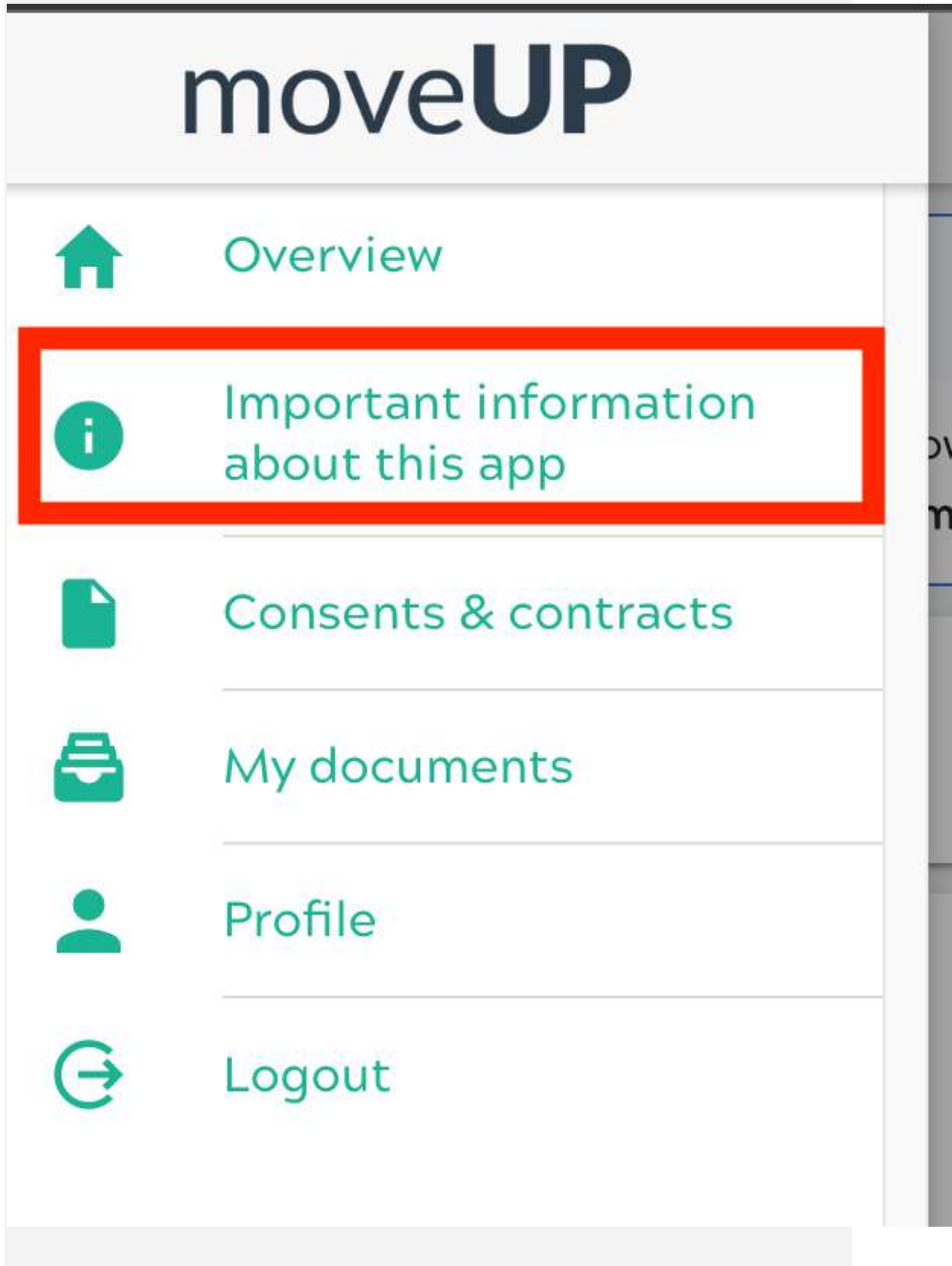




# moveUP

When the user clicks get redirected to the label using the browser installed on the device.





