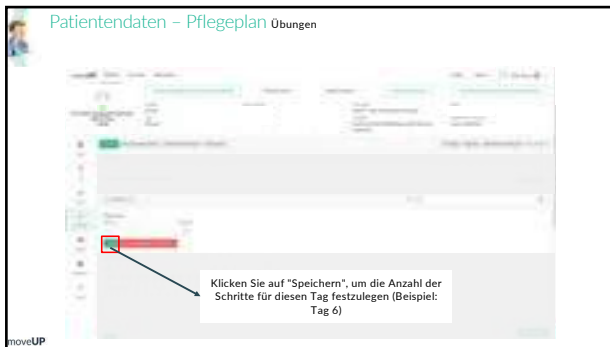
76



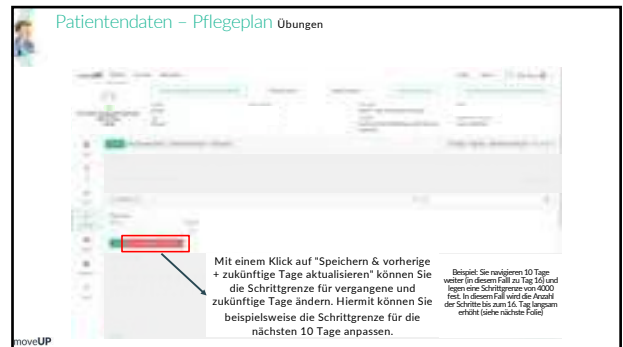
77



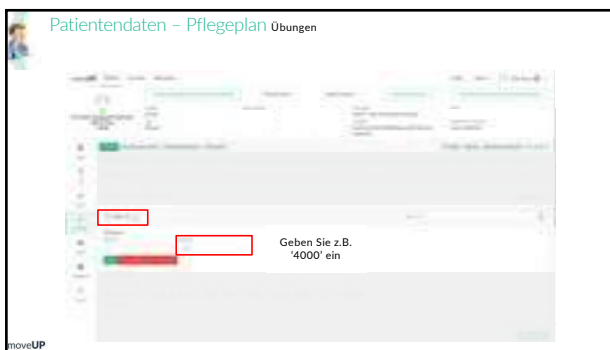
78



79



80



81



82



83



84

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Sehen Sie den Übungsplan und nehmen Sie Anpassungen vor

85

Patientendaten - Pflegeplan

Jeder Patient erhält einen standardisierten Übungsplan, der auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist.

Blaue Häkchen bedeuten, dass die Übung aktiviert wurde.  
Graue Häkchen bedeuten, dass die Übung nicht aktiviert wurde.

86

Patientendaten - Pflegeplan

Jeder Patient erhält einen standardisierten Übungsplan, der auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist.

Es gibt eine Planungsfunktion, mit der Sie Übungen über einen längeren Zeitraum hinweg planen können. (Klicken Sie auf *Advanced settings / Erweiterte Einstellungen*)

- Start day/End day:
  - Start day= der von Ihnen ausgewählte Starttag
  - End day= Geben Sie den Tag ein, an dem diese Übung enden soll
- Repeat Eingabefeld:
  - Wählen Sie, wie häufig die Übung bis zum Tagesende wiederholt werden soll
- Intensity/ Frequency START:
  - Dies ist die Intensität/Frequenz zu Beginn des geplanten Übungszeitraums
- Intensity/Frequency TARGET:
  - Dies ist die Intensität/Frequenz am Ende des geplanten Übungszeitraums
  - Z.B. Starttag=10, Endtag=20, Intensität Start= 1, Intensität Ziel=10 => Am Tag 15 wird die Intensität automatisch berechnet und in diesem Fall auf 5 gesetzt.

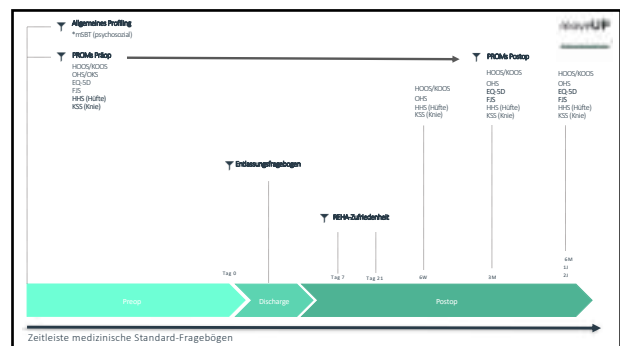
87

Patientendaten - Pflegeplan Wiederkehrende Fragebögen

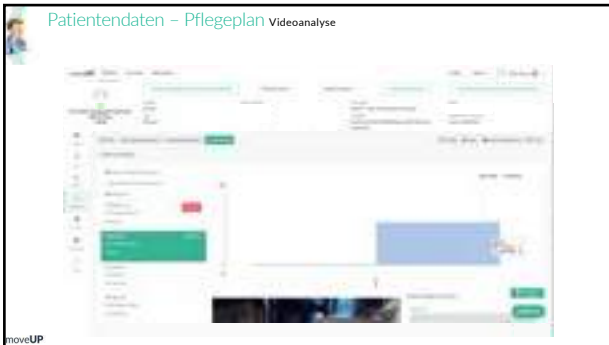
88

Patientendaten - Pflegeplan Medizinische Fragebögen

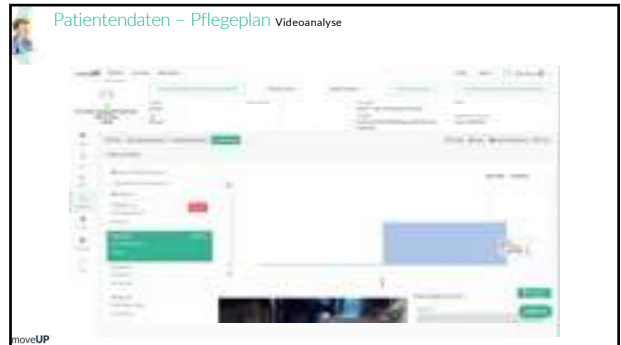
89



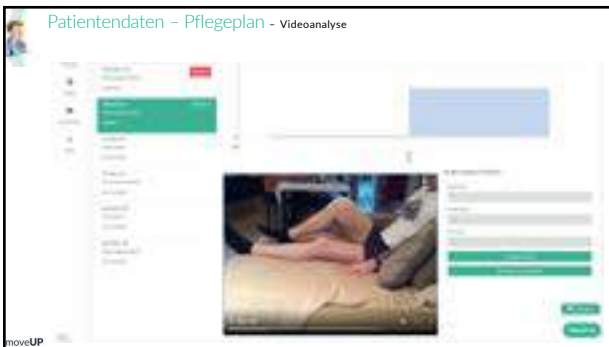
90



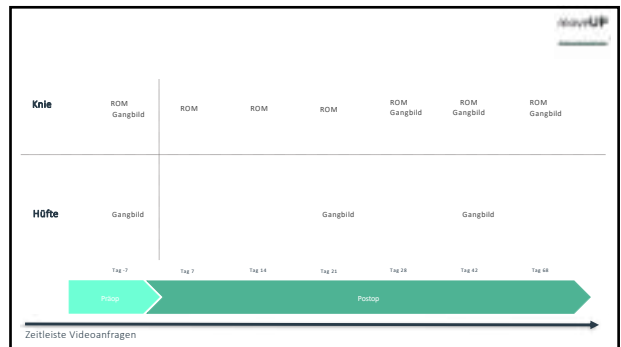
91



92



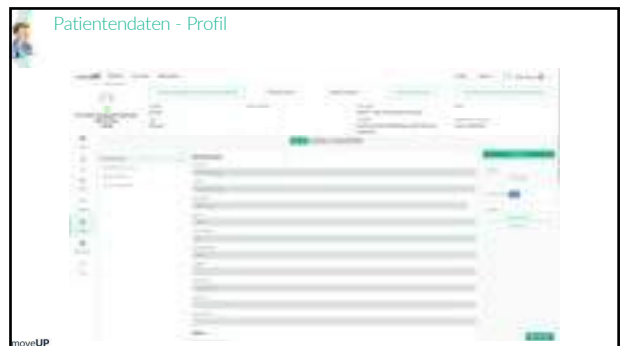
93



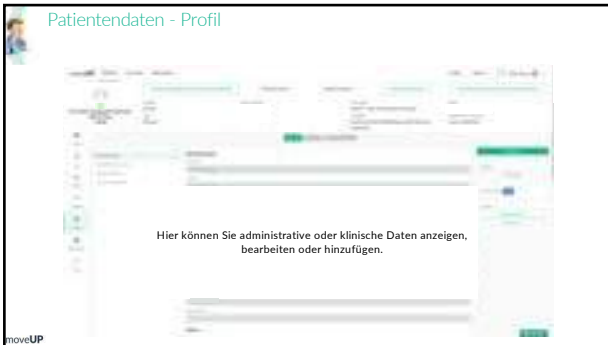
94

Patientendaten  
-  
Profil

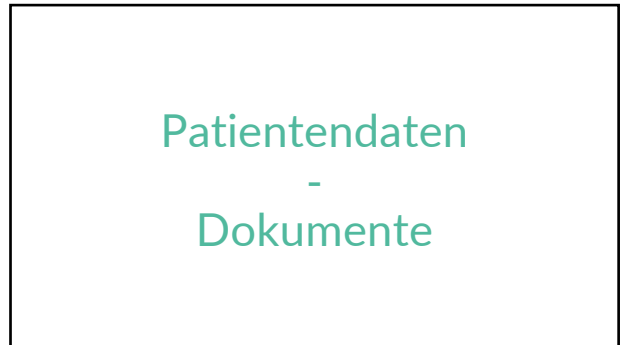
95



96



97



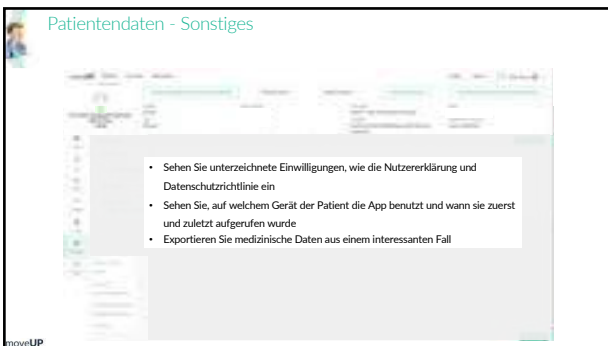
98



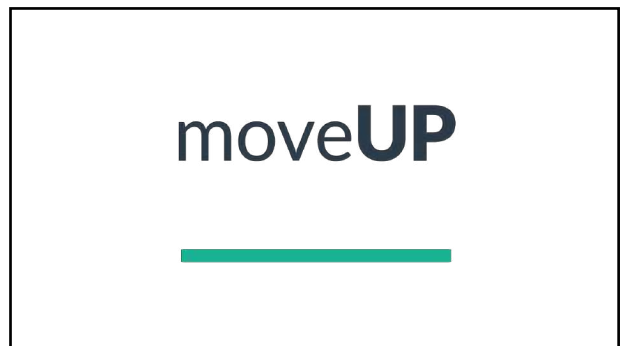
99



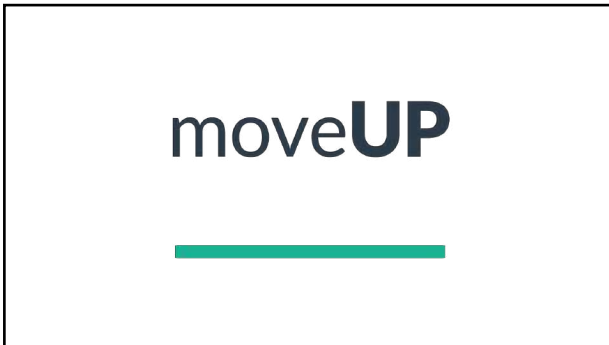
100



101



102



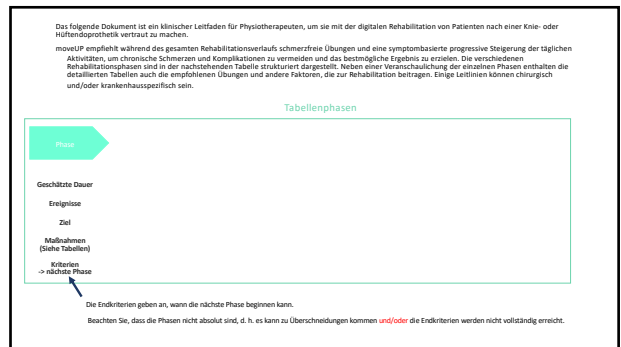
1



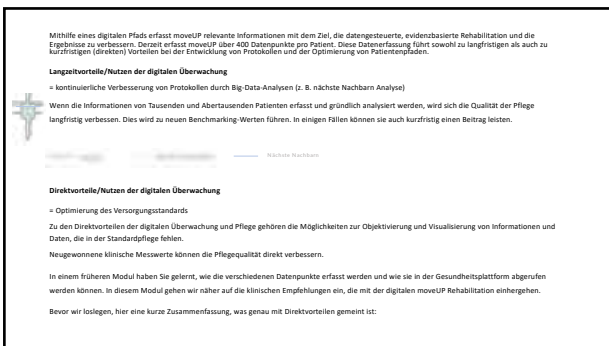
2



3



4



5



6

**Direktvorteil** – z.B. Visualisierung der Patienten-Parameter: Gelenkwärme, Schwellungen

- Vom Patienten berichtete Beschwerden, wie Wärme und Schwellungen am operierten Gelenk, können nützliche Hinweise auf den Heilungsprozess geben.
- Unten sehen Sie einen Rückgang der vom Patienten berichteten Schwellungen (grün).

7

**Direktvorteil** – z.B. Einblicke in die Aktivität des Patienten, die per Handgelenk-Aktivitätstracker verfolgt wird

Einblicke in das Aktivitätsniveau nach dem Eingriff

- Welches Aktivitätsniveau erreicht der Patient?
- Steigt der Patient die Aktivität allmählich?
- Hält sich der Patient an das empfohlene Schrittmaximum?
- ...

Einblicke in das Aktivitätsniveau vor dem Eingriff

8

**Direktvorteil** – z.B. Einblicke in die Aktivitäten, Medikamenteneinnahme und Verwendung von Krücken

Übersicht der letzten 3 Tage: Aktivitäten, Medikamente, Krücken

- Überprüfen Sie die Einhaltung der verschriebenen Medikamente  
Fragen zu Medikamenten werden an die Ärzte weitergeleitet
- Überprüfen Sie, ob sich der Patient an die Krücken-Empfehlungen hält  
Geben Sie Tipps zum Übergang 2 -> 1 -> 0 Krücken  
Sehen Sie, welche Aktivitäten der Patient bereits wieder aufgenommen hat

9

**Eskalation an Second-Line-Ärzte**

- Bild der Wunde
- Alarmierende oder atypische Parameter
- Hohe Schmerzweite und Möglichkeit zur Anpassung der Medikamente
- Nichteinhaltung der Medikamenteneinnahme
- Medikament-Fragen
- Zusätzliche Motivation
- ...

Die Markierung wird automatisch zum Patienten-Logbuch hinzugefügt:

10

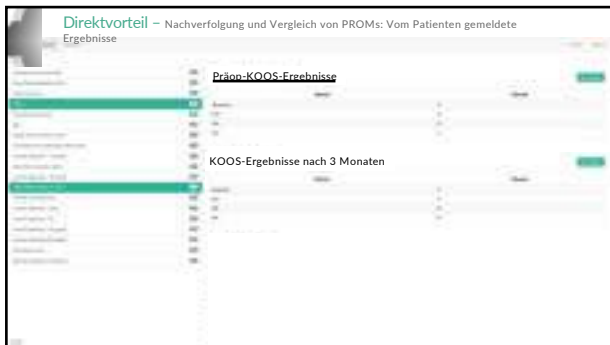
**Direktvorteil** – Verfolgen Sie den Bewegungsumfang Ihres Patienten im Laufe der Zeit

11

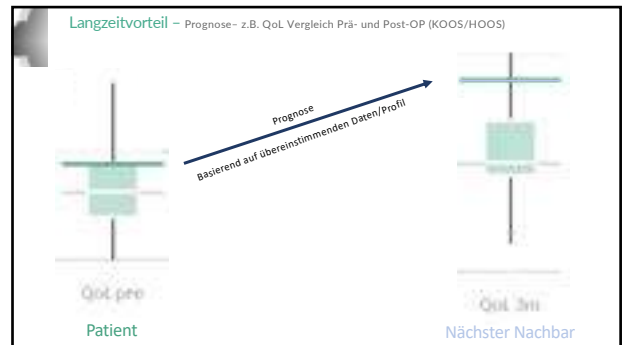
**Direktvorteil** – Evaluierung bestimmter PROMs

12





13



14

# Knie-Endoprothetik

Total  
Uni

15

Vorphase	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Voraussichtliche Dauer</b>	Tag 0-21	Tag 7- 60	Tag 35- ...
<b>Ereignisse</b>	Operation Krankenhausaufenthalt Entlassung Erste Woche zuhause Entfernung der Klammern	Erste postoperative Beratung 6 Wochen PROM-Auswertung	Zweite postoperative Beratung 3 Monate PROM-Auswertung Rückkehr zur Arbeit Autofahren
<b>Ziel</b>	Schutz des postoperativen Knies Vorbeugung von Komplikationen Schmerz- und Symptomkontrolle Wiedererlangung der Propriozeption Bewegung des Knies innerhalb der Schmerzgrenze	Allmählicher Rückgang der Schmerzen <2/10 Allmähliches Absetzen der Medikamente Wiedererlangung der Ausgangslage ohne Schmerzen ROM 0°/90° - Woche 4 Normalisiertes Gangbild Verbessertes Gleichgewicht/Koordination	ROM 0- 110° Woche 8 Erreichen des vollen ROM 9 Krücken Wiedererlangung der funktionellen Kraft
<b>Maßnahmen (Siehe Tabellen)</b>	Aufklärung & Unterstützung Überwachung beim Umgang mit Krücken Überwachung bei der Medikamenteneinnahme Beratung von schmerzfreien Übungen Kontrolle des Aktivitätsniveaus Überprüfung der Wunde Überprüfung der Mobilität	Aufklärung & Unterstützung Unterstützung beim Übergang von 2- > 1-0 Krücken Anpassung des Übungsplans Überwachung von Schwellungen/Munden anhand von Bildern Hinzufügen von Nicht-Standardübungen	Anpassung des Übungsplans Sicherstellung des normalen Verlaufs Hinzufügen von Nicht-Standardübungen Abschluss der Rehabilitation
<b>Kriterien -&gt; nächste Phase</b>	Schutz & Aufklärung Schmerz- und Symptomkontrolle	Minimale /keine Schmerzen Minimale Wundergötter im Knie Absetzen von Schmerzmitteln oder gelegentliche Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten KnieMTR ausb.	Für einige Punkte oder Übungen sollte die Zustimmung des Arztes eingeholt werden. z.B. Autofahren, Fahrradfahren, Ausflüchte- ...

16

Vorphase	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Isometrische Quadriceps-Übung - 2 x 10</b>	01 - 04 15 Min. Durchblutungsfördernde Übungen - 0 x 2 Min. Knieübungen - 2 x 10 Isometrische Quadriceps Übung - 2 x 10 Peronealübungen - 2 x 2 Min -> 2 Krücken Knieübungen 2 x 10 Min Driftübungen - 2 x 10	Hüft/Knie beugen und strecken im Stehen - 2 x 15 Hüft/Knie beugen - 2 x 10 Min Kniebeugen - 2 x 10 Hüft/Kniebeugung bis Hüft/Ankrechlung - 2 x 10 Hüftbeugung und Kniebeugung Mobilisierungs auf Träger - 2 x 15 Kniebeugen - 2 x 10 Mittlerer Zehnminuten - 2 x 10 Stehübungen im Stehen - 2 x 10 Knieer Ausübungen - 2 x 10 Aufschieben nach vorne - 2 x 10 Rücken - 2 x 10	Kniebeugen - 2 x 15 Hüftbeugen im Stehen - 2 x 15 Stehübungen - 2 x 10 Einbeiniger Stand - 2 x 10 Knieer Ausübungen - 2 x 10 Aufschieben nach vorne - 2 x 10 Rücken - 2 x 10

Knie-Tabelle: Übungen

17

Vorphase	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Aktivität</b>	1. Probe Durchschritt < 4000; - Schrittzahl 1000/Tag 2. Probe Durchschritt 4000 - 5000; Schrittzahl 1500/Tag 3. Probe Durchschritt > 9000; - Schrittzahl 2000/Tag Ab Tag 5: + 100 Schritte/Tag	Allmähliche Steigerung auf 50-100% des präoperativen Schrittdurchschnitts	Allmähliche Steigerung auf 75% - 100% oder > des präoperativen Schrittdurchschnitts
<b>Medikamente</b>	Schmerzmittel: WHO 1-2 NSAR 2/Tag - 2 Wochen Blutverdünnende Medikamente	Schmerzmittel: WHO 1 NSAR 1/Tag - 2 Wochen	Schmerzmittel absetzen Keine NSAR
<b>Mobilität</b>	Schmerzfreie Mobilisierungsübungen ohne Druck	ROM 0°/ 90° 4. Woche Fokus auf volle Streckung	ROM 0 - 130° 8. Woche Voller ROM
<b>Krücken</b>	2 Krücken	2 oder 1 Krücke	Keine Krücken
<b>Heimtrainer</b>	Kein Heimtrainer	Heimtrainer ohne Widerstand	Heimtrainer mit Widerstand
<b>Radfahren</b>		kein Radfahren	Radfahren nach Absprache mit Chirug
<b>Autofahren</b>		Autofahren (wenn sich der Patient sicher fühlt) *Prüfen, ob Autofahren von Chirugen oder PTZ-Verordnung genehmigt werden muss	

Knie-Tabelle: Aktivität - Medikamente (Siehe Anhang) - ROM - ...

18



Rückkehr zu Alltagsaktivitäten ✓ Minimale Schmerzen  
✓ Keine oder nur begrenzt Schmerzmittel Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

### KRITERIEN

- ✓ Minimale / keine Schmerzen
- ✓ Minimales Wärmegefühl im Knie
- ✓ Keine Schmerzmittel oder nur gelegentliche Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten
- ✓ Keine NSAR
- ✓ Für einige Punkte oder Übungen sollte die Zustimmung des Arztes eingeholt werden z.B. Autofahren, Fahrradfahren, Ausfallschritte...

Übergangsphase Rückkehr zu Alltagsaktivitäten -> Rückkehr zu aktivem Lebensstil

25

### Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

In der dritten postoperativen Phase:

- Schwerpunkt auf funktionelle Kräftigungen.**
- Übergang:** Beachten Sie sich wieder auf die Übungen in der Familie. Tragen Sie die Übungen nach und nach hinzu und beachten Sie sich dabei insbesondere auf die Parameter des Patienten in der Größe oder Farbe. Vertragen Sie nicht, die Übungen bis den vorherigen Punkt zu erhöhen. In einem maximal 6 Übungen pro Tag einstellen.
- Vorher:** Sie mit den funktionellen Kräftigungen beginnen, müssen Schmerzen, Wärme und Schwellung stark und minimal sein. Die Medikamente sind zu diesem Zeitpunkt eingeschickt oder abgesetzt. Während und nach den funktionellen Kräftigungen sollte diese Parameter weiter stark aneinander angepasst werden, da keine weiteren Verbesserungen zu erwarten. Während dieser Phase kann die Kühlung am Ende eines langen Tages immer noch hilfreich sein.
- Aktivität:** Fördern Sie die alleinliche Steigerung der Aktivität. Geben Sie Empfehlungen zu körperlicher Aktivität im Allgemeinen.
- Die Nachsorgefunktion:** In dieser Phase ist oft eine Beteiligung des normalen Verlaufs erforderlich. Was Sie darauf ist, dass die meisten Patienten bis zu 3 Jahr nach der Operation eine positive Entwicklung erwarten.
- Gangbild:** In der Videosanalyse werden der Fortschritt und die neuartige Fußstellung überprüft, inkl. Überprüfung auf Überkompensation.
- Bewegungsfähigkeit:** Nachdem die Schwellungen und Schmerzen auf ein Minimum reduziert sind, sollte sich die Beweglichkeit etwa in Woche 8-10 auf 0-110° entwickelt haben. Beachten Sie, dass der erreichte Bewegungsumfang nicht von der Mobilität des Patienten vor der Operation abhängt.
- Schritte:** Sie die Rehabilitation ab, indem Sie überprüfen, ob alle Erwartungen erfüllt wurden. Sie können die Zufriedenheit des Patienten und das Ergebnis bei der RCM Erhebung nach 3 Monaten überprüfen.

26

### Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

Übungen	Nachrichten	Überprüfung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Anpassung des Übungsschemas: Vorzeichen oder Aufzeichen von bestimmten Übungen</li> <li>Funktionelle Kraft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Fragen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wie war die 3-Monats-Beratung?</li> <li>Wie weit sind Sie von Ihren Zielen/Erwartungen entfernt?</li> <li>Gibt es Bewegungsverluste, die noch schwierig/schmerzhaft sind?</li> </ul> </li> <li><b>Rückmeldung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Richtiger Zeitpunkt 1 -&gt; 0 Krücken</li> <li>PRKs nach 3 Monaten</li> </ul> </li> <li><b>Fördern</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rückkehr zur Arbeit</li> <li>Vollständige Knie-Heilung</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reaktion bei höherer Belastung</li> <li>RCM Videos</li> <li>Gangbild Videos</li> <li>Patientenzufriedenheit</li> <li>Funktionelle RCM (L107 + volle Streckung)</li> <li>Normales Gangmuster</li> </ul>

Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

27

### ANSAZ Knie-Endoprothetik

**Prep** | **Tag 0** | **Tag 1-21** | **Tag 35** | **Tag 45** | **Tag 60** | **Tag 90** | **Tag 120**

- Prep:** Knieknieaufenthalt, Unterwisch nach Knieoperation
- Tag 0:** Operation - Knieknieaufenthalt: Tag 0 bis Tag 5
  - Postoperatives Schmerzmanagement (Schmerzmittel)
  - An Bedarf und Patientenprofil angepasst
  - Reaktion bei höherer Belastung
  - Reaktion bei höherer Belastung
- Tag 0 bis Tag 21:** Symptomkontrolle, Propriozeption und Mobilität: Tag 0 bis Tag 21
  - Rückgang von Schwellungen und Schmerzen, volle Streckung, 90° Beugung
  - Propriozeption: Qualitäts- & -Menge
  - Propriozeption: Qualitäts- & -Menge
- Tag 7 bis Tag 60:** Belastung und Mobilität: Tag 7 bis Tag 60
  - Vermeidung von Unter- und Überbelastung und Aufbau der ACL
  - Basis-Mobilität: Flexion, dorsale Beugung, Streckhaltung
  - Basis-Kraft: Solches Zehenklappen/Mini-Kniebeugen...
- Tag 35:** Funktionelle Kraft: ab Tag 35
  - Moderat bis hoher Belastung
  - Funktionelle Kraft: ab Tag 35
- Tag 45:** Rückkehr zu Alltagsaktivitäten
- Tag 60:** Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil


28

### Hüftendoprothetik

Anteriorer Ansatz

- DAA
- ALA

Posteriorer Ansatz



29

Verfahren	Knieknieaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Geschätzte Dauer</b>	Day 0 - 21	Tag 10 - 60	Tag 35 + ...
<b>Ereignisse</b>	Operation Knieknieaufenthalt Entlassung Entfernung der Klammern	Erste postoperative Beratung --	Zweite postoperative Beratung Rückkehr zur Arbeit Autofahren --
<b>Ziel</b>	Schutz der postoperativen Hüfte Vermeidung von Komplikationen Schmerz- und Symptomkontrolle Wiedererlangung der Propriozeption	Allmählicher Rückgang der Schmerzen <2/10 Allmähliches Absetzen der Medikamente Wiedererlangung der Ausgangskraft Normalisiertes Gangbild Verhinderung/Minderung von Leistenbeschwerden Grundlegendes Gleichgewicht/Koordination	Voller RCM 0 Krücken Funktionelle Kraft
<b>Maßnahmen (Siehe Tabellen)</b>	Aufklärung & Unterstützung Überwachung beim Umgang mit Krücken Überwachung bei der Medikamenteneinnahme Bereitstellung von schmerzhafte Übungen Kontrolle des Aktivitätsniveaus Überprüfung der Wunde Überprüfung des Gangs	Aufklärung & Unterstützung Unterstützung beim Übergang von 2 -> 1/0 Krücken Anpassung des Übungsplans	
<b>Kriterien -&gt; nächste Phase</b>	Schmerz- & Symptomkontrolle Schutz & Aufklärung	Minimale / Keine Schmerzen Absetzen von Schmerzmitteln oder gelegentliche Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten Keine NSAR mehr	Für einige Punkte oder Übungen sollte die Zustimmung des Arztes eingeholt werden z.B. Autofahren, Fahrradfahren, Ausfallschritte...

Phasen Hüfte

30

Vorgehen	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Hüftoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
Durchblutungsfördernde Übungen - 4 x 2 Min.	Fersenheben - 3x10	Heiße sandstrahlende Heißeisen - 2 x 5 Min	Heimtrainer - 3 x 10 Min
Isometrische Gesäßmuskulübungen - 3 x 15	Externe Rotation - 3 x 15	Heimtrainer - 3 x 10 Min	
Isometrische Quadriceps Übung - 3 x 15	Hüftabduktion im Stehen - 3 x 15		
Seitliches Zehenklappen - 3 x 15	Hüftbeugung bis Hüftstreckung - 3 x 10		
Dreifache Beugung im Liegen - 3 x 10	Knie-Liege im Stehen - 2 x 15		
	Hüftstreckung - 3 x 10		
	Hüftbeugung und Kniebeugung Mobilisierung auf Treppen - 3 x 15		
	Mini-Kniebeugen - 3 x 15	Kniebeugen - 3 x 15	
	Katzenkorn - einbeiniger Stehen - 3 x 10	Einbeiniger Stand - Kniebeugen - 3 x 15	
	Marchieren im Stehen - 3 x 2 Min.	Kleine Ausfallschritte - 3 x 10	
		Ausfallschritt nach vorne - 3 x 10	
		Ausfallschritt zur Seite - 3 x 10	
		Breiter - 3 x 10	
		Step-up - 3 x 10	

Tabelle HÜFT-ANSATZ: Unterschiede Anterior - Posterior

31

### Unterschiede in der chirurgischen Vorgehensweise

#### Anteriores Protokoll

1 Anfälliger für Hüftbeuger-Reizungen

- Vermeiden Sie Streckungen über 90 Grad
- Vermeiden Sie Außenrotationen über 90 Grad

**Tägliches Übungsschema bei anterioem Ansatz:**

Weniger Fokus auf Hüftbeuger-Übungen während der akuten Phase, z.B.:

- Dreifache Beugung (mit Unterstützung) 3x1: d7-d11-d15-d19
- Hüftbeugung bis Streckung 3x1: d9-d13-d17-d21

Mehr Fokus auf Abduktoren- und Gesäßmuskul-Übungen, z.B.:

- Seitliches Zehenklappen (3x15): d5-d7-d9
- Abduktion (3x15): d11-d13-d15
- Mini-Kniebeugen (3x10): d10-d12-d14

#### Posteriores Protokoll

1 Anfälliger für Abduktoren-Schwäche und/oder Reizungen

- Vermeiden Sie die Hüftbeugung über 90 Grad
- Vermeiden Sie die Innenrotation über die Neutralstellung
- Vermeiden Sie die Aduktion über die Neutralstellung

**Tägliches Übungsschema bei posterioem Ansatz:**

Mehr Fokus auf Hüftbeuger-Übungen, z.B.:

- Dreifache Beugung (ohne Unterstützung) 3x10: d5-d7-d9-d11
- Hüftbeugung bis Streckung 3x10: d6-d8-d10-d12

Weniger Fokus auf Abduktoren- und Gesäßmuskul-Übungen, z.B.:

- Seitliches Zehenklappen (3x10): d7-d11-d13
- Abduktion (3x10): d15-d17-d19
- Mini-Kniebeugen (3x10): d14-d16-d18

32

Vorgehen	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Hüftoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
Aktivität	1. Präop Durchschritt < 4000 Schritte/Tag 2. Präop Durchschritt 4000 - 9000 Schritte/Tag 3. Präop Durchschritt > 9000 Schritte/Tag Ab Tag 5 = 100 Schritte/Tag	Allmähliche Steigerung auf 50-100m des präoperativen Schritt-Durchschritts <b>Positive Entwicklung</b> *100-200 Schritte/Tag <b>Neutrale Entwicklung</b> a. Schrittlänge beibehalten b. Schrittlänge senken	Allmähliche Steigerung auf 75% 100m oder > des präoperativen Schritt-Durchschritts <b>Positive Entwicklung</b> *100-200 Schritte/Tag <b>Neutrale Entwicklung</b> a. Schrittlänge beibehalten b. Schrittlänge senken
Medikamente	Schmerzmittel WHO 1-2 NSAR 2/Tag - 2 Wochen Blutverdünnende Medikamente	Schmerzmittel WHO 1 NSAR 1/Tag - 2 Wochen	Schmerzmittel absetzen Keine NSAR
Mobilität	Schmerzfreie Mobilisationsübungen ohne Druck	Schmerzfreie Mobilisationsübungen ohne Druck	Schmerzfreie Mobilisationsübungen ohne Druck
Kriechen	2 Kriechen	2 oder 1 Kriechen	Keine Kriechen
Heimtrainer	Kein Heimtrainer	Heimtrainer ohne Widerstand	Heimtrainer mit Widerstand
Radfahren			Radfahren nach Absprache mit Chirur
Autofahren		Autofahren (wenn sich der Patient sicher fühlt) *Prüfen, ob Autofahren vom Chirurgen oder Kfz-Werkstätten genehmigt werden muss	

33

Vorgehen	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Hüftop	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
Aktivität	Hohe Aktivität >50% präop Radfahren	Hohe Aktivität >100% präop Radfahren	Springen Laufen/Joggen Hochbelastende Aktivitäten oder Sport -> Abhängig vom Chirurgen
Übungen	Schmerzauslösende Übungen Starke Widerstandsübungen Beinheben mit geradem Bein (BR)	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Auslösung Schmerzen verursachen	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Auslösung Schmerzen verursachen
Mobilität	a. Übermäßige Reichweiten b. POSTERIOR - vermeiden: Hüftbeugung >90° Extension -> Neutral Aduktion -> Mittellinie	Wiederholte Hüftbeugung	a. Schmerzhaft übermäßige Reichweiten b. POSTERIOR - vermeiden: Hüftbeugung >90° Extension -> Neutral Aduktion -> Mittellinie
Kriechen	Keine Kriechen	Keine Verwendung von Kriechen bei dysfunktionalem (Pfeilhaken) Gehgänger oder für lange Strecken	Keine Verwendung von Kriechen bei dysfunktionalem (Pfeilhaken) Gehgänger
Schmerz	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen Schlafen auf nicht-operierter und/oder operierter Seite (je nach Chirur)	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen Schlafen auf nicht-operierter und/oder operierter Seite (je nach Chirur)	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen

Table hip: Don'ts - Contra-indications

34

### Krankenhausaufenthalt & Schutz nach einer Hüftop

In der ersten postoperativen Phase:

- Der Schwerpunkt liegt auf dem Schutz der postoperativen Hüfte und der Aufklärung des Patienten. Der Patient sollte die verschriebenen Medikamente einnehmen, Krücken benutzen, Eis auflegen und sich schonen
- Symptomkontrolle: Versuchen Sie, Schmerzen, Wärme und Schwellungen so schnell wie möglich in den Griff zu bekommen.
- Mobilisationsübungen mit geringer Belastung: Mobilisieren Sie den Patienten, häufig Mobilisationsübungen mit geringer/geringer Belastung auszuführen, regelmäßige Positionswechsel reduzieren Schwellen.
- Achtung!
  - Vermeiden Sie Anstoß (Stöße) gegen Knie oder in Taetel
  - Vermeiden Sie Anstoß (Stöße) gegen Knie oder in Taetel

Was?

Übungen: Siehe die Übungen in der Tabelle. Vorweg sind durchblutungsfördernde Übungen und leichte Mobilisationsübungen, durchblutungsfördernde Übungen helfen, postoperative Flüssigkeitsansammlungen abzubauen und Thrombosen vorzubeugen. Bei Schmerzen Übung abbrechen und die Hüfte immobilisieren (je nach Chirurgen sind die Übergangsübungen unterschiedlich). Bei Schmerzen, Schwellungen, Juckreiz und Wärme hervorheben, müssen verschärft werden, nach während einer persönlichen Übung/ Aktivitäts-Übungen werden in Form eines Abgusses, passiver/aktiver Kompressionsverbandes eingesetzt (siehe Tabelle).

Die Rückblutrisikofaktoren sind: Essen, das Patienten aufblähen, zu rauchen, Beinhaken angeschlossen und Fragen zu beantworten.

Die Verwendung von Krücken sollte übermäßig werden. Krücken sind wichtig, um Stürze zu vermeiden und die Belastung der Hüfte zu verringern, damit die Wundheilung Zeit zum Heilen hat und um den Gleichgewicht der Hüfte zu unterstützen.

Gangbild: Bei der Videoanalyse werden die Fehlgänge und die neutrale Fehlgänge überprüft.

Was passiert, wenn...

- 1) Der Patient bekommt einen Schmerz nicht oder kurzzeitig? Jedem Line Ansa kann beschleunigt werden, um rechtzeitig zu Medikamenten zu gehen. Das meiste Hüft-Patienten wird empfohlen, mit WHO Schmerzmitteln die Stufe 2 zu beginnen. Schmerzmittel der Stufe 3 können Patienten mit hohem Schmerzempfinden verschrieben werden.
- 2) Der Patient meldet eine "Voll-Fähigkeit" bei Stufen, Wundbluten, Wundblöhen, Magenblöhen, Fieber, postoperativer Übelkeit, Besuch beim Hausarzt, Medikamentenempfindungen oder anderen Anzeichen für Komplikationen sollten Sie vorher 2nd Line Ansa kontaktieren.

(Fähigkeit der Wundheilung: Es sollte ein Bild der Wunde nach Entfernung der Verbandstoffe angefertigt werden. Die meisten Wunden werden geschlossen. Die Wunden werden bis zu 21 Tage nach dem Eingriff entfernt. Bei der Entfernung der Wunden sollte die Wunde mit einem sterilen Abdruck bedeckt werden. In den meisten Fällen sollte der Patient bis zu einem Tag (mit Genehmigung) werden bis er nach dem Eingriff wieder mobilisiert werden kann. Manche Wunden werden geklebt, in einem Fall ist eine Pfister erforderlich. Der Patient kann duschen, sollte aber nicht den Oberkörper schrubben.

35

### Allgemeine Maßnahmen Krankenhausaufenthalt & Schutz nach Hüftop

Übungen	Nachrichten	Überprüfung
Standard Schema	Fragen	Therapie-Compliance
Hohe Aktivität -> durchblutungsfördernde Übungen nicht länger erforderlich	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie ist die OP verlaufen?</li> <li>• Nachricht nach Entlassung</li> <li>• Entlasten der Klammern</li> <li>• Wie hat es mit den Übungen?</li> </ul>	
	Rückmeldung	Hinraton-Bild Schwellungen Wärme
	Flektom	Verwendung von Krücken Medikamenteneinnahme Tägliche Aktivität- und Schrittzähler
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmerzen im Giff</li> <li>• Negative Schwellungen</li> <li>• Wärme, Rötlich, Schwellungen...</li> <li>• Übergang von 2 -&gt; 1 Krücke: sicher und schmerzfrei?</li> </ul>	

Maßnahmen Krankenhausaufenthalt & Schutz nach Hüftop

36

Schutz nach der Hüftop

 ✓ Schutz & Aufklärung  
 ✓ Schmerz- & Symptomkontrolle
 
Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

### KRITERIEN

- ✓ Der Patient hält sich an die Richtlinien für die postoperative Rehabilitation.
- ✓ Der Patient hat ein Gleichgewicht zwischen geringer Belastung, regelmäßigen, einfachen Übungen und Schonung gefunden, um postoperative Schmerzen und Schwellungen zu reduzieren/im Griff zu behalten.
- ✓ Der Übergang zur nächsten Phase wird empfohlen, wenn der Patient die postoperativen Beschwerden im Griff hat.

Übergangsphase nach Hüftop -> Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

37

### Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

In der zweiten postoperativen Phase

- Besuchen Sie einen kontinuierlichen Rückgang der Symptome und Schmerzen an, während Sie die WHO-Medikamente vom Typ 1-3 auf ein Minimum reduzieren und gleichzeitig die Belastung durch neue Übungen und eine geringere Aktivität erhöhen.
- **WICHTIG:** Es ist ein klares Überdrehen über die Entwicklung des Patienten in der ersten postoperativen Phase haben, können Sie den Patienten dabei unterstützen, das richtige Gleichgewicht zwischen Ruhe und Aktivität zu finden.

**Achtung:**

- Anteriorer Ansatz (APHA): Siehe Hinweise in Tabelle
- Posteriorer Ansatz (PPHA): Siehe Hinweise in Tabelle

**Wart:**

Übungen beruhen Sie sich wieder auf die Übungen in der Tabelle Personalisieren Sie die Übungen (zeitlich oder verzögert) in Übereinstimmung basierend auf den täglichen Parametern. Bei mangelndem Nutzen Wert auf kontrollierte und schmerzfreie Übungen während der gesamten Rehabilitation. Dabei sollte auch beim Erhitzen von Übungen aus der vorherigen Phase umföhrer beim vorliegenden neuer Übungen eine positive Einstellung zu Schmerzen sein. Die Quantifizierung der Übungen sollte keine Schmerzen, Müdigkeit und/oder Schwellungen hervorruft. Kalten und Hochlagen werden weiter empfohlen, um diese Parameter vollständig in den Griff zu bekommen.

**Anteriorer Ansatz: Fokus auf Mobilisation, weniger Fokus auf weitere Regeln**

- Leistungssteigerung eines häufig nach Vollqualifikationsaufbau, umsetzen Sie vorübergehend Übungen, die anstrengender vorzuschieben

**Aktivität: Aktivitäts-Empfehlungen werden weiter in Form eines täglichen, personalisierten Schrittzählens eingetrag**

- Bei einer positiven Entwicklung darf der Patient seine Aktivität um 300-500 Schritte pro Tag steigern.
- Bei einer negativen Entwicklung sollte der Patient sein Aktivitätsniveau beibehalten oder sich mehr Ruhe gönnen (Reduzierung der Aktivität).
- Leistungssteigerung sollte während der gesamten Rehabilitation vorangetrieben werden (siehe Tabelle zu Referenz).

**Die Nachschmerzfreiheit wird nach wie vor häufig genutzt, um den Patienten zu motivieren, Bedenken auszuräumen und Fragen zu beantworten.**

**Verwendung von Krücken:** Der Übergang von 2 auf 1 und 1 auf keine Krücken sollte gefördert werden, wenn der Patient schmerzfrei ist und sich sicher fühlt.

**Gangbild:** Bei der Videoanalyse werden der Ferneingang und die neutrale Fußstellung überprüft, inkl. Überprüfung auf Abduktorenkraft und Überkompensation.

Neben der täglichen Dauererfassung und -evaluation wird in dieser Phase auch die Entwicklung des Patienten durch die postoperative PROM-Erfassung verfolgt. Vergleichen Sie prä- und postoperative Ergebnisse und geben Sie dem Patienten Feedback. In dem meisten Fällen reicht die Bestätigung eines normalen Fortschritts aus. Die meisten Patienten nehmen bis zu zwei Monaten nach dem Eingriff Verbesserungen wahr.

38

### + Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

Übungen	Nachrichten	Überprüfung
<p style="font-size: x-small;">Anpassung des Übungsschemas Vorziehen oder Aufschieben von Übungen der Phase 2</p> <p style="font-size: x-small;">Besitzkraft Propriozeption Mobilisierung</p> <p style="font-size: x-small;">Übungen, die Schmerzen, Steifheit und Schwellungen verursachen, sollten aufgeschoben werden.</p>	<p style="font-size: x-small;"><b>Questions</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war die erste postoperative Beratung?</li> </ul> <p style="font-size: x-small;"><b>Rückmeldung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allmähliche Steigerung der Bewegung und Aktivität</li> <li>• Reduzierung der Schmerzmittel auf die gelegentliche Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten vor dem Übergang zur nächsten Übergangsphase</li> <li>• Zuschreibung und Unterstützung bei Höhen und Tiefen PROM Ergebnisse</li> <li>• Zeitplan 2 &gt; 1 / 0 Krücken</li> <li>• Auf dem Weg zu hervorragenden Ergebnissen</li> </ul> <p style="font-size: x-small;"><b>Fördern</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schrittweiser Aufbau der Besitzt Kraft und ACL ohne Schmerzmittel</li> <li>• ROM bei täglichen Aktivitäten</li> </ul>	<p style="font-size: x-small;"><b>Reaktion auf Anpassungen des Übungsschemas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wunde</li> <li>• Allmähliche Steigerung der Aktivität / Belastung mit Abnahme der Symptome und Schmerzen</li> </ul> <p style="font-size: x-small;">PROM: prä-op vs Woche 6</p> <p style="font-size: x-small;"><b>Gangmuster</b></p>

Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

39

Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

 ✓ Minimale Schmerzen  
 ✓ Keine oder nur begrenzt Schmerzmittel
 
Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

### KRITERIEN

- ✓ Minimale / keine Schmerzen
- ✓ Minimale Steifheit & Schwellungen der Hüfte
- ✓ Keine Schmerzmittel oder nur gelegentliche Einnahme von WHO Typ 1 Medikamenten
- ✓ Keine NSAR
- ✓ Für einige Punkt oder Übungen sollte die Zustimmung des Arztes eingeholt werden z.B. Autofahren, Fahrradfahren, Ausfallschritte...

Übergangsphase Rückkehr zu Alltagsaktivitäten -> Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

40

### Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

In der dritten postoperativen Phase

- Schwerpunkt auf funktionelle Kraftübungen

Übungen: Besuchen Sie sich wieder auf die Übungen in der Tabelle. Besuchen Sie sich dabei genauer auf die Parameter des Patienten in der Grafik oder Tabelle.