# moveUP

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

French label:



## application et appareils moveUP

L'application moveUP fonctionne sur :

- iPhones/iPads iOS 11.0 ou plus récent
- Systèmes Android (Android 7.0 et plus récent)
- moveUP a besoin d'une connexion Internet lorsqu'il est utilisé.
- 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 Tab3 - Android 6.0.1 ou supérieur
- Huawei MediaPad T3 - Android 7.0.0 ou supérieur

### Trackeurs d'activité

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

- Garmin VivoFit 2 et VivoFit 4
- Nokia Withings Go

### Taille du téléchargement

- iOS - 82.2MB - version 1.35
- Android - 89MB - version 1.35

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





# moveUP

Téléchargez la dernière version de l'application



Choisir la région

Europe

US

## Informations importantes - Europe

Télécharger le manuel d'utilisation pour les patients

Télécharger le manuel d'utilisation pour les prestataires de soins de santé

Télécharger le manuel de l'utilisateur

Télécharger le manuel de l'utilisateur

Si vous avez besoin de l'eFU d'une version antérieure, veuillez contacter le service d'assistance.

Si vous avez besoin de l'eFU en tant que patient MG, [cliquez ici](#)

## Utilisation prévue

### Pour les prestataires de soins de santé

Pour les prestataires de soins, moveUP permet une gestion clinique efficace des pathologies et des traitements. Grâce à moveUP, l'équipe soignante reçoit 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 parcours :

- 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 dans la poursuite de leur rétablissement, le cas échéant.
- moveUP COACH = suivi actif par l'équipe de soins
  - moveUP coach offre des informations ciblées et des rapports d'évolution aux patients. Leur équipe de soins est plus activement impliquée et prend en compte les rapports d'évolution et peut fournir des conseils et des suggestions d'exercices via la plateforme numérique.







# moveUP

## Informations importantes - US

Téléchargez le manuel d'utilisation pour les patients

Téléchargez le manuel d'utilisation pour les prestataires de soins de santé

Télécharger le manuel de l'utilisateur

Télécharger le manuel de l'utilisateur

## Utilisation prévue

### Utilisation prévue

Pour les prestataires de soins, moveUP permet une gestion clinique efficace des pathologies et des traitements. Grâce à moveUP, l'équipe soignante reçoit 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 parcours :

- **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 dans la poursuite de leur rétablissement, le cas échéant.
- **moveUP COACH** = suivi actif par l'équipe de soins  
- moveUP coach offre des informations ciblées et des rapports d'évolution aux patients. Leur équipe de soins est plus activement impliquée et prend en compte les rapports d'évolution et peut fournir des conseils et des suggestions d'exercices via la plateforme numérique.
- **moveUP THERAPY** = suivi actif par l'équipe soignante, avec un protocole de soins valide basé sur des données  
- moveUP therapy propose un protocole de soins valide basé sur des données, avec une certaine catégorie et un certain niveau d'exercices et d'activités, spécifiquement ciblés sur chaque patient. L'équipe soignante peut adapter manuellement le protocole valide basé sur des données si nécessaire. Les patients peuvent suivre une rééducation complète avec moveUP sans quitter leur domicile.

### Critères d'inclusion :

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

### Critères d'exclusion :

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

### Réclamations et publicités



- 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.
- Les patients doivent être conscients 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 comprendre votre état de santé et vos progrès.







# moveUP



Informationen  
zur moveUP-App  
und den Geräten

## moveUP-App und -Geräte



### Die moveUP-App läuft auf

- iPhones/iPads (iOS 10 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 oder höher
- Huawei MediaPad T3 - Android 7.0 oder höher

### Aktivitätstracker

Die folgenden Aktivitätstracker werden derzeit unterstützt:

- Garmin Vivoact 3 und Vivoact 4
- Nokia Withings Go

### Größe herunterladen

- iOS - 76,4 MB - Version 1,35
- Android - 39 MB - Version 1,35

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**



Bedienungsanleitung herunterladen

Laden Sie die Bedienungsanleitung herunter  
**Für Gesundheitsdienstleister**



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 Hauptitz Brüssel  
Cantersteen 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: V 1.35



++G166MOVEUPV1  
350WV



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 Empfehlungen 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.