Bevor Sie mit den funktionellen Kraftübungen beginnen, müssen Schmerzen, Wärme und Schwellung stabil und minimal sein. Die Medikamente sind zu diesem Zeitpunkt eingeschränkt oder abgesetzt. Während und nach den funktionellen Kraftübungen sollten diese Parameter weiter stabil und/oder minimal bleiben. Es sollte keine Notwendigkeit bestehen, die Medikamenteneinnahme zu erhöhen.

Während dieser Phase kann die Kühlung am Ende eines langen Tages immer noch hilfreich sein.

**Aktivität:** Fördern Sie die allmähliche Steigerung der Aktivität.

**Die Nachschmerzfreiheit:** In dieser Phase ist oft eine Bestätigung des normalen Verlaufes erforderlich. Weisen Sie darauf hin, dass die meisten Patienten bis zu 2 Jahr nach der Operation eine positive Entwicklung beobachten.

**Gangbild:** Bei der Videoanalyse werden der Ferneingang und die neutrale Fußstellung überprüft, inkl. Überprüfung auf Abduktorenkraft und Überkompensation.

**Schließen Sie die Rehabilitation ab,** indem Sie überprüfen, ob alle Erwartungen erfüllt wurden. Sie können die Zufriedenheit des Patienten und das Ergebnis bei der PROM-Erfassung nach 3 Monaten überprüfen.

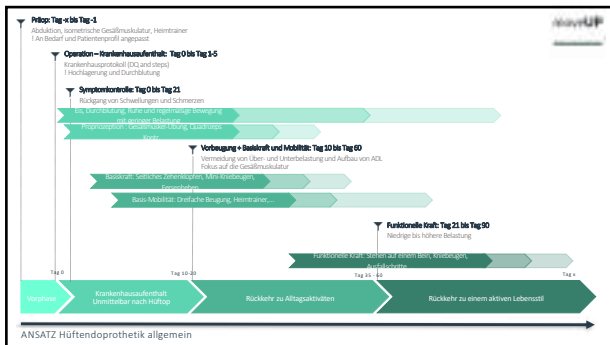
41

### + Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

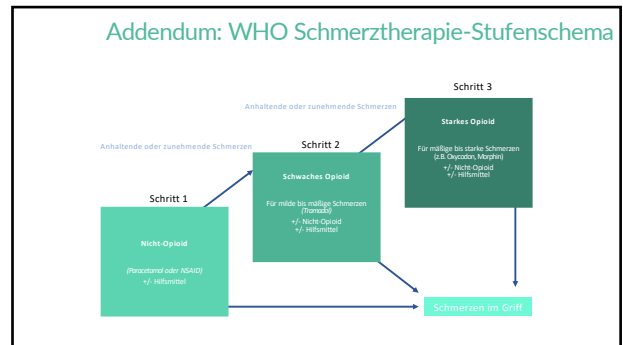
Übungen	Nachrichten	Überprüfung
<p style="font-size: x-small;">Funktioneller Kraftaufbau</p>	<p style="font-size: x-small;"><b>Fragen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war die letzte Beratung?</li> <li>• Wie weit sind Sie von Ihren Zielen/Erwartungen entfernt?</li> <li>• Gibt es Bewegungen/Aktivitäten, die noch schwierig/schmerzhaft sind?</li> </ul> <p style="font-size: x-small;"><b>Rückmeldung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Richtiger Zeitpunkt 1 &gt; 0 Krücken</li> <li>• PROM nach 3 Monaten</li> </ul> <p style="font-size: x-small;"><b>Fördern</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückkehr zur Arbeit</li> <li>• Vollständige ACL-Aufnahme</li> </ul>	<p style="font-size: x-small;">Gangbild Videos Patientenzufriedenheit</p> <p style="font-size: x-small;">Funktioneller ROM Normaler Gangmuster</p>

Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

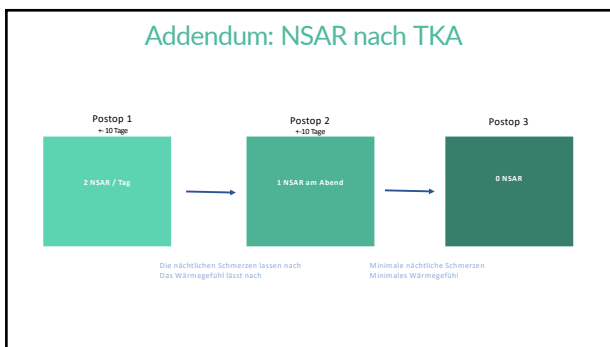
42



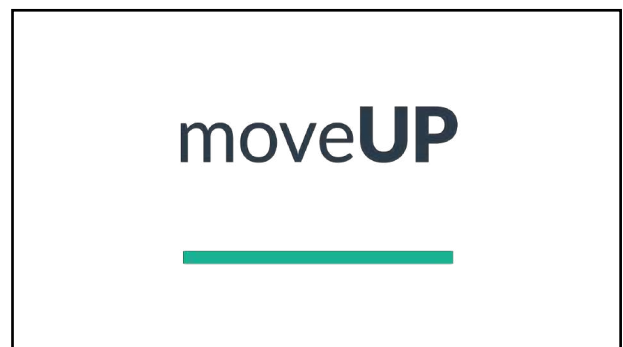
43



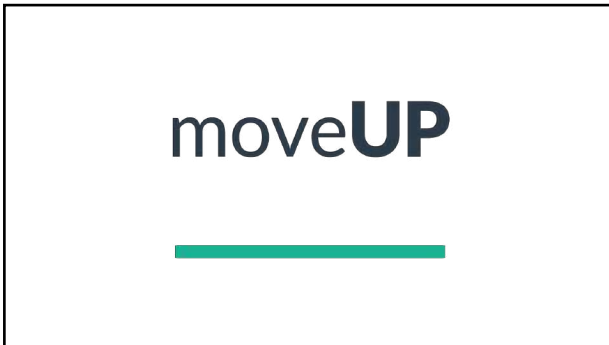
44



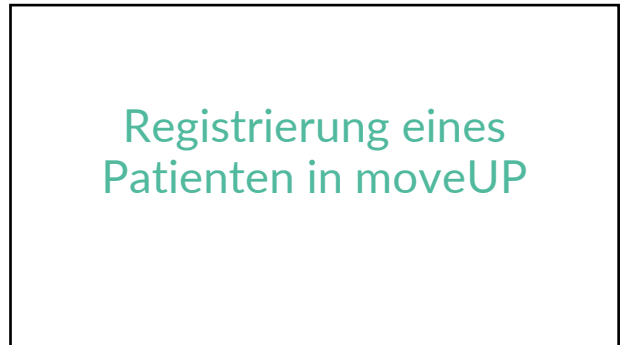
45



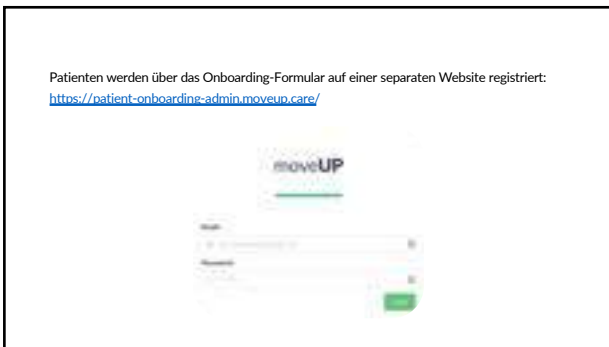
46



1



2



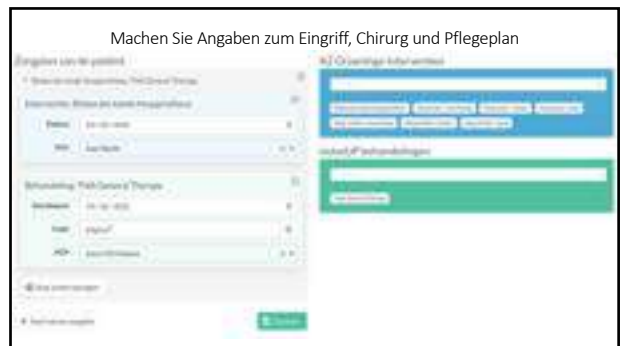
3



4

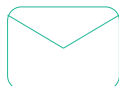


5



6

Was passiert als nächstes?



Der Patient erhält innerhalb von einem Werktag eine E-Mail von MoveUP. Diese E-Mail enthält:

1. **Einen Link zum Einrichten des Passworts**
  2. **Anweisungen zur Installation von moveUP** - eine kurze Übersicht, Informationen über [Preise](#), [Tipp zur Installation von moveUP](#) inkl. Anmeldedaten und einen Link zur [Kurzanleitung](#)
  3. **Link zur Bestellung des Aktivitätstrackers** – Ein Online-Bestellformular für den Aktivitätstracker
- > Der Patient kann ab sofort auf die moveUP-App zugreifen und erscheint in der Gesundheitsplattform.

7

moveUP



8



# moveUP

---

1

## So beenden Sie die Behandlung eines Patienten in moveUP

2

1. Wenn Ihr Patient moveUP nicht länger verwendet, rufen Sie den "Care Plan" (Pflegeplan) des Patienten auf
2. Klicken Sie in der Registerkarte "Care Plan" oben rechts auf "Stop active follow up" (Aktive Behandlung beenden)



3

3. Es erscheint das folgende Popup-Fenster



4

4. Sie können eine Nachricht konfigurieren, die an die moveUP-App des Patienten gesendet wird.
5. Sie können eine E-Mail (falls konfiguriert) auswählen, die an den Patienten gesendet wird.
6. Wenn Sie nicht möchten, dass eine Nachricht oder eine E-Mail gesendet wird, können Sie diese Option deaktivieren.
7. Wenn Sie die aktive Nachsorge beenden möchten, klicken Sie auf "Stop".

5

Sobald die aktive Nachsorge eingestellt wurde, sind die Änderungen sofort auf der Übungsseite des Patienten ersichtlich. Wir möchten, dass der Patient weiterhin Zugang zu den Übungen hat, die er während seiner Rehabilitation durchgeführt hat, daher sieht der Patient standardmäßig eine Übersicht dieser Übungen.

6






Um sicherzustellen, dass der Patient eine positive Erfahrung hat, ist es möglich, die Übungen, die der Patient sieht, zu personalisieren. Es ist auch möglich, eine Nachricht in Bezug auf eine spezielle Übung hinzuzufügen.

7



Sie können Übungen zu der Liste hinzufügen und sie mit einer Nachricht an den Patienten personalisieren

8



Auf der Übungsseite haben wir auch die Möglichkeit hinzugefügt, eine Nachricht einzufügen, die der Patient auf der Übungsseite der moveUP App angezeigt bekommt. Sie wird mit dem Namen des Pflegeteams unterzeichnet. So ist es möglich, die Nachricht für jeden einzelnen Patienten zu personalisieren, ihm Tipps zu geben, ihn zu motivieren, die Übungen weiter zu machen, ihm für seine Teilnahme zu danken, und mehr...

9

Füllen Sie das Abbruchformular aus

10

Wenn Ihr Patient moveUP nicht länger verwendet, müssen Sie das folgende Formular ausfüllen:



11

Navigieren Sie zur Registerkarte "Status" des jeweiligen Patienten



12



13



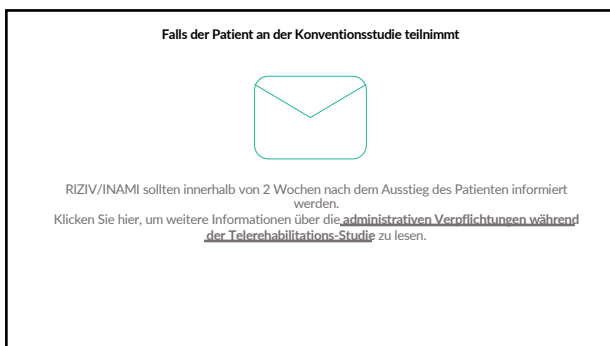
14



15



16

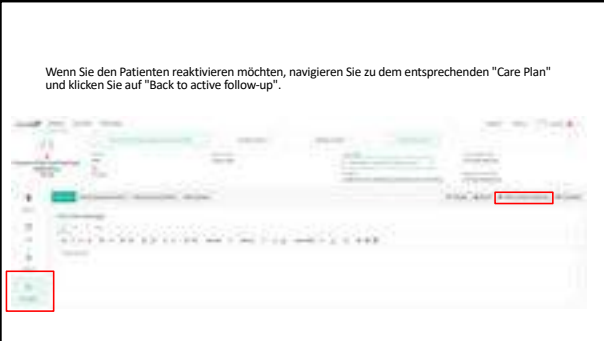


17



18

Wenn Sie den Patienten reaktivieren möchten, navigieren Sie zu dem entsprechenden "Care Plan" und klicken Sie auf "Back to active follow-up".



19

moveUP



20

# moveUP



## Manuel de l'utilisateur - Pour les professionnels de santé: Plateforme de soins de santé et application pour les patients

Obtenez un aperçu de la rééducation de vos patients et assurez un suivi rapproché.

Version de l'application et de la plateforme de santé : 1.31 à ce jour

Version manuelle : 10

Date de publication du manuel: 13/07/2022

Lien vers la plateforme e-learning: <https://moveup.talentlms.com/index>

# Table des matières

1. Instructions
2. Avertissements et précautions
3. Utilisation prévue et utilisateurs prévus
4. Indication de l'utilisation
5. Détails de contact
6. Application pour les patients
  - a) Fonctionnalités de l'application
  - b) Comment coupler un tracker d'activité
7. Plateforme de soins de santé
  - a) Fonctionnalités de la plate-forme de soins de santé
  - b) Directives cliniques pour les kinésithérapeutes
  - c) Inscription d'un patient en déplacement
  - d) Arrêt du traitement d'un patient dans moveUP

# Compatibilité



Application moveUP et appareils

L'application moveUP fonctionne sur:

- **iPhones/iPads (iOS 11.0 et plus récent)**

- **Android (Android 7.0 et plus récent)**

- L'application moveUP a besoin d'une connexion Internet lorsqu'elle est utilisée.

- moveUP est compatible avec les navigateurs suivants:

  - Chrome/Safari/Firefox

## Tablettes

Dans certains cas, les tablettes suivantes sont fournies et sont prises en charge.

- Lenovo Tab 3 - Android 6.0.1 ou supérieur

- Huawei MediaPad T3 - Android 7.0.0 ou supérieur

## Trackers d'activité

Les trackers d'activité suivants sont actuellement compatibles

- Garmin Vivofit 3 et Vivofit 4

- Nokia Withings Go

## Taille du téléchargement

- IOS - 78.4MB - version 1.31.0

- Android - 39MB - version 1.31.0

Pour la sécurité de vos données, veuillez activer l'authentification à 2 facteurs (2FA) et utiliser un réseau sécurisé.

# INSTRUCTIONS



Lisez attentivement toutes les informations et précautions contenues dans ce manuel. Assurez-vous de comprendre le fonctionnement, les écrans et les limitations de l'application moveUP avant d'utiliser le service. Si vous avez la moindre question, veuillez contacter moveUP.



Dans le dernier chapitre de ce document, vous trouverez nos contacts, que vous pourrez utiliser lors de l'utilisation de notre service si vous rencontrez des problèmes techniques avec l'application (tableau de bord moveUP ou application patient) ou lorsqu'une expertise est nécessaire sur un parcours de soins.



Le professionnel de la santé ne peut donner accès à des tiers au tableau de bord moveUP. Tout autre intervenant peut, même par accident, envoyer des informations erronées ou modifier le profil du patient, avec pour conséquence des conseils envoyés via moveUP inadaptés aux besoins du patient.



Dans le cas où l'application est utilisée alors que moveUP & b.clinic ne sont pas chargés de faire le suivi des patients, le professionnel de santé en question ou l'établissement de santé sont tenus responsables du suivi du patient et des actions qui sont menées.



Conformément à la législation sur les dispositifs médicaux, vous êtes tenu de signaler toute plainte à l'égard de l'application, toute modification concernant les caractéristiques / fonctionnalités de l'application et les incidents / complications potentiellement liés à l'utilisation de l'application à [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care). L'AFMPS peut également être contactée en cas d'incident via

[https://www.famhp.be/en/human\\_use/health\\_products/medical\\_devices\\_accessories/materiovigilance/how\\_notify](https://www.famhp.be/en/human_use/health_products/medical_devices_accessories/materiovigilance/how_notify)



Conformément à la législation RGPD, merci de signaler les éventuelles fuites de données liées à l'utilisation de moveUP. Veuillez lire l'intégralité de la politique de confidentialité : <https://www.moveup.care/privacy>



# Avertissements et précautions



- moveUP n'est pas un outil d'urgence. En cas de situation d'urgence, veuillez contacter votre médecin ou appeler le 112.
- moveUP n'est pas destiné à surveiller/traiter les paramètres vitaux d'une maladie grave.



- moveUP companion ne remplace pas le traitement que vous devez suivre, mais est utilisé comme un complément à ce traitement.
- Les patients doivent être conscients du fait que si les questionnaires ne sont pas remplis fréquemment ou si les réponses ne sont pas sincères, l'équipe soignante aura plus de mal à suivre votre état de santé et vos progrès.



- L'application moveUP propose des soins de santé personnalisés en fonction du profil du patient et ne peut donc pas être partagée, empruntée ou échangée entre utilisateurs. Les informations et conseils de l'application moveUP ne s'appliquent à aucun autre patient que celui dont le profil est enregistré dans l'application. Le patient ne peut pas accorder l'accès à l'application moveUP à des tiers. D'autres personnes pourraient accidentellement envoyer des informations erronées ou modifier le profil du patient, avec pour conséquence un mauvais alignement des conseils guidés par moveUP sur les besoins du patient.

*Avec les logiciels, il existe toujours un risque résiduel de dysfonctionnement.*

*Si vous avez l'impression que quelque chose ne va pas ou si vous n'obtenez pas de réponse dans l'application, veuillez nous contacter via [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) ou appeler le 0800 88 008.*

# Notification des incidents graves

- Par incident grave, il faut entendre tout incident qui, directement ou indirectement, a conduit, aurait pu conduire ou pourrait conduire à l'une des situations suivantes :
- (a) le décès d'un patient, d'un utilisateur ou d'une autre personne.
- (b) la détérioration grave, temporaire ou permanente, de l'état de santé d'un patient, d'un usager ou d'une autre personne, ayant entraîné l'une des conséquences suivantes :
  - Une maladie ou une blessure mettant la vie en danger,
  - Une atteinte permanente d'une structure corporelle ou d'une fonction corporelle,
  - Une hospitalisation ou la prolongation de l'hospitalisation du patient,
  - Une intervention médicale ou chirurgicale visant à prévenir une maladie ou une blessure mettant en danger la vie du patient ou une atteinte permanente à une structure ou une fonction du corps,
  - Une maladie chronique
- (c) une menace importante pour la santé publique.
- Si vous détectez l'un de ces cas, veuillez envoyer un e-mail à [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) et;
- Pays-Bas: [meldpunt@igi.nl](mailto:meldpunt@igi.nl)
- Belgique: [meddev@fagg.be](mailto:meddev@fagg.be)
- France: [dedim.ugsv@ansm.sante.fr](mailto:dedim.ugsv@ansm.sante.fr)
- Allemagne: [zlg@zlg.nrw.de](mailto:zlg@zlg.nrw.de)

# Utilisation conforme

moveUP

---

Pour les prestataires de soins de santé, moveUP assure une prise en charge clinique efficace des pathologies et des traitements. Grâce à moveUP, l'équipe soignante et le personnel médical disposent d'informations essentielles sur l'état du patient et ses progrès.

Pour les patients, moveUP fournit aux patients des informations et des instructions personnalisées pour les aider à gérer leurs symptômes et à progresser dans leur rééducation. L'intensité du suivi est adaptée en fonction des besoins du patient et du stade auquel il se trouve dans son parcours :

## **moveUP companion = surveillance et information, pas de suivi actif**

moveUP companion offre des informations ciblées et des rapports de progression aux patients. Au besoin, l'équipe de soins tient compte des rapports d'activité au cours de leur rétablissement.

## **moveUP coach = suivi actif par l'équipe de soins de santé**

moveUP coach fournit des informations ciblées et des rapports d'évolution aux patients. Leur équipe de soins de santé est plus activement impliquée et prend en compte les rapports d'évolution. Elle peut fournir des conseils et des suggestions d'exercices par le biais de la plateforme numérique.

## **moveUP therapy = un suivi actif par l'équipe soignante, avec un protocole de soins validé basé sur les données fournies par le patient.**

moveUP therapy propose un protocole de soins validé et basé sur des données, avec une certaine catégorie et un certain niveau d'exercices et d'activités, spécifiques à chaque patient. L'équipe de soins peut adapter manuellement le protocole validé fondé sur les données si nécessaire. Les patients peuvent suivre une rééducation complète avec moveUP sans quitter leur domicile.

*Une fonctionnalité optionnelle peut être activée : l'interopérabilité avec un dispositif médical de classe IIa à mouvement passif continu (CPM). Pour les patients souffrant du genou ou de la hanche qui utilisent un dispositif médical CPM de classe IIa, moveUP peut interagir avec le logiciel CPM de classe IIa. moveUP agit comme un facilitateur pour attribuer facilement à un patient un protocole d'exercice CPM désigné et choisi par un médecin et pour afficher les exercices CPM effectués dans le tableau de bord médical.*

# Utilisateurs concernés

moveUP

---

moveUP est destiné à être utilisé par les patients et les prestataires de soins de santé. L'utilisateur principal de l'application mobile et du site web pour les patients est le patient lui-même.

Inclusion:

- Age: minimum 18 ans / maximum sans limite
- Santé et condition : capable d'effectuer les activités de base de la vie quotidienne.
- Langue : compréhension d'une des langues disponibles de l'application (néerlandais, français, allemand, anglais).

Exclusion:

- Les patients qui sont mentalement déficients ou qui ont des difficultés à exprimer ce qu'ils ressentent (par exemple, les patient présentant un handicap mental, les personnes résidant dans des maisons de retraite, etc.) sont exclus.
- Les patients qui ne sont pas capables d'utiliser une tablette/un smartphone et un tracker d'activité.
- Les patients ne pouvant pas comprendre l'une des langues disponibles dans l'application (néerlandais, français, allemand, anglais).

L'utilisateur principal de l'interface médicale est un professionnel de la santé (ou groupe) ou un chercheur clinique (ou groupe), nommé par l'équipe de soins. L'équipe de soins est en mesure de faire fonctionner une interface via un navigateur sur PC/tablette/smartphone. Le professionnel de santé doit comprendre l'une des langues disponibles de l'interface (aujourd'hui uniquement disponible en anglais).

## **Contre-indications et effets secondaires potentiels**

Il n'y a pas de contre-indications ni d'effets secondaires connus.

## **Contact physique**

Aucun contact du corps humain avec le patient ou l'utilisateur, en raison de la nature du produit (logiciel).

## **Accessoires/produits utilisés en combinaison**

Il n'y a pas d'accessoires. Si le patient n'a pas de tablette/smartphone ou de tracker d'activité compatible, moveUP se charge de lui louer ces appareils. Les appareils loués sont des appareils marqués CE qui répondent aux critères de compatibilité décrits dans la notice d'utilisation de l'application.

## **Autonomie du dispositif**

2 ans. En fonction de de la disposition de l'utilisateur à mettre à jour l'application. Nous envoyons une notification pour recommander la mise à jour de l'application, afin de s'assurer que l'application conserve ses performances et les fonctionnalités récentes incluses.

## **Réclamations**

### **moveUP companion/coach/therapy**

Grâce à la plateforme moveUp, l'intensité du suivi de chaque patient est adaptée en fonction de ses besoins, ceux-ci étant mesurés par des questionnaires relatifs à ses symptômes et sa qualité de vie.

Une prise en charge clinique plus efficace, par exemple en réduisant le nombre de consultations.

moveUP renforce la compliance/adhésion au traitement.

L'information adéquate est fournie au bon moment.

### **moveUP therapy**

Grâce à moveUP therapy, les patients opérés d'une arthroplastie du genou ou de la hanche peuvent suivre une rééducation complète sans quitter leur domicile, par l'intermédiaire de l'équipe de soins présente sur l'application.

## ▪ Démarche préparatoire avant l'utilisation de l'App

- Pour que le patient puisse utiliser l'application, le médecin doit l'inscrire sur la plateforme d'inscription à l'adresse suivante <https://patient-onboarding-admin.moveup.care/> (uniquement pour les utilisateurs admins)
- Si le patient a reçu un code et accède à l'application moveUP après l'avoir téléchargée, celle-ci doit être correctement installée.

## ▪ Dispositions spéciales, formation et qualifications particulières

- Aucune disposition particulière n'est nécessaire, mais si vous vous trouvez dans une pièce bondée, assurez-vous que personne ne peut voir votre écran, car les données relatives à la santé sont des données sensibles qui ne doivent pas être exposées à des personnes non autorisées.
- Seuls les professionnels de la santé qualifiés ayant un diplôme ou un certificat dans le domaine des soins de santé ou les chercheurs cliniciens qualifiés peuvent accéder à la plateforme.
- Tous les professionnels de la santé qui souhaitent utiliser la plateforme moveUP doivent suivre les formations en ligne.

# DETAILS DE L'ENTREPRISE



Bureau central de Bruxelles : Cantersteen 37,  
B-1000 Brussels, Belgium Office Ghent:  
Oktrooi plein 1, B-9000 Ghent, Belgium  
Tel: 0800 88 008  
Email: [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) [www.moveUP.care](http://www.moveUP.care)



moveUP

Basic UDI-DI: ++G166MOVEUPV1310WH



Si vous avez des questions sur l'application, la tablette ou le tracker d'activité, vous pouvez contacter moveUP via les canaux suivants - par ordre de priorité

- Via le système de messagerie de l'application.
- Par email à [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)
- Par téléphone pendant les heures de bureau : 0800 88 008



# moveUP

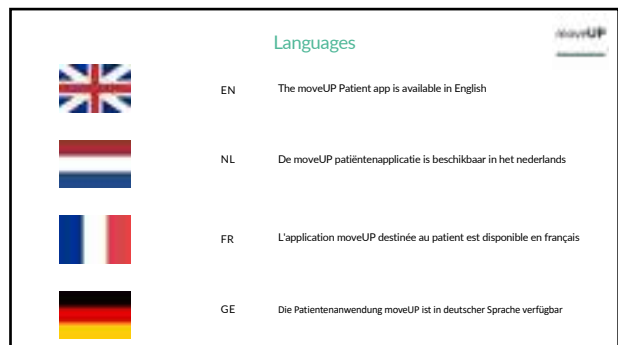


Application pour les patients

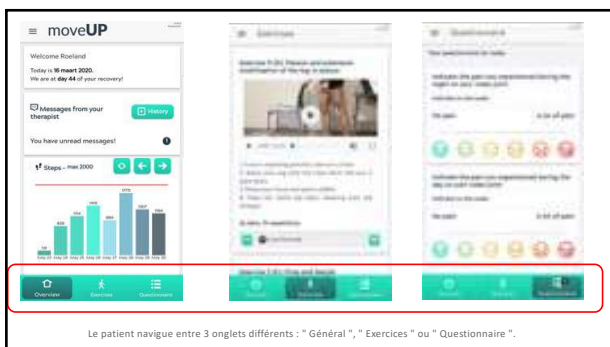




1



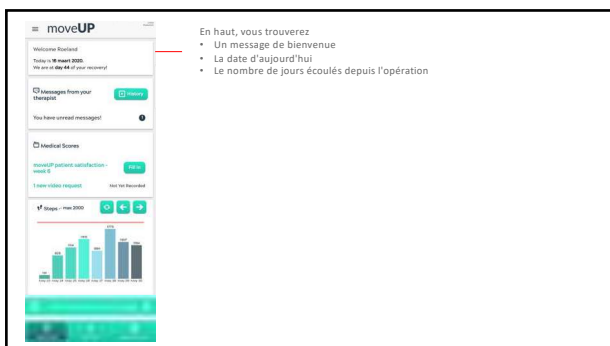
2



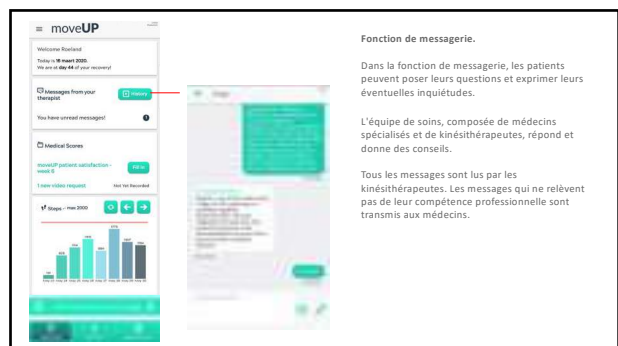
3



4



5



6



Dans la fonction de messagerie, il y a aussi la possibilité d'envoyer des photos. Par exemple, pour suivre la plaie ou le gonflement de l'articulation opérée.

7



En cliquant sur la flèche dans le coin supérieur gauche, vous revenez à l'écran général.

8



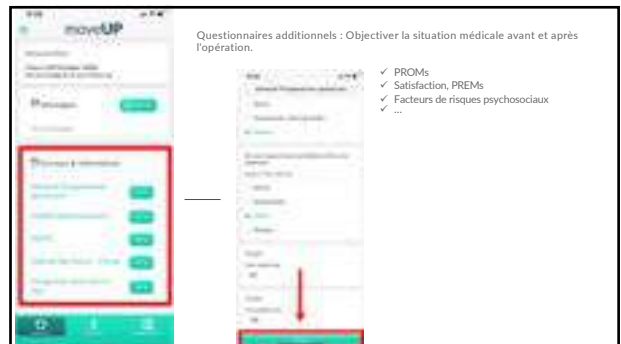
À des moments précis, le patient est invité à remplir des questionnaires et à répondre aux demandes de vidéos dans la section "Questionnaires et infos".

- **Questionnaires (médicaux)** pour compléter le profil du patient
- **Information modules**: la bonne information au bon moment
- **Demandes de vidéos**: analyse de la marche, amplitude articulaire

Toutes les demandes de vidéo envoyées doivent être réalisées une fois disponibles.

Lorsque les questionnaires médicaux ou les demandes de vidéos sont complétés, ils disparaissent.

9



Questionnaires additionnels : Objectiver la situation médicale avant et après l'opération.

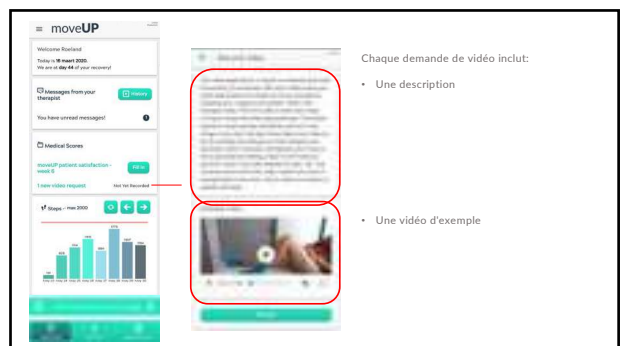
- ✓ PROMs
- ✓ Satisfaction, PREMs
- ✓ Facteurs de risques psychosociaux
- ...

10



Demandes de vidéos: Suivi de la marche et de l'amplitude articulaire.

11

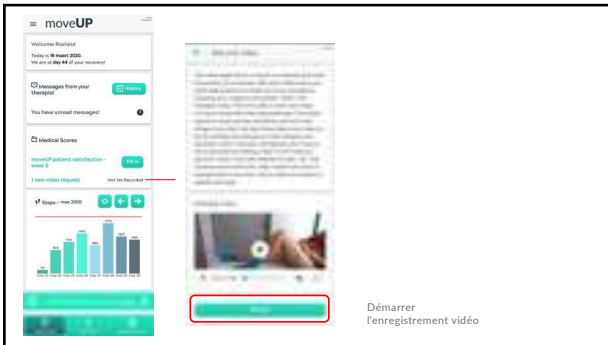


Chaque demande de vidéo inclut:

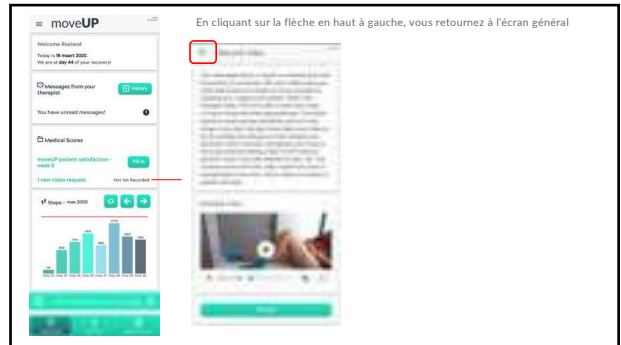
- Une description

- Une vidéo d'exemple

12



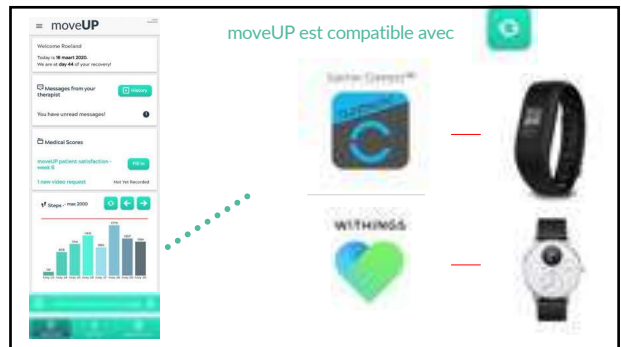
13



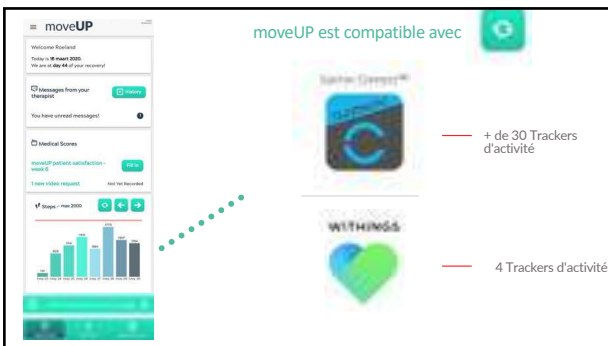
14



15



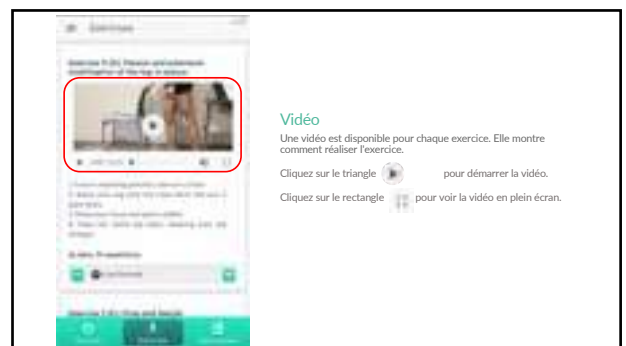
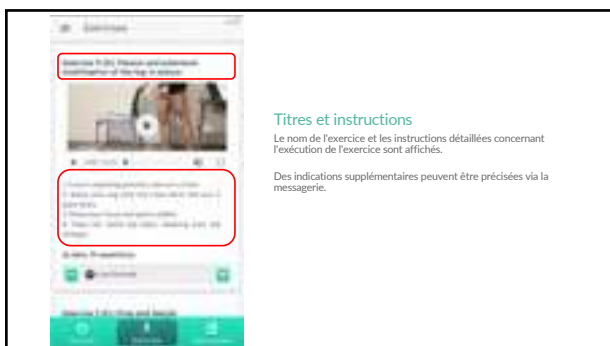
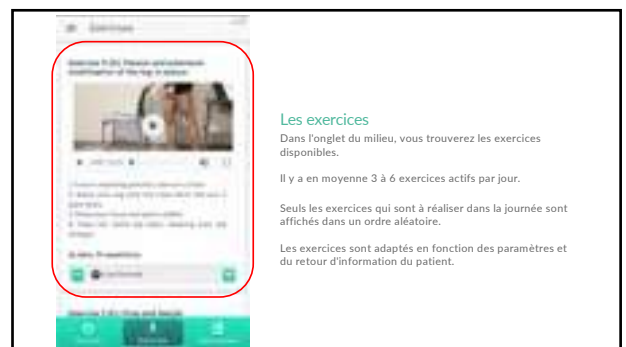
16



17



18





**Intensité et fréquence**

Pour chaque exercice, nous vous précisons la fréquence et l'intensité  
Ex: 6x par jour, 1 minute

Nous recommandons de ne pas dépasser le nombre de séries et répétitions indiquées.

25

**Rapport**

Le patient indique le nombre de séries réalisées au fur et à mesure avec les symboles + et -.

L'équipe soignante est ainsi informée du nombre d'exercices effectués.

26

L'onglet de droite : "Questionnaire"

27

**Questionnaire quotidien**

En complétant le questionnaire quotidien, l'équipe soignée dispose des informations nécessaires pour suivre et guider le patient de la meilleure façon possible.

Le questionnaire est disponible entre 16h et minuit.

Compléter le questionnaire prend entre 2 à 3 minutes.

28

**Envoyer**

Les patients doivent remplir le questionnaire quotidiennement pour bénéficier d'un suivi personnalisé.

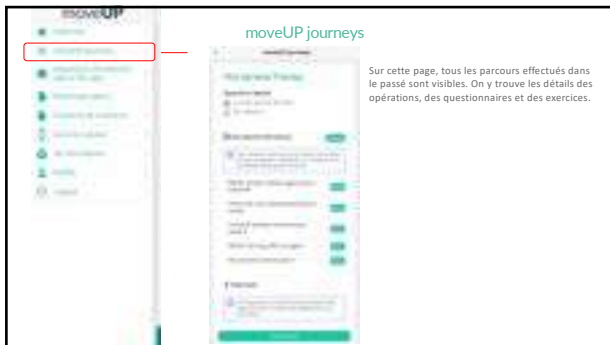
Cliquez sur "envoyer" à la fin du questionnaire.

29

**App menu**

Cliquez sur ce bouton pour afficher le menu de l'application

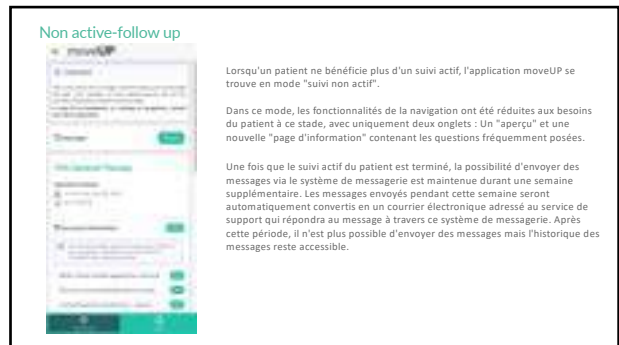
30



### moveUP journeys

Sur cette page, tous les parcours effectués dans le passé sont visibles. On y trouve les détails des opérations, des questionnaires et des exercices.

31



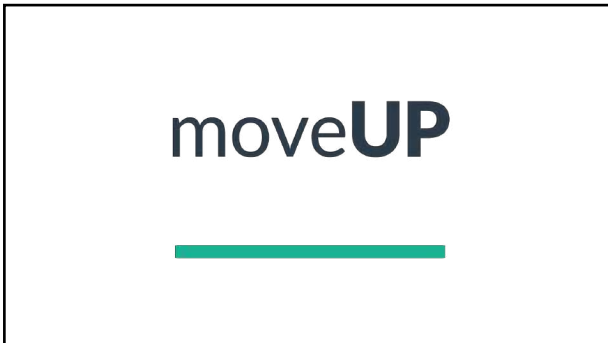
### Non active-follow up

Lorsqu'un patient ne bénéficie plus d'un suivi actif, l'application moveUP se trouve en mode "suivi non actif".

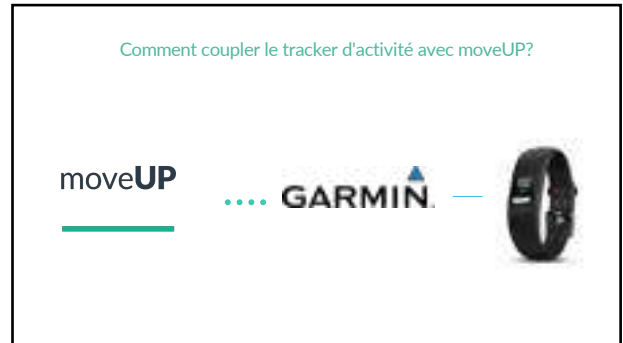
Dans ce mode, les fonctionnalités de la navigation ont été réduites aux besoins du patient à ce stade, avec uniquement deux onglets : Un "aperçu" et une nouvelle "page d'information" contenant les questions fréquemment posées.

Une fois que le suivi actif du patient est terminé, la possibilité d'envoyer des messages via le système de messagerie est maintenue durant une semaine supplémentaire. Les messages envoyés pendant cette semaine seront automatiquement convertis en un courrier électronique adressé au service de support qui répondra au message à travers ce système de messagerie. Après cette période, il n'est plus possible d'envoyer des messages mais l'historique des messages reste accessible.