### Handelsname

nach oben bewegen  
Hergestellt in Belgien  
Das Produkt ist eine Software

### US-Agent

Carin McCourt  
Incentowin Inc 7425 W Cypresshead Dr Parkland  
FL 33067 US agent 954.682.5053

### Hersteller



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

UDI-PI



++G166MOVEUPV1350WV

Versionsnummer: v 1.35

### 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 080 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 app & devices

The moveUP app runs on:

- iPhones/iPads (iOS 11.0 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 6.0.1 or Higher
- Huawei MediaPad T3 - Android 7.0.0 or higher

### Activity trackers

The following activity trackers are currently supported:

- Garmin VivoFit 3 and VivoFit 4
- Nooka Wifitings Go

### Download size

- iOS - 82.2MB - version 1.35
- Android - 89MB - version 1.35

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





# moveUP

Download the user manual for patients

Download the user manual for healthcare providers



If you need the eFU from an older version please contact support  
If you need the eFU as MG patient, [download here](#)

## 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 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 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 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

## 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 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 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.

## 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.



moveUP NV/SA  
Cantersbeen 47,  
1000 Brussels,  
Belgium

### UK legal representative:

Atrivos Ltd  
Suite 215, Wey House, 15 Church Street, Weybridge, Surrey KT13  
6NA, United Kingdom



UDI-DE-1424MOVEUPVLS0001



moveUP



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





## Important information - US

[Download the user manual for patients](#)

[Download the user manual for healthcare providers](#)



[Download the user manual](#)



[Download the user manual](#)

## Intended use

### 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

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 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.





# 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.

## Tradename

moveUP  
Made in Belgium  
The product is software

## US Agent

Claran McCourt  
Incorbowin Inc 7421 W Cypresshead Dr Parkland  
FL 33067 US agent 954.602.5053

## Manufacturer



moveUP NV/SA  
Cartersteen 47,  
1000 Brussels,  
Belgium



UDI-DI: 11000400000000000000



Dutch Label:







# moveUP



## moveUP-app en apparaten

- De moveUP app draait op:
- iPhone/iPad 505 of hoger
  - Android systemen (Android 22 en hoger)
  - 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 getoetst en ondersteund:
- Lenovo Tab 3 - Android 8.0 of hoger
  - Huawei Mediapad T3 - Android 7.0 of hoger

- Activiteitstrackers:**  
De volgende activity trackers worden momenteel ondersteund:
- Garmin Vivosport 3 en Vivosport 4
  - Fitbit Charge 3

- Downloadgrootte:**
- iOS - 76,4MB - versie 1.33 +
  - Android - 30,6B - versie 1.33

Scherm voor uz gegevensveiligheid de 2 factor authenticatie (2FA) in en gebruik 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  
Cantensteen 47,  
1000 Brussel, België

## Wettelijke vertegenwoordiger in het VK

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

UDI-PI



++G166MOVEUPV1  
350VV

Versienummer: V 1.35



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 als 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 gepersonaleerde zorg op basis van het profiel van de patiënt en kan daarom niet worden gedeeld, geleend of geruimd 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,  
Incentown Inc 7421, W Cypresshead Dr Parkland  
FL 33067 US agent 954.682.5053

## Fabrikant



moveUP NV/SA  
Cantersteen 47,  
1000 Brussel, België

UDI-PI



Versienummer: V 1.35



++G166MOVEUPV1350WV



# 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:

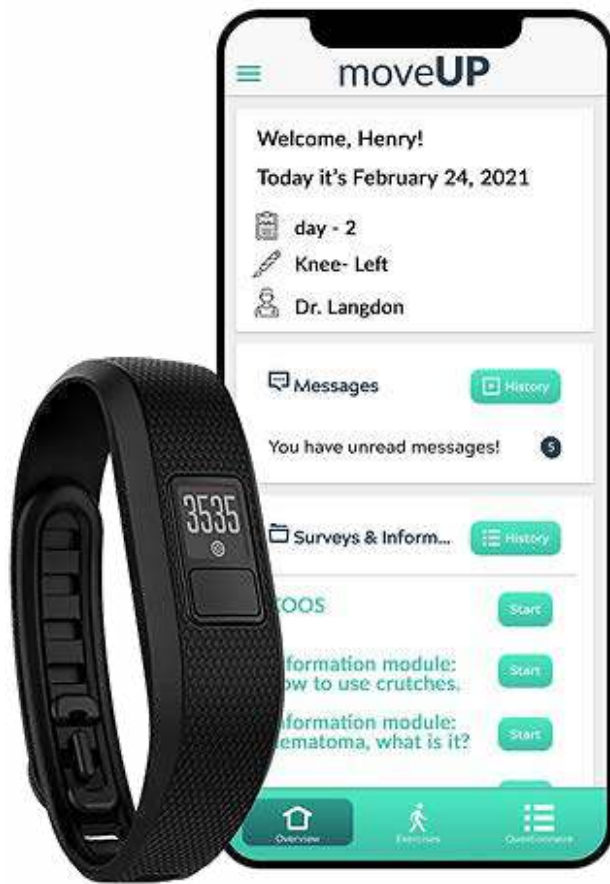
- iPhones/iPads (iOS 11.0 oder neuer)
- Android-Systeme (Android 7.0.0 und neuer).
- Für die Nutzung von moveUP ist eine Internetverbindung erforderlich
- moveUP ist mit folgenden Browsern kompatibel:
  - Chrom
  - Safari
  - Edge
  - Firefox
- In bestimmten Fällen werden folgende Tablets zur Verfügung 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

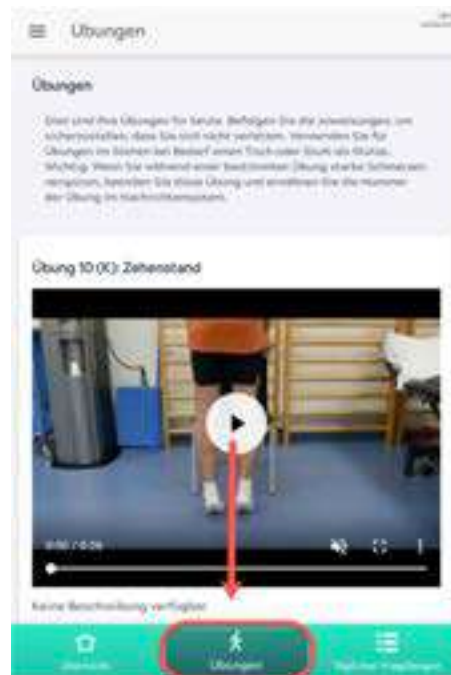
Wenn Sie die moveUP-App öffnen, werden Sie automatisch zur Übersicht weitergeleitet. Hier finden Sie 4 Bereiche:

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.

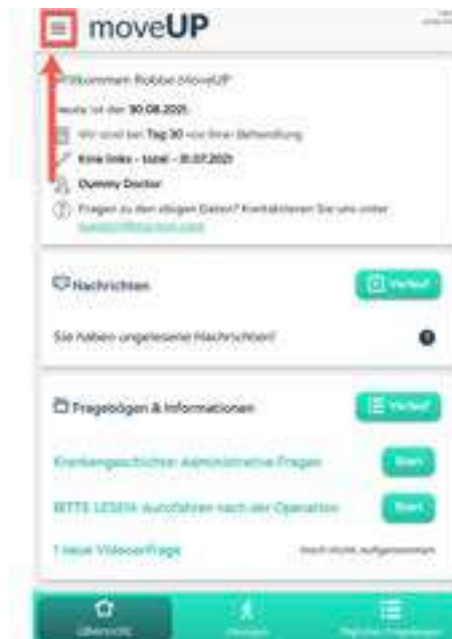
The screenshot displays the 'Täglicher Fragebogen' (Daily Questionnaire) app interface. It consists of three sections, each with a question and a slider or radio button for the answer. The first section asks about pain at night, with a slider set to 'Keine Schmerzen' (No pain). The second section asks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