32



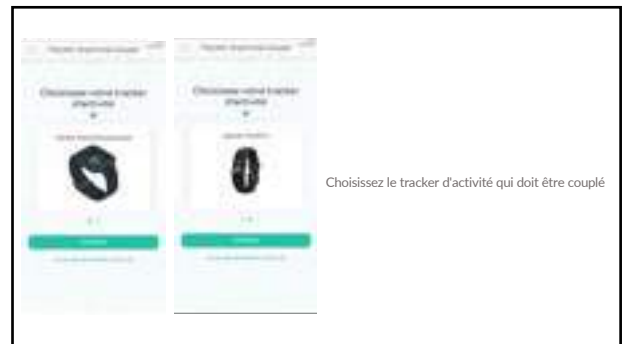
1



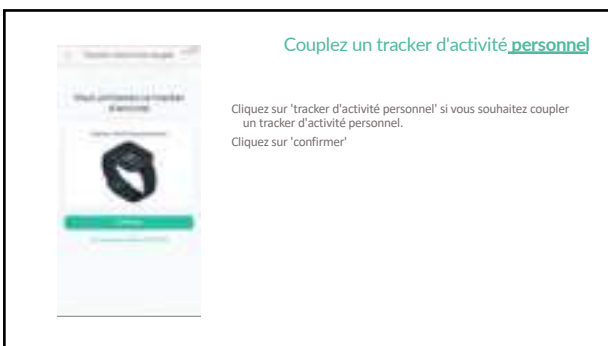
2



3



4



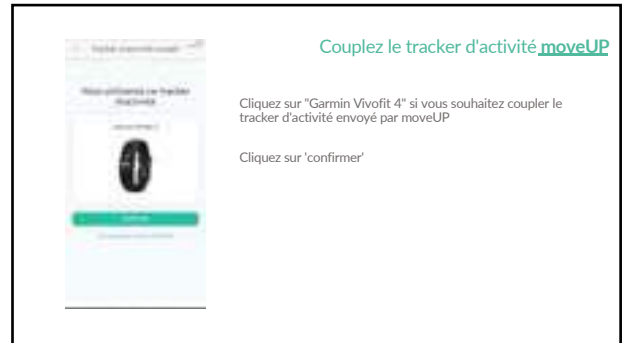
5



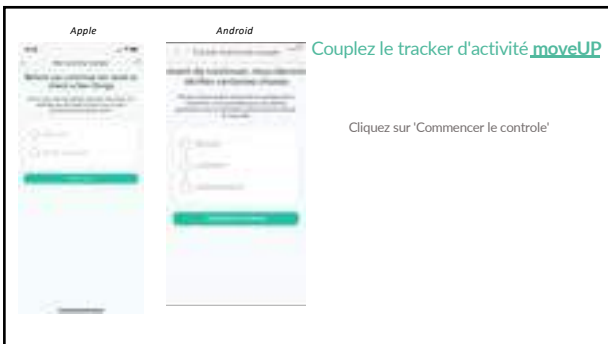
6



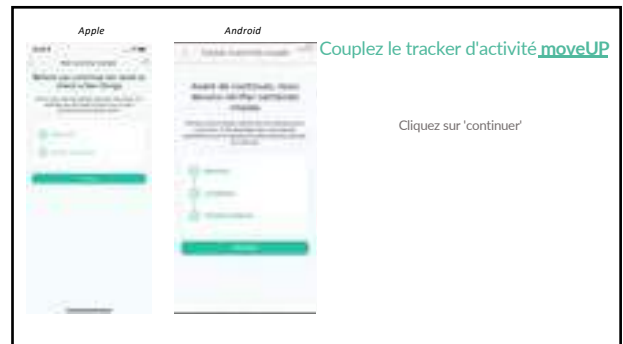
7



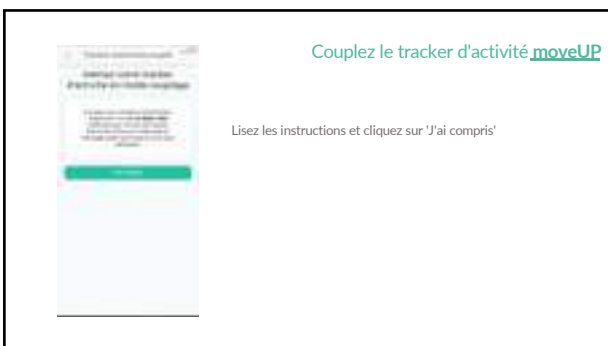
8



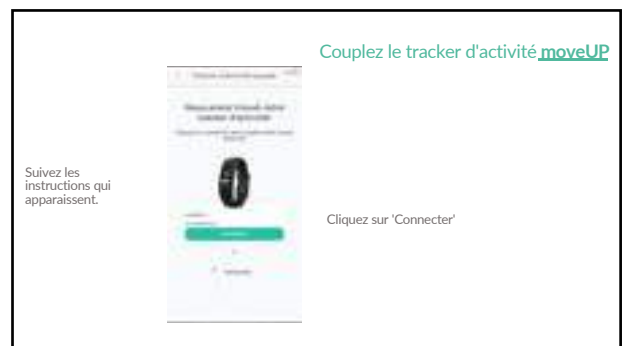
9



10



11

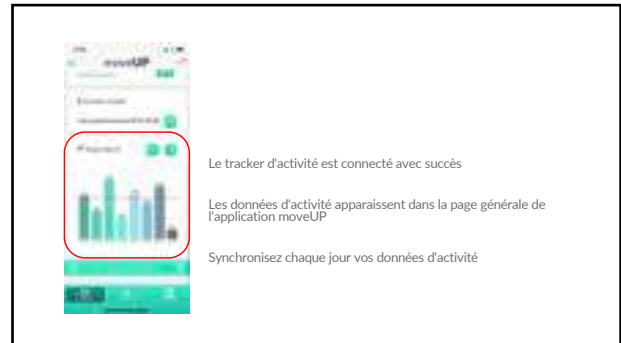


12

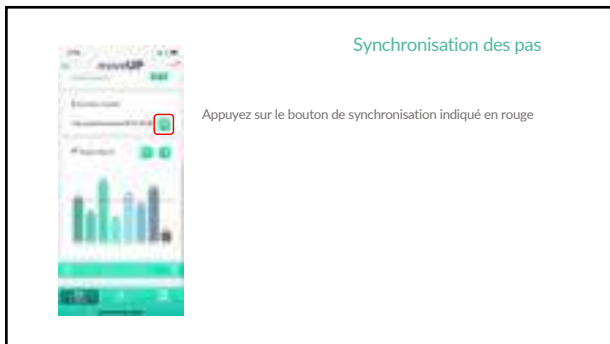




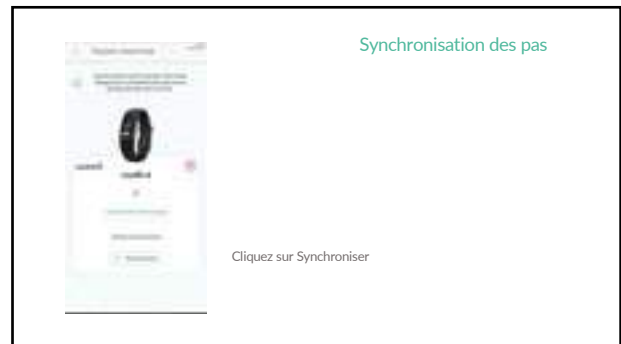
13



14



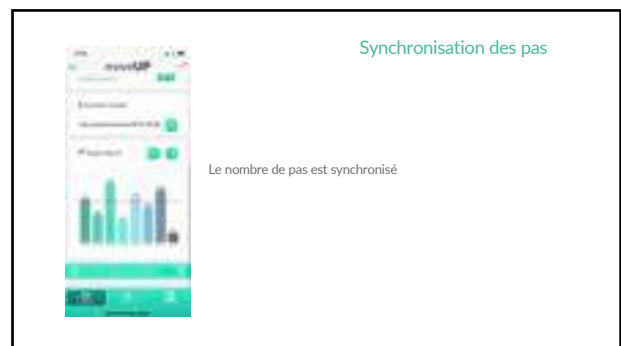
15



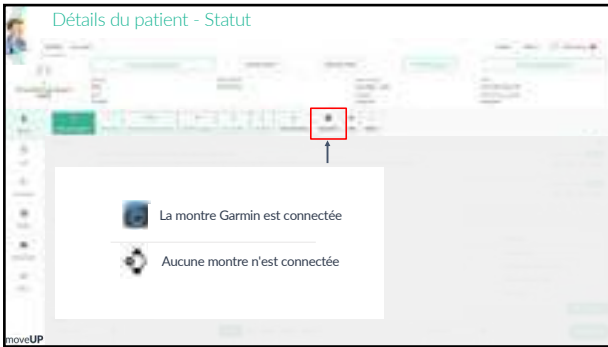
16



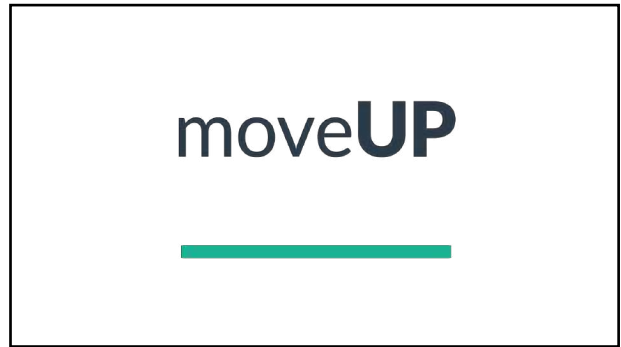
17



18



19



20

# moveUP



Plateforme de soins de santé



# moveUP



1

## Fonctionnalités de la plateforme de soins de santé

2



3



4

## Aperçu général des patients

5

La plateforme moveUP vous donne une vue d'ensemble claire de vos patients

Patient ID	Age	Sex	Weight	Height	Activity Level	Health Status
1001	45	M	75kg	175cm	High	Green
1002	60	F	60kg	160cm	Medium	Yellow
1003	55	M	80kg	180cm	Low	Red
1004	70	F	55kg	155cm	High	Green
1005	40	M	70kg	170cm	Medium	Yellow

6



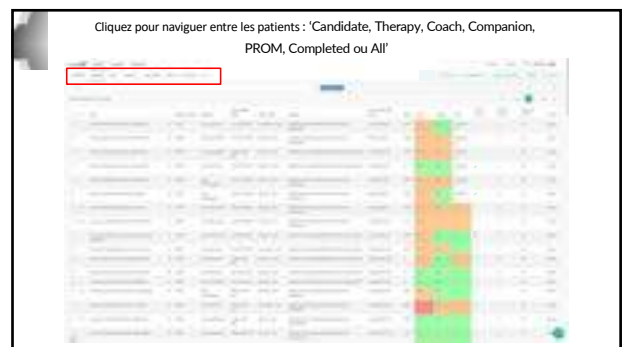
7



8



9



10

**Candidats**  
Les patients qui sont en attente d'un traitement. Ils ont téléchargé l'application moveUP et se sont inscrits ou ont été créés par un prestataire de soins de santé.

**Therapy**  
Les patients ayant un traitement actif 'Therapy', avant ou après la chirurgie.

**Coach**  
Les patients ayant un traitement actif 'Coach', avant ou après la chirurgie.

**Companion**  
Les patients ayant un traitement actif 'Companion', avant ou après la chirurgie.

**PROM**  
Les patients qui continueront à recevoir des questionnaires médicaux pour un suivi à long terme à des moments spécifiques (par exemple 3m - 6m, ...).

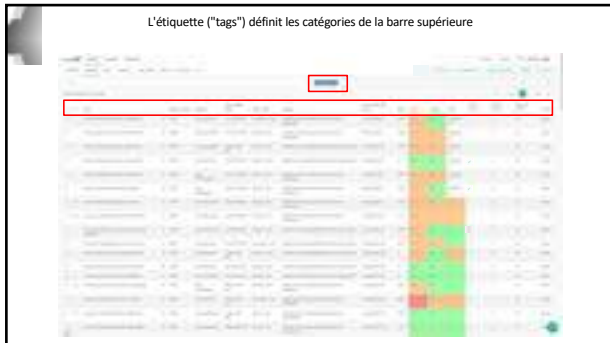
**Completed**  
Les patients qui ont terminé leur suivi à long terme.

**All**  
Tous les patients.

11



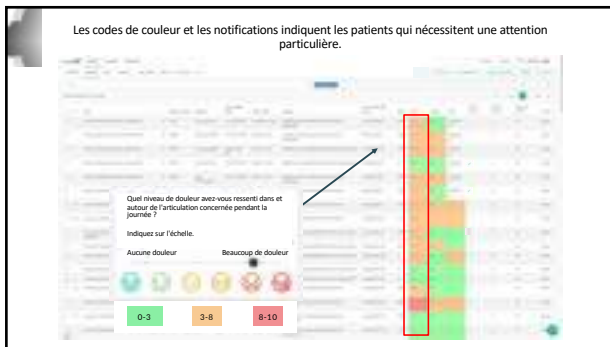
12



13



14



15



16



17



18



Suivi de la 1ère ligne

- Le patient a été suivi et validé il y a 1 jour
- Le patient a été suivi et validé aujourd'hui par votre discipline
- Le patient a été suivi et validé aujourd'hui par une autre discipline que la vôtre
- Le patient a été signalé pour votre discipline
- Le patient a été signalé pour une autre discipline

19

La compliance du patient est visible dans la vue d'ensemble du patient

- Compliant au cours des 2 derniers jours
- Non compliant > 2 jours
- Non compliant > 7 jours

20

Contactez-nous à l'adresse – support@moveup.care

Besoin d'aide ? N'hésitez pas à contacter moveUP ! →

21

- "Activated" peut signifier deux choses : soit les patients ont été enregistrés avec un code via l'application, soit ils ont été marqués comme immédiatement activés dans la plateforme d'onboarding.
- "Non activated" : les patients n'ont pas encore été enregistrés via l'application et n'ont pas été marqués comme immédiatement activés.

22

Les données peuvent être exportées vers un fichier "csv".

23

Des modèles de courrier peuvent être envoyés par e-mail

24



25



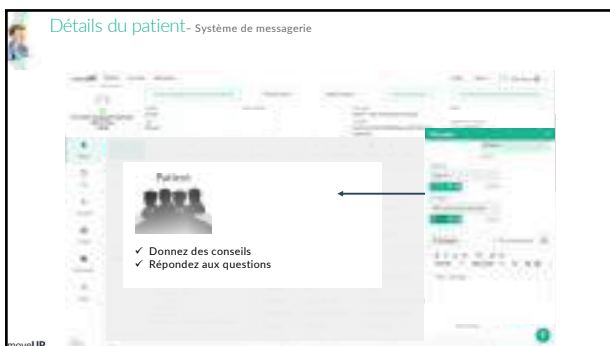
26



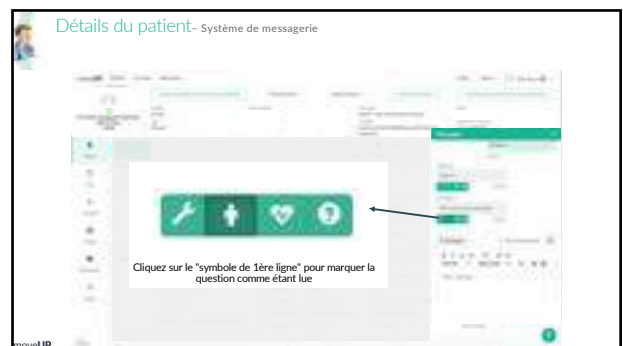
27



28

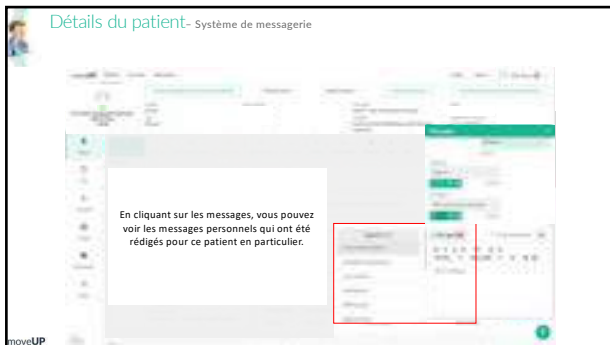


29

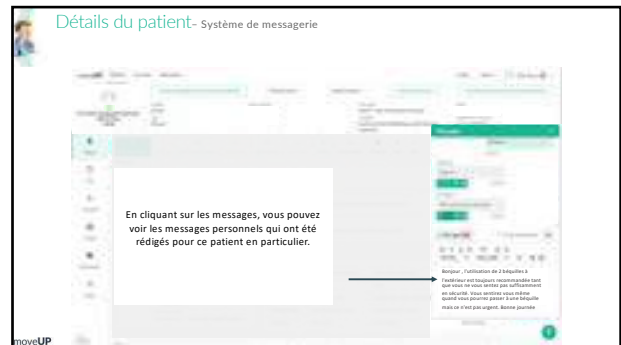


30

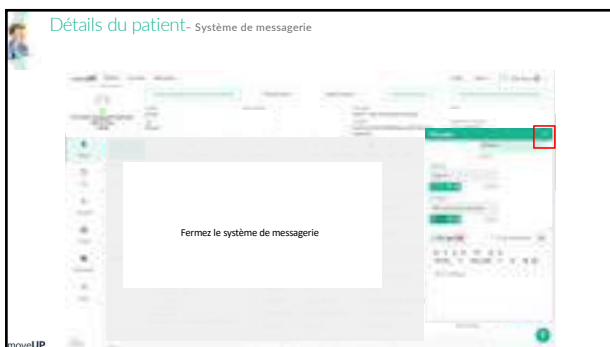




31



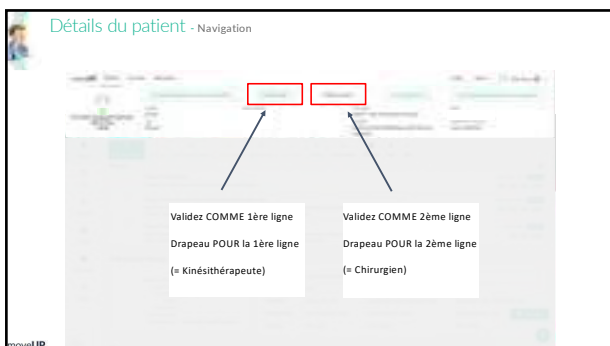
32



33



34



35



36



Détails du patient - Navigation

Signalez quelqu'un de la 1ère ligne

- ✓ Le patient doit être suivi par une personne de première ligne (par exemple, un kinésithérapeute).
- ✓ Donnez la raison du signal
- ✓ Sélectionnez la discipline à signaler
- ✓ Facultatif : ajoutez une notification par e-mail pour signaler votre drapeau. La discipline signalée recevra un e-mail à ce sujet.
- ✓ Un drapeau ajoutera une nouvelle ligne dans le journal du patient avec la raison du signalement (voir plus loin).

37

Détails du patient - Navigation

Signalez quelqu'un de la 2è ligne

- ✓ Le patient a besoin d'être consulté par une personne de la 2è ligne (par exemple un chirurgien)
- ✓ Donnez la raison du signal
- ✓ Sélectionnez la discipline à signaler
- ✓ Facultatif : ajoutez une notification par e-mail pour signaler votre drapeau. La discipline signalée recevra un e-mail à ce sujet.

38

Détails du patient - Navigation

Technical Issue

- Signalez un problème technique

39

## Détails du patient - Statut

40

Détails du patient - Statut

Consultez les détails du patient et de son intervention

41

Détails du patient - Statut

Compliance au traitement

- Compliance OK pour aujourd'hui ou hier
- Non compliant > 2 jours
- Non compliant > 7 jours

42



Détails du patient - Statut

**Compliance au traitement**

- ✓ Le patient a indiqué avoir fait les exercices
- ✓ Le patient a répondu au questionnaire quotidien
- ✓ Le patient a rempli tous les questionnaires disponibles
- ✓ Les données d'activité (nombre de pas) sont à jour

moveUP

43

Détails du patient - Statut

Observez la phase de rééducation en cours et celles à venir.

- Finish: le patient a terminé la phase
- Stop : la phase est arrêtée mais n'est pas terminée
- Disable: Non applicable au patient

moveUP

44

Détails du patient - Statut

**Informations importantes relatives à l'intervention**

moveUP

45

Détails du patient - Statut

**Tableau récapitulatif des 3 derniers jours : activités, médicaments et béquilles**

Compliance aux médicaments prescrits  
Les questions concernant les médicaments sont transmises aux médecins

Respect de l'utilisation des béquilles

moveUP

46

Détails du patient - Statut

Cliquez pour voir toutes les réponses aux questionnaires quotidiens

moveUP

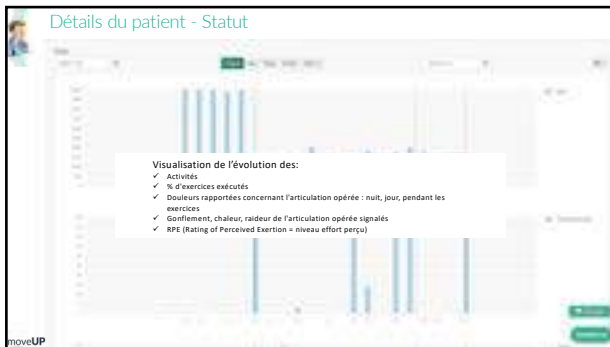
47

Détails du patient - Statut

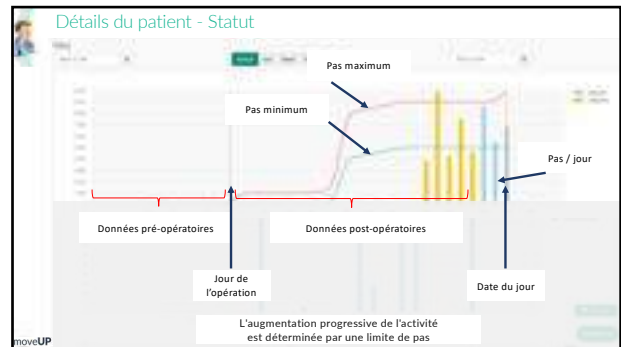
Faites défiler vers le bas

moveUP

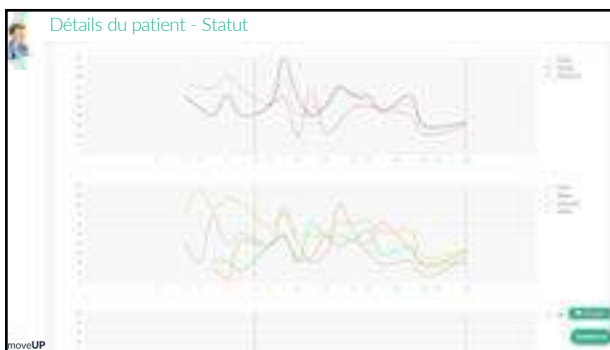
48



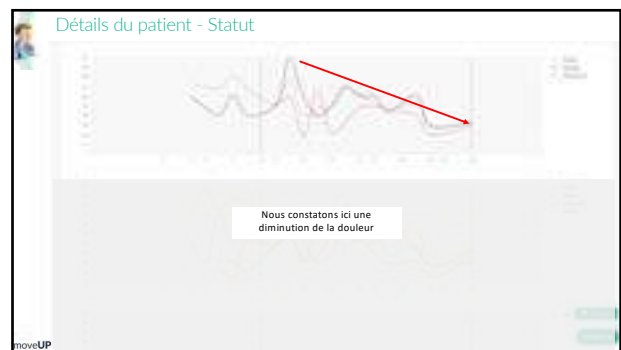
49



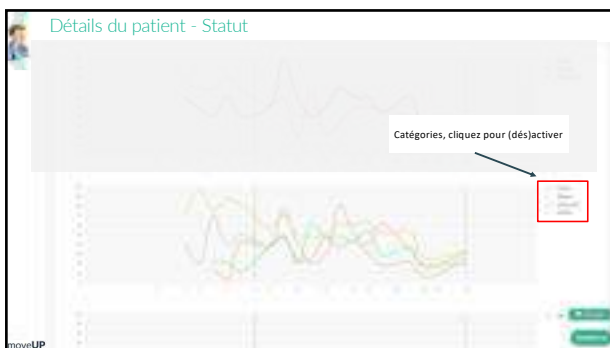
50



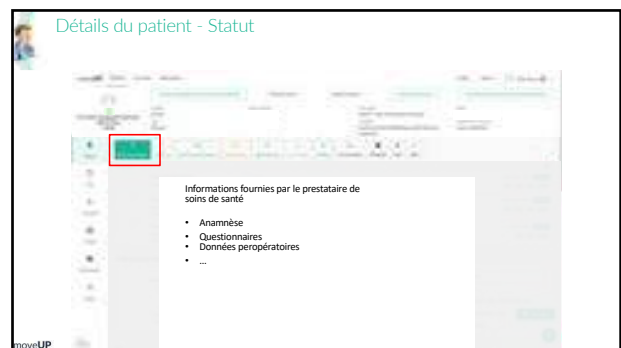
51



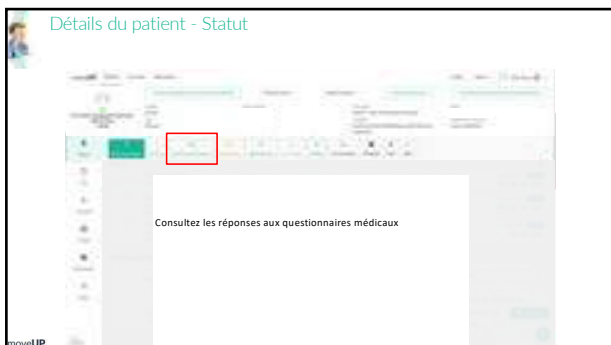
52



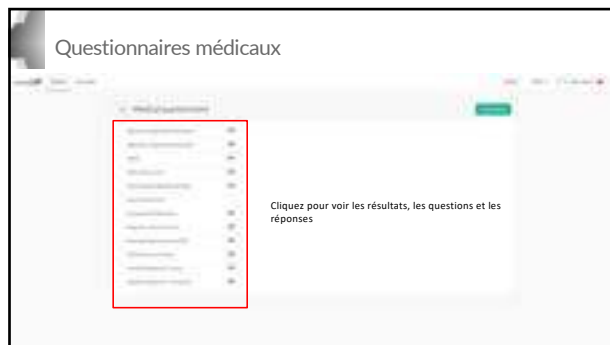
53



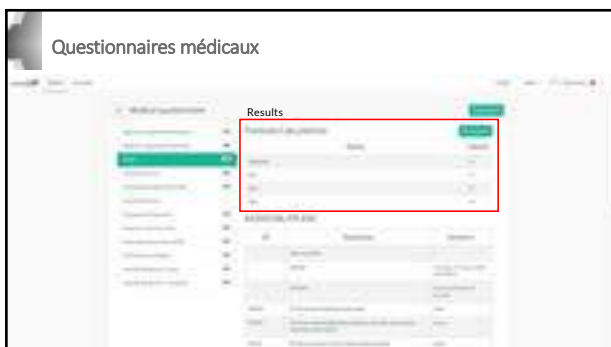
54



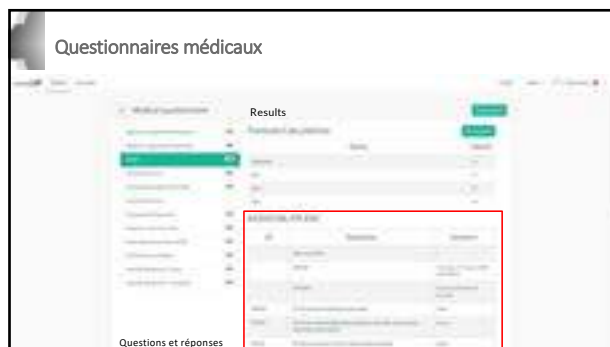
55



56



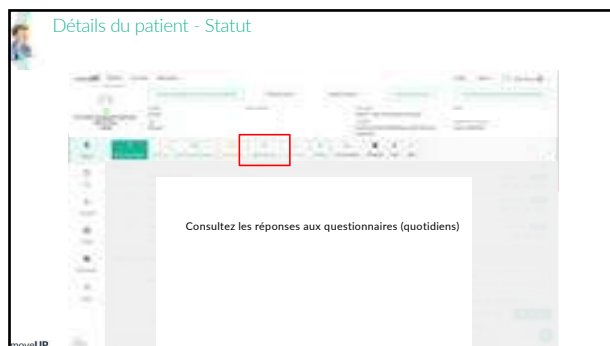
57



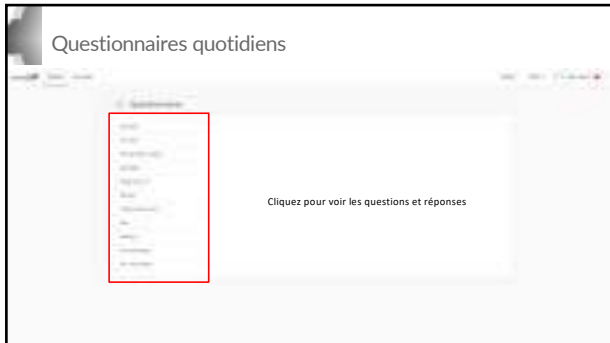
58



59



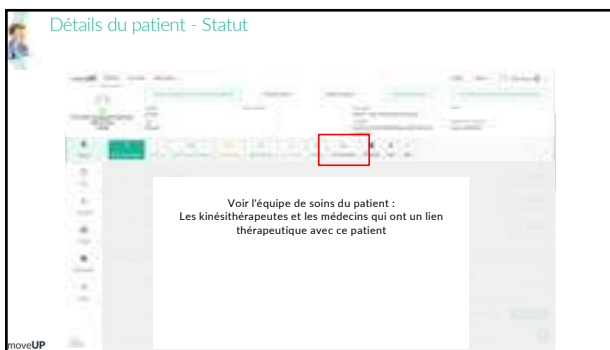
60



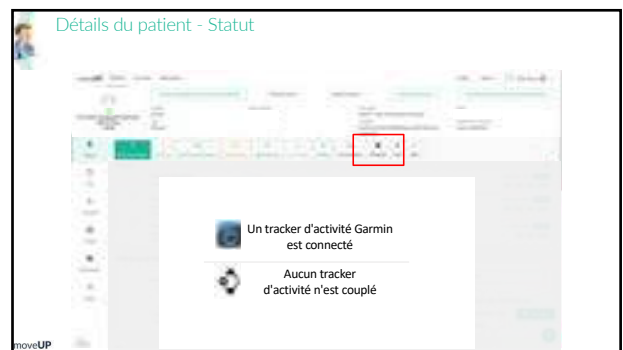
61



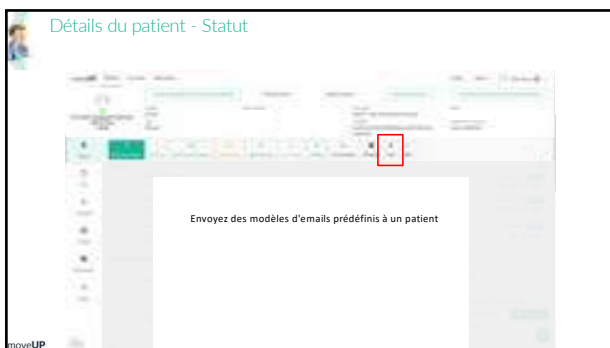
62



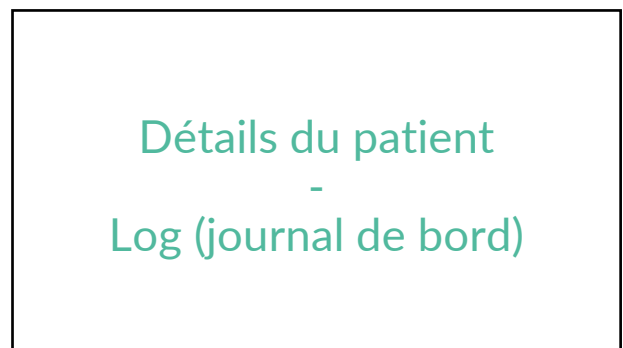
63



64



65



66



Détails du patient - Log

- ✓ Communication multidisciplinaire
- ✓ Adaptation du programme d'exercices ou de la limite du nombre de pas
- ✓ Rappels automatiques par e-mail
- ✓ Appel téléphonique avec un patient
- ✓ Actions administratives
- ✓ Signalements

moveUP

67

Détails du patient - Log

Chaque fois que vous signalez quelque chose, cela apparaît automatiquement dans le journal du patient :

VERT: Signal résolu  
ROUGE: Signal non résolu pour VOTRE discipline  
JAUNE: Signal non résolu pour une AUTRE discipline

moveUP

68

## Détails du patient - Rapport

69

Détails du patient Rapport

Il s'agit d'un rapport patient/professionnel médical utilisé pour renseigner les principales phases et les scores médicaux du patient, ainsi que l'évolution du patient durant son traitement avec moveUP.

moveUP

70

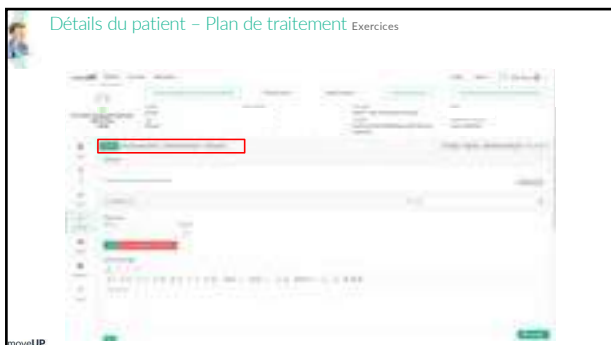
Le rapport peut être téléchargé et envoyé au patient en format pdf. Pour cela, il suffit de cliquer sur le bouton "Télécharger le rapport".

Il est également possible de partager le lien directement vers le rapport, en utilisant le bouton "Copier le lien du rapport".

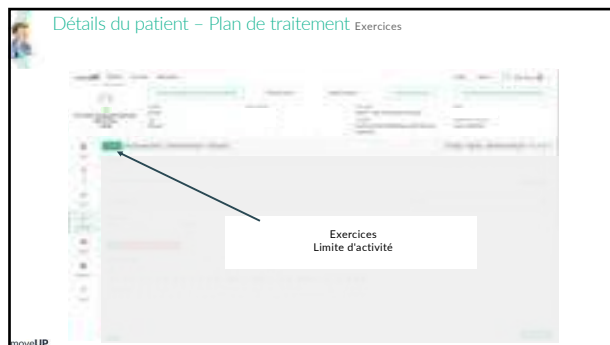
71

## Détails du patient - Plan de traitement adapter le traitement d'un patient

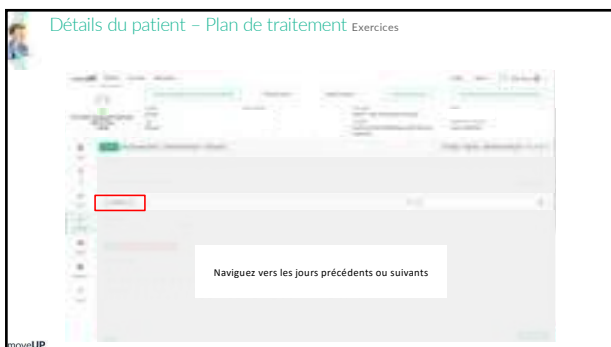
72



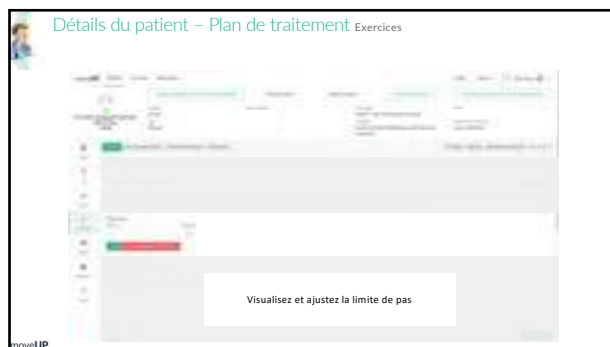
73



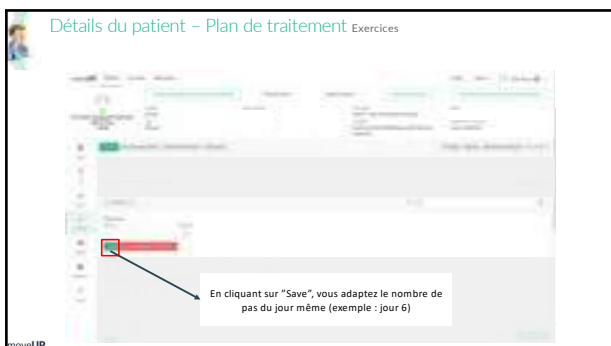
74



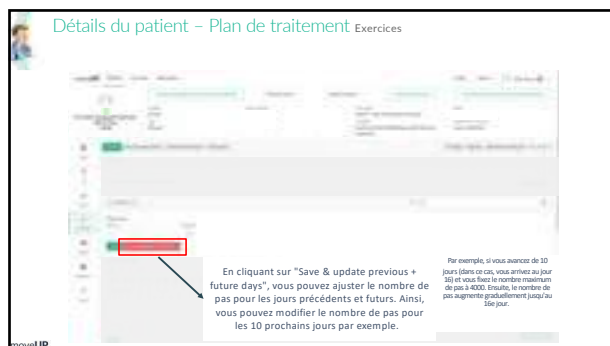
75



76

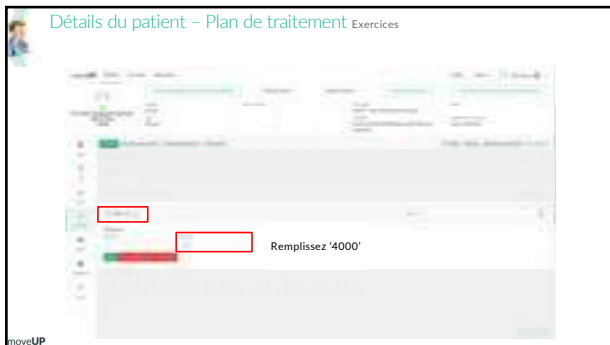


77

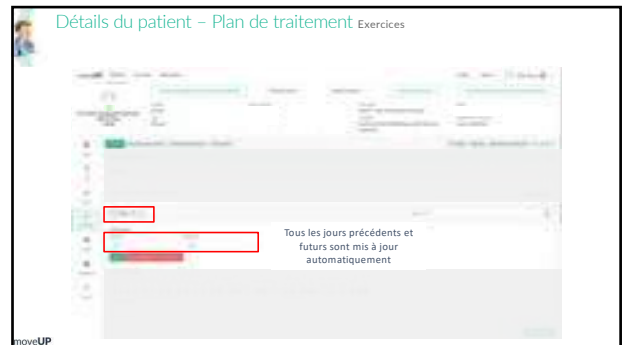


78

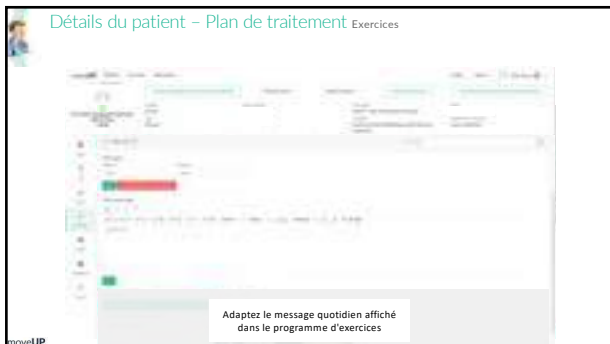




79



80



81



82



83



84



**Détails du patient – Plan de traitement** Exercices  
Un programme d'exercices standardisé est personnalisé en fonction des besoins du patient.

Il existe une option de programmation permettant de définir des exercices sur une plus longue période. (cliquez sur "Advanced settings")

- Jour de début/jour de fin:
  - Jour de début = le jour de la cellule sur laquelle vous avez cliqué
  - Jour de fin = indique le jour où vous souhaitez que l'exercice se termine.
- "Repeat" :
  - Choisissez la répétition de l'exercice.
- "Intensity/ Frequency START":
  - Il s'agit des valeurs avec lesquelles le patient commencera à travailler.
- "Intensity/Frequency TARGET":
  - Il s'agit de la valeur cible avec laquelle le patient terminera cet entraînement.

Ex : Jour de début = 10, Jour de fin = 20, Intensité de départ = 1, Intensité cible = 10 => Au jour 15, l'intensité sera automatiquement calculée et dans ce cas, elle sera fixée à 5.

85

**Détails du patient – Plan de traitement** Questionnaires quotidiens

86

**Détails du patient – Plan de traitement** Questionnaires médicaux

87

**Chronologie des questionnaires médicaux par défaut**

The diagram illustrates the timeline of medical questionnaires. It starts with 'Preop' at Day 0, followed by 'Sortie' at Day 7. 'Questionnaire de décharge' is administered at Day 7. 'Satisfaction de la rééducation' is administered at Day 23. 'Postop' is administered at Day 4. The timeline also shows the use of various assessment tools: HOUS/NDOS, CHS, ED, SD, FRS, HRS, KSS, and ICS, which are used at different points in the timeline (Preop, Day 7, Day 23, Day 4, and Day 4 Postop).

88

**Détails du patient – Plan de traitement** Analyse de vidéo

89

**Détails du patient – Plan de traitement** - Analyse de vidéo

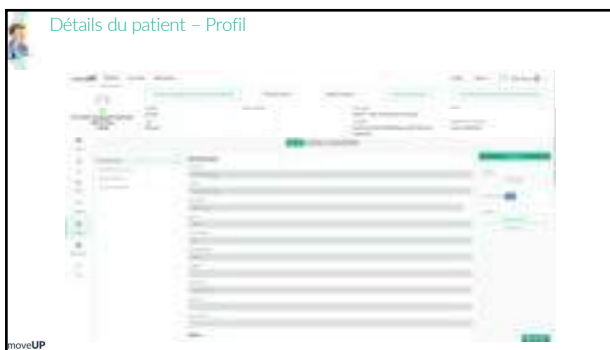
90



91

## Détails du patient - Profil

92



93



94

## Détails du patient - Documents

95



96



## Détails du patient - More (Plus d'infos)

97



98

moveUP

---

99

# Comment inscrire un nouveau patient sur la plateforme moveUP ? (démarrage/inscription du patient avec moveUP)

## Créer un nouveau patient dans la plateforme d'inscription

- Rendez-vous sur ce lien: <https://patient-onboarding-admin.moveup.care> (<https://patient-onboarding-admin.moveup.care/>)
- Remplissez vos identifiants moveUP et cliquez sur « Connexion »
- Cliquez sur « New patient »



The screenshot shows the 'Patient Onboarding Dashboard' for a user named Ellen. At the top, there are navigation links for 'Dashboard' and 'Patients', and utility links for 'Support' and 'Account'. A security warning banner is present, stating: 'We're working with sensitive medical data. That's why you should enable two factor authentication. Two factor authentication secures your account better. Enable it in your account settings.' Below the banner, there are five data cards: '227 moveUP candidates' with a '+ New patient' button (highlighted by a red arrow), '3706 patients active', '13 patients reminded', '0 candidates not interested', and '0 filled in anamnesis questionnaire'.

## Complétez les informations du patient

- Complétez les informations du patient

# Edit patient

Basic  Advanced

## Managing Organization \*

AZ Alma Ecklo

Organization that is the custodian of the patient record

## Name \*

Names associated with the patient

### Given names \*

Ellen

Given names (first names). First's included middle names

### Family name \*

Toet

Family name (last name, surname)

+ Add Name

## Contact Point \*

A contact point for the individual

### System \*

Email

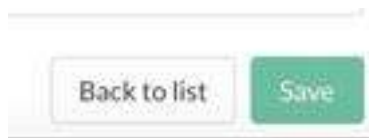
### Details \*

ellen+patient@moveup.care

The actual contact point details, email address, phone number, etc.

+ Add Contact Point

- o Cliquez sur « Sauver »



## Ajouter un nouveau plan de traitement au patient

- o L'onglet « Edit Care Plan » s'ouvre automatiquement après la saisie des données du patient.
- o Cliquez sur « Start new care plan » ou cliquez sur le traitement ou l'intervention requis pour démarrer un nouveau plan de traitement si aucun n'est actif.

## Edit care plans for Ellen Test

### Patient's care plans

Start a care plan to add intervention and treatment for this patient

+ Start new care plan

### Algemeen Stedelijk Ziekenhuis Aalst Interventions

Search

Hip left - revision Hip left - total Hip right - revision Hip right - total

### moveUP Treatments

Search

THA Anterior Therapy THA Bilateral Therapy THA General Therapy THA Savit General Therapy  
THA Savit Safe Recovery Unknown procedure date

- Faites glisser et déposez une intervention dans le plan de traitement
- Faites glisser et déposez un traitement (ceci est obligatoire).
- Faites glisser et déposez une étude, si cela est applicable
- Faites glisser et déposez les intervenant dans l'équipe de soins

## Edit care plans for Ellen Test

### Patient's care plan

Add intervention, treatment or study. Click or drag 'n drop items to add.

Activated care plan (move care plan to active list in medical dashboard)

+ Start new care plan

### AZ Alma Eeklo Interventions

Search

Achilles Left Achilles Right Bilateral total hip arthroplasty Bilateral total knee arthroplasty  
Hip left - resurfacing Hip left - revision Hip left - total Hip right - resurfacing Hip right - revision  
Hip right - total Knee right - total Knee left - revision Knee left - total Knee left - total  
Knee right - revision Knee right - total

### moveUP Treatments

Search

THA Anterior Therapy THA Bilateral Therapy THA General Therapy THA Bilateral Therapy  
THA General Therapy Unknown procedure date

### AZ Alma Eeklo Studies

Search

Convention

### AZ Alma Eeklo Care Team Participants

Search

AZ Alma Eeklo Belgium Ortopediën care team



- Remplissez la date d'intervention (date de l'opération) et le médecin (chirurgien)
- La date de début du traitement est déterminée automatiquement à la date d'aujourd'hui si vous ne la renseignez pas
- Cliquez sur « Save »

## Edit care plans for Ellen Test

### Patient's care plan

▼ Knee Right - total, TKA General Therapy

Intervention: Knee Right - total

Date  1

Doctor  2

Treatment: TKA General Therapy

Start Date

Code

HCP

Activated care plan (move care plan to active list in medical dashboard)

+ Start new care plan

3

### AZ Alma Eeklo Interventions

Bilateral total hip arthroplasty    Bilateral total knee arthroplasty    Hip left - resurfacing

Hip left - revision    Hip left - total    Hip right - resurfacing    Hip right - revision    Hip right - total

Knee Right - total    Knee left - revision    Knee left - total    Knee left - uni    Knee right - revision

Knee right - uni

### moveUP Treatments

THA Anterior Therapy    THA Bilateral Therapy    THA General Therapy    TKA Bilateral Therapy

TKA General Therapy    Unknown procedure date

### AZ Alma Eeklo studies

Conventions

## Envoyez des e-mails aux patients

- Une fois qu'un plan de traitement est enregistré, cliquez sur le bouton « Next ».





Back to care plan edit

Send selected e

Mails were sent

## Que se passe-t-il ensuite ?

**Le patient recevra un email avec**

- 1. Instructions sur la façon d'installer moveUP**— Avec une brève introduction de moveUP, un lien d'information sur les prix (<https://support.orthopedics.moveup.care/fr/knowledge-base/quel-est-le-prix-de-moveup-est-ce-rembourse-par-mon-assurance/>) et des instructions sur la façon d'installer moveUP (<https://support.orthopedics.moveup.care/fr/knowledge-base/installation-de-lapplication-moveup/>) avec les détails de connexion, et un lien vers le guide de démarrage rapide (<https://support.orthopedics.moveup.care/fr/knowledge-base/guide-de-demarrage-rapide/>)
- 2. Lien pour commander un tracker d'activité** et confirmer son abonnement— Avec un formulaire de commande pour le tracker d'activité





# moveUP



1

## Arrêter le traitement d'un patient dans moveUP

2

1. Si votre patient arrête d'utiliser moveUP, allez dans l'onglet du plan de traitement du patient.

2. Cliquez sur "Arrêter le suivi actif" en haut à droite de l'onglet Plan de traitement.



3

3. La fenêtre suivante s'affichera.



4

4. Vous pouvez personnaliser un message qui sera envoyé aux patients de l'application moveUP.

5. Vous pouvez sélectionner un e-mail (si ce dernier est personnalisé) qui sera envoyé au patient.

6. Si vous ne voulez pas qu'un message ou un e-mail soit envoyé, vous pouvez les désactiver.

7. Si vous êtes prêt à arrêter le suivi actif, vous pouvez cliquer sur "Stop".

5

Une fois que le suivi actif a été arrêté, les changements sont immédiatement perceptibles dans les pages d'exercices du patient. Nous souhaitons que le patient ait toujours accès aux exercices qu'il a exécutés au cours de sa rééducation. C'est pourquoi, par défaut, le patient a accès à un aperçu de ces exercices.



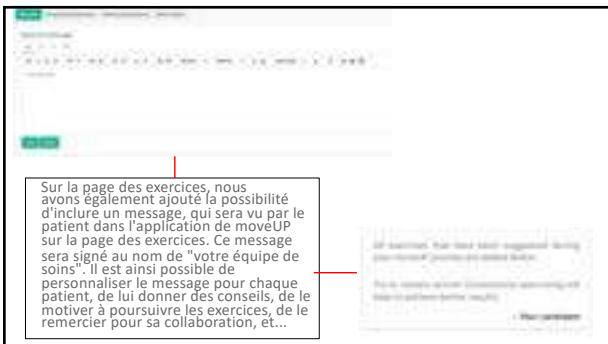
6



7



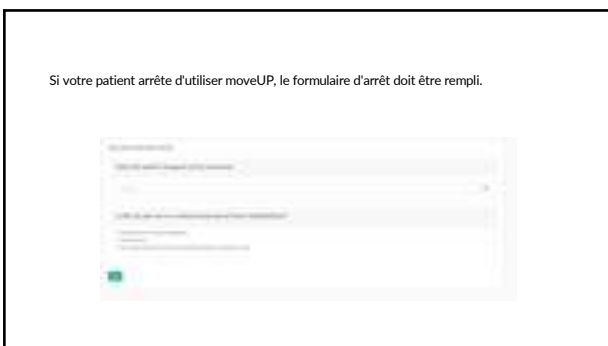
8



9



10



11



12



13



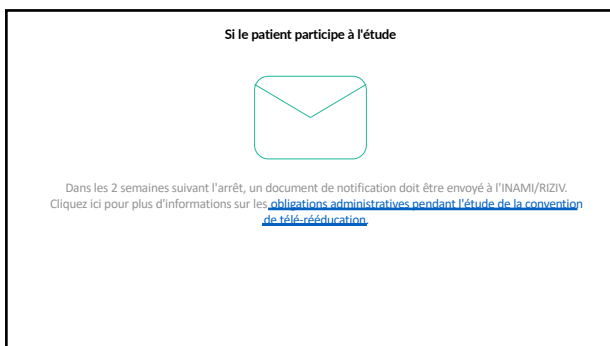
14



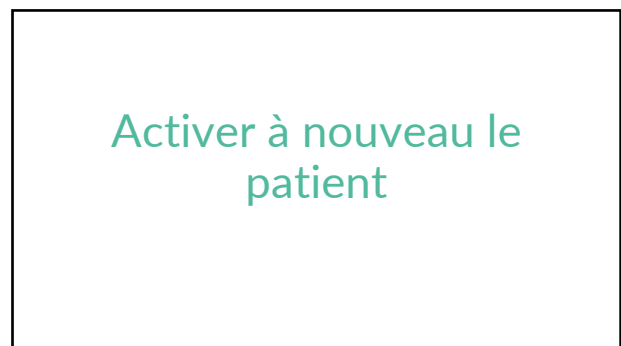
15



16



17



18



Si vous voulez activer à nouveau le patient, allez dans le plan de soins et cliquez sur "retour au suivi actif".



19

moveUP



20

# moveUP



**Gebruikershandleiding – Zorgplatform & Patiëntenapp voor HCP's**  
Krijg inzicht in de revalidatie van uw patiënten en zorg voor een goede opvolging

Versie app: 1.31 till current

Versie Handleiding: 10

Release Datum van deze handleiding: 13/07/2022

Link naar de e-learning: <https://moveup.talentlms.com/index>

# Inhoudsopgave

1. Instructies
2. Waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen
3. Beoogd gebruik en beoogde gebruikers
4. Indicatie voor gebruik
5. Contact details
6. Patiënt-app
  - a) Patiënt-app-functionaliteiten
  - b) Hoe koppel je een wearable?
7. Zorgplatform
  - a) Functies van het zorgplatform
  - b) Klinische richtlijnen voor fysiotherapeuten
  - c) Registratie van een moveUP patiënt
  - d) Stop de behandeling van een patiënt in moveUP



# Compatibility



moveUP app & apparaten

## The moveUP app werkt op:

- iPhones/iPads (iOS 11.0 of nieuwer)
- Android systems (Android 7.0 en nieuwer).
- moveUP heeft een internetverbinding nodig wanneer het wordt gebruikt.
- moveUP is compatibel met de volgende browsers.
  - Chrome/Safari/Firefox

## Tablets

In specifieke gevallen worden de volgende tablets verstrekt en ondersteund.

- Lenovo Tab 3 - Android 6.0.1 of hoger
- Huawei MediaPad T3 - Android 7.0.0 of hoger

## Activiteitsmeters

De volgende activity trackers worden momenteel ondersteund

- Garmin Vivofit 3 en Vivofit 4
- Nokia Withings Go

## Download grootte

- iOS - 78.4MB - versie 1.31.0
- Android - 39MB - version 1.31.0

Voor de veiligheid van uw gegevens verzoeken wij u de 2-factorauthenticatie (2FA) in te schakelen en een veilig netwerk te gebruiken.

# INSTRUCTIES



Lees deze gebruiksaanwijzing aandachtig door. Zorg ervoor dat u weet hoe u moveUP moet gebruiken, maar begrijp ook de beperkingen van moveUP voordat u onze service gaat gebruiken. Neem contact op met moveUP als je vragen hebt over het gebruik.



In het laatste hoofdstuk van dit document vindt u onze contactpersonen die u tijdens het gebruik van onze dienst kunt gebruiken in het geval u technische problemen zou hebben met de applicatie (moveUP-dashboard of patiënten app) of wanneer expertise nodig is over een zorgtraject.



De zorgverlener kan geen toegang geven aan derden om toegang te krijgen tot het moveUP-dashboard. Ieder ander kan, ook per ongeluk, verkeerde informatie versturen of het patiëntprofiel aanpassen, met als gevolg dat het advies van moveUP niet meer aansluit bij de behoefte van de patiënt.



In het geval dat de applicatie wordt gebruikt terwijl moveUP & b.clinic niet wordt gevraagd om de follow-up van patiënten te doen, is de individuele zorgverlener of de zorginstelling verantwoordelijk voor de follow-up van de patiënt en de actie die wordt uitgevoerd.



In overeenstemming met de wetgeving op het gebied van medische hulpmiddelen, bent u verplicht om klachten over de applicatie, elke wijziging met betrekking tot kenmerken / specificaties van de applicatie en incidenten / complicaties die mogelijk verband houden met het gebruik van de applicatie, te melden aan support@moveup.care. Het AFMPS kan ook gecontacteerd worden in geval van incidenten via [https://www.fagg.be/en/human\\_use/health\\_products/medical\\_devices\\_accessories/materiovigilance/how\\_notify](https://www.fagg.be/en/human_use/health_products/medical_devices_accessories/materiovigilance/how_notify)



Meld eventuele datalekken in verband met het gebruik van moveUP in overeenstemming met de GDPR-wetgeving. Lees alstublieft het volledige privacybeleid : <https://www.moveup.care/privacy>

# Waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen



- moveUP is geen noodhulpmiddel. Neem in geval van nood contact op met uw huisarts of bel 112.
- moveUP is niet bedoeld voor het bewaken/behandelen van vitale parameters van kritieke ziekten.



- moveUP companion is geen vervanging van een behandeling die je moet volgen, maar wordt gebruikt als aanvulling.
- Patiënten moeten zich ervan bewust zijn dat als vragenlijsten niet regelmatig of niet betrouwbaar worden ingevuld, het zorgteam meer moeite heeft om hun gezondheidssituatie en evolutie te kennen.



- De moveUP-app biedt gepersonaliseerde zorg op basis van het profiel van de patiënt en kan daarom niet worden gedeeld, geleend of geruimd tussen gebruikers. De informatie en adviezen van de moveUP-applicatie zijn niet van toepassing op een andere patiënt dan degene wiens profiel in de applicatie is opgeslagen. De patiënt mag geen toegang verlenen tot de moveUP App aan derden. Ieder ander kan, zelfs per ongeluk, verkeerde informatie sturen of het profiel van de patiënt wijzigen, met als gevolg dat het moveUP-geleide advies niet meer aansluit bij de behoefte van de patiënt.

*Bij software is er altijd een restrisico voor bugs. Heb je het gevoel dat er iets mis is of krijg je geen reactie in de app, neem dan contact met ons op via [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care) of bel 0800 88 008. De moveUP IFU wordt alleen in elektronisch formaat geleverd. Als u een volledige gedrukte versie nodig heeft, neem dan contact met ons op via het e-mailadres [info@moveup.care](mailto:info@moveup.care). Deze mail is 24/7 beschikbaar*

# Notification of serious incidents

- Onder een **ernstig incident** wordt verstaan elk incident dat direct of indirect heeft geleid, zou kunnen hebben geleid of zou kunnen leiden tot een van de volgende gebeurtenissen.
- (a) het overlijden van een patiënt, een gebruiker of een andere persoon.
- (b) de tijdelijke of blijvende ernstige aantasting van de gezondheidstoestand van een patiënt, gebruiker of andere persoon, die een van de volgende gevolgen heeft gehad
  - levensbedreigende ziekte of verwonding,
  - blijvende beschadiging van een lichaamsstructuur of een lichaamsfunctie,
  - ziekenhuisopname of verlenging van de ziekenhuisopname van de patiënt,
  - medische of chirurgische ingreep ter voorkoming van een levensbedreigende ziekte of letsel of een blijvende beschadiging van een lichaamsstructuur of een lichaamsfunctie.
  - chronische ziekte.
- (c) een ernstige bedreiging van de volksgezondheid.
- Als u een van deze gevallen ontdekt, stuur dan een e-mail naar [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) en;
- Nederland: [meldpunt@igi.nl](mailto:meldpunt@igi.nl)
- België: [meddev@fagg.be](mailto:meddev@fagg.be)
- Frankrijk: [dedim.ugsv@ansm.sante.fr](mailto:dedim.ugsv@ansm.sante.fr)
- Duitsland: [zlg@zlg.nrw.de](mailto:zlg@zlg.nrw.de)

# BEDOELD GEBRUIK

moveUP

Voor zorgverleners biedt moveUP een efficiënt klinisch beheer van pathologieën en behandelingen. Met het gebruik van moveUP worden waardevolle inzichten gegeven aan het HCP/zorgteam van de status van de patiënt en zijn evolutie.

Voor patiënten biedt moveUP gepersonaliseerde informatie en instructies om hen te helpen hun symptomen te beheersen en vooruitgang te boeken bij hun revalidatie. De intensiteit van de follow-up wordt aangepast op basis van de behoeften van de patiënt en het tijdstip in het patiënttraject:

## **moveUP companion = Überwachung und Information, keine aktive Nachsorge**

moveUP companion bietet Patienten gezielte Informationen und Entwicklungsberichte. Das Behandlungsteam berücksichtigt die Entwicklungsberichte gegebenenfalls bei der weiteren Genesung.

## **moveUP coach = aktive Nachbetreuung durch das Behandlungsteam**

moveUP coach bietet Patienten gezielte Informationen und Entwicklungsberichte. Das Pflgeteam wird aktiver einbezogen, berücksichtigt die Entwicklungsberichte und kann über die digitale Plattform Ratschläge und Übungsvorschläge geben.

## **moveUP therapy = aktive Nachsorge durch das Gesundheitsteam, mit datengesteuertem, validiertem Pflegeprotokoll**

MoveUP therapy bietet ein datengesteuertes, validiertes Pflegeprotokoll mit bestimmten Übungs- und Aktivitäts-Kategorien und Schwierigkeitsgraden, die speziell auf den einzelnen Patienten zugeschnitten sind. Das Pflgeteam kann das datengesteuerte, validierte Protokoll bei Bedarf manuell anpassen. Die Patienten können mit moveUP eine vollständige Rehabilitation durchführen, ohne ihre häusliche Umgebung zu verlassen.

Optionele functionaliteit die kan worden ingeschakeld: interoperabiliteit met medische apparatuur van klasse IIa continue passieve beweging (CPM). Voor knie- en heuppatiënten die een medisch apparaat Klasse IIa CPM gebruiken, kan moveUP samenwerken met de Klasse IIa CPM-software. moveUP fungeert als een facilitator om eenvoudig een aangewezen CPM-oefeningsprotocol toe te wijzen dat door een arts is gekozen aan een patiënt en om de uitgevoerde CPM-oefeningen weer te geven in het medische dashboard.

# BEDOELDE GEBRUIKERS

moveUP

---

moveUP is bedoeld voor gebruik door patiënten en zorgverleners. De hoofdgebruiker van de mobiele app en patiëntenwebsite is de patiënt.

## Inclusie:

- Leeftijd: minimaal 18 jaar / maximaal geen limiet
- Gezondheid & conditie: in staat om basisactiviteiten van het dagelijks leven uit te voeren
- Taal: een van de beschikbare talen van de app begrijpen (Nederlands, Frans, Duits, Engels)

## Uitsluiting:

- Patiënten die psychisch onbekwaam zijn of moeite hebben met het uiten van hun gevoelens (bijvoorbeeld geesteszieken, mensen die in een bejaardentehuis verblijven, ...) worden uitgesloten.
- Patiënten die niet in staat zijn een tablet/smartphone en activity tracker te bedienen.
- Patiënten die een van de beschikbare talen van de app niet begrijpen (Nederlands, Frans, Duits, Engels)

De hoofdgebruiker van de medische webinterface is een beroepsbeoefenaar (groep) of klinisch onderzoeker (groep), het zorgteam genaamd. Het zorgteam kan een webinterface bedienen via webbrowser op pc/tablet/smartphone. De zorgverlener moet een van de beschikbare talen van de webinterface begrijpen (vandaag alleen beschikbaar in het Engels).

## **Contra-indicaties en mogelijke bijwerkingen**

Er zijn geen contra-indicaties of bekende bijwerkingen.

## **Menselijk lichaamscontact**

Geen menselijk lichaamscontact met patiënt of gebruiker vanwege de aard van het product (software).

## **Accessoires/producten die in combinatie worden gebruikt**

Er zijn geen accessoires. Als de patiënt geen compatibele tablet/smartphone of activity tracker heeft, kan moveUP deze apparaten aan de patiënt leasen. De geleasede apparaten zijn CE-gemarkeerde apparaten die voldoen aan de compatibiliteitscriteria die zijn beschreven in de gebruiksaanwijzing van de app.

## **Levensduur apparaat**

2 jaar. Afhankelijk van de bereidheid van de gebruiker om de app te updaten. We hebben een melding gestuurd om aan te bevelen de app bij te werken, om ervoor te zorgen dat de app de prestaties en recentelijk opgenomen functies behoudt.

## **Claims**

moveUP begeleider/coach/therapie

De intensiteit van de follow-up wordt aangepast op basis van de behoeften van de patiënt, via de moveUP Symptoom & QoL monitoring tool.

moveUP verbetert het klinische beheer van de patiënten, omdat vroege detectie en beheer van complicaties mogelijk is via de symptoom- en QoL-monitoringtool

Efficiënter klinisch management, zoals het verminderen van het aantal consulten

Dwingt therapietrouw / therapietrouw af

De juiste informatie wordt op het juiste moment verstrekt

moveUP-therapie

Met behulp van moveUP-therapie kunnen knie- en heupartroplastieken volledig revalideren via het in-app zorgteam zonder hun thuisomgeving te verlaten.

## ▪ Voorbereidende handelingen voor het gebruik van de app

- Om de patiënt de app te laten gebruiken, moet de HCP de patiënt onboarden/registreren met behulp van het onboardingplatform op <https://patient-onboarding-admin.moveup.care/> (alleen voor administratieve gebruikers)
- Als de patiënt een code heeft ontvangen en toegang heeft tot de moveUP app na het downloaden, dan is deze correct geïnstalleerd

## ▪ Speciale voorzieningen, opleiding en bijzondere kwalificaties

- Er zijn geen speciale voorzieningen nodig, maar als u in een drukke ruimte bent, zorg er dan voor dat niemand uw scherm kan zien, want gezondheidsgegevens zijn gevoelige gegevens en mogen niet aan onbevoegden worden blootgesteld.
- Alleen gekwalificeerde HCP met een diploma of certificaat in het gezondheidszorgdomein of gekwalificeerde klinische onderzoekers hebben toegang tot het platform.
- Alle HCP's die het moveUP platform willen gebruiken moeten de e-learning training voltooien



# CONTACT DETAILS



Hoofdkantoor Brussel: Cantersteen 47,  
B-1000 Brussel, België  
Kantoor Gent:  
Oktrooiplein 1, B-9000 Gent, België  
Tel: 0800 88 008 , +32 478 39 14 58  
Email: [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) [www.moveUP.care](http://www.moveUP.care)



moveUP

Basic UDI-DI: ++G166MOVEUPV1310WH



In geval van vragen over de app, de tablet of de activity tracker, kan u moveUP contacteren via volgende kanalen – in volgorde van prioriteit:

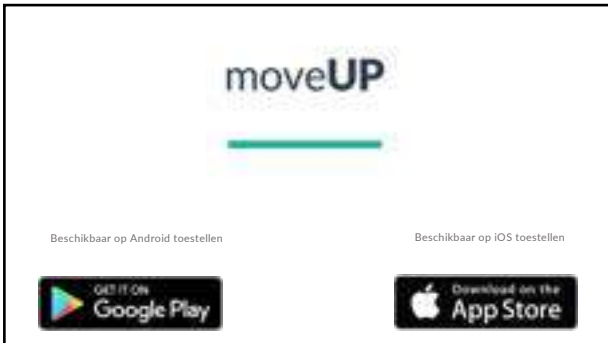
- Via het berichtensysteem of de app. Gelieve het bericht te laten voorafgaan met **“Technical question:”**
- Via e-mail naar [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)
- Via telefoon tijdens de kantoor uren: **0800 88 008**



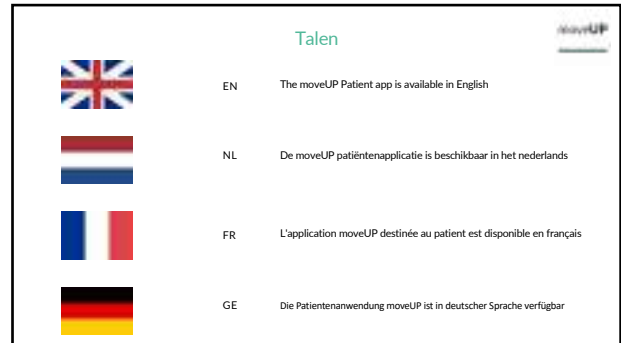
# moveUP



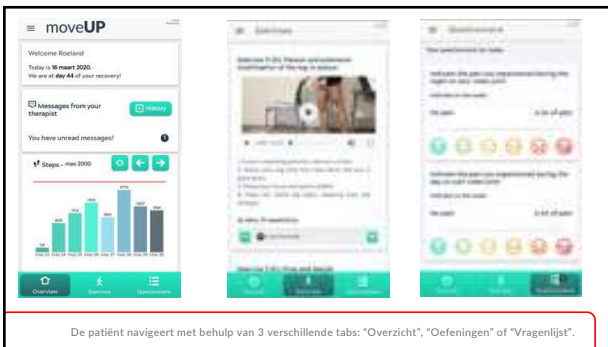
Patiënten app



1



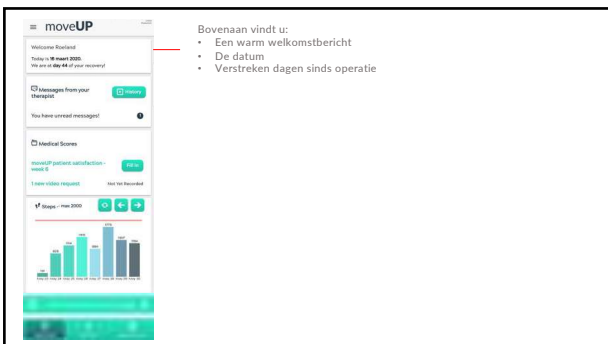
2



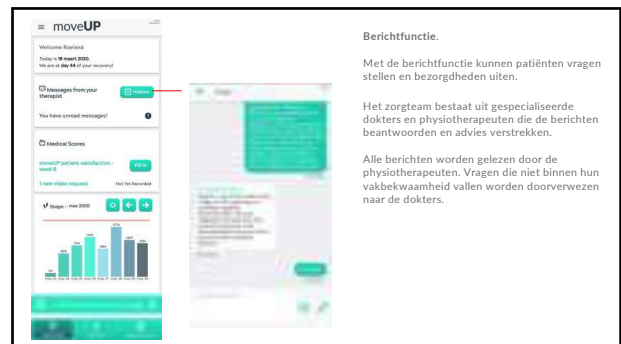
3



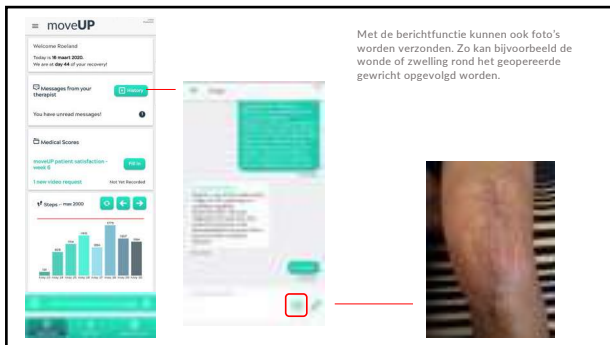
4



5

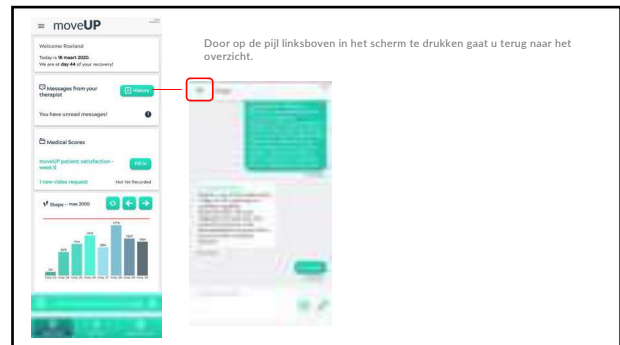


6



Met de berichtfunctie kunnen ook foto's worden verzonden. Zo kan bijvoorbeeld de wonde of zwelling rond het geopereerde gewricht opgevolgd worden.

7



Door op de pijl linksboven in het scherm te drukken gaat u terug naar het overzicht.

8



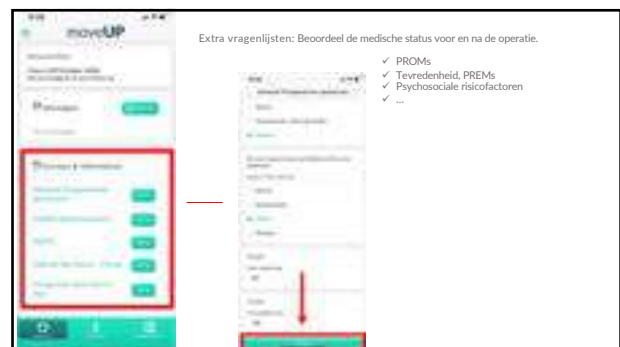
Op specifieke tijdstippen wordt de patiënt gevraagd vragenlijsten en video-opnamen in te vullen in "Enquêtes en informatie".

- Medische vragenlijsten, om het profiel van de patiënt aan te vullen
- Infomodules, juiste informatie op het juiste moment
- Video verzoeken: loopgang, bewegingsbereik

Alle beschikbare verzoeken moeten worden voltooid zodra zij beschikbaar komen

Wanneer de medische vragenlijsten of videoverzoeken zijn voltooid, verdwijnen ze van het scherm.

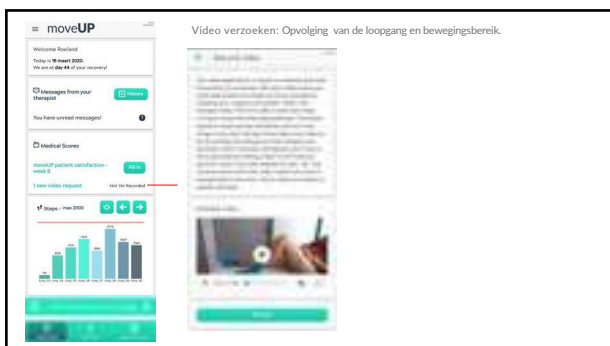
9



Extra vragenlijsten: Beoordeel de medische status voor en na de operatie.

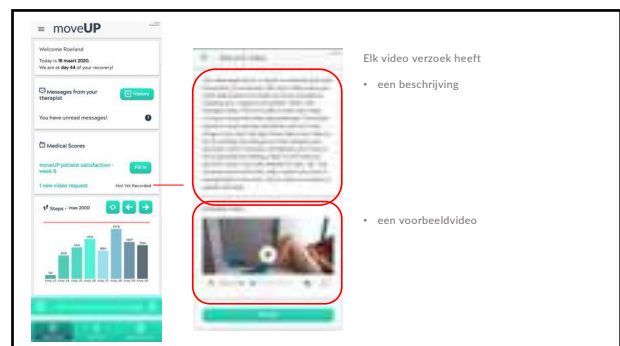
- ✓ PROMs
- ✓ Tevredenheid, PREMs
- ✓ Psychosociale risicofactoren
- ✓ ...

10



Video verzoeken: Opvolging van de loopgang en bewegingsbereik.

11

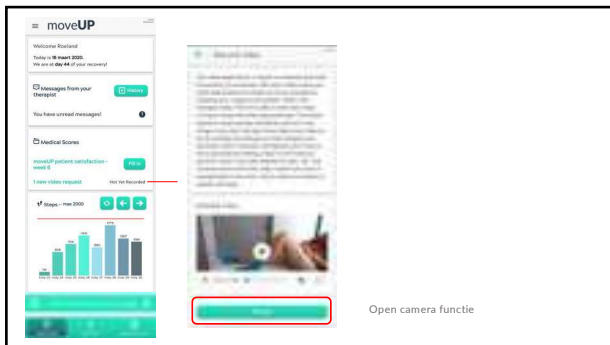


Elk video verzoek heeft

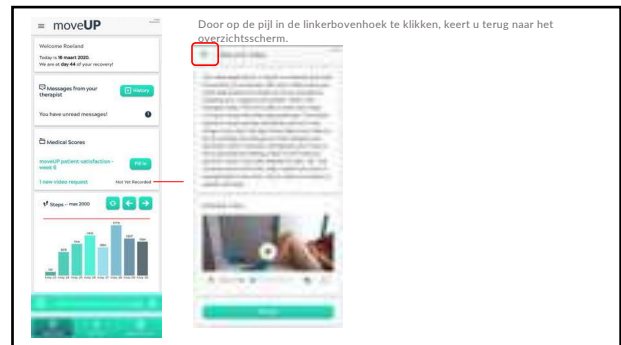
- een beschrijving

- een voorbeeldvideo

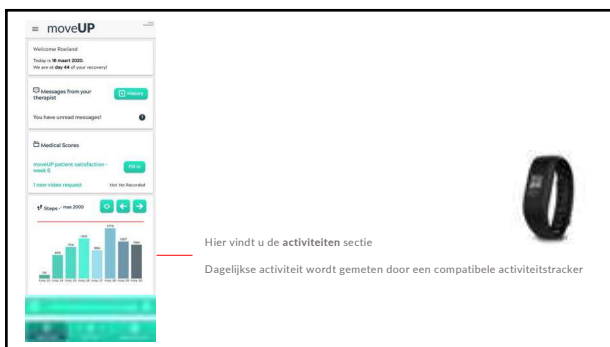
12



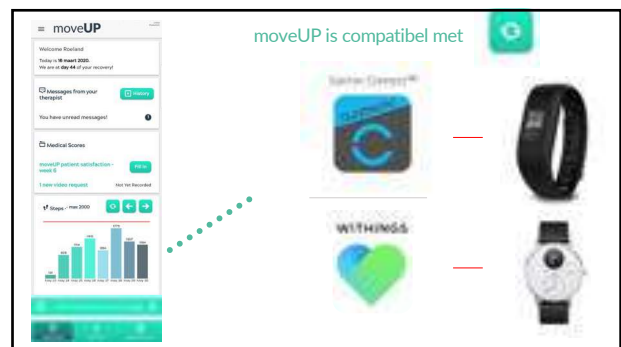
13



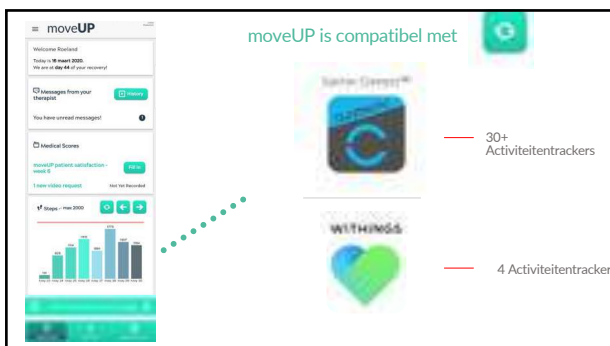
14



15



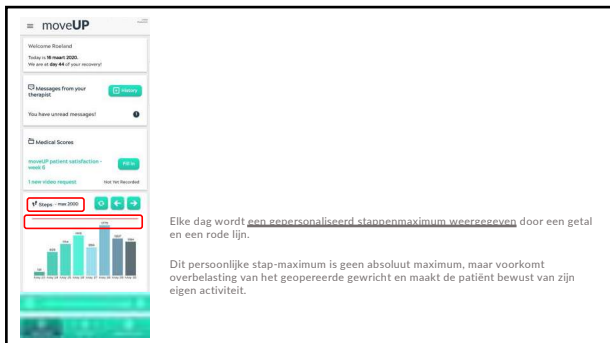
16



17



18



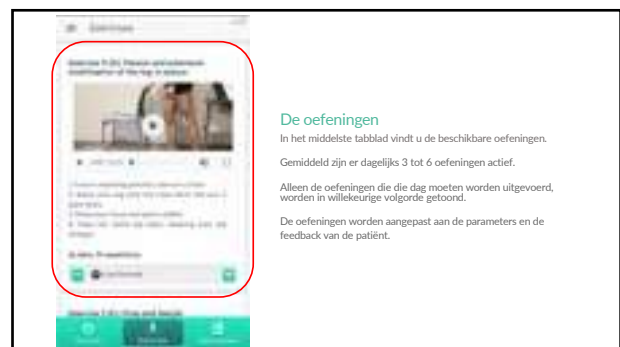
19



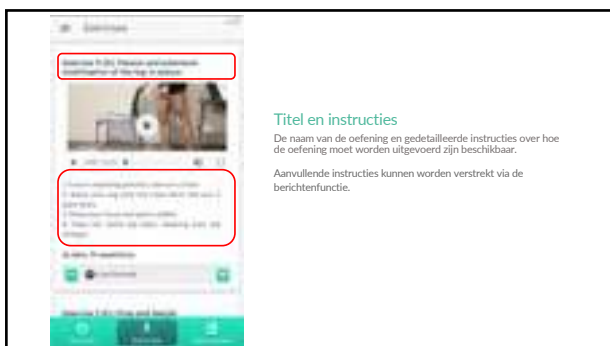
20



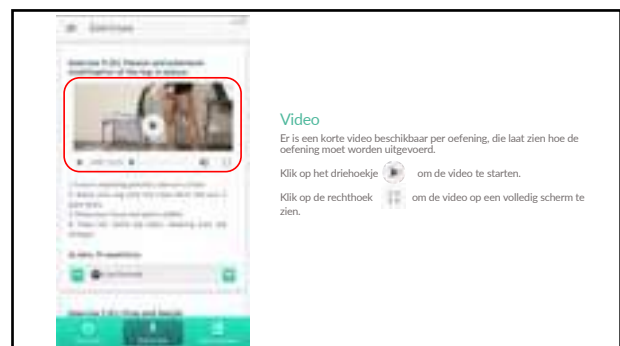
21



22



23



24



25



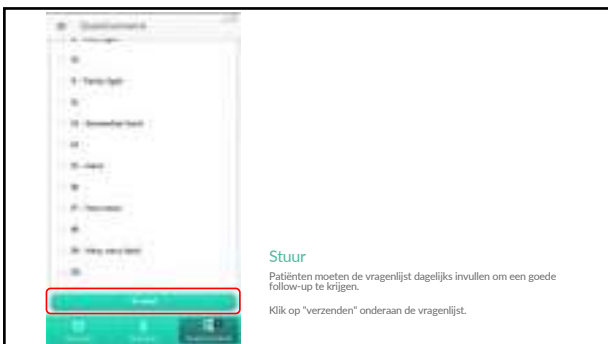
26



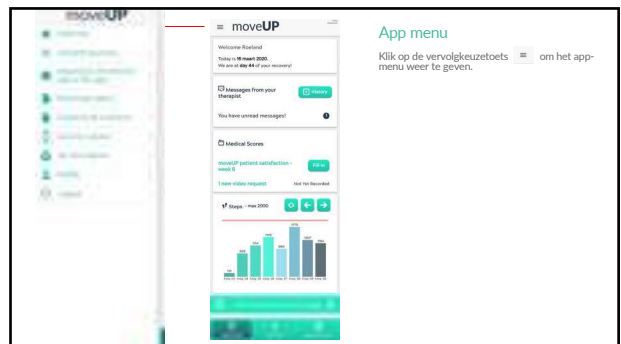
27



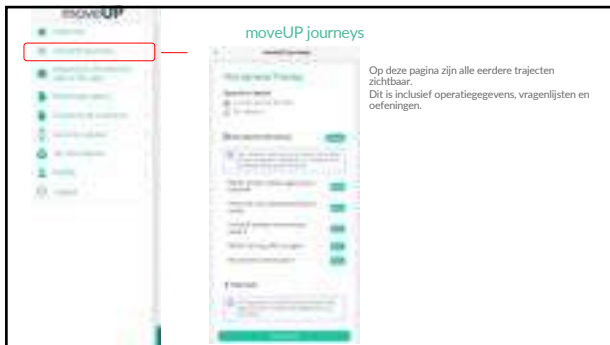
28



29



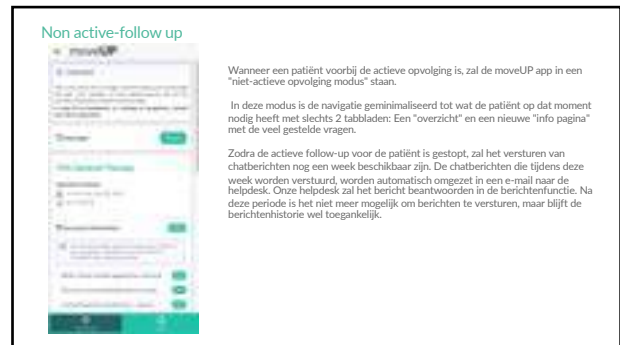
30



### moveUP journeys

Op deze pagina zijn alle eerdere trajecten zichtbaar.  
Dit is inclusief operatiegegevens, vragenlijsten en oefeningen.

31



### Non active-follow up

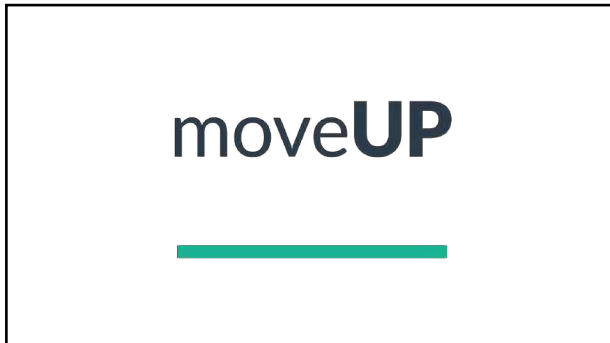
Wanneer een patiënt voorbij de actieve opvolging is, zal de moveUP app in een "niet-actieve opvolging modus" staan.

In deze modus is de navigatie geminimaliseerd tot wat de patiënt op dat moment nodig heeft met slechts 2 tabbladen: Een "overzicht" en een nieuwe "info pagina" met de veel gestelde vragen.

Zodra de actieve follow-up voor de patiënt is gestopt, zal het versturen van chatberichten nog een week beschikbaar zijn. De chatberichten die tijdens deze week worden verstuurd, worden automatisch omgezet in een e-mail naar de helpdesk. Onze helpdesk zal het bericht beantwoorden in de berichtenfunctie. Na deze periode is het niet meer mogelijk om berichten te versturen, maar blijft de berichtenhistorie wel toegankelijk.

32

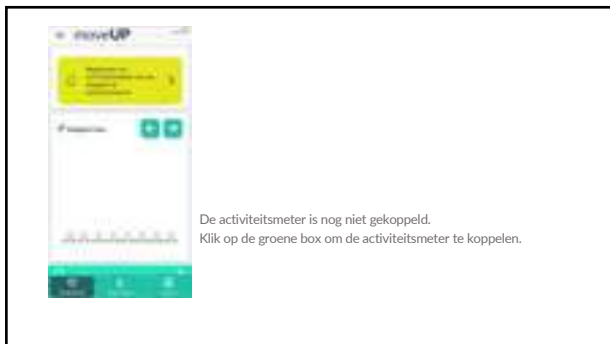




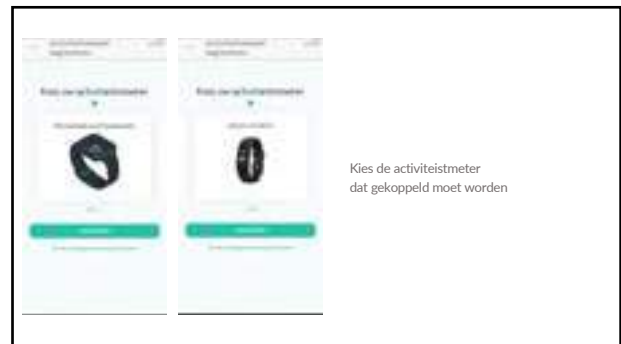
1



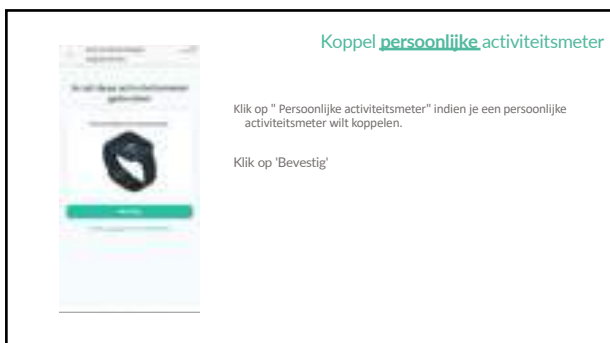
2



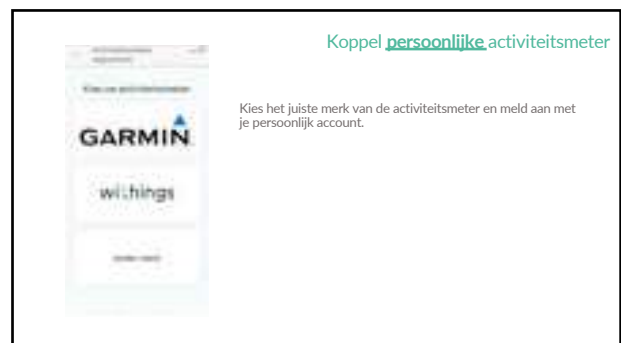
3



4



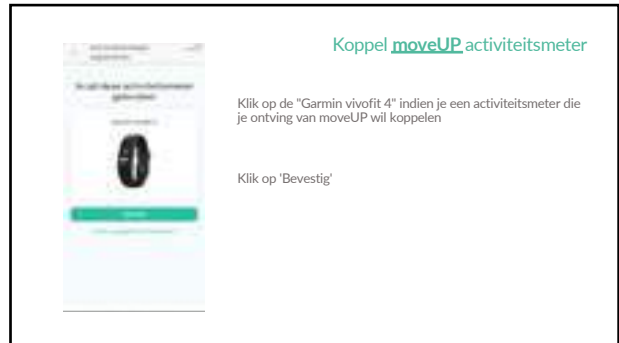
5



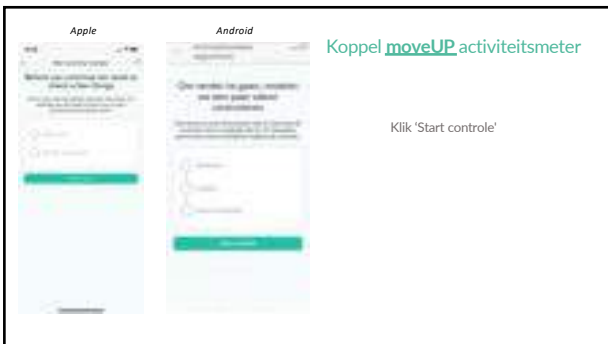
6



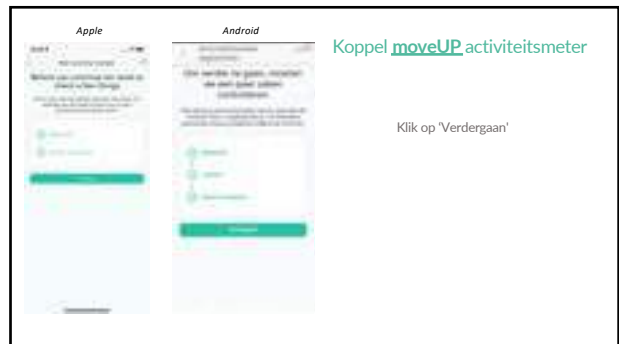
7



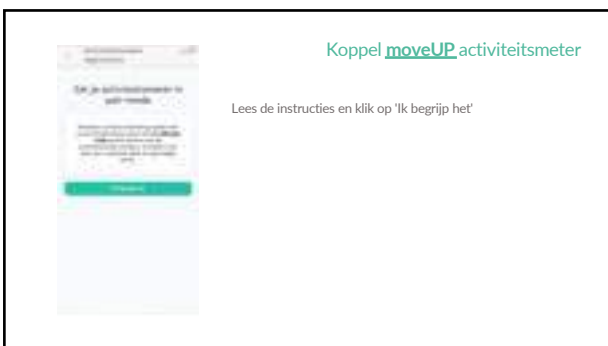
8



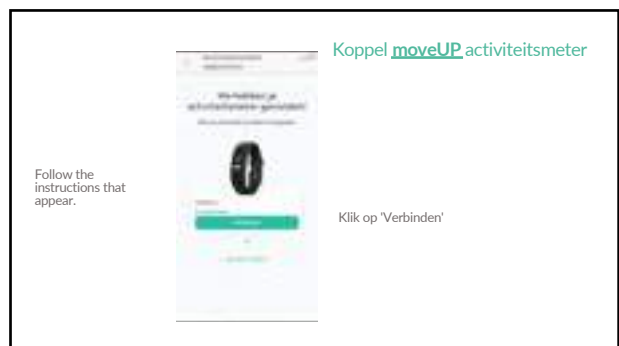
9



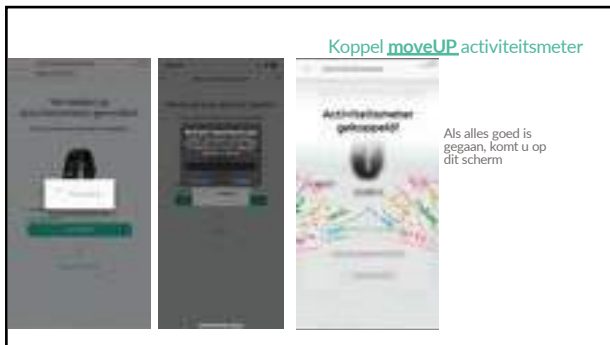
10



11



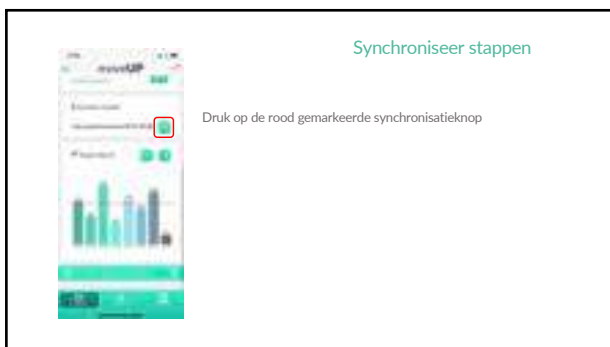
12



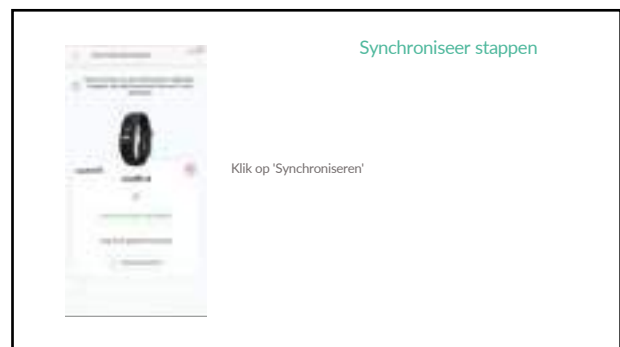
13



14



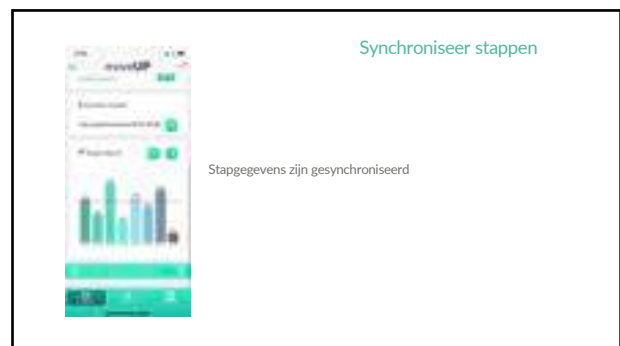
15



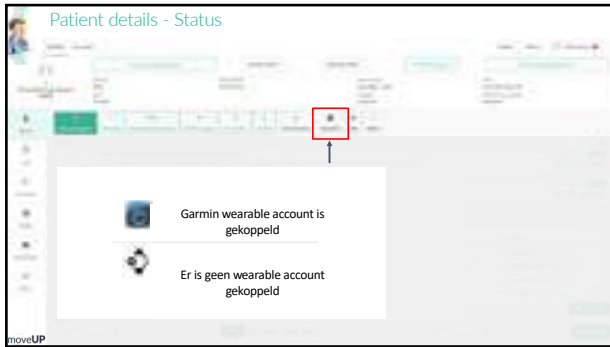
16



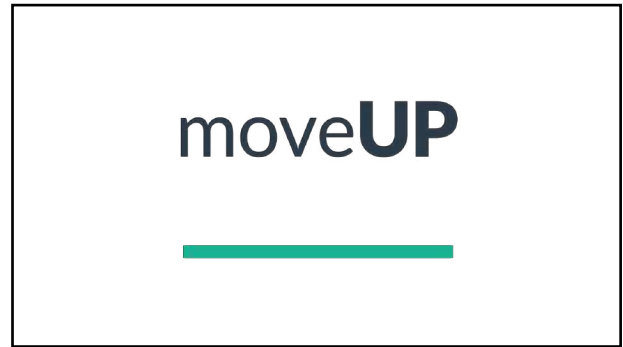
17



18



19



20

# moveUP



Zorgplatform



# moveUP



1

## Functionaliteiten Gezondheidszorg-platform

2

✓ gezondheidszorg-platform



3

Getrainde Fysiotherapeuten en dokters loggen in op het platform  
<https://v1.medical.moveup.care>



4

## Patiënten overzicht

5

Het moveUP platform geeft u een duidelijk overzicht van uw patiënten

6



7



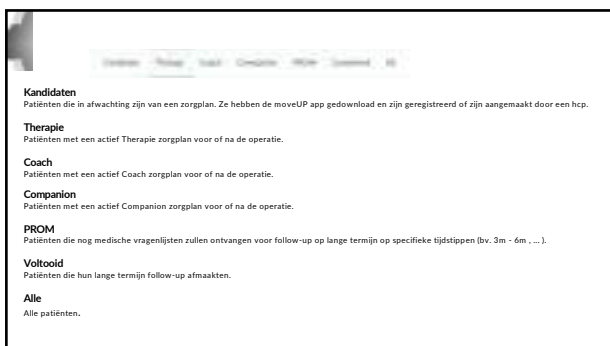
8



9



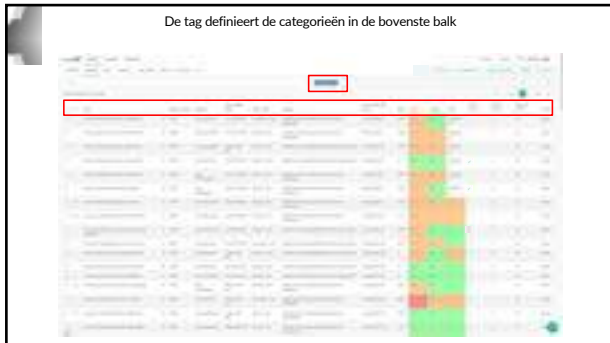
10



11



12



13



14



15



16



17



18





1ste linie evaluatie

- Patiënt werd 1 dag geleden gecontroleerd en gevalideerd
- Patiënt werd vandaag gecontroleerd en gevalideerd door uw discipline
- Patiënt werd vandaag gecontroleerd en gevalideerd door andere discipline
- Patiënt werd gemarkeerd voor uw discipline
- Patiënt werd gemarkeerd voor een andere discipline

19

Medewerking door de patiënt wordt gevisualiseerd in het patiëntenoverzicht

- Medewerking voor de laatste 2 dagen
- Geen medewerking > 2 days
- Geen medewerking > 7 days

20

Contact - support@moveup.care

Ondersteuning nodig? Aarzel niet om contact op te nemen met moveUP! →

21

- Activated kan 2 dingen betekenen: of de patiënt heeft zichzelf geregistreerd met een code via de app of hij is gemarkeerd als onmiddellijk geactiveerd in onboarding.
- Not activated: patiënten die zichzelf nog niet hebben geregistreerd via de app en niet zijn gemarkeerd als onmiddellijk geactiveerd.