## Menü

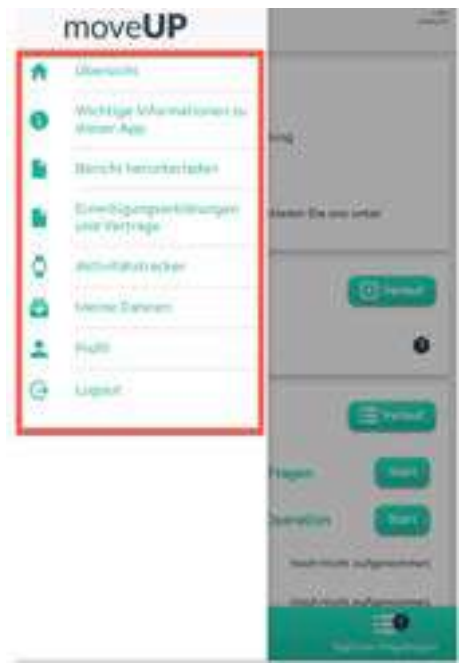
Oben links in moveUP finden Sie das Menü.

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

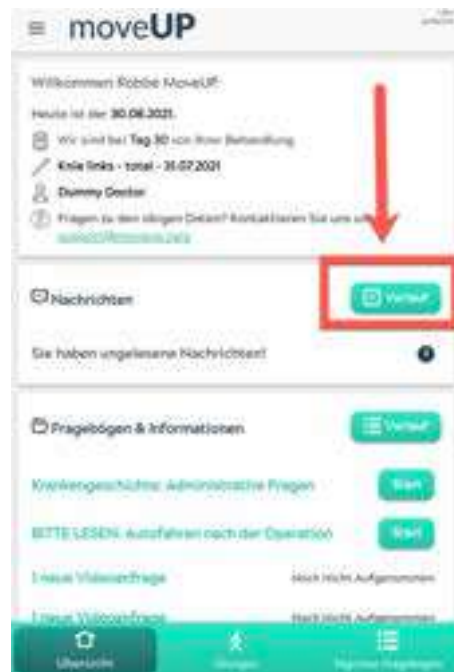
In der Ansicht „Übersicht“ unterhalb der Begrüßung finden Sie den Bereich „Nachrichten“. In diesem Bereich können Sie mit Ihrem Physiotherapeuten kommunizieren.

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.