22

Gegevens kunnen worden geëxtraheerd door ze naar een csv-bestand te exporteren

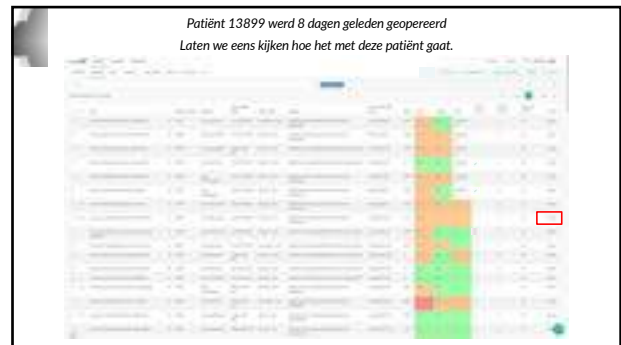
23

Mail templates kunnen via e-mail worden verzonden

24



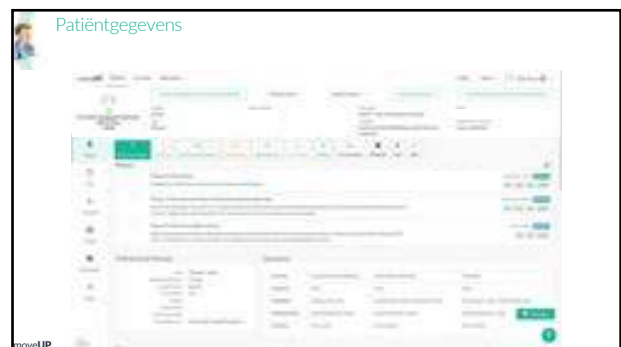
25



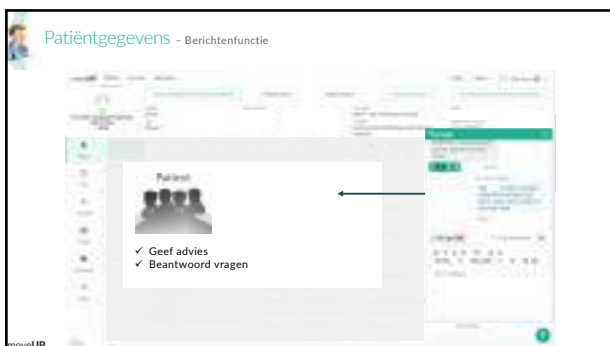
26



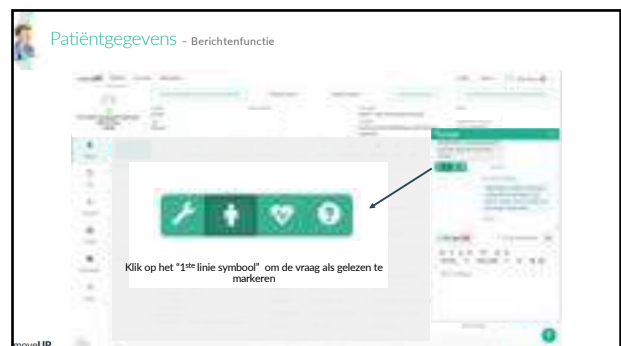
27



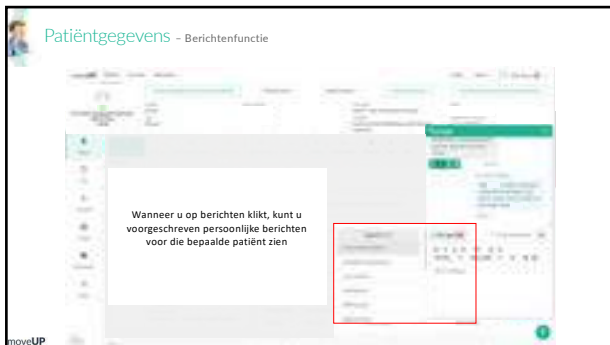
28



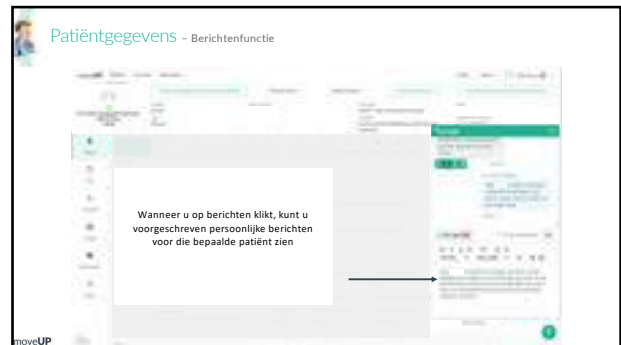
29



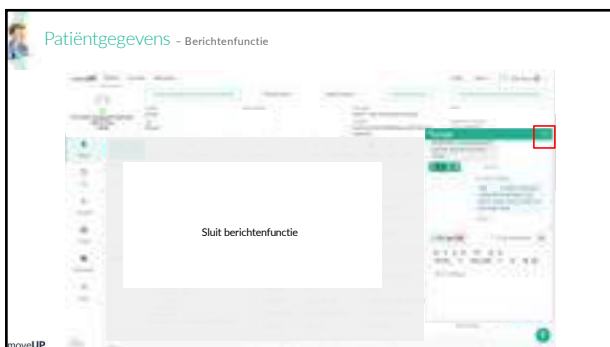
30



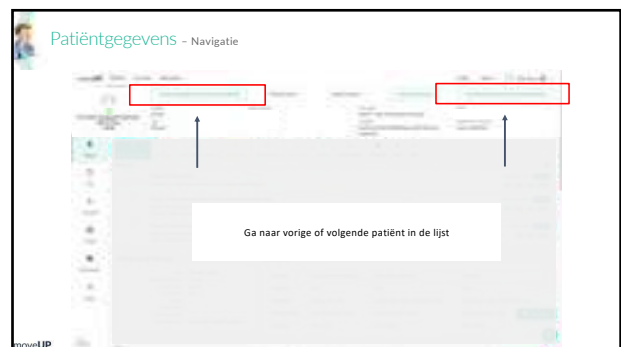
31



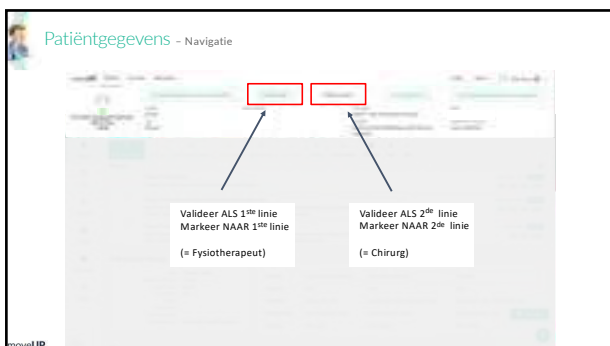
32



33



34



35



36



Patiëntgegevens - Navigatie

Markeer iemand van de 1<sup>ste</sup> linie

- ✓ Patiënt moet worden gecontroleerd door iemand van de 1<sup>ste</sup> linie (bijv. een fysiotherapeut)
- ✓ Geef een reden voor markering
- ✓ Selecteer de te markeren discipline
- ✓ Optioneel: voeg een e-mail notificatie toe aan de markering. De gemarkeerde discipline zal een e-mail ontvangen over de markering
- ✓ Een markering voegt een nieuwe regel toe aan het patiëntlogboek met de reden van markering (zie verder)

moveUP

37

Patiëntgegevens - Navigatie

Markeer iemand van de 2<sup>de</sup> linie

- ✓ Patiënt moet worden gecontroleerd door iemand van de 2<sup>de</sup> linie (bijv. een chirurg)
- ✓ Geef een reden voor markering
- ✓ Selecteer de te markeren discipline
- ✓ Optioneel: voeg een e-mail notificatie toe aan de markering. De gemarkeerde discipline zal een e-mail ontvangen over de markering

moveUP

38

Patiëntgegevens - Navigatie

Rapporteer een technisch probleem

moveUP

39

# Patiëntgegevens - Status

40

Patiëntgegevens - Status

Bekijk patiëntgegevens en zijn/haar interventie

moveUP

41

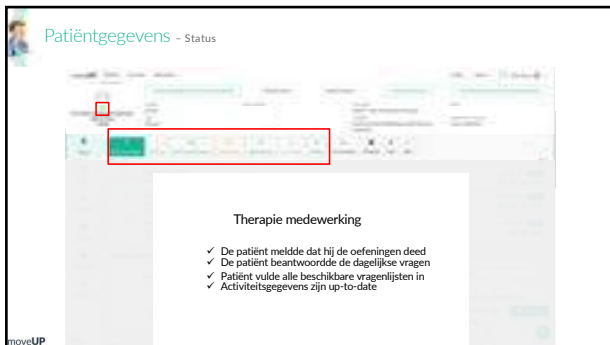
Patiëntgegevens - Status

Therapie medewerking

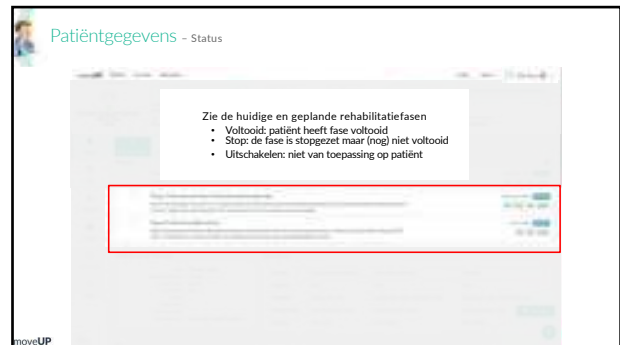
- Medewerking OK voor vandaag of gisteren
- Geen medewerking > 2 days
- Geen medewerking > 7 days

moveUP

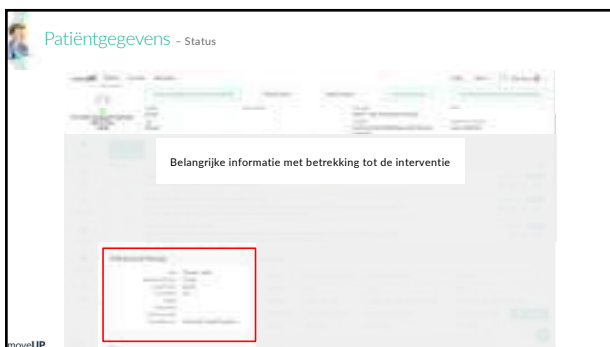
42



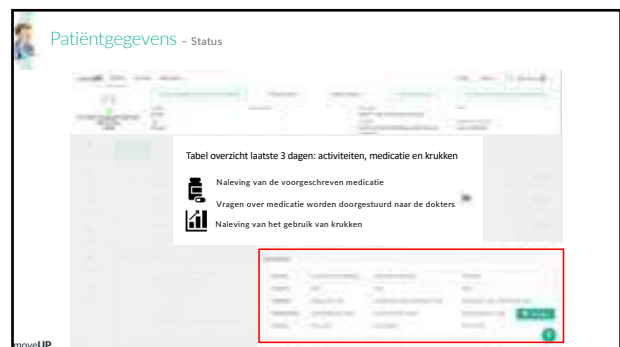
43



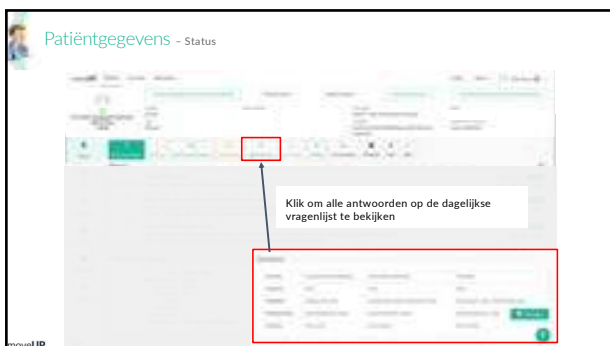
44



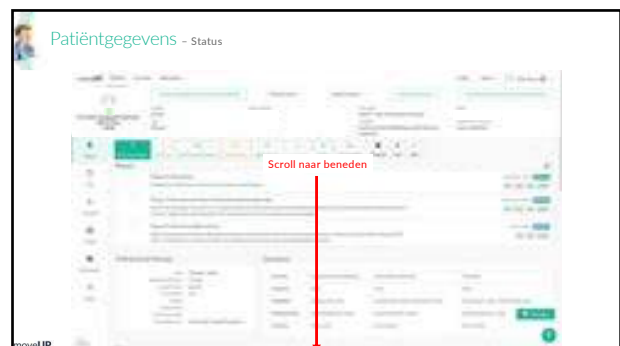
45



46



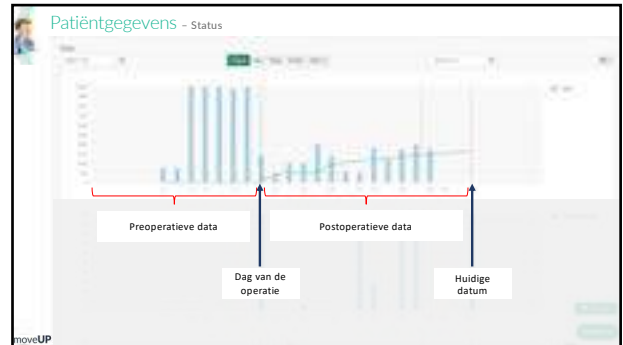
47



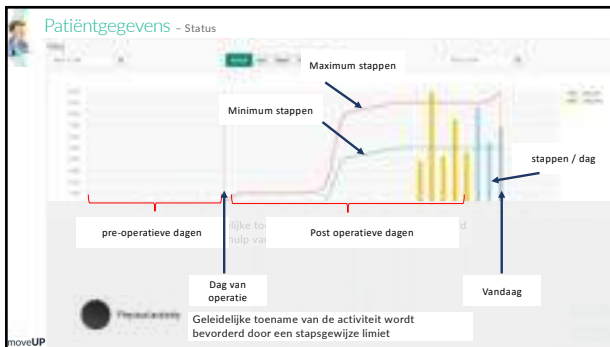
48



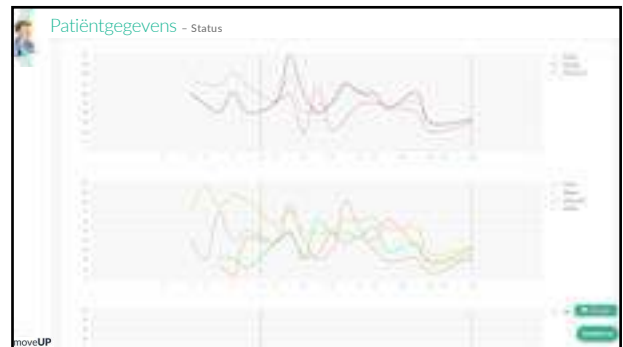
49



50



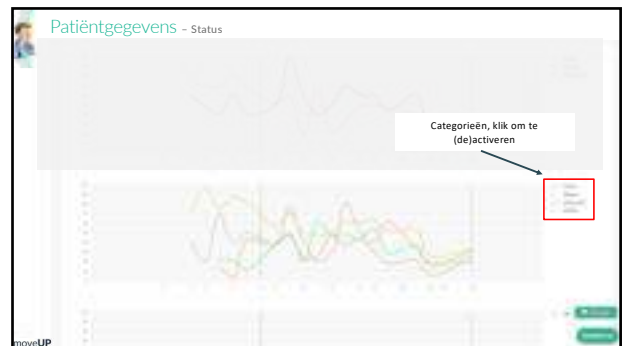
51



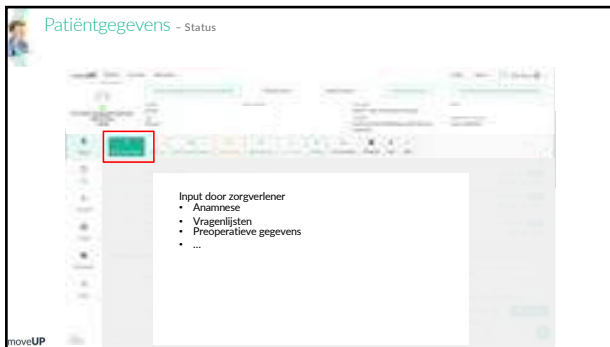
52



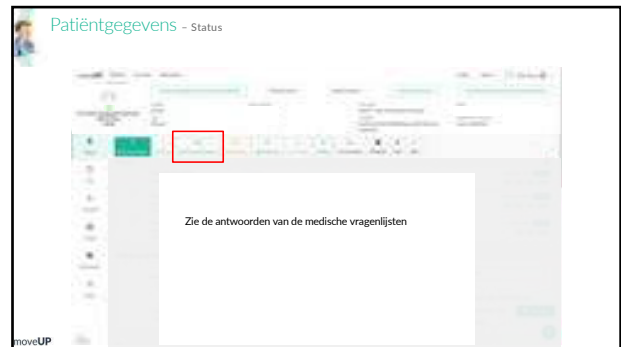
53



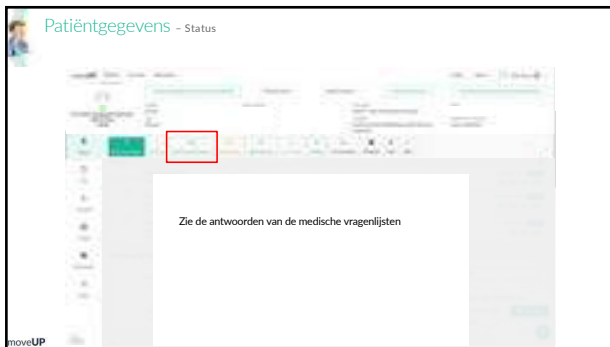
54



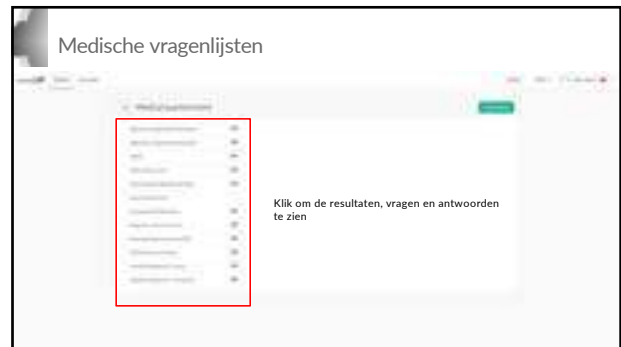
55



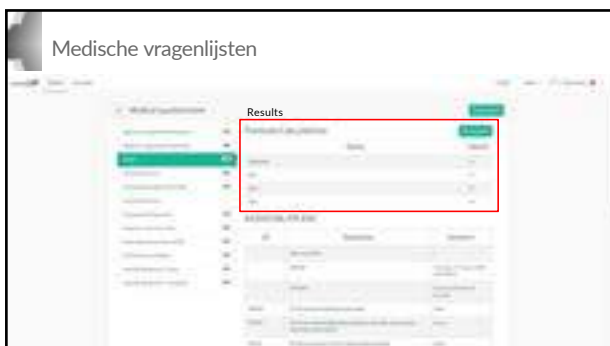
56



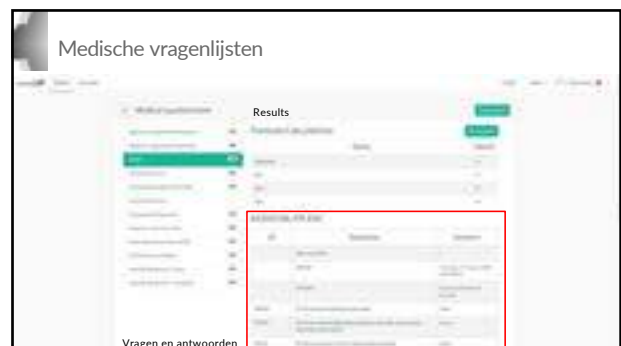
57



58



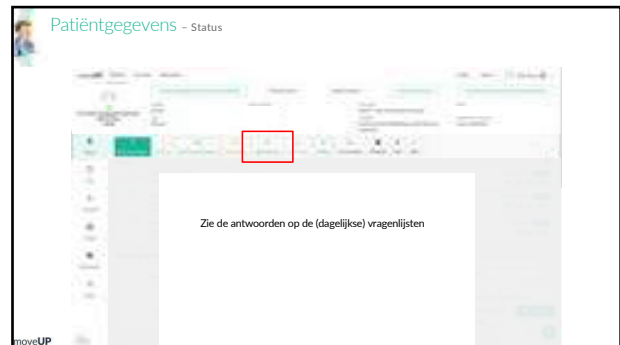
59



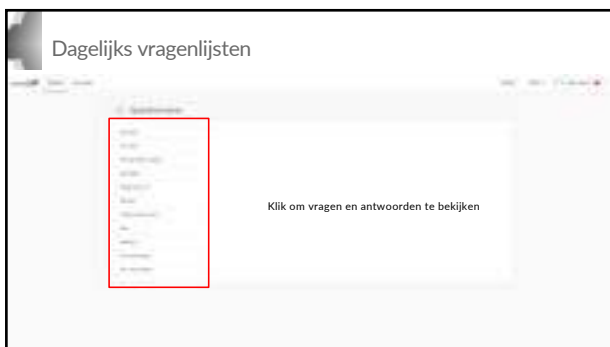
60



61



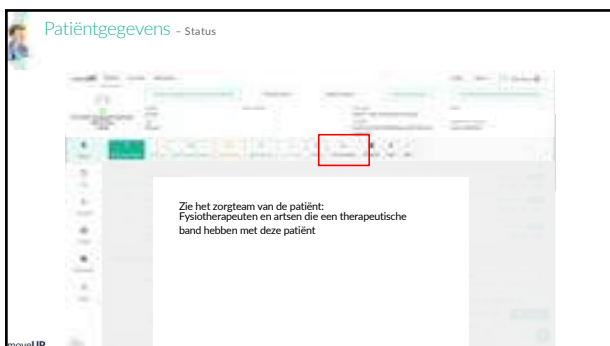
62



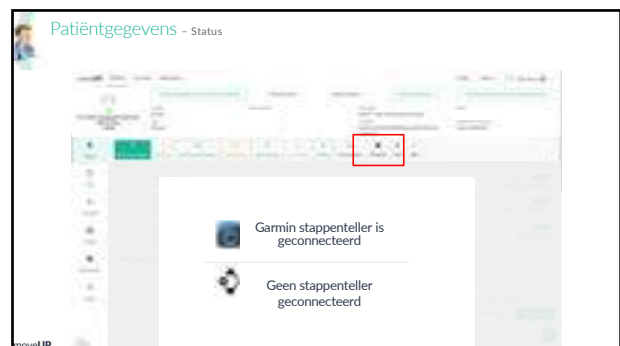
63



64

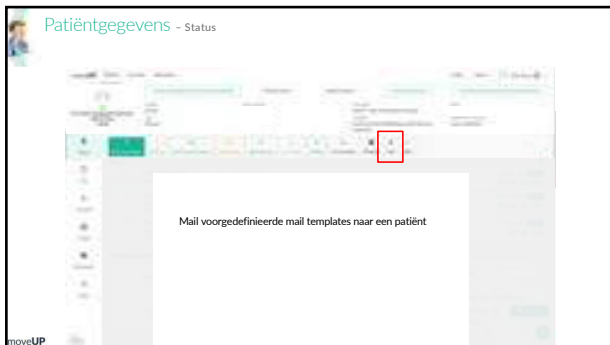


65



66





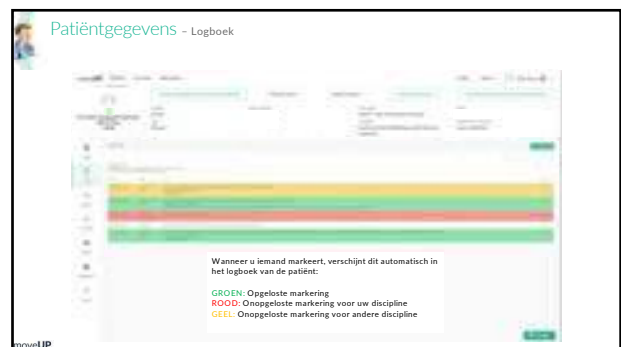
67



68



69



70



71



72



Het rapport kan worden gedownload en in pdf-vorm naar de patiënt worden gestuurd. Daarvoor heeft u alleen maar op de knop "Download report" te klikken.

Het is ook mogelijk om de link naar het rapport rechtstreeks te delen, met behulp van de knop "Copy report link".

73

# Patiëntgegevens - Zorgplan behandeling van een patiënt aanpassen

74

Patiëntgegevens- Zorgplan Oefeningen

moveUP

75

Patiëntgegevens- Zorgplan Oefeningen

Oefeningen  
Activiteitslimiet

moveUP

76

Patiëntgegevens- Zorgplan Oefeningen

moveUP

Navigeer naar vorige en komende dagen

77

Patiëntgegevens- Zorgplan Oefeningen

moveUP

Bekijk en beheer het stappenmaximum

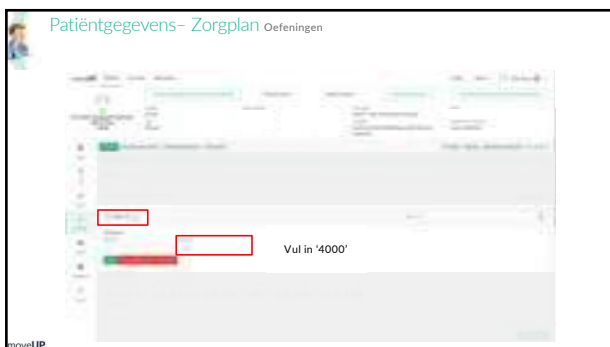
78



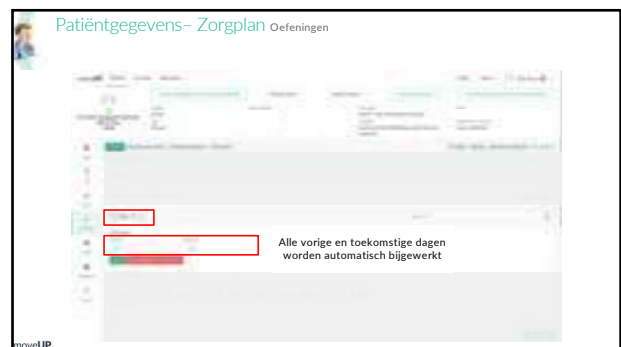
79



80



81



82



83



84



85



86



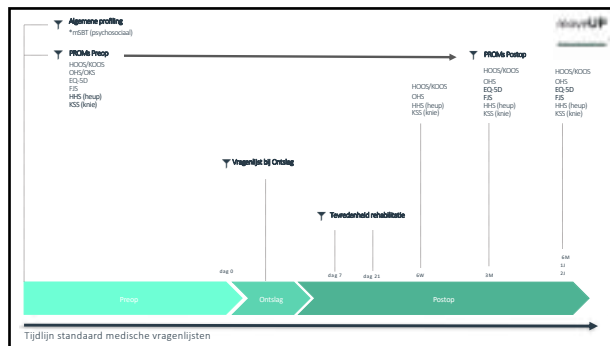
87



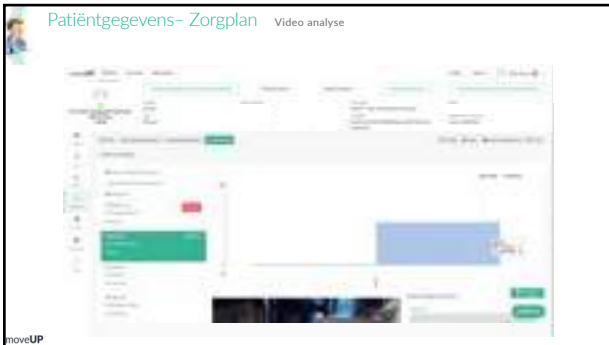
88



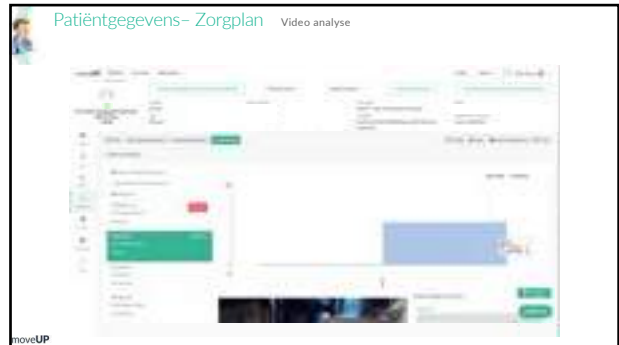
89



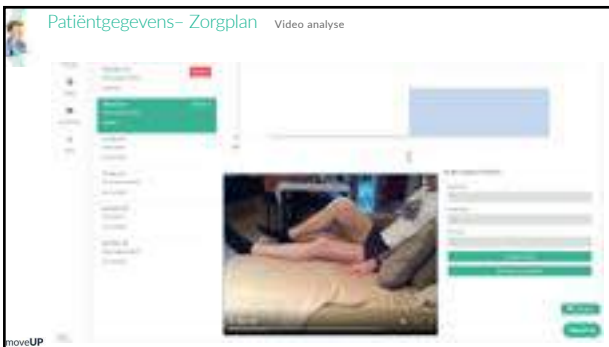
90



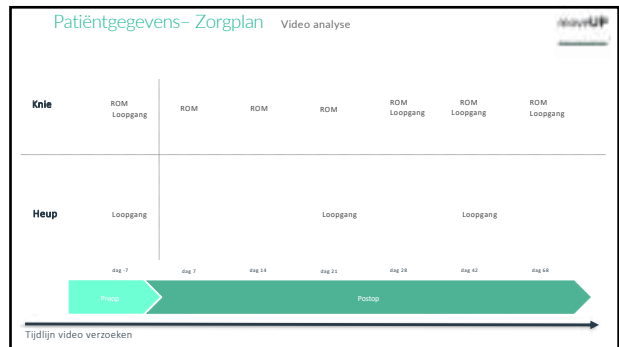
91



92



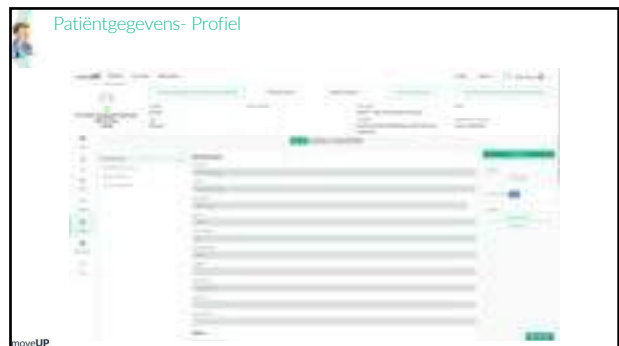
93



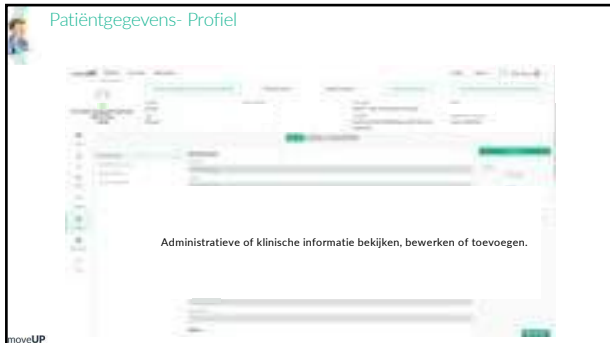
94

# Patiëntgegevens - Profiel

95



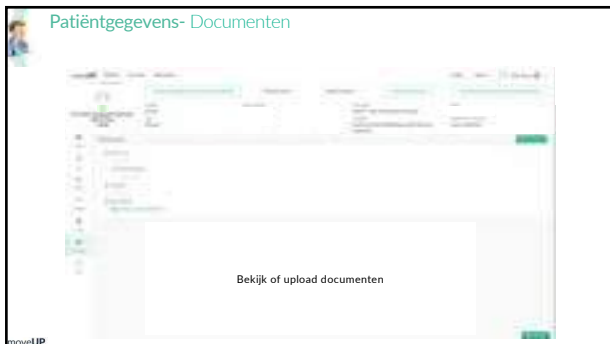
96



97



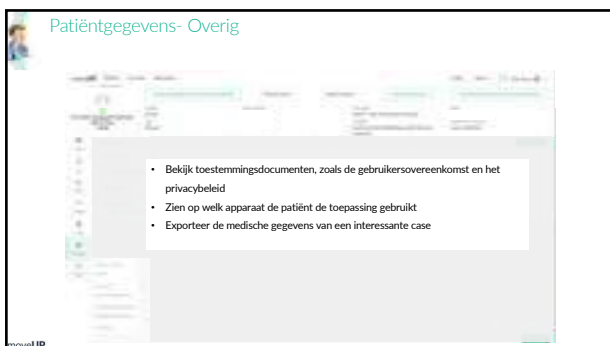
98



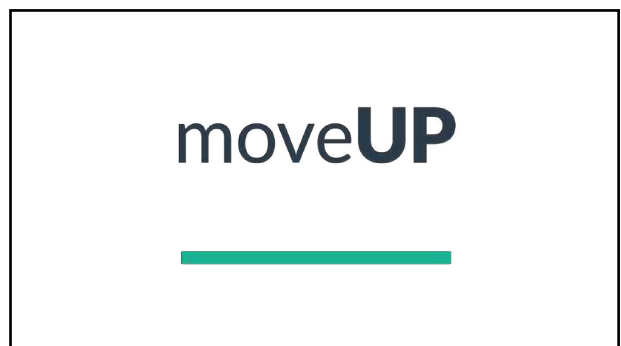
99



100



101



102

## Nieuwe patiënt aanmaken in de onboarding functionaliteit

- Surf naar: <https://patient-onboarding-admin.moveup.care>
- Vul uw inloggegevens van moveUP in en klik op 'Log in'
- Klik op 'New patient'



The screenshot displays the 'Patient Onboarding Dashboard' for user 'Elien'. At the top, there is a navigation bar with 'Dashboard' and 'Patients' on the left, and 'Support' and 'Account' on the right. The main heading is 'Patient Onboarding Dashboard' followed by 'Welcome, Elien'. Below this is an orange notification banner with a warning icon and text: 'We're working on providing medical data. You'll be able to view and manage your medical data when it's available. Check it in your account settings.' The dashboard features five data cards: a blue card for '227 new MUP candidates' with a '+ New patient' button (highlighted by a red arrow), a green card for '3706 patients active', an orange card for '13 patients reminded', a pink card for '0 candidates not interested', and a light green card for '0 filed in anamnesis questionnaire'.

Metric	Value
New MUP candidates	227
Patients active	3706
Patients reminded	13
Candidates not interested	0
Filed in anamnesis questionnaire	0

## Vul de gegevens van de patiënt in

- Vul de gegevens van de patiënt in

### Edit patient

Basic  Advanced

Managing Organization\*

AZ Alma Edele

Names\*

Given names\*

Eliën

Family name\*

Test

Contact Point\*

System\*

Email

Details\*

elien.patens@monkzcare

Back to list

Full Contact Point

- Klik op "Save"

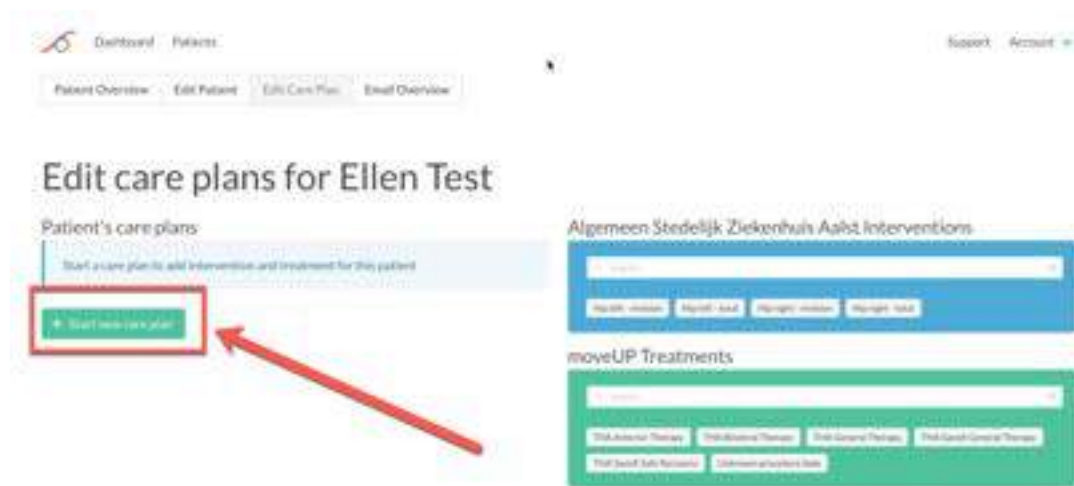
Back to list

Save



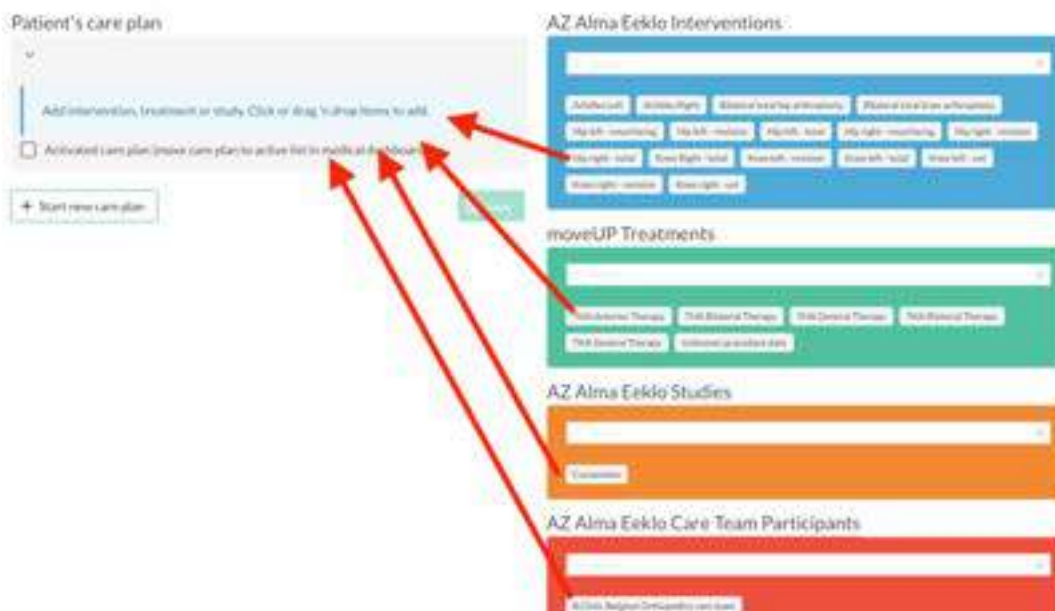
## Een nieuw zorgplan aan de patiënt toevoegen

- Het tabblad “edit care plan” wordt automatisch geopend na het invoeren van de gegevens van de patiënt.
- Klik op “Start new care plan” of klik op de gewenste behandeling of interventie om een nieuw zorgplan te starten als er geen zorgplannen actief zijn.



- Sleep een interventie naar het zorgplan
- Sleep een behandeling (dit is verplicht)
- Sleep een studie indien van toepassing
- Sleep de leden van het zorgteam

## Edit care plans for Ellen Test

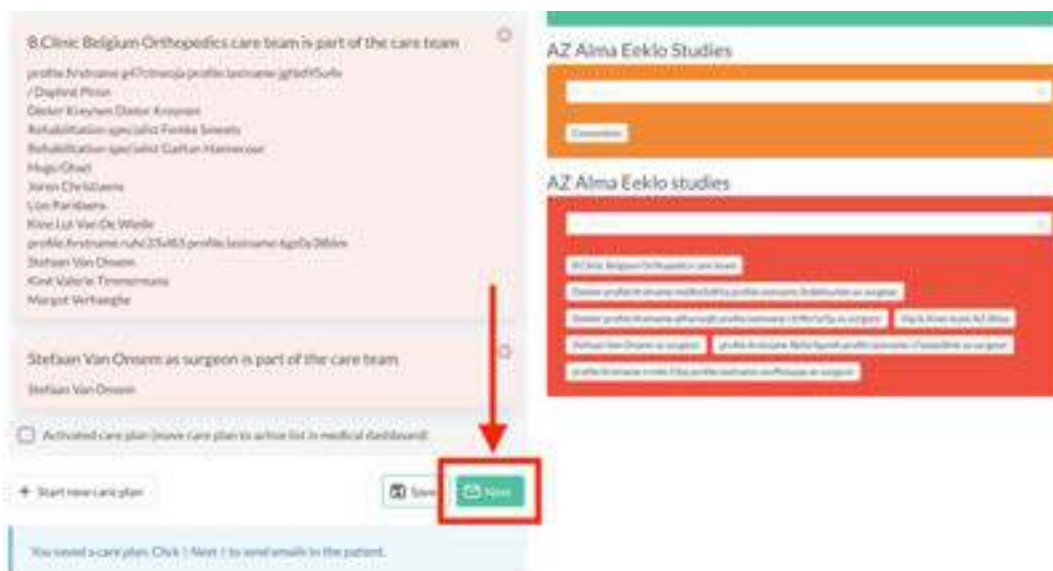


- Vul de datum van de ingreep (operation date) en de arts (surgeon) in
- De startdatum van de behandeling wordt automatisch ingesteld op de datum van vandaag als u het niet invult
- Klik op “Save”



## E-mails naar patiënten sturen

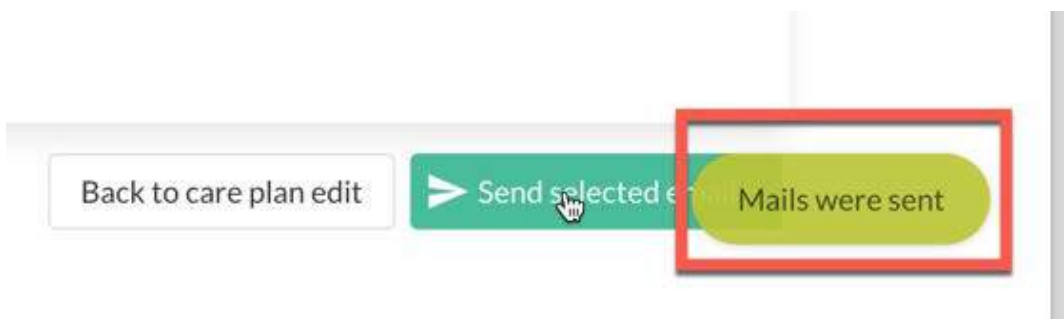
- Zodra een zorgplan is opgeslagen, klik op de knop “Next”.



- U zult een sjabloon zien van de e-mails die naar de patiënt zullen worden gestuurd.
- Klik op “Send selected emails” om de e-mails naar de patiënt te sturen



- U zult gedurende enkele seconden het bericht “mails were sent” zien, zodat u weet dat de mails met succes zijn verzonden.

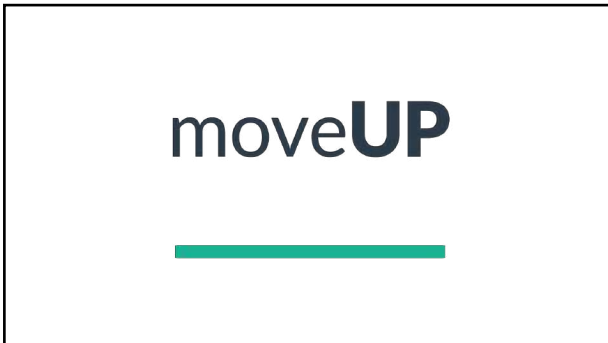


## Wat gebeurt er nu?

De patiënt zal een e-mail ontvangen met

1. **Instructies voor de installatie van moveUP**– Met een korte inleiding over moveUP, een informatielink over de prijzen en instructies voor de installatie van moveUP met inloggegevens, en een link naar de snel van start gids
2. **Link om activiteitsmeter te bestellen** en zijn abonnement te bevestigen- Met een bestelformulier voor de activiteitsmeter

Laatste update op juli 12, 2022




1



2

1. Als uw patiënt stopt met het gebruik van moveUP, gaat u naar het tabblad careplan van de patiënt  
2. Klik op "Stop active follow up" in de rechterbovenhoek van het tabblad careplan.



3

3. De volgende popup verschijnt.



4

4. U kunt een bericht configureren dat naar de patiënten moveUP app zal worden gestuurd.  
5. U kunt een e-mail selecteren (indien geconfigureerd) die naar de patiënt zal worden gestuurd.  
6. Als u niet wilt dat er een bericht of e-mail wordt verzonden, kunt u deze uitschakelen.  
7. Als u klaar bent om de actieve follow-up te stoppen, klikt u op "Stop".