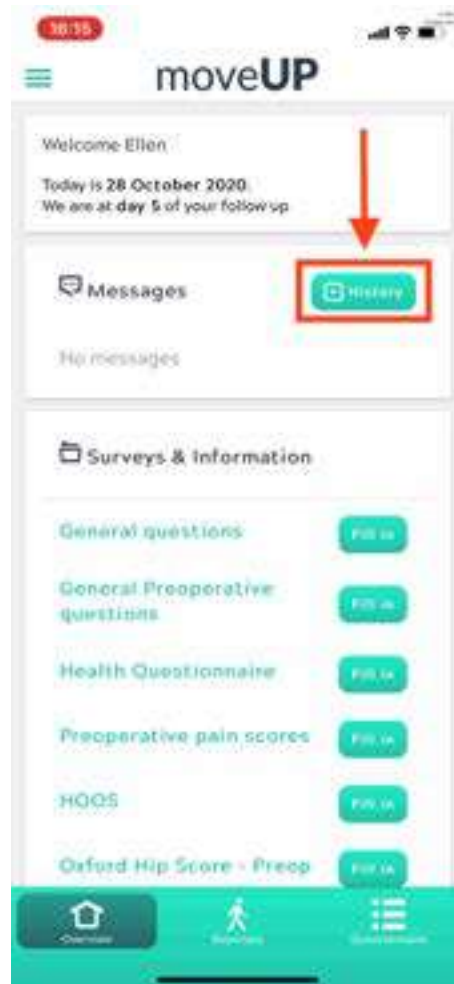
## Chatansicht öffnen



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

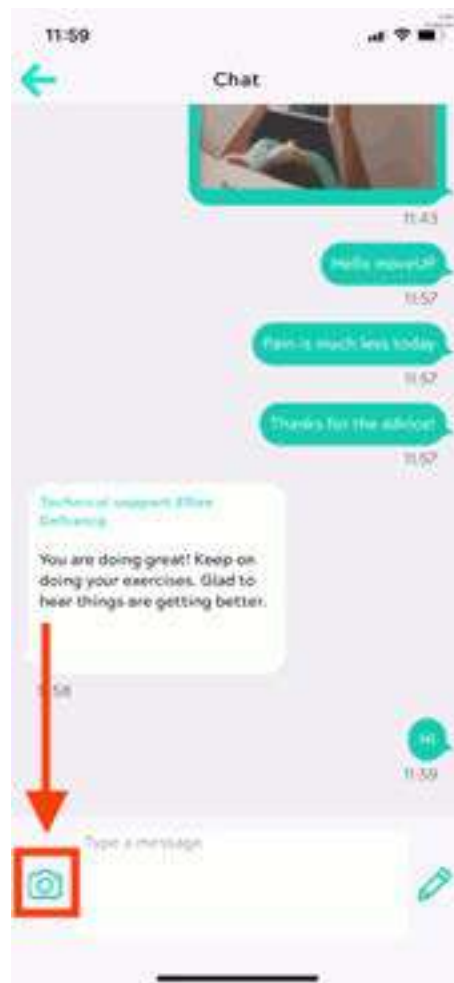
## Nachricht senden

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



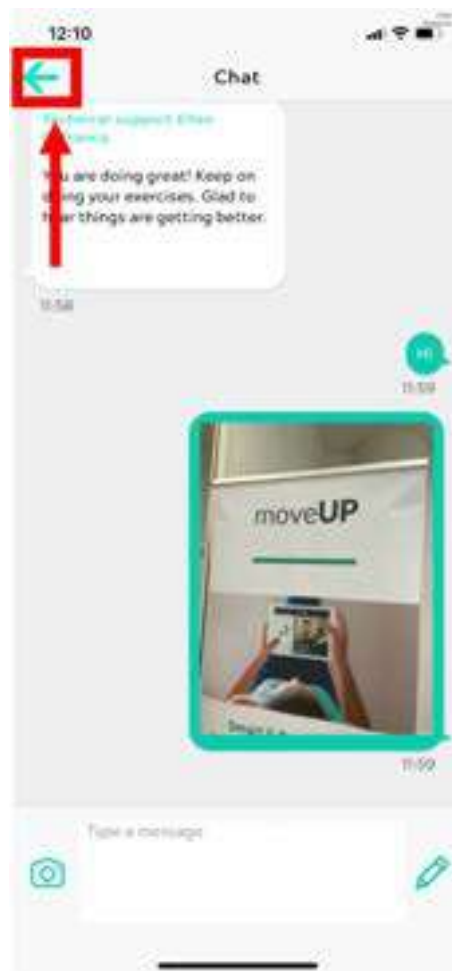
Um eine Nachricht zu senden, klicken Sie in das Feld „Nachricht eingeben“. Daraufhin wird die Tastatur eingeblendet. Nachdem Sie Ihre Nachricht eingegeben haben, klicken Sie auf das Sendesymbol (Flugzeug).