5



Zodra de actieve opvolging gestopt is, zijn er onmiddellijk veranderingen merkbaar in de oefeningen van de patiënt. We willen dat de patiënt nog steeds toegang heeft tot de oefeningen die hij tijdens zijn revalidatie heeft uitgevoerd, dus standaard ziet de patiënt een overzicht van deze oefeningen.

6



Om ervoor te zorgen dat de patiënt de beste ervaring heeft, is het mogelijk om te personaliseren welke oefeningen de patiënt te zien krijgt. Het is ook mogelijk om een bericht met betrekking tot deze specifieke oefening toe te voegen.

7



U kunt oefeningen aan de lijst toevoegen met een bericht voor de patiënt

8



Op de oefeningenpagina hebben we ook de mogelijkheid toegevoegd om een bericht toe te voegen, dat door de patiënt in de moveUP app op het oefeningenoverzicht zal worden gezien. Het zal ondertekend worden in de naam van 'uw zorgteam'. Dit maakt het mogelijk om het bericht te personaliseren voor elke specifieke patiënt, hen tips te geven, hen te motiveren om de oefeningen te blijven doen, hen te bedanken voor hun medewerking,...

9

vul het stop formulier in

10

Als uw patiënt stopt met het gebruik van moveUP, moet ook het stopformulier worden ingevuld.



11

Ga naar het status tabblad van uw patiënt



12



13



14



15



16



17



18



Als u de patiënt opnieuw wilt activeren, gaat u naar het careplan en klikt u op "back to active follow up".



19

moveUP



20



# moveUP



## User manual – Health care platform & Patient app for HCPs

Get insight in the rehabilitation of your patients and provide close follow up

App & Healthcare platform version: 1.30 till current

Manual version: 9

Date of Publication: 17/03/2022

Link to e-learning: <https://moveup.talentlms.com/index>

# Table of contents

1. Instructions
2. Warnings and precautions
3. Intended use and intended users
4. Indication for use
5. Contact details
6. Patient app
  - a) Patient app functionalities
  - b) How to pair a wearable
7. Healthcare platform
  - a) Healthcare platform functionalities
  - b) Clinical guidelines for physiotherapists
  - c) Registration of a moveUP patient
  - d) Stop the treatment of a patient in moveUP

# INSTRUCTIONS



Read carefully this instruction for use. Make sure that you know how to use moveUP, but also understand the limitations of moveUP before you start using our service. If you do have any questions on the use, contact moveUP.



In the final chapter of this document you find our contacts, which you can use during the use of our service, in case you would have technical problems with the application (moveUP dashboard or patient app) or when expertise is required about a care path.



The Healthcare practitioner can't give access to third parties to access the moveUP dashboard. Every other person can, even by accident, send out wrong information or adapt the patient profile, with the result that the advice sent by moveUP no longer corresponds with the needs of the patient.



In case the application is use while moveUP & b.clinic is not asked to do the follow-up of patients, the individual healthcare provider or the health care facility is responsible for the follow-up of the patient and the action that are carried out.



In compliance with the medical device legislation, you are required to report any complaints towards the application, any alteration regarding characteristics / specifications of the application and incidents / complications potentially linked to the use of the application to [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care). The AFMPS can also be contacted in case of incident via [https://www.famhp.be/en/human\\_use/health\\_products/medical\\_devices\\_accessories/materiovigilance/how\\_notify](https://www.famhp.be/en/human_use/health_products/medical_devices_accessories/materiovigilance/how_notify)



In compliance with the GDPR legislation, please report eventual data leaks linked to the use of moveUP. Please, read the entire privacy policy : <https://www.moveup.care/privacy>

# Warnings and precautions



- moveUP is not an emergency tool. In case of emergency please contact your doctor or call 112.
- moveUP is not intended to monitor/treat vital parameters of critical diseases.



- moveUP companion is not a replacement of any treatment you need to follow, but is used as an addition.
- Patients need to be aware if questionnaires are not filled out on frequent basis or not filled out trustworthy, the care team has more difficulty to know their health situation & evolution.



- The moveUP App offers personalized healthcare based on the patient's profile and therefore can not be shared, borrowed or traded between users. The information and advice of the moveUP application do not apply to a patient other than the one whose profile is stored in the application. The patient may not grant access to the moveUP App to third parties. Any other person can, even accidentally, send wrong information or change the profile of the patient, with the result that the moveUP-guided advice no longer corresponds to the needs of the patient.

*With software, there is always a residual risk for bugs. If you have the feeling something is wrong or you don't get a response in the app, please reach out to us via support@ or call 0800 88 008.*

The moveUP IFU are only supplied in electronic format. If you need a full printed version please contact us at the e-mail address info@moveup.care. This mail is available 24/7

# INTENDED USE

For healthcare providers, moveUP provides efficient clinical management of pathologies and treatments. With the use of moveUP, valuable insights are given to the HCP/care team of the status of the patient and its evolution.

For patients, moveUP provides personalised information and instructions to help them managing their symptoms and progress in their rehabilitation. The intensity of follow-up is adapted based on patients' needs and timepoint in the patient pathway:

## **moveUP companion = monitoring and information, no active follow-up**

moveUP companion offers targeted information and evolution reports to patients. Their care team takes the evolution reports into account in their further recovery when appropriate.

## **moveUP coach = active follow-up by healthcare team**

moveUP coach offers targeted information and evolution reports to patients. Their care team is more actively involved and takes the evolution reports into account and can provide advice and exercise suggestions through the digital platform.

## **moveUP therapy = active follow-up by healthcare team, with data driven validated care protocol**

moveUP therapy offers a data-driven validated care protocol with certain category and level of exercises and activities, specifically targeted to the individual patient. Their care team can manually adapt the data driven validated protocol when needed. Patients can fully rehabilitation with moveUP without leaving their home environment.

*Optional functionality that can be enabled: interoperability with Class IIa continuous passive motion (CPM) medical device. For knee and hip patients who are using a Class IIa CPM medical device, moveUP can interoperate with the Class IIa CPM software. moveUP acts as a facilitator to easy assign a designated CPM exercise protocol chosen by a physician to a patient and to display the performed CPM exercises in the medical dashboard.*

# Intended users

moveUP is intended to be used by patients and healthcare providers. The main user of the mobile app and patient website is the patient.

## Inclusion:

- Age: minimum 18 years / maximum no limit
- Health & condition: capable of performing basic activities of daily living
- Language: understanding one of the available languages of the app (Dutch, French, German, English)

## Exclusion:

- Patients who are mentally incompetent or having troubles to express what they are feeling (for instance, mentally diseased people, people staying in elderly care centres, ...) are excluded.
- Patients who are not capable of operating a tablet/smartphone and activity tracker.
- Patients who can't understand one of the available languages of the app (Dutch, French, German, English)

The main user of the medical web interface is a healthcare practitioner (group) or clinical researcher (group), named the care team. The care team is able to operate a web interface via web browser on PC/tablet/smartphone. The healthcare practitioner needs to understand one of the available languages of the web interface (today only available in English).

## Contra-indications and potential side effects

There are no contra-indications or known side effects.

## Human body contact

No human body contact with patient or user, due to nature of the product (software).

## Accessories/products used in combination

There are no accessories. If the patient has no compatible tablet/smartphone or activity tracker, moveUP can lease these devices to the patient. The leased devices are CE marked devices that meets the compatibility criteria outlined in the IFU for the app.

## Device lifetime

2-years. Depending of the willingness of the user to update the app. We sent out a notification to recommend to update the app, to make sure the app will keep the performance & recent included features.

## Claims

### *moveUP companion/coach/therapy*

The intensity of follow-up is adapted based on the needs of the patient, via the moveUP Symptom & QoL monitoring tool.

moveUP enhances the clinical management of the patients, because early detection & management of complications is possible via the symptom & QoL monitoring tool

More efficient clinical management, such as the number of consultations can be reduced

Enforces therapy compliance / adherence

The correct information is provided at the right time

### *moveUP therapy*

With the use of moveUP therapy knee & hip arthroplasty patients can fully rehabilitate via the in-app care team without leaving their home environment.

# COMPANY DETAILS



Head office Brussel: Cantersteen 47,  
B-1000 Brussels, Belgium Office Ghent:  
Oktooipllein 1, B-9000 Ghent, Belgium  
Tel: 0800 88 008  
Email: [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) [www.moveUP.care](http://www.moveUP.care)



Basic UDI-DI: ++G166MOVEUPV130WE0P



In case of questions about the App, the tablet or the smart bracelet, you can contact moveUP via the following channels - in order of priority:

- Via the message system of the App. Please preface the message with **“Technical question:”**
- Via email to [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)
- Via phone during office hours: **0800 88 008**

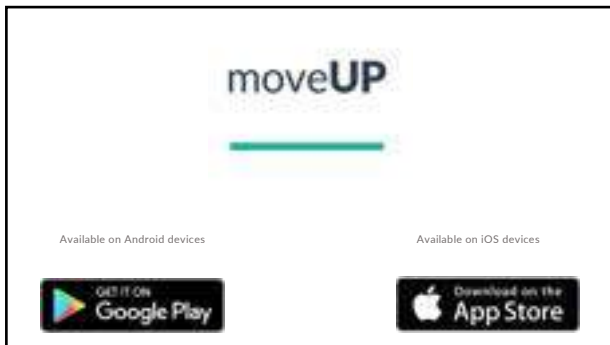


# moveUP

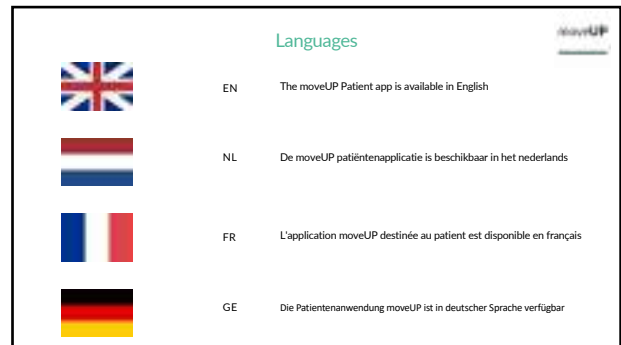


Patient app

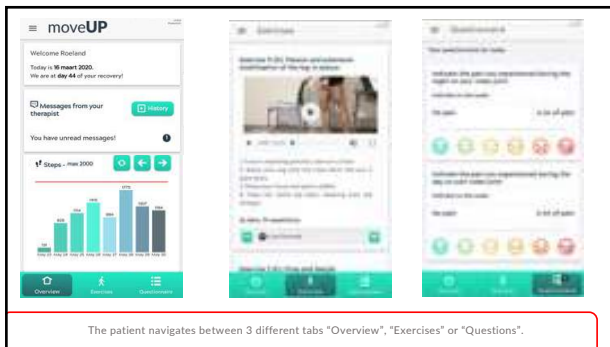
CE



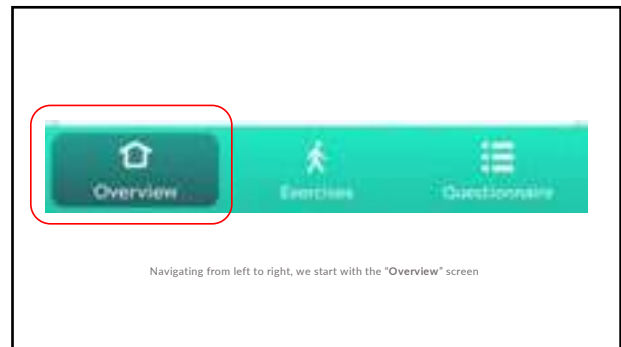
1



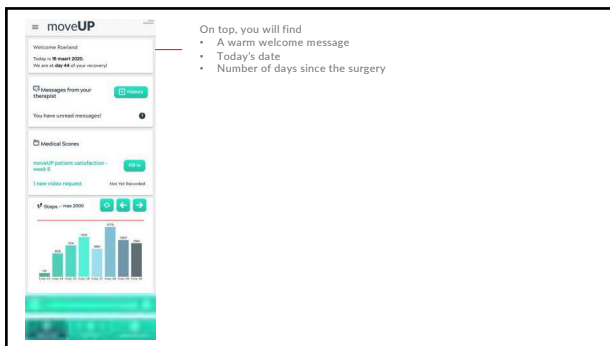
2



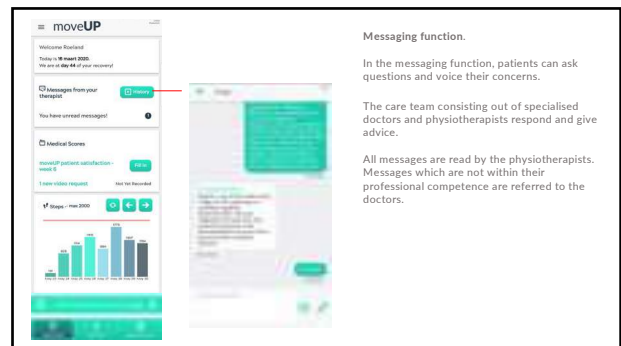
3



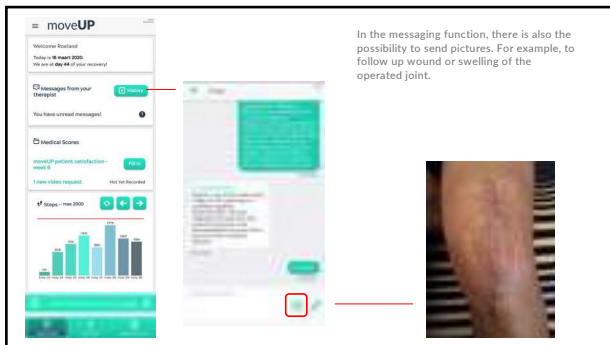
4



5

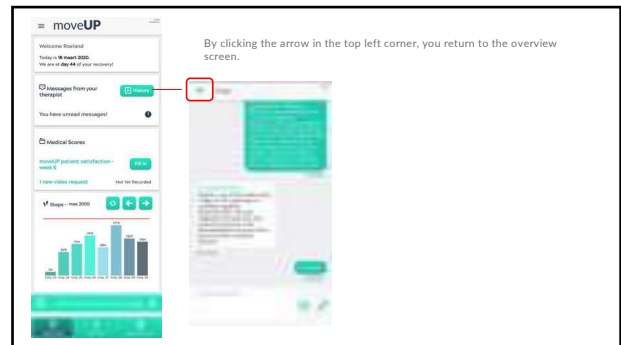


6



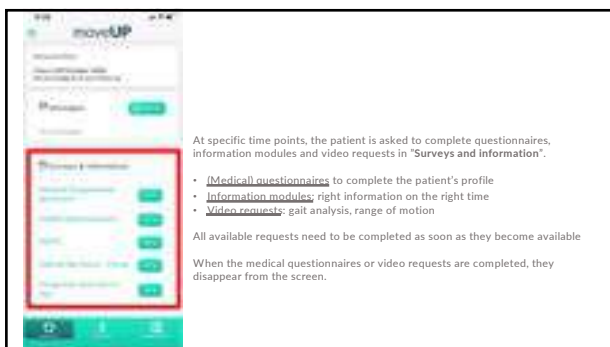
In the messaging function, there is also the possibility to send pictures. For example, to follow up wound or swelling of the operated joint.

7



By clicking the arrow in the top left corner, you return to the overview screen.

8



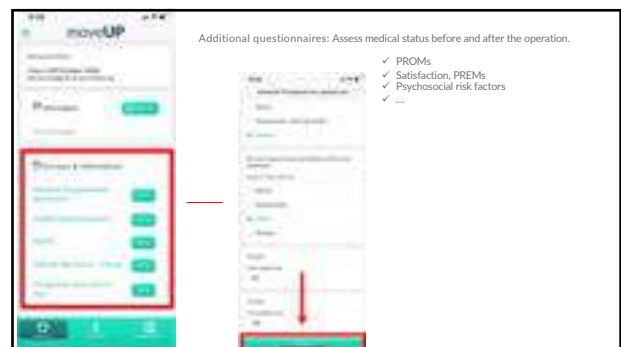
At specific time points, the patient is asked to complete questionnaires, information modules and video requests in "Surveys and Information".

- Medical questionnaires to complete the patient's profile
- Information modules: right information on the right time
- Video requests: gait analysis, range of motion

All available requests need to be completed as soon as they become available

When the medical questionnaires or video requests are completed, they disappear from the screen.

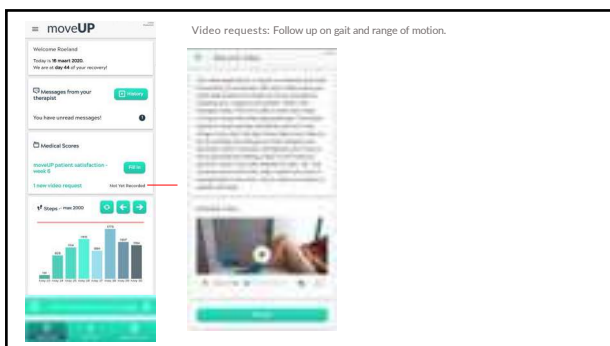
9



Additional questionnaires: Assess medical status before and after the operation.

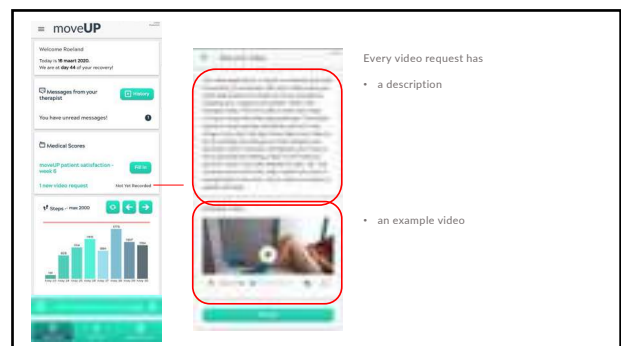
- ✓ PROMs
- ✓ Satisfaction, PREMs
- ✓ Psychosocial risk factors
- ✓ ...

10



Video requests: Follow up on gait and range of motion.

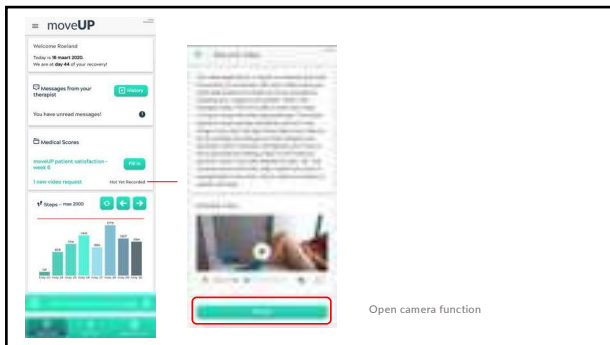
11



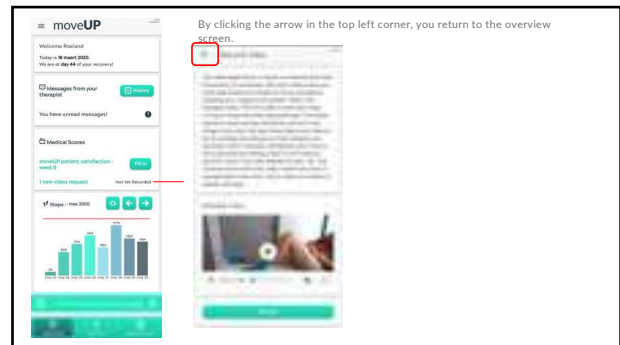
Every video request has

- a description
- an example video

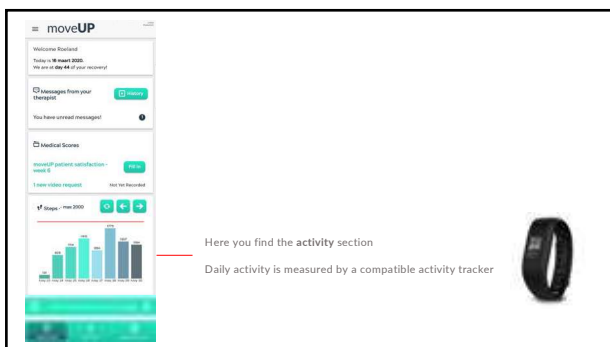
12



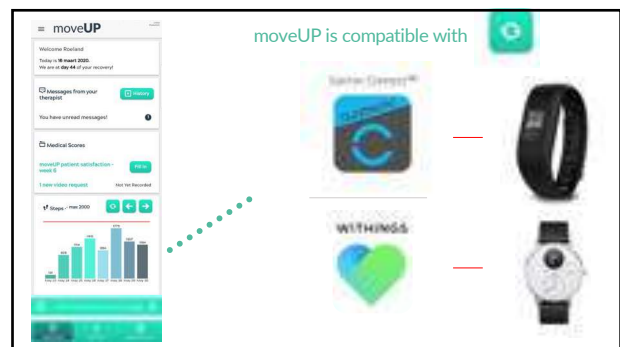
13



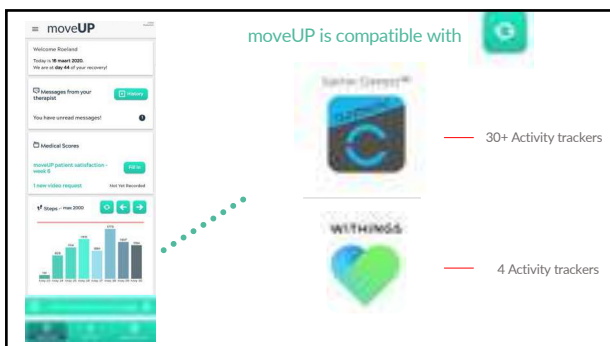
14



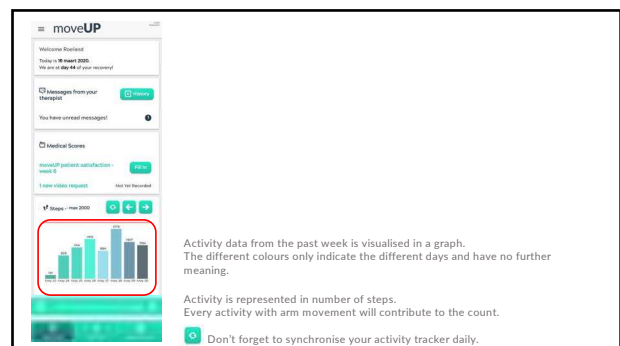
15



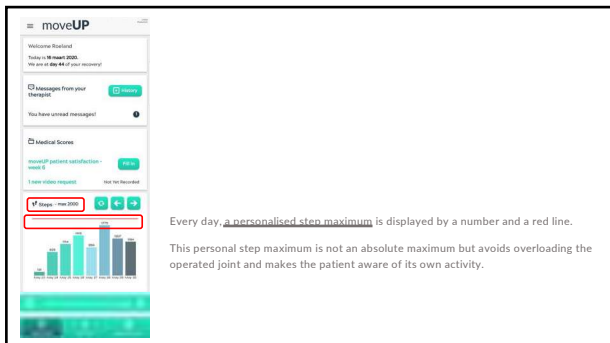
16



17

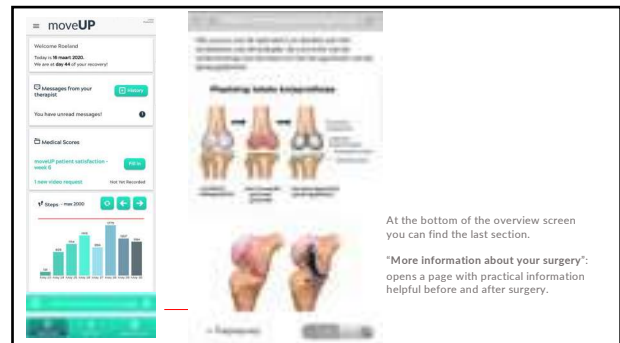


18



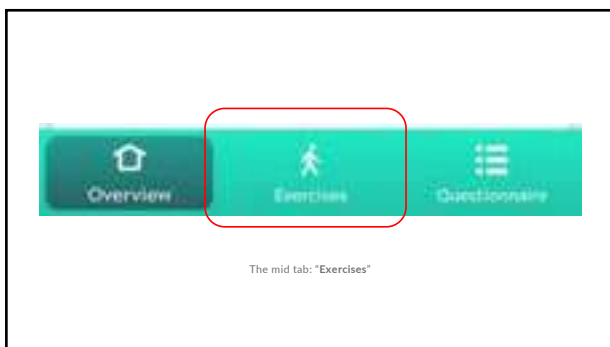
Every day, a personalised step maximum is displayed by a number and a red line. This personal step maximum is not an absolute maximum but avoids overloading the operated joint and makes the patient aware of its own activity.

19



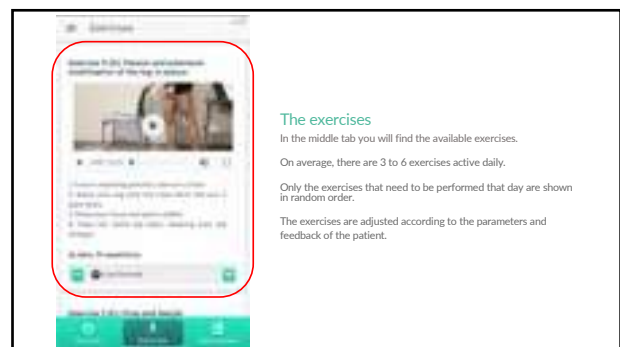
At the bottom of the overview screen you can find the last section. "More information about your surgery": opens a page with practical information helpful before and after surgery.

20



The mid tab: "Exercises"

21



### The exercises

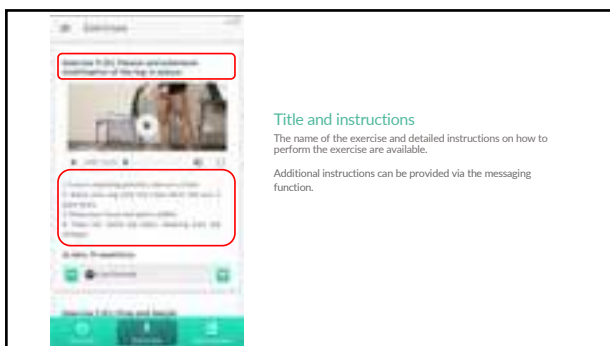
In the middle tab you will find the available exercises.

On average, there are 3 to 6 exercises active daily.

Only the exercises that need to be performed that day are shown in random order.

The exercises are adjusted according to the parameters and feedback of the patient.

22

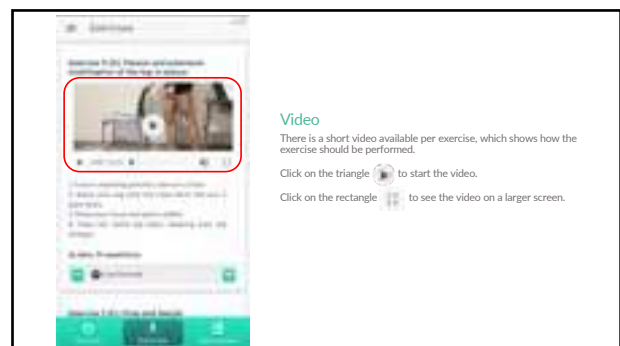


### Title and instructions

The name of the exercise and detailed instructions on how to perform the exercise are available.

Additional instructions can be provided via the messaging function.

23



### Video

There is a short video available per exercise, which shows how the exercise should be performed.

Click on the triangle to start the video.

Click on the rectangle to see the video on a larger screen.

24



**Intensity and frequency**  
 Frequency and intensity are provided per exercise.  
 e.g. 6x a day, 1 minute

We recommend not to exceed the number of prescribed series and repetitions.

25

**Reporting**  
 The patient reports the number of series performed via the + and - symbol.

In this way, the healthcare team is informed of the number of exercises performed.

26

The right tab: "Questionnaire"

27

**Daily questions**  
 By completing the daily questionnaire, the healthcare team is provided with the necessary information to guide and follow up the patient in the best possible way.

The questionnaire is available between 4pm and midnight.

Completing the daily questionnaire takes about 2-3 minutes.

28

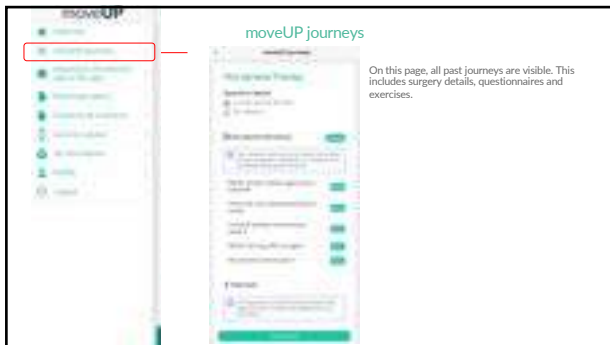
**Send**  
 Patients must complete the questionnaire on a daily basis to receive proper follow-up.

Click on "send" at the bottom of the questionnaire.

29

**App menu**  
 Click on the drop-down button to display the app menu.

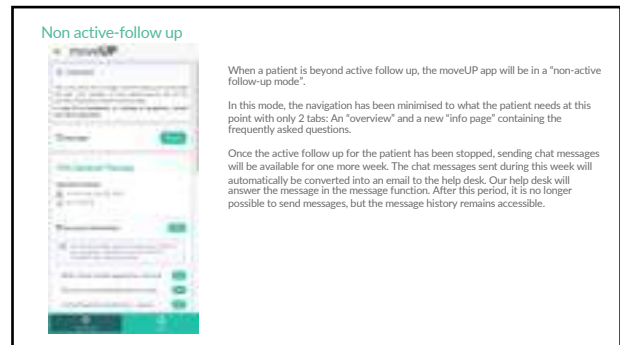
30



### moveUP journeys

On this page, all past journeys are visible. This includes surgery details, questionnaires and exercises.

31



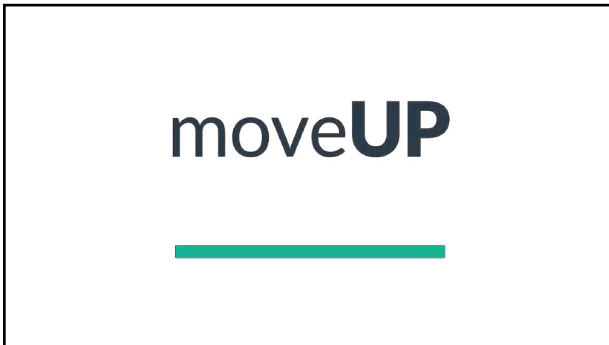
### Non active-follow up

When a patient is beyond active follow up, the moveUP app will be in a "non-active follow-up mode".

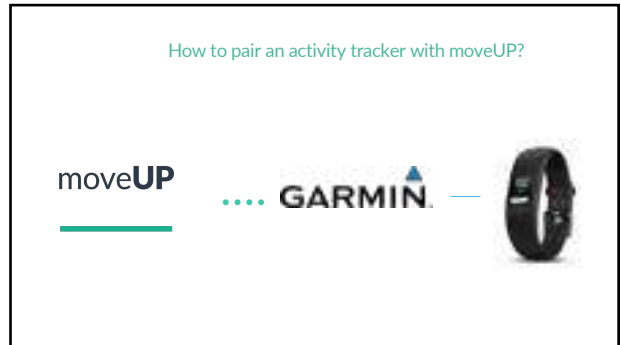
In this mode, the navigation has been minimised to what the patient needs at this point with only 2 tabs: An "overview" and a new "info" containing the frequently asked questions.

Once the active follow up for the patient has been stopped, sending chat messages will be available for one more week. The chat messages sent during this week will automatically be converted into an email to the help desk. Our help desk will answer the message in the message function. After this period, it is no longer possible to send messages, but the message history remains accessible.