## 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

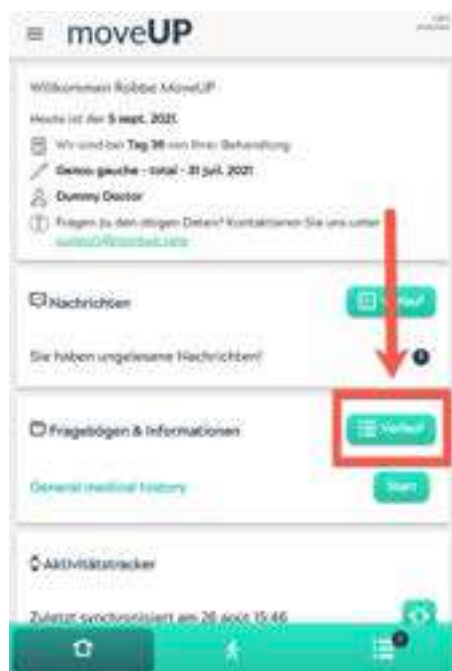
Medizinische Fragebögen sind zu verschiedenen Zeitpunkten vor und nach der Operation verfügbar.

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

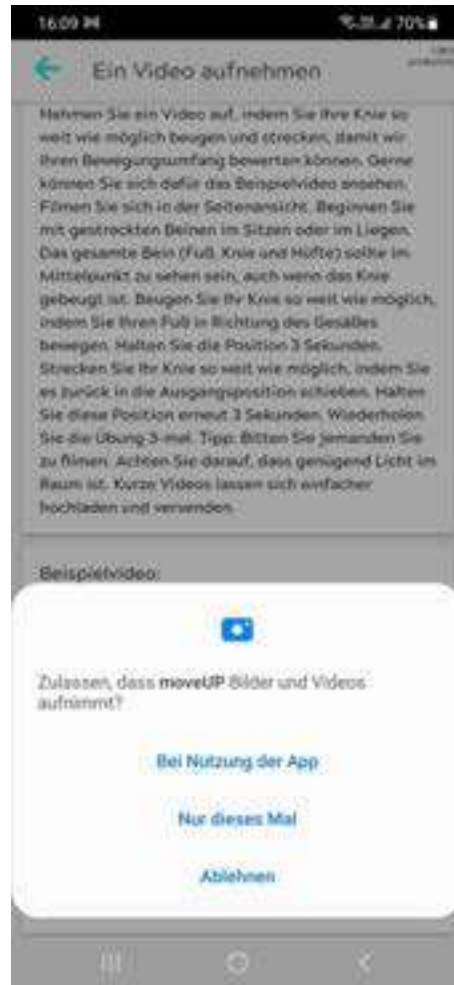


Jede Videoanfrage hat eine Beschreibung, ein Beispielvideo und eine Taste zur Aufzeichnung, um zur Kamerafunktion des Geräts zu wechseln. Sehen Sie sich das Beispielvideo an und drücken Sie die Aufzeichnungstaste, um zur Kamera Ihres Geräts zu gelangen.



### 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 Frageb.

# 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 Pfllegeteam, 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.



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)