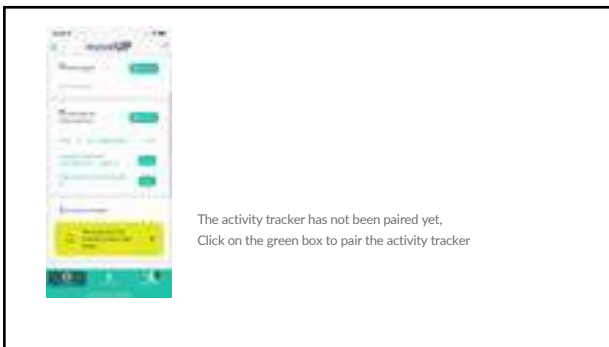
32



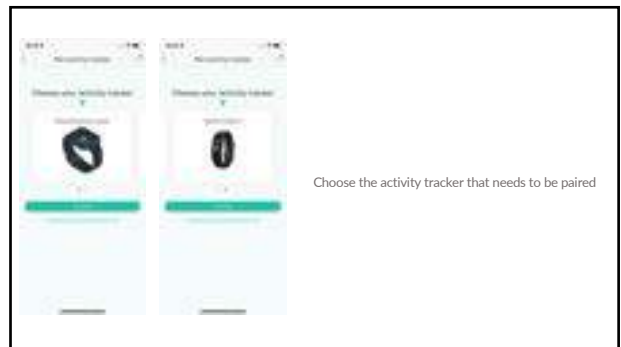
1



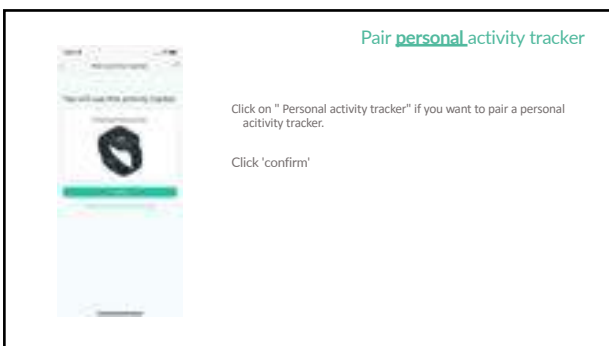
2



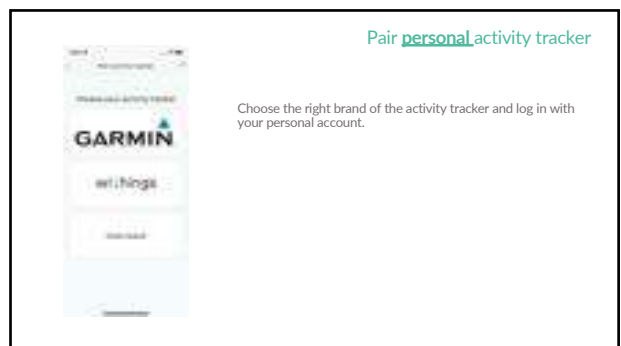
3



4



5

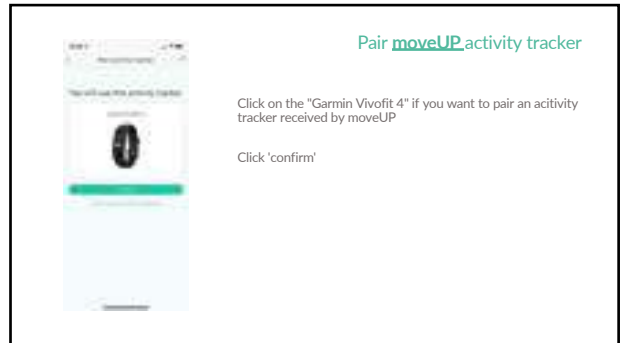


6

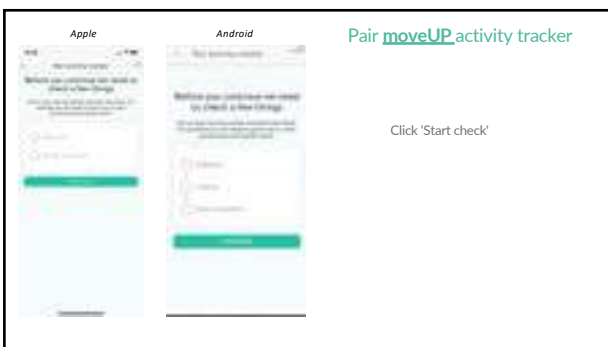




7



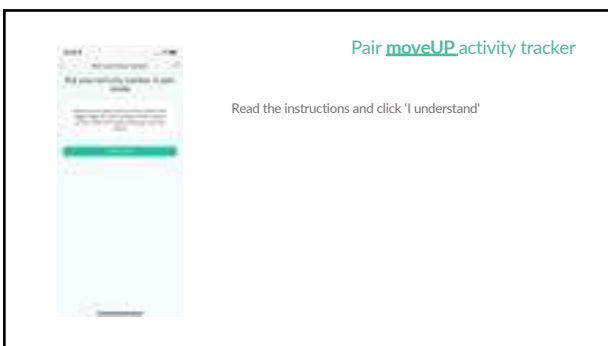
8



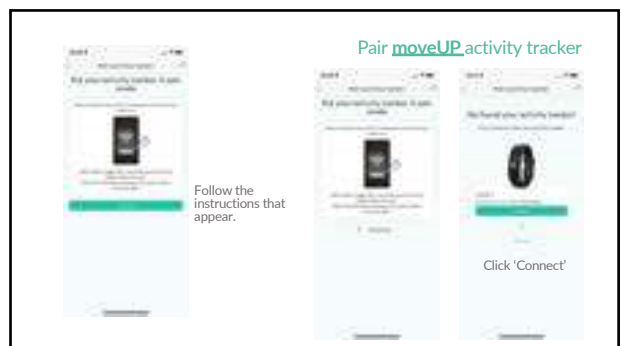
9



10



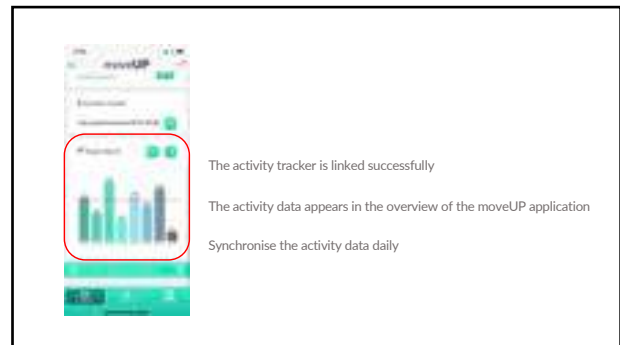
11



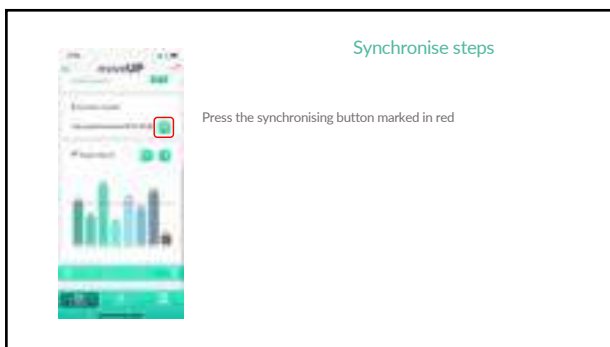
12



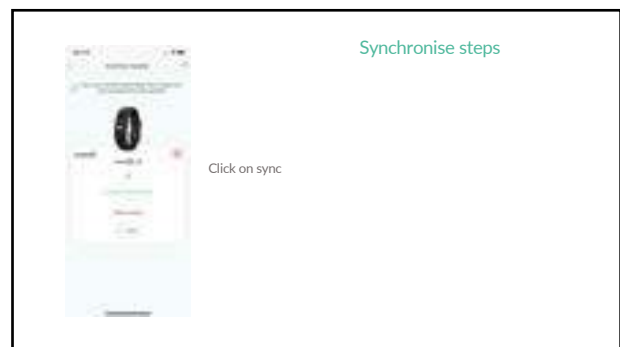
13



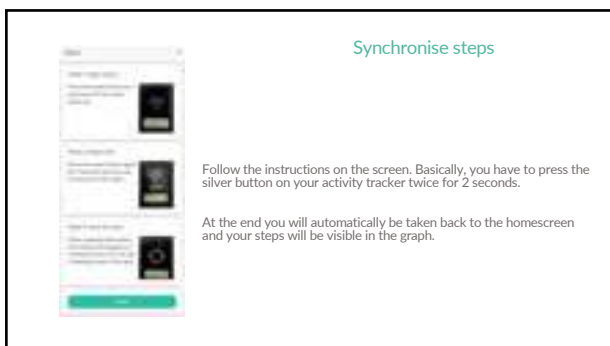
14



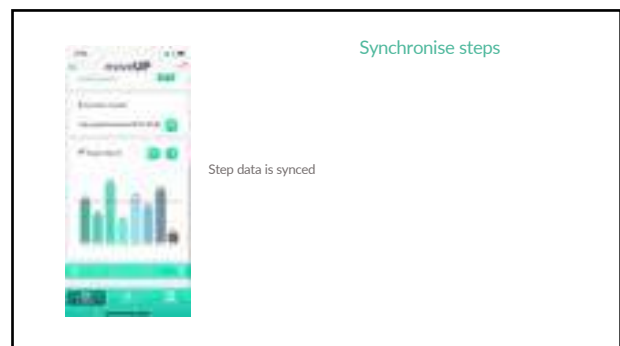
15



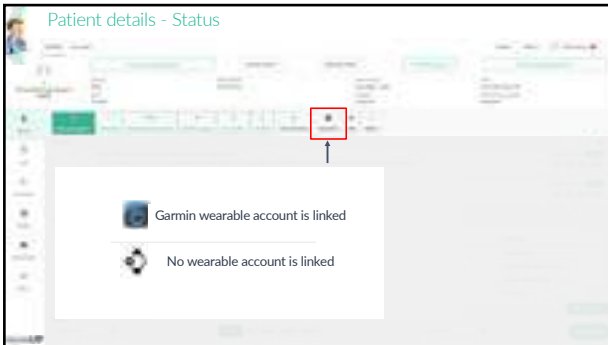
16



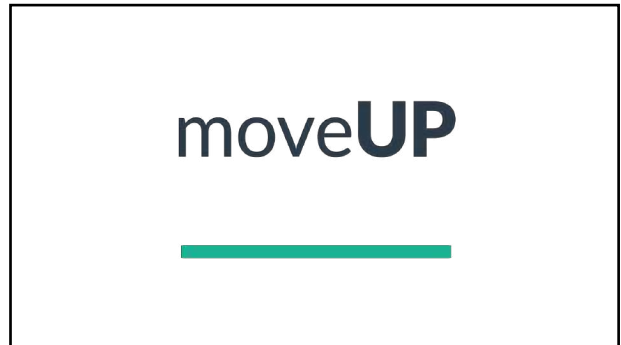
17



18



19



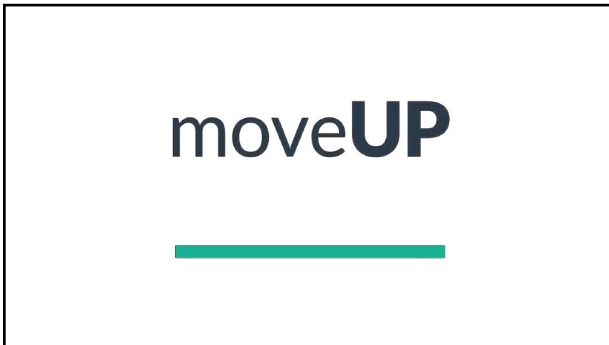
20

# moveUP



Healthcare Platform

CE



1



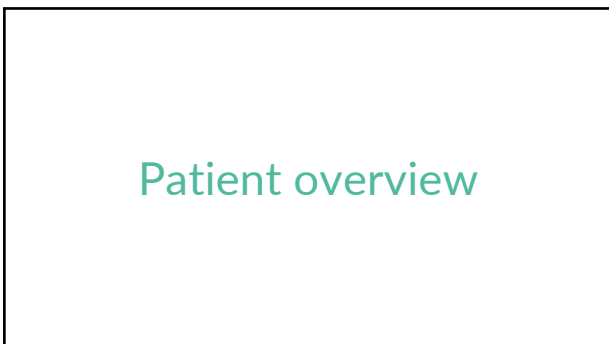
2



3



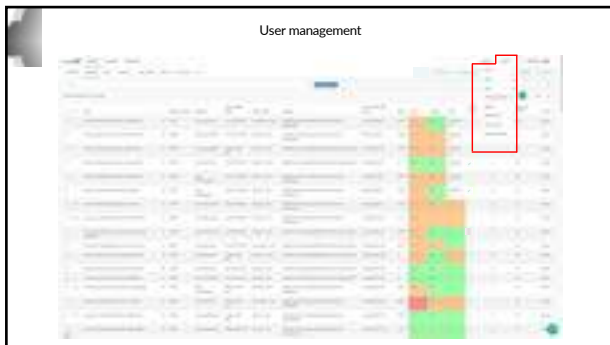
4



5



6



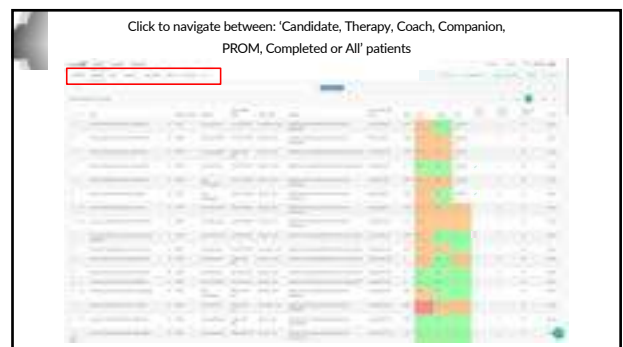
7



8



9



10



11



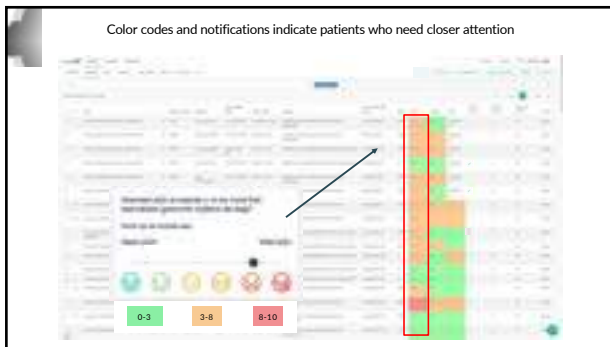
12



13



14



15



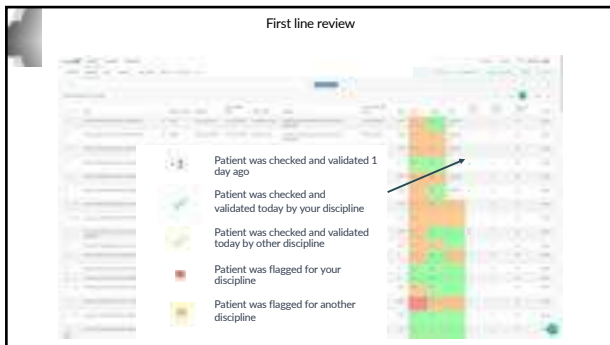
16



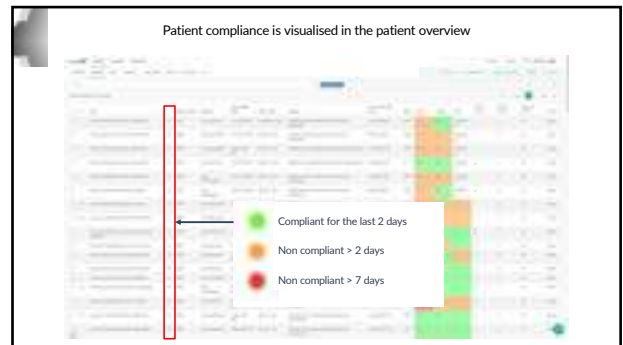
17



18



19



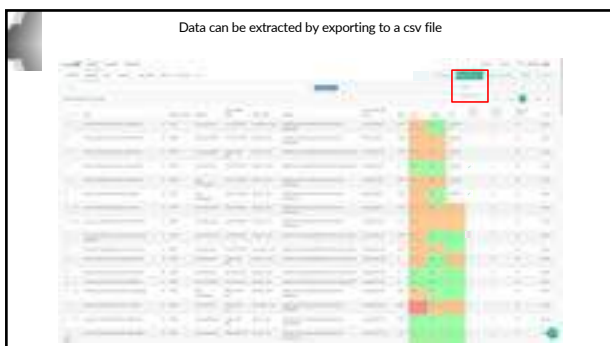
20



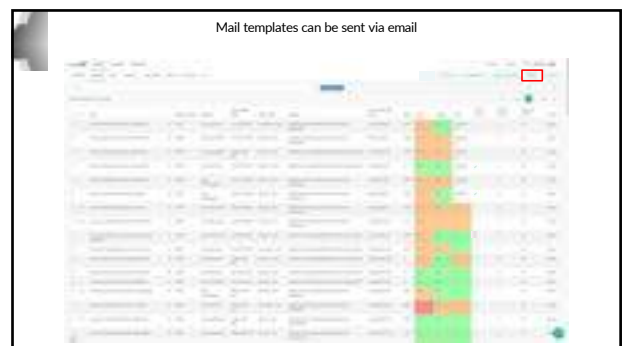
21



22



23



24

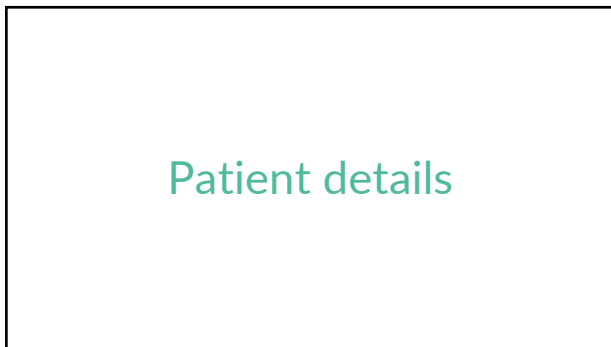




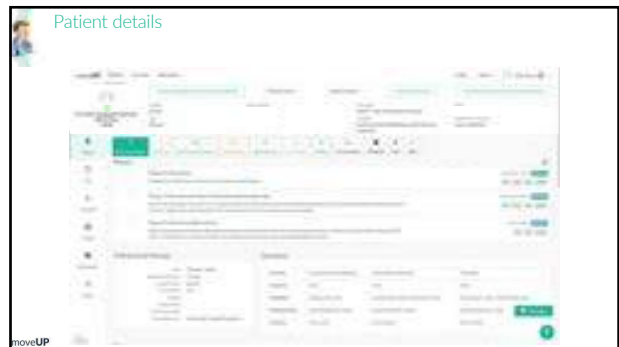
25



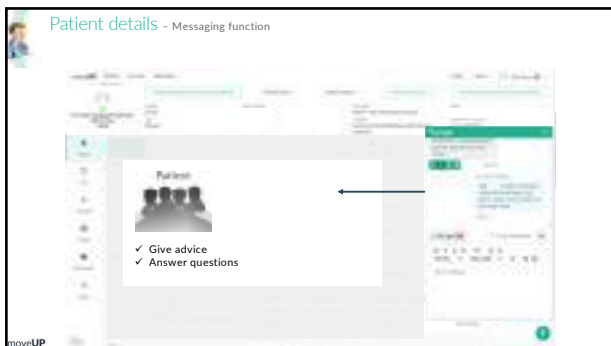
26



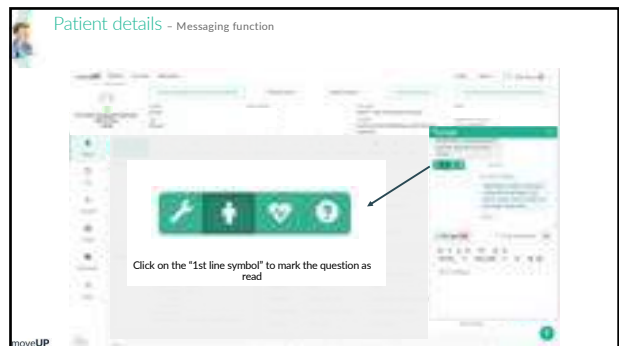
27



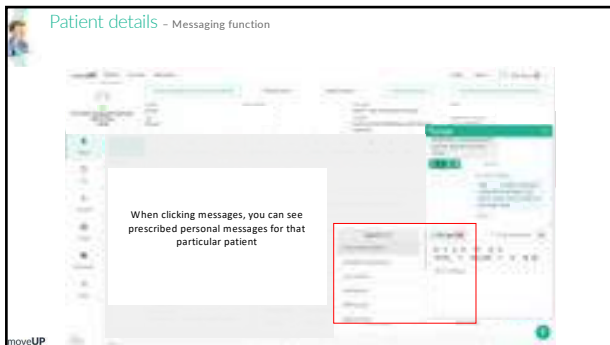
28



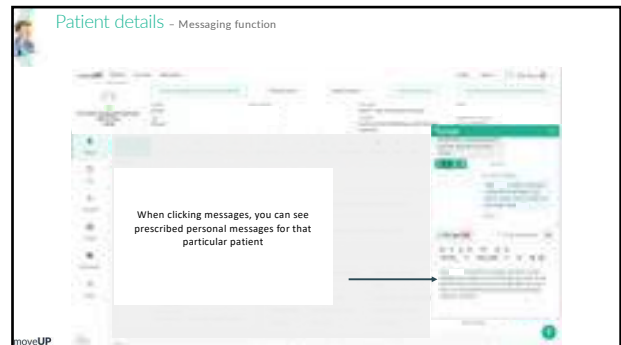
29



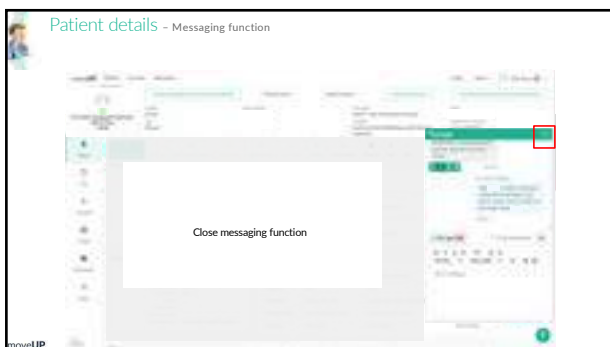
30



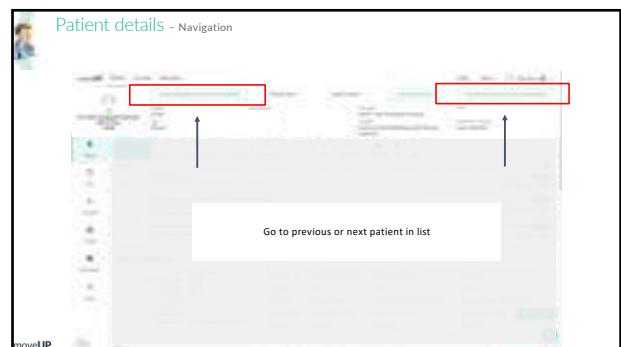
31



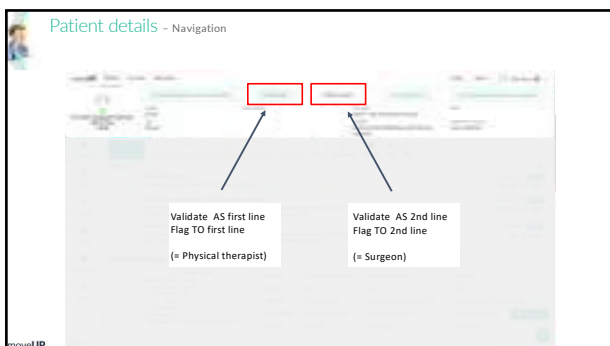
32



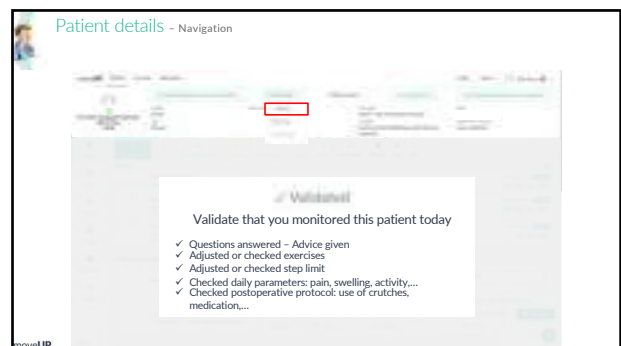
33



34



35



36



Patient details - Navigation

**Add Flag**

Flag someone from first line

- ✓ Patient needs to be checked by someone from first line (f.e. a physical therapist)
- ✓ Give a reason for flag
- ✓ Select the discipline to flag
- ✓ Optional: add an e-mail notification to flag. Flagged discipline will receive an email about the flag
- ✓ A flag will add a new line in the patient log with the reason for flagging (see further)

37

Patient details - Navigation

**Add Flag**

Flag someone from second line

- ✓ Patient needs to be checked by someone from second line (f.e. a surgeon)
- ✓ Give a reason for flag
- ✓ Select the discipline to flag
- ✓ Optional: add an e-mail notification to flag. Flagged discipline will receive an email about the flag

38

Patient details - Navigation

**Technical Issue**

Report technical issue

39

Patient details - Status

40

Patient details - Status

See details of the patient and his intervention

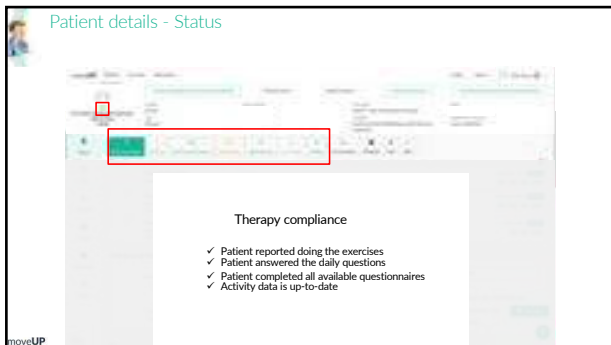
41

Patient details - Status

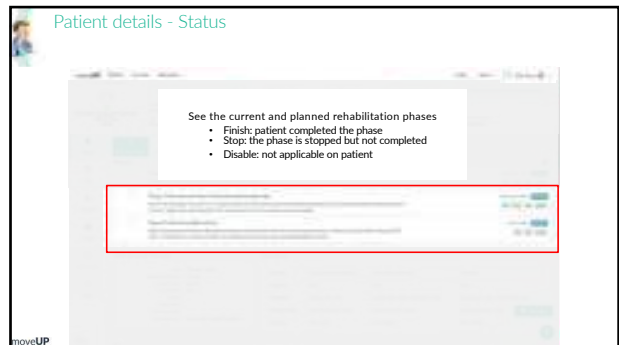
**Therapy compliance**

- Compliance OK for today or yesterday
- Non compliant > 2 days
- Non compliant > 7 days

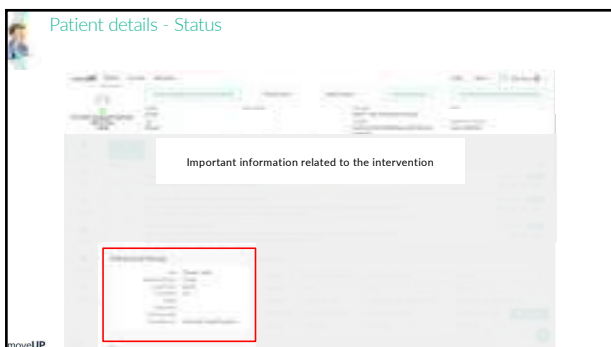
42



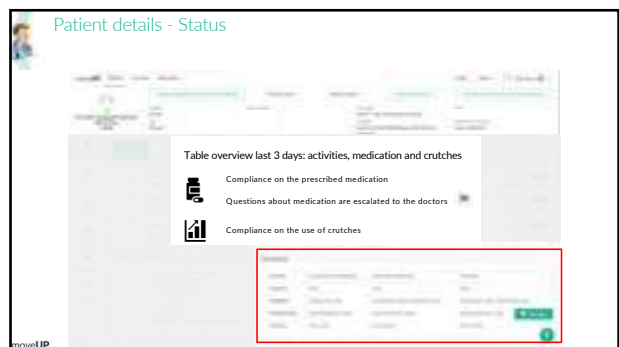
43



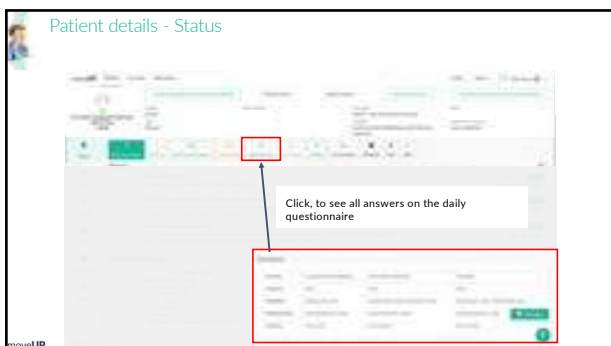
44



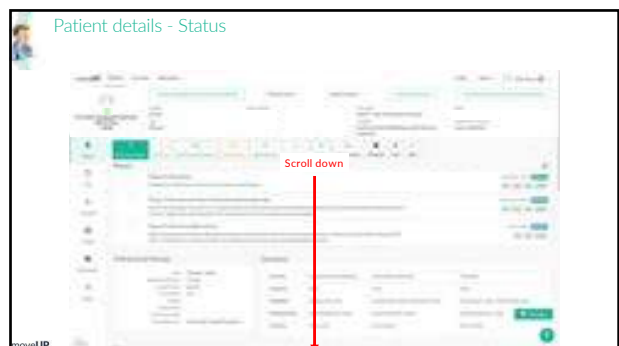
45



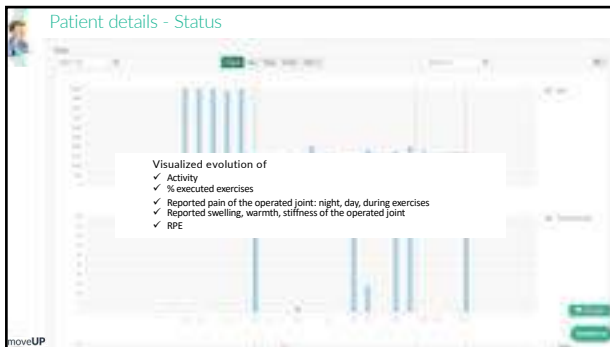
46



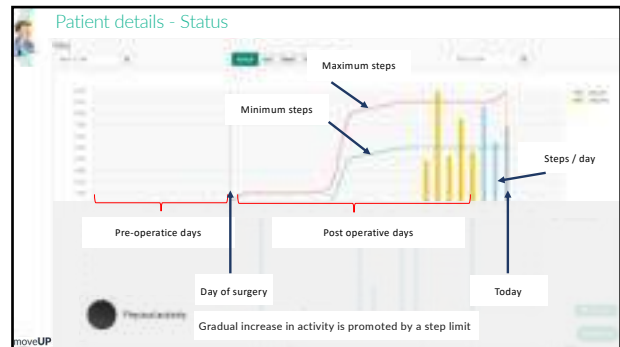
47



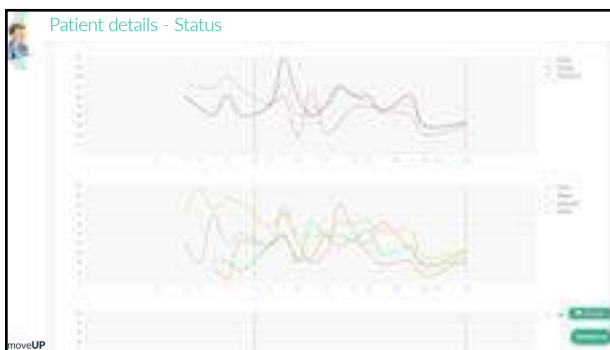
48



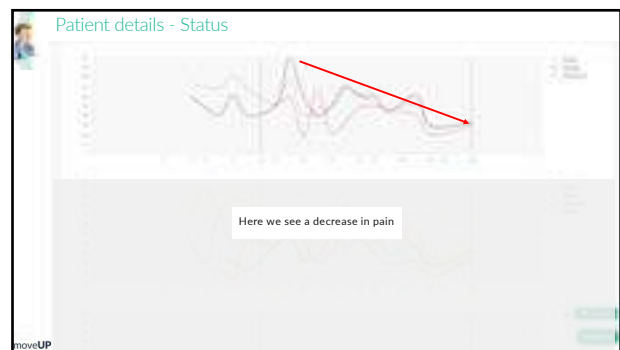
49



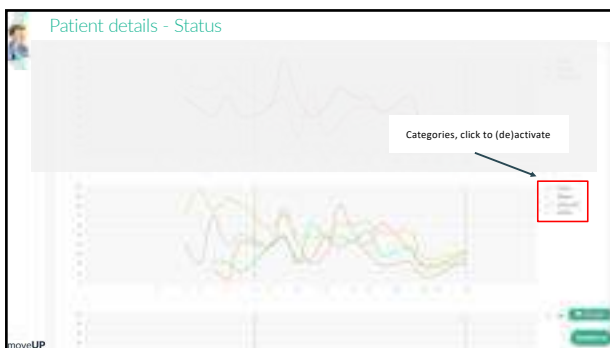
50



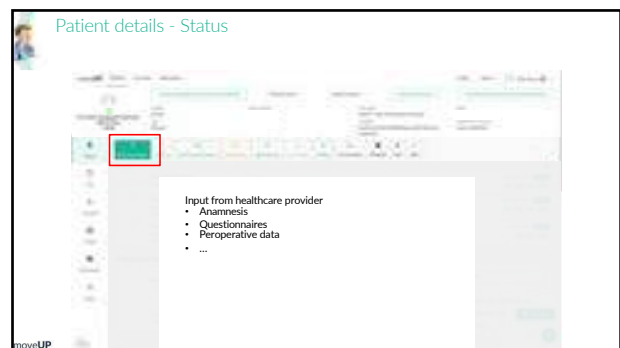
51



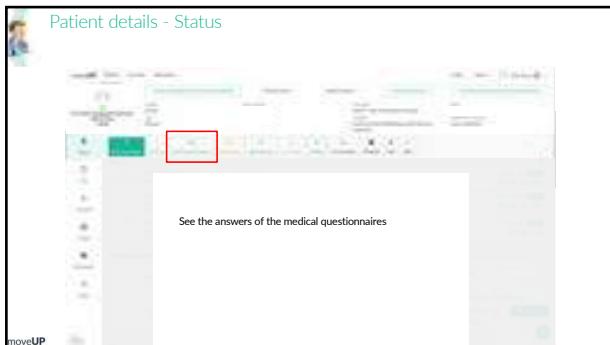
52



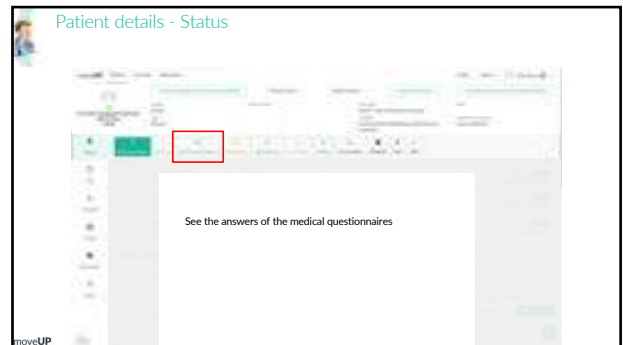
53



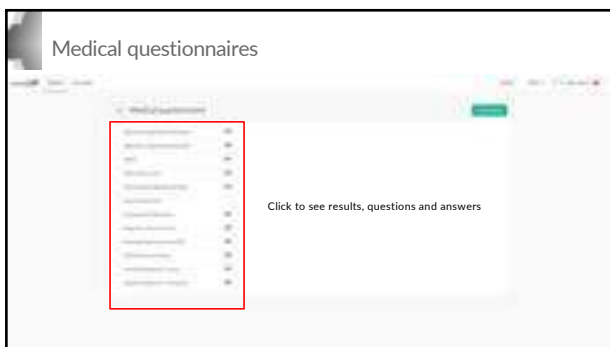
54



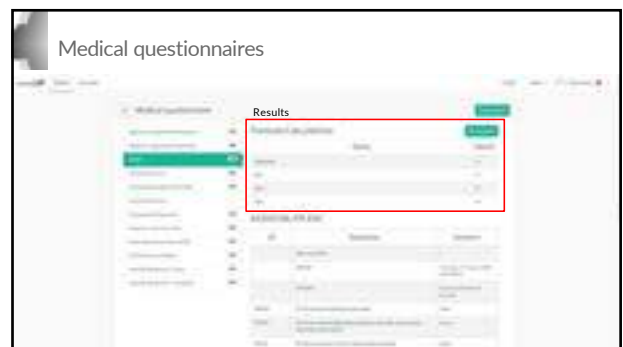
55



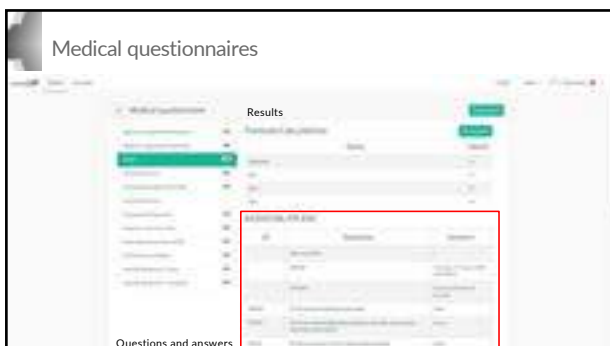
56



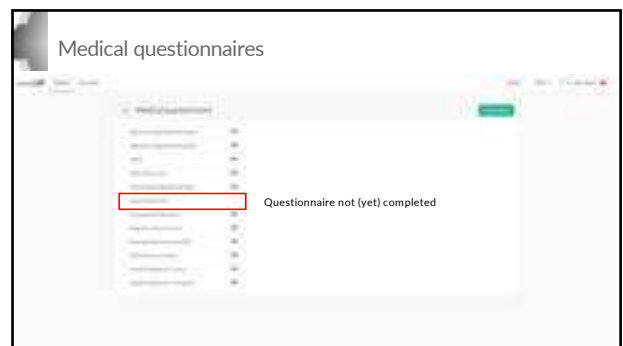
57



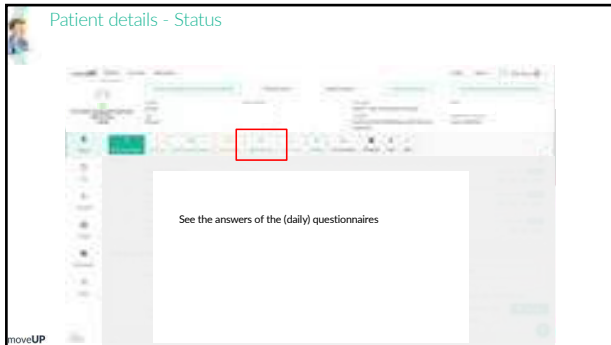
58



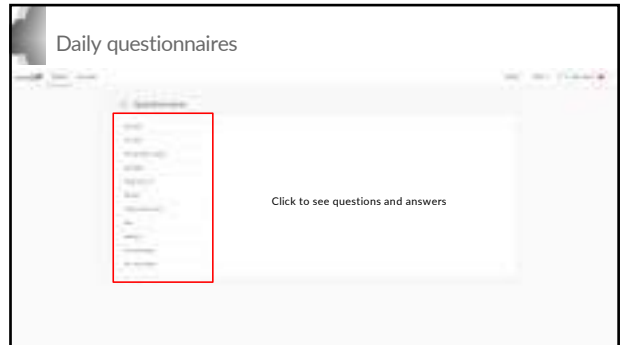
59



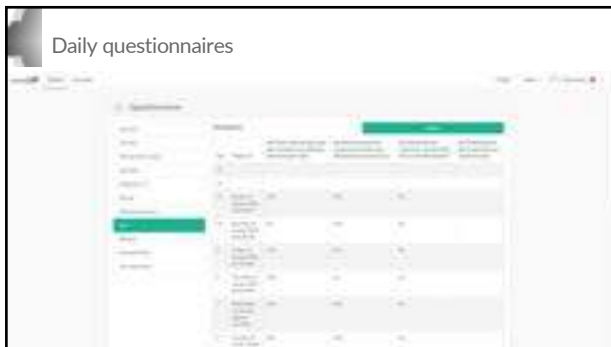
60



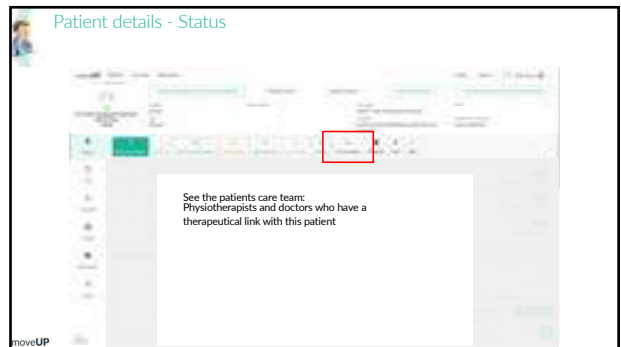
61



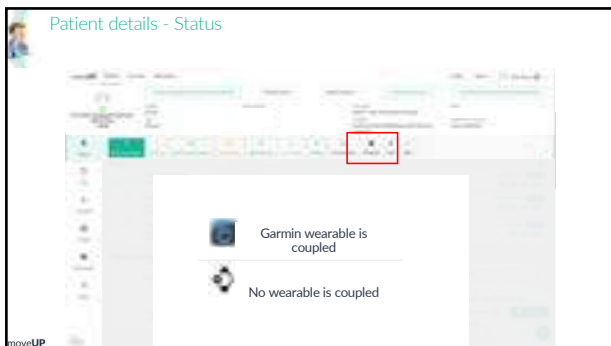
62



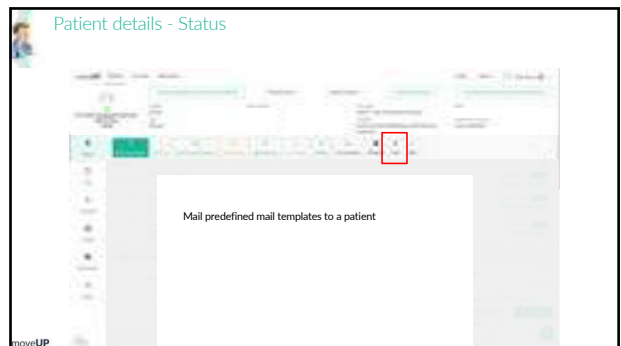
63



64



65

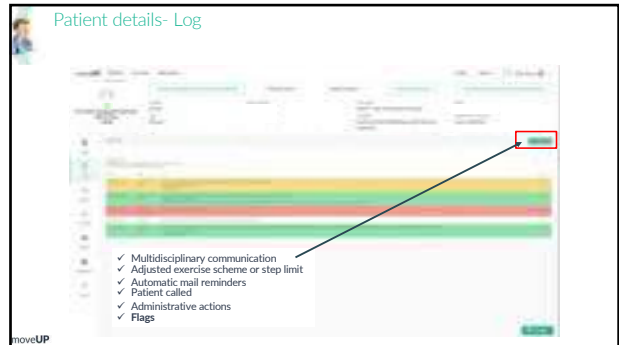


66

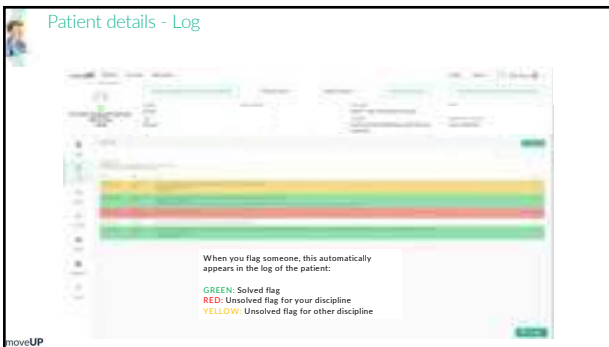


# Patient details - Log

67



68



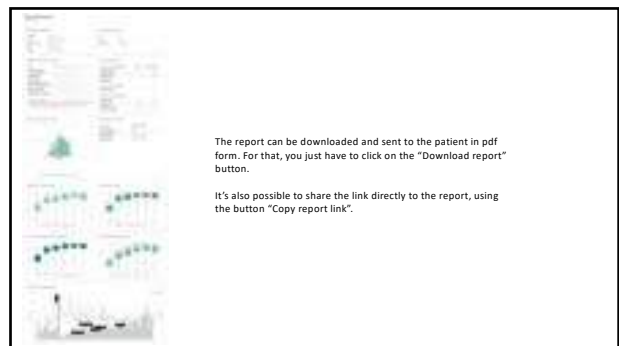
69

# Patient details - Report

70



71



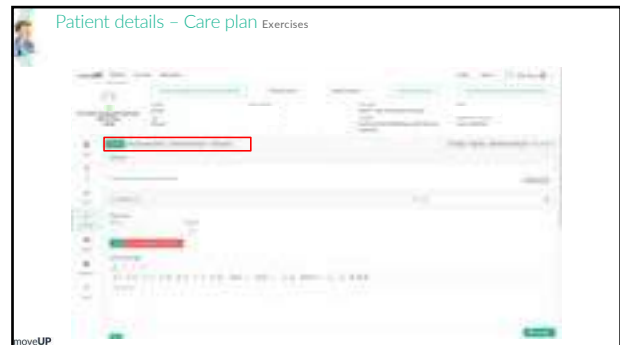
72



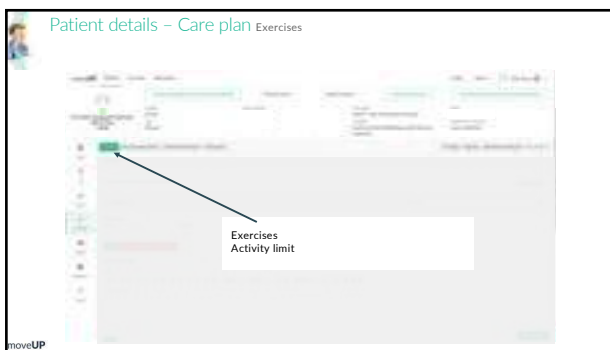


# Patient details - Careplan adapt treatment of a patient

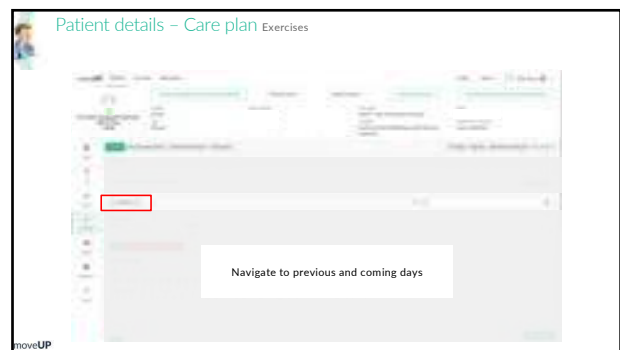
73



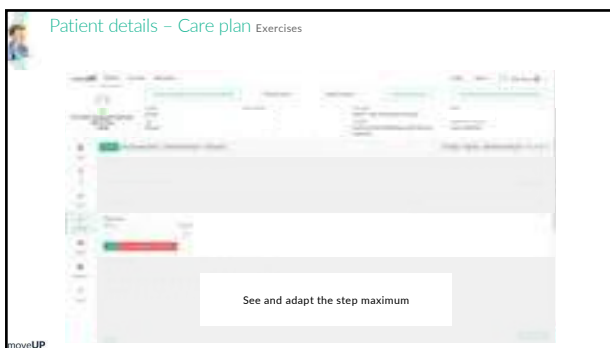
74



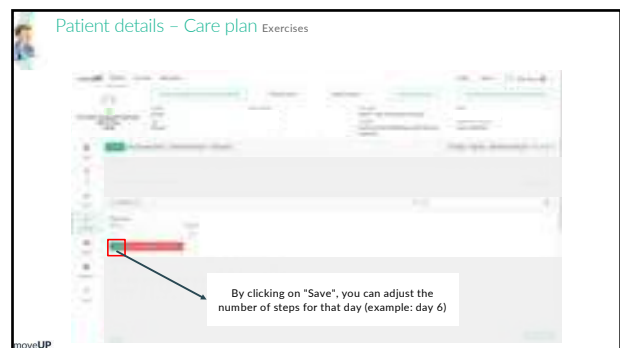
75



76



77



78



Patient details - Care plan Exercises

By clicking on "Save & update previous + future days" you can adjust the number of steps for the previous and future days. This way you can change the number of steps for the next 10 days for example.

For example you go 10 days further in this case you navigate to day 16 and set f.e. step maximum to 4000. Then the number of steps evaluate progressively until day 16. (See next slides)

moveUP

79

Patient details - Care plan Exercises

Fill in '4000'

moveUP

80

Patient details - Care plan Exercises

All previous and future days are updated automatically

moveUP

81

Patient details - Care plan Exercises

Adapt the daily message displayed in the exercise scheme

moveUP

82

Patient details - Care plan Exercises

See the exercises for today  
Adapt frequency and intensity

moveUP

83

Patient details - Care plan Exercises

See and adjust the exercise scheme

moveUP

84



**Patient details – Care plan**  
A standardized exercise scheme is personalized based on the patient's need

Blue check marks means that the exercise has been activated  
Gray check marks means that the exercise has not been activated

85

**Patient details – Care plan**  
A standardized exercise scheme is personalized based on the patient's need

There is a planning feature to schedule exercises over a longer period of time (click on *Advanced settings*)

- **Start day/End day:**
  - Start day = the day of the cell you clicked on
  - End day= Fill in the day you want this exercise to end
- **Repeat input field:**
  - Choose how the exercise will repeat till the end day
- **Intensity/ Frequency START:**
  - This is the value where the patient will start on
- **Intensity/Frequency TARGET:**
  - This is the value where the patient will end on.  
E.g. Start day=10, End day=20, Intensity start= 1, Intensity target=10 => On day 15 the intensity will be automatically calculated and in this case will be set to 5.

86

**Patient details – Care plan** Recurring questionnaires

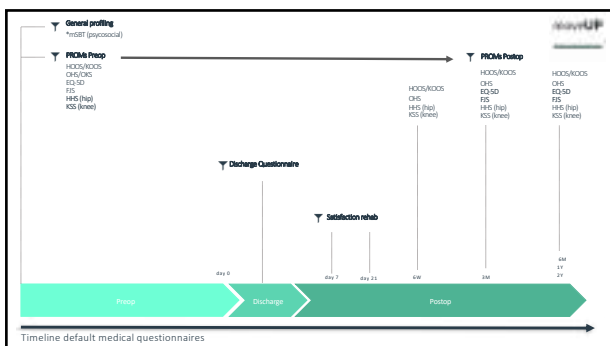
moveUP

87

**Patient details – Care plan** Medical questionnaires

moveUP

88

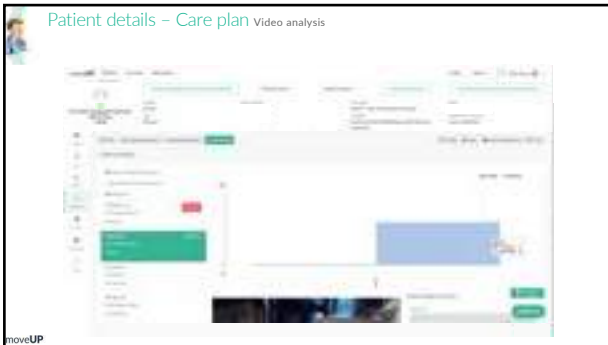


89

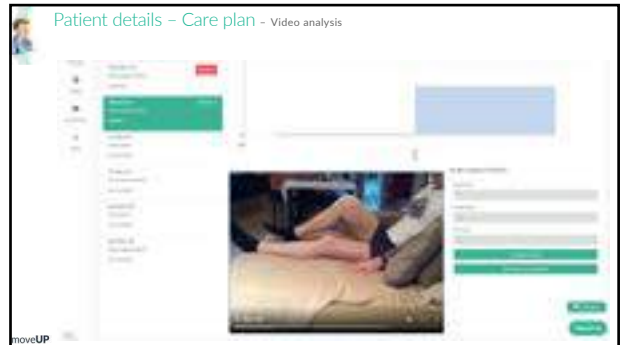
**Patient details – Care plan** Video analysis

moveUP

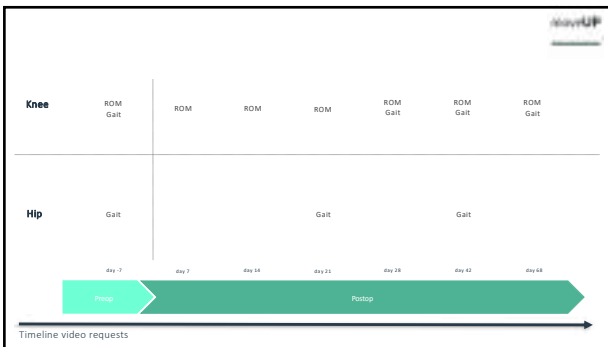
90



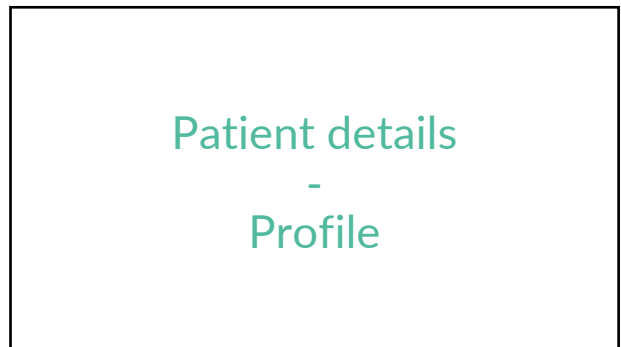
91



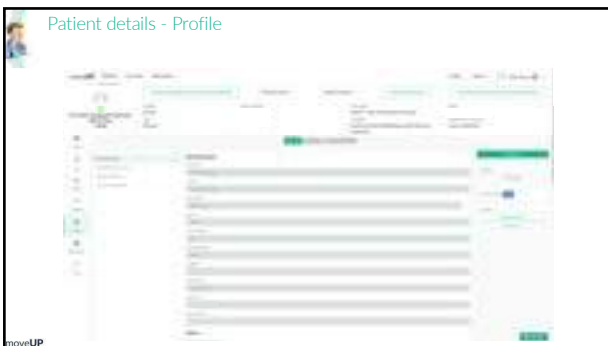
92



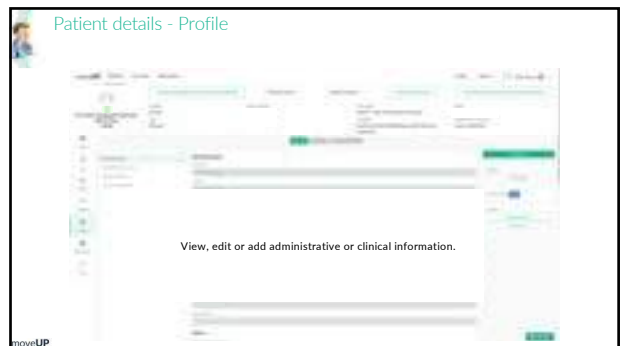
93



94



95

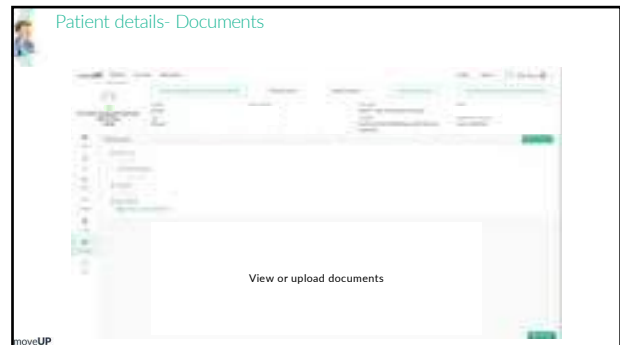


96



## Patient details - Documents

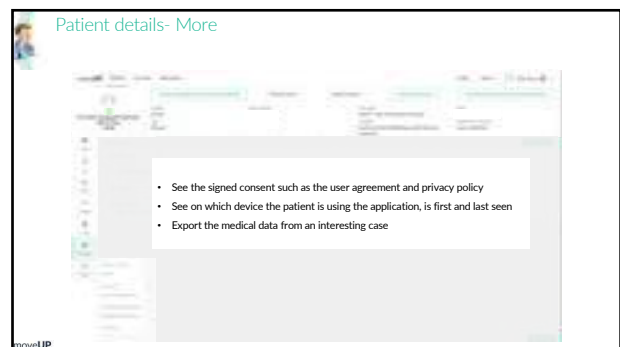
97



98

## Patient details - More

99

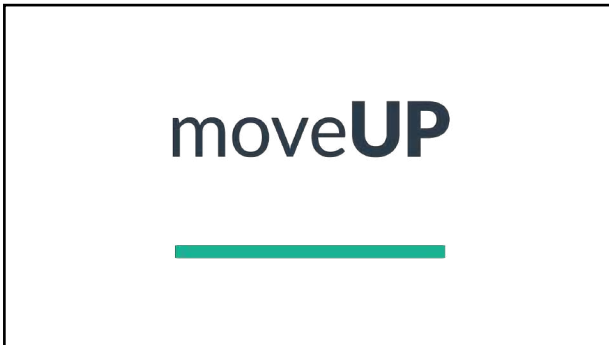


100

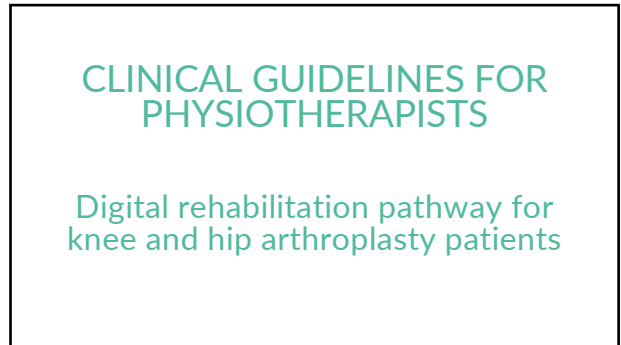
moveUP



101



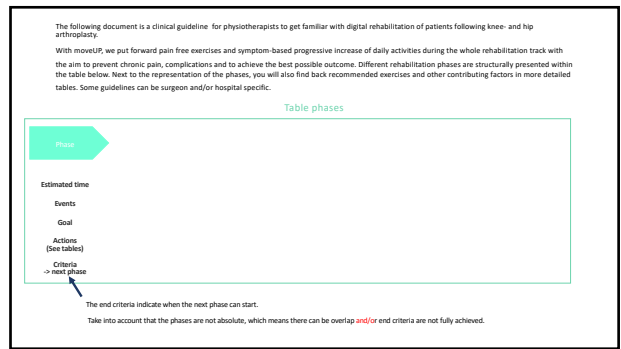
1



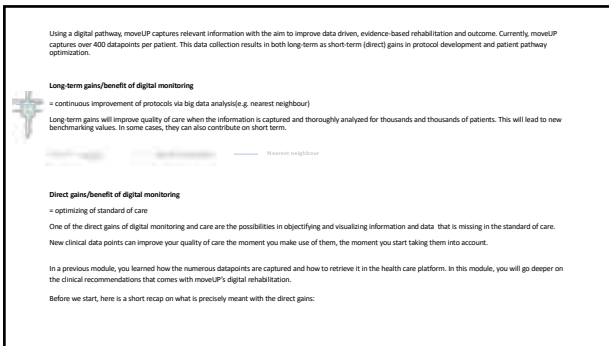
2



3



4



5



6



**Direct gain** - e.g. visualization of patient reported parameters: Joint warmth, swelling

- Patient reported warmth and swelling of the operated joint can give you usefull insights on the healing proces.
- See below a decrease in patient reported swelling (green).

7

**Direct gain** - e.g. insight in patient's activity captured by a wrist worn activity tracker

Insight in postoperative activity levels

- Which activity level does the patient reach?
- Does the patient gradually increase activity?
- Does the patient follow the advised step maximum?

Insight in preoperative activity levels

8

**Direct gain** - e.g. consider daily reported activities, medication-intake and crutches

Table overview last 3 days: activities, medication and crutches

- Check compliance on the prescribed medication
- Questions about medication are escalated to the doctors
- Compliance on the use of crutches
- Give advice about transition 2 -> 1 -> 0 crutches
- See which activities the patient has already picked up

9

**Escalation to 2nd line doctors**

- Picture of wound
- Alarming or atypical parameters
- High pain levels and possibility to adapt medication
- Non compliance of medication intake
- Question about medication
- Extra motivation
- ...

Flag is automatically reported in patients log:

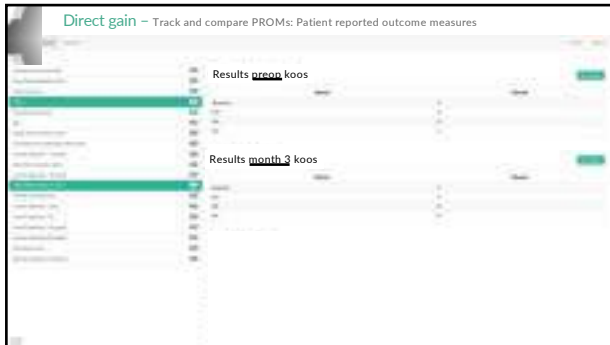
10

**Direct gain** - Track your patient's range of motion over time

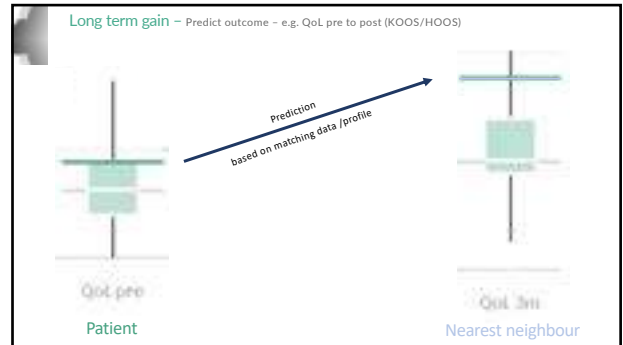
11

**Direct gain** - Evaluate specific PROMs answers

12



13



14

# Knee arthroplasty

Total knee  
Uni knee

15

Preparation	Hospitalisation Protection post surgical knee	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<b>Estimated time</b>	Day 0 - 21	Day 7 - 60	Day 35 - ...
<b>Events</b>	Surgery Hospital stay Discharge First week home Removal of staples	First postoperative consult Week 6 PROMs evaluation Back to work Driving car	Second postoperative consult Month 3 PROMs evaluation Back to work Driving car
<b>Goal</b>	Protection post surgical knee Prevent complications Pain & symptoms control Regain proprioception Knee movement within pain limits	Gradually decrease in pain <2/10 Gradual stop of medication Gain in pain free basic strength ROM 0-90° week 4 Normalised gait pattern Basic balance / coordination	ROM 0 - 110° week 8 Reach full ROM 0 crutches Regain functional strength
<b>Actions (See tables)</b>	Educate & support patient Supervise use of crutches Supervise medication intake Provide pain free exercises Control activity level Check wound Check mobility	Educate & support patient Support transfer 2 crutches -> 1/0 crutches Adapt exercise scheme Support transfer 2 crutches -> 1/0 crutches Add pictures of swelling/around Add non default exercises	Adapt exercise scheme Reassure normal progression Add non default exercises Finalise rehabilitation
<b>Criteria -&gt; next phase</b>	Protection & education Pain & symptom control	A minimum of / no pain A minimum feeling of warmth of the knee Painkilling medication stopped or limited to occasional intake of WHO type 1 medication No more NSAIDs	For some / or exercises surgeon approval is advised e.g. driving, biking, lunges...

16

Preparation	Hospitalisation Protection post surgical knee	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<b>Isometric quadriceps setting</b> -> 3 x 10	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hip - 1 x 15 min</li> <li>Clavicular - 1 x 15 min</li> <li>Heel sit - 1 x 10</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hip/Knee flexion/extension standing - 3 x 15</li> <li>Half squats/homotrainer - 2 x 5 min</li> <li>Hip/Knee flexion to hip/knee extension - 3 x 10</li> <li>Hip flexion and knee extension mobility exercise on the chair - 3 x 15</li> <li>Mini squat - 3 x 10</li> <li>Standing march - 3 x 1 min</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Homotrainer - 3 x 10 min</li> <li>Squat - 3 x 15</li> <li>Step up - 3 x 10</li> <li>Single leg stance - 3 x 10</li> <li>Local step - 3 x 10</li> <li>Forward lunge - 3 x 10</li> <li>Side lunge - 3 x 10</li> <li>Bridging - 3 x 10</li> </ul>

Table knee: Exercises

17

Preparation	Hospitalisation Protection post surgical knee	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<b>Activity</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Preop avg &lt; 4000</li> <li>• Max steps 1000/day</li> <li>2. Preop avg 4000 - 8000</li> <li>• Max steps 1500/day</li> <li>3. Preop avg &gt; 8000</li> <li>• Max steps 2000/day</li> </ul> From day 5: + 100 steps/day	Gradual increase until 50-100% preop steps  <b>Positive evaluation</b> +100-200 steps / day  <b>Negative evaluation</b> +100 steps on total b. Decrease in Max steps	Gradual increase until 75% - 100% or > preop steps  <b>Positive evaluation</b> +100-200 steps / day  <b>Negative evaluation</b> a. Max steps on total b. Decrease in Max steps
<b>Medication</b>	PK WHO 1 - 2 NSAID 2/day - 2 weeks Blood thinning medication	PK WHO 1 NSAID 1/day - 2 weeks	Stop PK No NSAID
<b>Mobility</b>	Pain free mobility exercises without forcing	ROM 0° - 90° week 4 Focus on full extension	ROM 0 - 130° week 8 Full ROM
<b>Crutches</b>	2 crutches	2 or 1 crutch	No crutches
<b>Homotrainer</b>	No homotrainer	Homotrainer with resistance	Homotrainer with resistance
<b>Biking</b>		No biking	Biking after surgeon approval
<b>Car</b>		Driving (when feeling safe to do so) *Check the need for surgeon or car insurance approval	

Table knee: Activity - Medication (see addendum) - ROM - ...

18





	Preparation	Hospitalisation Protection post surgical knee	Return to daily activity	Return to active lifestyle
Activity		High activity >50% prep Unsupported unilateral weightbearing Jumping Running Biking Loading activities or sports	High activity >100% prep Jumping Running Biking "High" loading activities or sports	Jumping Running "High" loading activities or sports → Surgeon dependent
Exercises		Pain provoking exercises Exercises against heavy resistance	Pain provoking exercises Exercises inducing pain after execution	Pain provoking exercises Exercises inducing pain after execution
Mobility		Forcing towards flexion / extension	Forcing towards flexion / extension	Forcing towards flexion / extension
Crutches		No use of crutches	No use of crutch(es) for long distances	
Pain		Pain provoking movements or exercises	Pain provoking movements or exercises	Pain provoking movements or exercises
Sleep		Rest/sleep with a flexed knee (e.g. pillow under operated joint)	Rest/sleep with a flexed knee (e.g. pillow under operated joint)	Rest/sleep with a flexed knee (e.g. pillow under operated joint)

Table knee: Don'ts – contra-indications

19

### Hospitalisation & Protection post surgical knee

is a first postoperative phase.

- Focus on protection of the post-surgical knee and education of the patient on how to do so: the patient should take his prescribed medication, use crutches, put ice and forearm rest and elevation of the operated leg.
- Symptom control: Aim to get pain, warmth and swelling under control as soon as possible. Preventing swelling, pain and warmth will prohibit a smooth rehab. Ice, control and prevention of these parameters is key.
- Low load mobility: Motivate the patient to execute low load mobilising exercises frequently. Changing position regularly will reduce stiffness.

**How?**

**Exercises:** See the exercises in the table. The priority are circulatory and light mobilising exercises. Circulatory exercises help drain postoperative blood and swelling and prevent thrombosis. Quadriceps setting stimulates proprioception and measurement of muscle force. These exercises are automatically active in the exercise scheme. Exercises against resistance or those which provoke pain, swelling, stiffness and warmth have to be avoided, including those during a full-to-flow session!

**Activity:** Guidance in activity is provided by a daily, personalized step maximum. (see table for reference)

**The diet:** is used to educate, motivate the patient, address concerns, answer questions and clarify therapeutic actions.

**The use of crutches:** should be explained. Crutches are important to prevent falling and to support the load on the knee so soft tissue get time to heal.

**Goal patients:** Check in heel-to-toe gait pattern and an neutral foot positioning during video analysis.

**Key stage of rehab:** is indicated by video analysis requests: The first mobility check is done at day 7, this first check is a reference point to track improvement. During RCM analysis, also look for movement fluency (e.g. sign of fear of movement), early off knee symptoms and compensation. Reaching full extension without overpressure, has high priority in the beginning of the rehabilitation.

**What if...**

- If a patient doesn't manage to get his pain under control? 2nd line doctors can be flagged to give advice on medication. Most TKA patients are advised to start with WHO step 3 painkillers. Step 2 painkillers can temporarily slow down pain relieving patients.
- If a patient reports a "red flag"? Always flag 2nd line doctors in case of a bleeding wound, picture of wounds, gastric problems, reports of fever, positive urines, visit to general practitioner, medication intake or any other sign of complication.

Flagging the wound care: a picture of the wound after removal of dressings should be saved. Most wounds are healed. The staples are removed starting from 14 days to 21 days postoperative, until staples are removed a patch should cover the wound. In most cases the patch should be changed every 3th day (unless specifically stated to be longer).

20

### Common actions Hospitalisation & Protection post surgical knee

Exercises (see table)	Messages	Check
Default scheme	<p><b>Questions</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>How did surgery go?</li> <li>Message when home</li> <li>How are the exercises going?</li> </ul>	<p>Therapy Compliance</p>
High activity >no more need for circulatory exercises	<p><b>Feedback</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pain is under control</li> <li>You have difficulties at night</li> <li>Warmth, stiffness, swelling</li> <li>Schedule removal staples</li> </ul> <p><b>Stimulate</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>To move</li> <li>Adherence of step limit</li> <li>Adherence of use of crutches</li> <li>Long &amp; elevation</li> <li>To not provoke pain</li> <li>To take medication as prescribed</li> </ul>	<p>Heal</p> <p>Wound RCM</p> <p>Early RCM/progression (if not necessary)</p> <p>Swelling</p> <p>Warmth</p>
		<p>Use of crutches</p> <p>Medication intake</p> <p>Daily activity and step max</p>

Actions Hospitalisation & protection post surgical knee

21

### Protection post surgical knee

✓ Protection & education  
✓ Pain & symptom control

Return to daily activity

### CRITERIA

- ✓ The patient is compliant to the postoperative rehabilitation guidelines.
- ✓ The patient found a balance between low load, regular, basic exercises and rest to decrease/control post-operative pain and swelling.
- ✓ Transition to the next phase is advised when the patient has control over the postoperative complaints.

Transition phase protection post surgical knee -> Return to daily activity

22

### Return to daily activity:

is a second postoperative phase.

- Focus on a continuous decrease in symptoms and pain while reducing WHO type 2 medication to a minimum level to increasing load by new exercises and allowing higher activity.
- Support the patient finding the right balance between rest and activity.

**How?**

**Exercises:** End back the exercises in the table. Personalize (advise or delay) them in the exercise scheme based on the daily parameters. A maximum of 4 exercises / day is advised. With movement, we believe in controlled and painfree exercise during the whole rehabilitation. Therefore, when continuing exercises from previous phase and/or adding new exercises, a positive evolution should still be noticeable. Performing any of the exercises should not provoke pain, induce warmth and/or swelling, rising and extension of the operated leg is still advised to get these parameters fully under control.

**Activity:** Guidance in activity is provided by a daily, personalized step maximum.

- During a positive evolution, the patient is allowed to increase activity by 100-200 steps/day.
- During a negative evolution, the patient should remain on its activity level or have more rest (decrease in activity).
- avoid pain activity during the whole rehabilitation (see table for reference).

**The message feedback:** is still continuously used to motivate the patient, address concerns, answer questions and clarify therapeutic actions.

**Goal patients:** Check in heel-to-toe gait pattern and an neutral foot positioning during video analysis. Check on compensation.

**The use of crutches:** Transition from 2 to 1 and 1 to no crutches should be motivated when painfree and safe.

**Key range of motion:** It is very important to see continuous improvement in the active ROM. A minimum of 90° active flexion should be achieved before the end of week 4. If not, contact the treating surgeon and provide him/her with this information. Full knee extension is stimulated daily by knee extension posture added with instructions to also focus on full extension while walking and standing. During knee or passive flexion mobilizations, it is not advised to force reaching up to the painless.

Besides daily data collection and visualization, during this phase, patient's evolution is tracked by postoperative RCM collection. Compare the pre- to postoperative results and give feedback to the patient. In most cases re-assessment of overall progression is sufficient. At the end of this phase, the biggest gains have been made but naturally, patients should still experience improvement. Most patients generate improvement until one year post-op.

23

### Common actions Return to daily activity

Exercises (see table)	Messages	Check
Adapt exercise scheme: advance or delay phase 2 exercises	<p><b>Questions</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>How was first postoperative consult?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reaction on adaptations in the exercise scheme</li> <li>wound</li> </ul>
Basic strength Proprioception Mobilization	<p><b>Feedback</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Circular increase in exercises and activity</li> <li>Painkilling medication lowered to occasional use of WHO type 1 medication</li> <li>Resistance and supporting when there are ups and downs</li> <li>PRIMA results</li> <li>Timing 2-1-1 To crutches</li> <li>Heading towards excellent result</li> </ul>	<p>PRIMA: prep vs week 6</p>
Delay exercises which increase pain, warmth, swelling	<p><b>Stimulate</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Circular built-up basic strength and ACL without pain</li> <li>Motivate RCM in ACL</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Knee ROM (90° before week 4)</li> <li>Gait pattern</li> </ul>

Actions Return to daily activity

24



Return to daily activity → **Minimum of pain**  
Painkilling stopped or limited use → Return to active lifestyle

### CRITERIA

- ✓ A minimum of / no pain
- ✓ A minimum feeling of warmth of the knee
- ✓ Painkilling medication stopped or limited to occasional intake of WHO type 1 medication
- ✓ No more NSAIDs
- ✓ for some /a/ or exercises surgeon approval e.g. driving, biking, lunges,..

Transition Return to daily activity -> Return to active lifestyle

25

### Return to active lifestyle

in a 3<sup>rd</sup> postoperative phase.

- Focus on functional strengthening exercises.

**Overload:** First back the exercises in the table gradually and the exercises done by one, while clearly following the patient's parameters in the graph or table. Do not forget to increase exercises from previous phase. A maximum of 6 exercises/ day is advised.

**Before starting the functional strengthening exercises,** pain, warmth and swelling are stable and at a low level. Medication is limited or stopped. During and after the functional strengthening exercises, these parameters should stay stable and/or at a minimum. There should be no need to increase medication intake.

**During this phase,** using can still be useful at the end of a busy day.

**Activity:** Still take a gradual increase in activity. Give recommendations about physical activity in general.

**The evening function:** During this phase, reassurance of normal progression is often needed. Point out the fact that most patients notice a positive evolution up till 1 year after surgery.

**Goal patients:** Check on training goal patients and on overall non-painkilling during video analysis. Check on compensation.

**Range of motion:** While swelling and pain are reduced to a minimum, mobility should have evolved to 0°-130° at around week 8-10. Consider that the achievable ROM greatly depends on the patient's pre-mobility.

**Finalize rehabilitation** by checking if all expectations are met. You can check patient's satisfaction and outcome at the month 3 PROM collection.

26

### Common actions Return to active lifestyle

Exercises	Messages	Check
Adapt exercise scheme: advance or delay certain exercises	<p><b>Questions</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>How was the 3m consult?</li> <li>How far from your goals/expectations?</li> <li>Any movements/activities which are still difficult/painful?</li> </ul>	Evaluate response on higher load
Functional strength	<p><b>Feedback</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Right timing 1- &gt; 0 crutches</li> <li>PROMs 3 month</li> </ul> <p><b>Stimulate</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Back to work</li> <li>Full ACL update</li> </ul>	<p>Video ROM</p> <p>Video gait</p> <p>Patient satisfaction</p>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Functional ROM (130° + full extension)</li> <li>Normal gait pattern</li> </ul>

Actions Return to active lifestyle

27

### APPROACH knee arthroplasty

**Prep** → **Hospitalisation** (Protection post surgical knee) → **Return to daily activity** → **Return to active lifestyle**

**Preop day -1 to day -1:** Functional strength & mobility: Abduction, quadriceps setting, isometric glutes, hamstring, knee extension posture. Adapted on demand and patient profile.

**Surgery - hospital stay: day 0 to day 5:** Preload regular gait patterns, Elevation and circulation.

**Symptom control, proprioception and mobility: day 0 to day 21:** Reduction swelling and pain, full extension, 90° flexion.

**ADP: Circulatory, heel and regular (low-load) movement**

**Proprioception: Quadriceps setting**

**Basic strength and mobility: day 7 to day 60:** Prevention of over-jumping/landing and build up of ACL.

**Basic mobility: Prone/side, single flexion, extension posture.**

**Basic strength: Side toe taps, mini squat...**

**Functional strength: from day 25:** Low load to higher load.

**Functional strength: Single leg stance, squats, lunges, bridging.**

28

### Hip arthroplasty

Anterior protocol

- DAA
- ALA

Posterior protocol

29

### Phases hip

	Preparation	Hospitalisation Protection post surgical hip	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<b>Estimated time</b>	Day 0 - 21	Day 10 - 60	Day 35 - ...	Day 55 - ...
<b>Events</b>	Surgery Hospital stay Discharge	First postoperative consult --	Second postoperative consult Back to work Driving car --	Full ROM 6 crutches Functional strength
<b>Goal</b>	Protection post surgical hip Prevent complications Pain & symptoms control Proprioception	Gradually have no more pain c2/10 Gradual stop medication Basic strength Normalized gait pattern Prevent/normalize groin pain Basic balance / coordination		
<b>Actions (See tables)</b>	Educate & support patient Supervise use of crutches Supervise medication intake Provide pain free exercises Control activity level Check wound Gait check	Educate & support patient Advise 2 crutches → 10 crutches Adapt exercise scheme		
<b>Criteria → next phase</b>	Pain & symptom control Protection & education	A minimum of / no pain Painkilling medication stopped or limited to occasional intake of WHO type 1 medication No more NSAIDs	For some /a/ or exercises surgeon approval is advised e.g. driving, biking, lunges...	

30



Prep	Hospitalisation Protection post surgical Hip	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<ul style="list-style-type: none"> <li>Ice - 4 x 15 min.</li> <li>Clostrin - 4 x 2 min.</li> <li>Heel raises - 3x10</li> <li>Isometric gluteal settings - 3 x 15</li> <li>Isometric quadriceps setting - 3 x 10</li> <li>Side toe taps - 3 x 10</li> <li>Triple flexion lying - 3 x 10</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Self rounds/hometrainer - 2 x 15 min</li> <li>External rotation - 3 x 15</li> <li>Hip abduction standing - 3 x 10</li> <li>Hip flexion to hip extension - 3 x 10</li> <li>Knee curl in standing - 3 x 15</li> <li>Hip extension - 3 x 10</li> <li>Hip flexion and knee extension mobility exercises in the chair - 3 x 10</li> <li>Mini squat - 3 x 15</li> <li>Balancing - Single leg stance - 3 x 10</li> <li>Standing march - 3 x 2 min.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hometrainer - 3 x 10 min</li> <li>Squat - 3 x 15</li> <li>Single leg stance - knee lift - 3 x 15</li> <li>Small lunge - 3 x 10</li> <li>Forward lunge - 3 x 10</li> <li>Side lunge - 3 x 10</li> <li>Bringing - 3 x 10</li> <li>Heel sit - 3 x 10</li> </ul>	

Table hip APPROACH: See differences Anterior - Posterior

31

### Differences surgical approach

Anterior protocol	Posterior protocol
<p><b>Anterior protocol</b></p> <p>! More prone for hip flexor irritation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Avoid extension past 20 degrees</li> <li>Avoid external rotation past 50 degrees</li> </ul> <p><b>Anterior approach in daily exercise scheme:</b></p> <p>Less focus on hip flexor exercises in acute phase, e.g.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Triple flexion (with assistance) 3x8: d7-d11-d15-d19 ...</li> <li>Hip flexion to extension 3x8: d9-d13-d17-d21 ...</li> </ul> <p>More focus on abductor and glute exercises, e.g.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Side toe taps (3x15): d5-d7-d9</li> <li>Abduction (3x15): d11-d13-d15...</li> <li>Mini squat (3x10): d10-d12-d14...</li> </ul>	<p><b>Posterior protocol</b></p> <p>! More prone for abductor weakness and/or irritation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Avoid hip flexion past 90 degrees</li> <li>Avoid internal rotation past neutral</li> <li>Avoid adduction past neutral</li> </ul> <p><b>Posterior approach in daily exercise scheme:</b></p> <p>More focus on hip flexor exercises, e.g.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Triple flexion (without assistance) 3x10: d5-d7-d9-d11 ...</li> <li>Hip flexion to extension 3x10: d6-d8-d10-d12 ...</li> </ul> <p>Less focus on abductor and glute exercises in acute phase, e.g.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Side toe taps (3x10): d7-d11-d13</li> <li>Abduction (3x10): d15-d17-d19...</li> <li>Mini squat (3x10): d14-d16-d18...</li> </ul>

32

Preparation	Hospitalisation Protection post surgical Hip	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<p><b>Activity</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Preop: mg &lt; 4000 Max steps 1000/day</li> <li>Preop: mg 4000 - 9000 + Max steps 1500/day</li> <li>Preop: mg &gt; 9000 + Max steps 2000/day</li> </ol> <p>From day 5: + 100 steps/day</p>	<p>Gradual increase until 50-100% preop steps +100-200 steps / day</p> <p><b>Positive evolution</b> +100-200 steps / day</p> <p><b>Negative evolution</b> a. Max steps ON HOLD b. Decrease in Max steps</p>	<p>Gradual increase until 70%-100% of preop steps +100-200 steps / day</p> <p><b>Positive evolution</b> +100-200 steps / day</p> <p><b>Negative evolution</b> a. Max steps ON HOLD b. Decrease in Max steps</p>	<p>Gradual increase until 70%-100% of preop steps +100-200 steps / day</p>
<p><b>Medication</b></p> <p>PK WHO 1 - 2 NSAID 2/day - 2 weeks Blood thinning medication</p>	<p>PK WHO 1 NSAID 1/day - 2 weeks</p>	<p>PK WHO 1 No NSAID</p>	<p>Stop PK No NSAID</p>
<p><b>Mobility</b></p> <p>Pain free mobility exercises without forcing</p>	<p>Pain free mobility exercises without forcing</p>	<p>Pain free mobility exercises without forcing</p>	<p>Pain free mobility exercises without forcing</p>
<p><b>Crutches</b></p> <p>2 crutches</p>	<p>2 or 1 crutch</p>	<p>No crutches</p>	<p>No crutches</p>
<p><b>Hometrainer</b></p> <p>No hometrainer</p>	<p>Hometrainer with resistance</p>	<p>Hometrainer with resistance</p>	<p>Hometrainer with resistance</p>
<p><b>Biking</b></p> <p>Car</p>	<p>Driving (when feeling safe to do so) *Check the need for surgeon or car insurance approval</p>	<p>Biking after surgeon approval</p>	<p>Biking after surgeon approval</p>

Table hip: Activity - Medication (\* see addendum) - Crutches - ...

33

Preparation	Hospitalisation Protection post surgical hip	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<p><b>Activity</b></p> <p>High activity &gt; 50% preop</p> <p>Biking</p>	<p>High activity &gt; 50% preop</p> <p>Biking</p>	<p>High activity &gt; 100% preop</p> <p>Biking</p>	<p>Jumping Running High loading activities or sports -&gt; Surgeon dependent</p>
<p><b>Exercises</b></p> <p>Pain provoking exercises Exercises against heavy resistance Straight leg raises (SLR)</p> <p><b>ANTERIOR don't:</b> Repetitive Hip Flexion</p>	<p>Pain provoking exercises Exercises inducing pain after execution</p> <p><b>POSTERIOR don't:</b> Hip flexion &gt; 90° Endorotation - neutral Adduction &gt; midline</p>	<p>Pain provoking exercises Exercises inducing pain after execution</p> <p><b>POSTERIOR don't:</b> Hip flexion &gt; 90° Endorotation - neutral Adduction &gt; midline</p>	<p>Pain provoking exercises Exercises inducing pain after execution</p>
<p><b>Mobility</b></p> <p>a. Excessive ranges b. POSTERIOR don't: Hip flexion &gt; 90° Endorotation - neutral Adduction &gt; midline</p>	<p>a. Excessive ranges b. POSTERIOR don't: Hip flexion &gt; 90° Endorotation - neutral Adduction &gt; midline</p>	<p>a. Excessive ranges b. POSTERIOR don't: Hip flexion &gt; 90° Endorotation - neutral Adduction &gt; midline</p>	<p>a. Painful excessive ranges</p>
<p><b>Crutches</b></p> <p>No use of crutches</p>	<p>No use of crutches with dysfunctional (limping) gait pattern or for long distances</p>	<p>No use of crutches with dysfunctional (limping) gait pattern</p>	<p>No use of crutches with dysfunctional (limping) gait pattern</p>
<p><b>Pain</b></p> <p>Pain provoking movements or exercises</p>	<p>Pain provoking movements or exercises</p>	<p>Pain provoking movements or exercises</p>	<p>Pain provoking movements or exercises</p>
<p><b>Sleep</b></p> <p>Sleeping on non-op and/or op side (surgeon dependent)</p>	<p>Sleeping on non-op and/or op side (surgeon dependent)</p>	<p>Sleeping on non-op and/or op side (surgeon dependent)</p>	<p>Sleeping on non-op and/or op side (surgeon dependent)</p>

Table hip: Don'ts - Contra-indications

34

### Hospitalisation & Protection post surgical hip

In a first postoperative phase:

- Focus on protection of the post surgical hip and education of the patient on how to do so: the patient should take its prescribed medication, use crutches, put ice and forearm rest and elevation of the operated leg
- Symptom control: Aim to get pain, warmth and swelling under control
- Low load mobility: Low load and light mobility exercises are advised, motivating the patient to move his/her leg regularly without loading and regularly changing position

Attention:

- High Anterior approach: On table don'ts
- High Posterior approach: See table don'ts

**How?**

**Exercises:** See the exercises in the table. Focus is on circulatory and light mobility exercises. Circulatory exercises help drain postoperative blood and swelling and prevent thrombosis, haematoma setting stimulates proprioception and maintenance of muscle tone. These exercises are automatically active in the exercise scheme. Exercises against resistance or that provoke pain, swelling, stiffness and warmth are to be avoided, including during a first to next session. Guidance in exercise is provided by a fully personalized step maximum. (see table for reference).

**The message is used to educate, motivate the patient, address concerns and answer questions.**

**The use of crutches should be supervised.** Crutches are important to prevent falling and lower the load on the hip to soft tissue get time to heal and subsidence is avoided.

**Wound pattern:** Check on heel-to-toe gait pattern and an neutral foot positioning during video analysis.

What if...

- A patient doesn't manage to get his pain under control? 2nd line doctors can be flagged to give advice on medication. Most hip patients are advised to start with 1mg step 1 paracetamol. Step 2 paracetamol can temporarily help high pain perceiving patients.
- A patient reports a 'red flag'? Always flag 2nd line doctors in case of a bleeding wound, picture of wounds, gastric problems, reports of fever, postop nausea, visit to general practitioner, medication intake.

! Regarding the wound care: a picture of the wound after removal of dressings/tapes should be taken. Most wounds are stapled. The staples are removed starting from 10 days to 14 days postoperatively, until staples are removed a patch should cover the wound. In most cases the patch should not be changed until the day (unless specifically stated by surgeon). Some wounds are glued (no patch is needed, infection can show but they not touch the skin).

35

### Common actions Hospitalisation & Protection post surgical hip

Exercises	Messages	Check
<p><b>Default scheme</b></p>	<p><b>Questions</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>How did surgery go?</li> <li>Message when home</li> <li>Removal staples</li> <li>How are the exercises going?</li> </ul>	<p>Therapy Compliance</p>
<p>High activity =&gt; no more need for circulatory exercises</p>	<p><b>Feedback</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pain is under control</li> <li>You have difficulties at night</li> <li>Warmth, stiffness, swelling...</li> <li>Transfer from 2 &gt; 1 crutch: safe and pain free?</li> </ul> <p><b>Stimulate</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>To move</li> <li>Achievement of step limit</li> <li>Achievement of use of crutches</li> <li>Long &amp; elevation</li> </ul>	<p>Picture haematoma Swelling Warmth</p> <p>Use of crutches Medication intake Daily activity and step max</p>

Actions Hospitalisation & Protection post surgical hip

36



Protection post surgical hip → **✓ Protection & education**  
**✓ Pain & symptom control** → Return to daily activity

### CRITERIA

- ✓ The patient is compliant to the postoperative rehabilitation guidelines.
- ✓ The patient found a balance between low load, regular, basic exercises and rest to decrease/control post-operative pain and swelling.
- ✓ Transition to the next phase is advised when the patient has control over its postoperative complaints.

Transition protection post surgical hip -> Return to daily activity

37

### Return to daily activity

is a second postoperative phase.

- Focus on exercise tolerance in symptoms and pain while reducing WHO type 2 medication to a minimum level to increasing level by new exercises and slowing higher activity.
- How having a clear overview on the patient's evolution during the first postoperative period, support the patient finding the right balance between rest and activity.
- Attention:
  - Hip anterior approach: See table date's
  - Hip posterior approach: See table date's

How?

**Exercises:** Find back the exercises in the table. Personalize (adjust or delay) them in the exercise scheme based on the daily parameters. With in case, we believe in controlled and positive exercises during the whole rehabilitation. Therefore, using low exercises, a positive exercise should still be suitable and performing the exercises should not provoke pain, induce warmth and/or swelling, tingling and elevation of the operated leg, is still advised to get these parameters fully under control.

**How?**

- Gradual pain is often seen after hip arthroscopy, temporary, avoid exercises which provoke great pain.

**Hip anterior:** Focus on hip abductor, greater anterior region leg.

**Activity:** Guidance in activity is still provided by a daily, personalized step maximum.

- During a positive evolution, the patient is allowed to increase activity by 100-200 steps/day.
- During a negative evolution, the patient should remain on its activity level or have more rest (decrease in activity).

**Avoid peak activity during the whole rehabilitation (see table for reference).**

**The message function:** is still continuously used to evaluate the patient, take concerns and answer questions.

**The use of crutches:** Transition from 2 to 1 and 1 to no crutches should be motivated to pain free and safe.

**Gait pattern:** Check on heel-toe gait pattern and on neutral foot positioning during video analysis. Check on abductor strength or compensations.

Besides daily data collection and visualization, during this phase, patient's evolution is tracked by postoperative PROM collection. Comparison pre to post can be made. Interpret the results and give feedback to the patient. In most cases reassurance of normal progression is sufficient. Of course there is still room for improvement there most patients still perceive evolution until 1 year postop.

38

### Common actions Return to daily activity

Exercises	Messages	Check
<b>Adult exercise scheme:</b> Advance or delay phase 2 exercises  <b>Basic strength:</b> Proprioception Mobilization  Delay exercises which increases pain, stiffness, swelling	<b>Questions</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• How was first postoperative consult?</li> </ul> <b>Feedback</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gradual increase in exercises and activity</li> <li>• Painkilling medication lowered to occasional use of WHO type 1 medication before starting next level exercises</li> <li>• Reassurance and supporting when there are ups and downs</li> <li>• PROMs results</li> <li>• Timing 2 -&gt; 3 Occasions</li> <li>• Heading towards excellent result</li> </ul> <b>Stimulate</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gradual built up basic strength and ACL without pain</li> <li>• Moderate ROM in ACL</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reaction on adaptations in the exercise scheme</li> <li>• Wound</li> <li>• Gradual increase in activity/load with decrease of symptoms and pain</li> <li>• PROMs: preop vs week 6</li> <li>• Gait pattern</li> </ul>

Actions Return to daily activity

39

Return to daily activity → **✓ Minimum of pain**  
**✓ Painkilling stopped or limited use** → Return to active lifestyle

### CRITERIA

- ✓ A minimum of / no pain
- ✓ A minimum feeling of stiffness & swelling of the hip
- ✓ Painkilling medication stopped or limited to occasional intake of WHO type 1 medication
- ✓ No more NSAIDs
- ✓ for some /a/ or exercises surgeon approval e.g. driving, biking, lunges,...

Transition Return to daily activity -> Return to active lifestyle

40

### Return to active lifestyle

In a 3rd postoperative phase,

- focus on functional strengthening exercises.

**Exercises:** Gradually add the exercises one by one, while closely following the patient's parameters in the graph or table.

Before starting the functional strengthening exercises, pain, warmth and swelling are stable and at a minimum. Medication is limited or stopped. During and after the functional strengthening, these parameters should remain stable and/or at a minimum. There should be no more need for (extra) medication also.

During this phase, icing can still be useful at the end of a busy day.

**Activity:** Stimulate a gradual increase in activity.

**The messaging function:** During this phase, reassurance of normal progression is often needed. Point out the fact that most patients notice a positive evolution up till 1 year after surgery.

**Gait pattern:** Check on heel-toe gait pattern and on neutral foot positioning during video analysis. Check on abductor strength or compensations.

Finalize rehabilitation by checking if all expectations are met. You can check patient's satisfaction and outcome at the month 3 PROM collection.

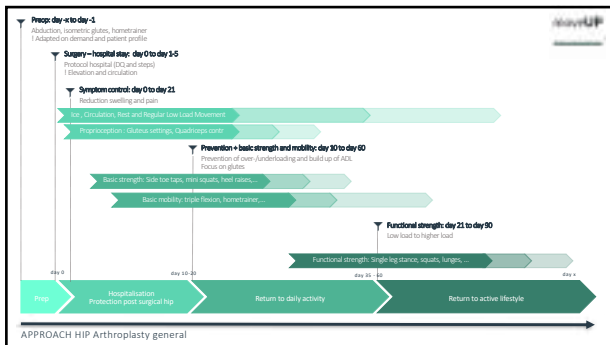
41

### Common actions Return to active lifestyle

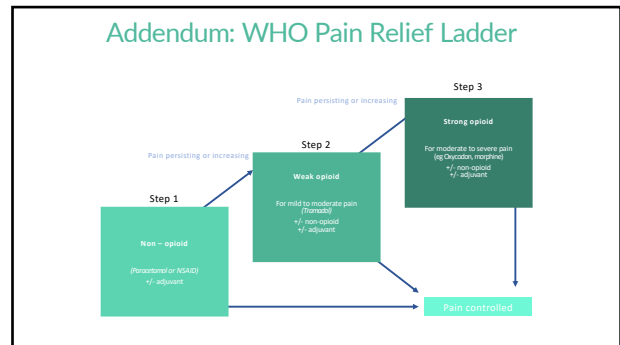
Exercises	Messages	Check
Functional strengthening	<b>Questions</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• How was first consult?</li> <li>• How far from preop goals/expectations?</li> <li>• Any movements/activities which are still difficult/painful?</li> </ul> <b>Feedback</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Right timing 1 -&gt; 2 Occasions</li> <li>• PROMs 3 month</li> </ul> <b>Stimulate</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Back to work</li> <li>• Full ACL uptake</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Video gait</li> <li>• Patient satisfaction</li> <li>• Functional ROM</li> <li>• Normal gait pattern</li> </ul>

Actions Return to active lifestyle

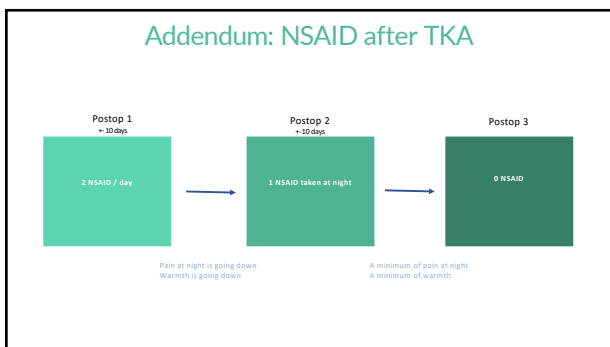
42



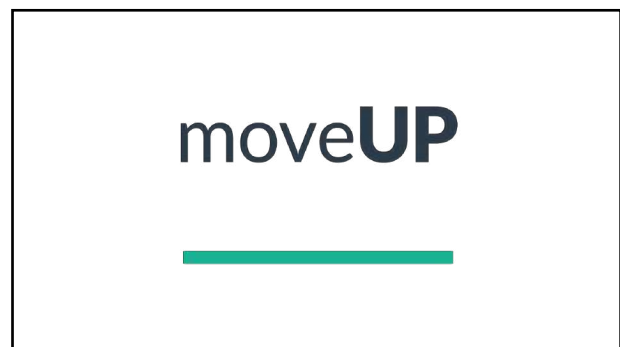
43



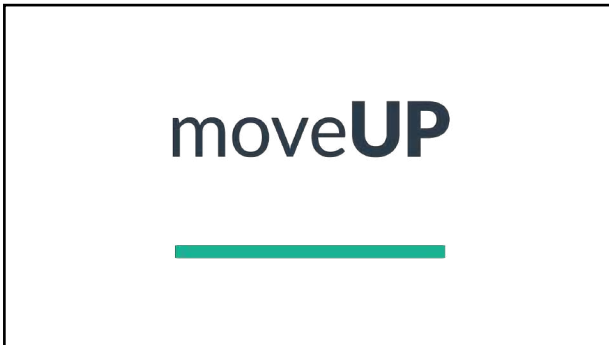
44



45



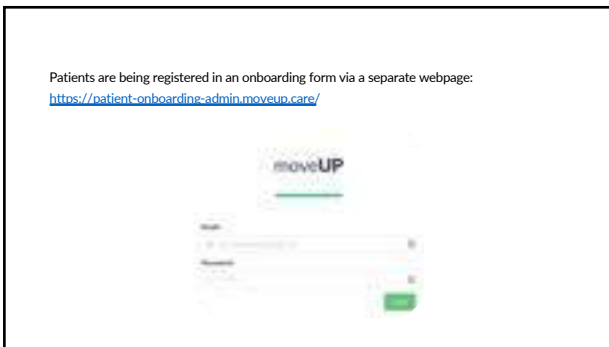
46



1



2



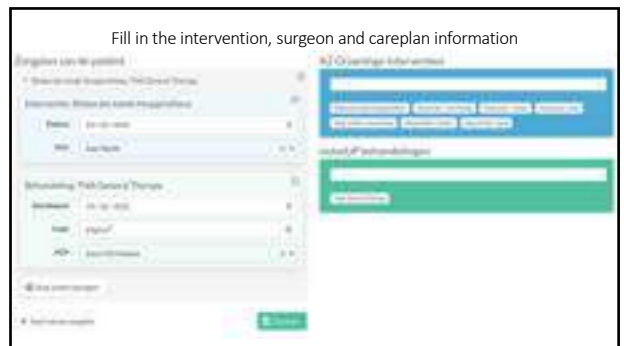
3



4



5



6



#### What happens next?



Within one working day the patient will receive an email from moveUP containing:

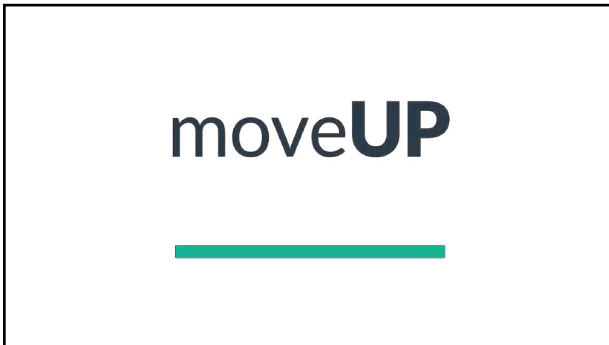
1. **Link to set a password**
  2. **Instructions how to install moveUP** - With a short introduction of moveUP, information link on [pricing](#) and [instructions on how to install moveUP](#) with login details, and a link to the [quick start guide](#)
  3. **Link to order activity tracker** – An online order form for the activity tracker
- > [The patient can access the moveUP app and will appear in the healthcare platform](#)

7

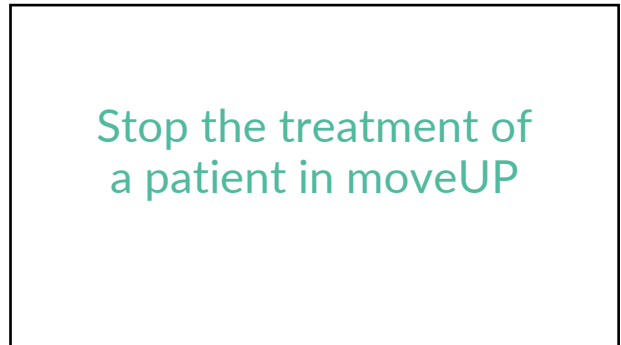
# moveUP



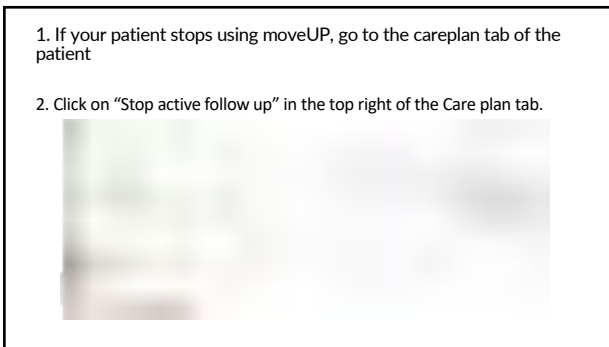
8



1



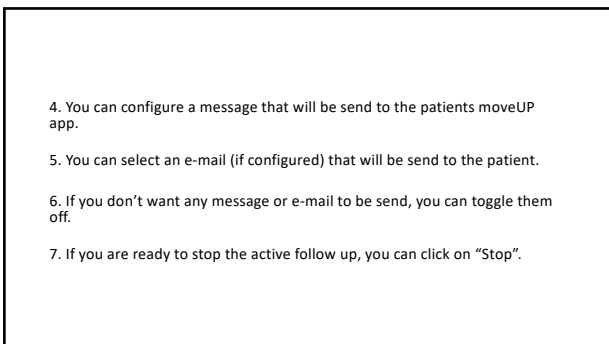
2



3



4



5

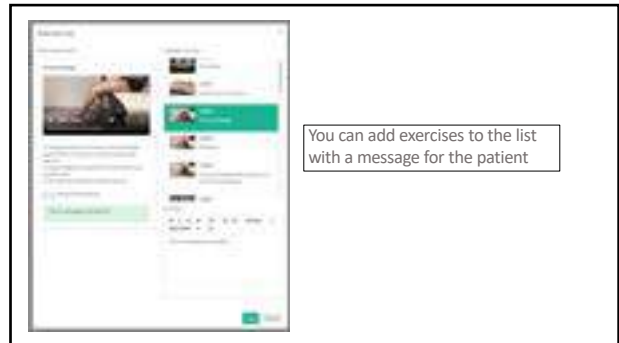


6

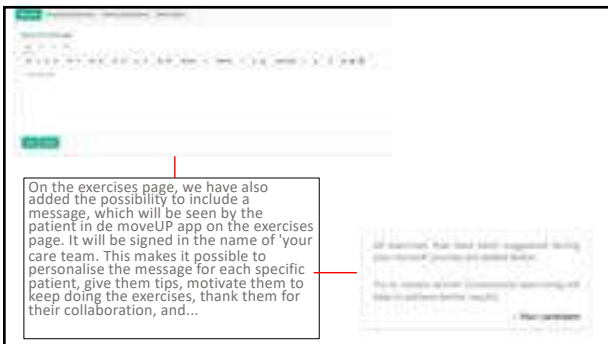




7



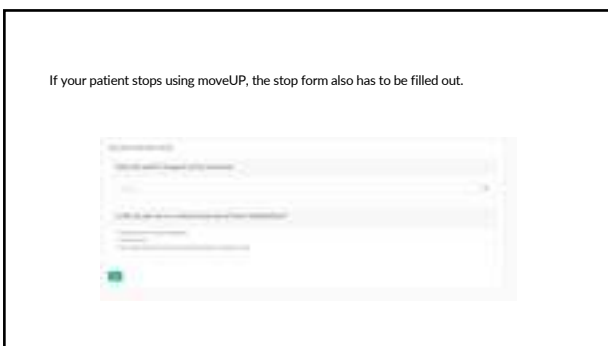
8



9



10



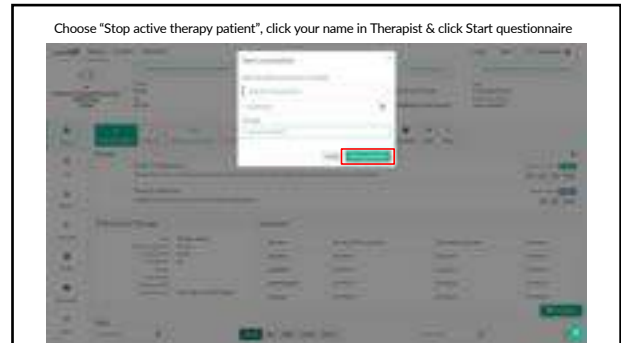
11



12



13



14



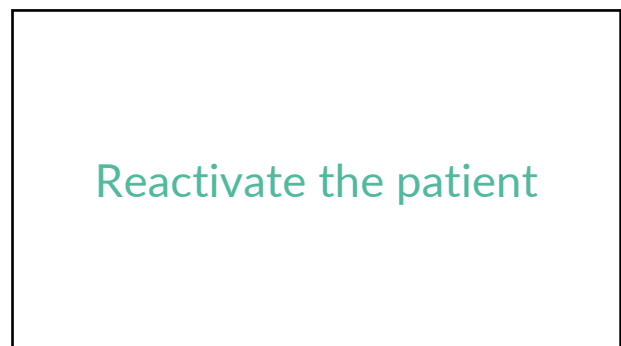
15



16



17



18



If you want to reactivate the patient, go to careplan and click 'back to active follow up'



19



20

move**UP**



21