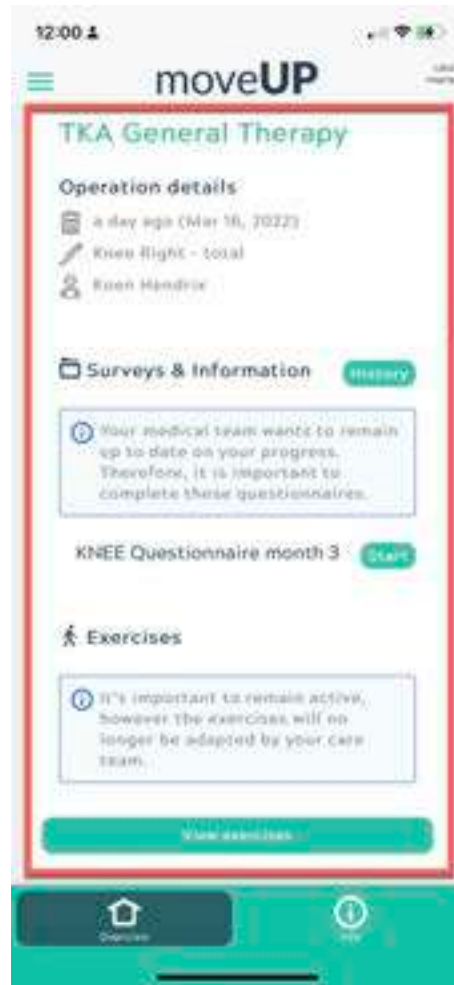
### Nachrichten

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

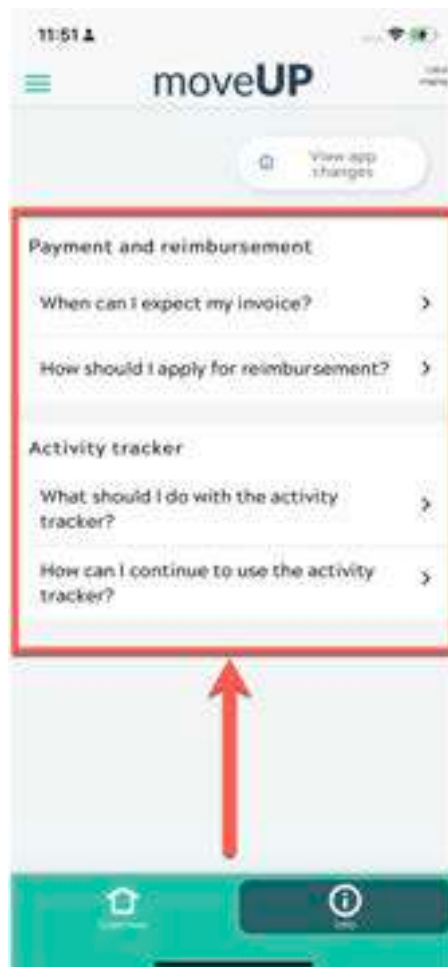


Wenn Sie mehr als 1 Verlauf mit moveUP hatten, können Sie auf der Seite nach unten scrollen. Die Verläufe sind in verschiedene Karten aufgeteilt.

## Registerkarte „Info“

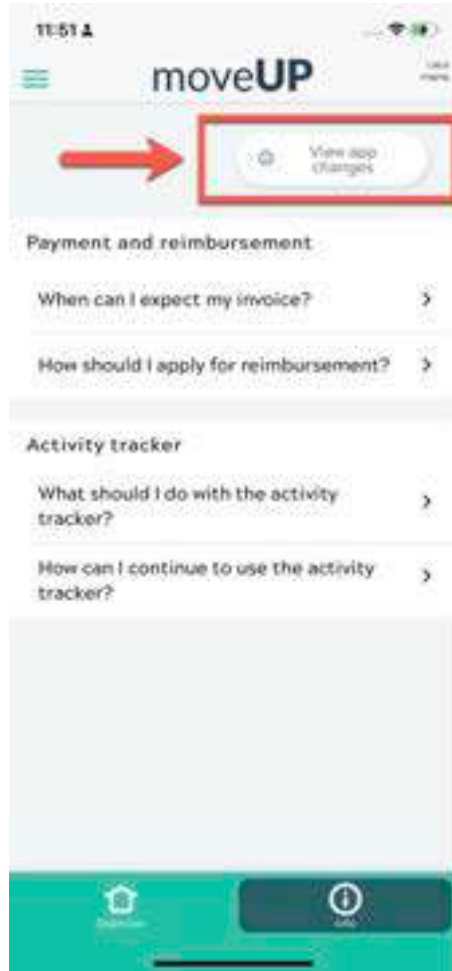
### HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN

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

---



## 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:

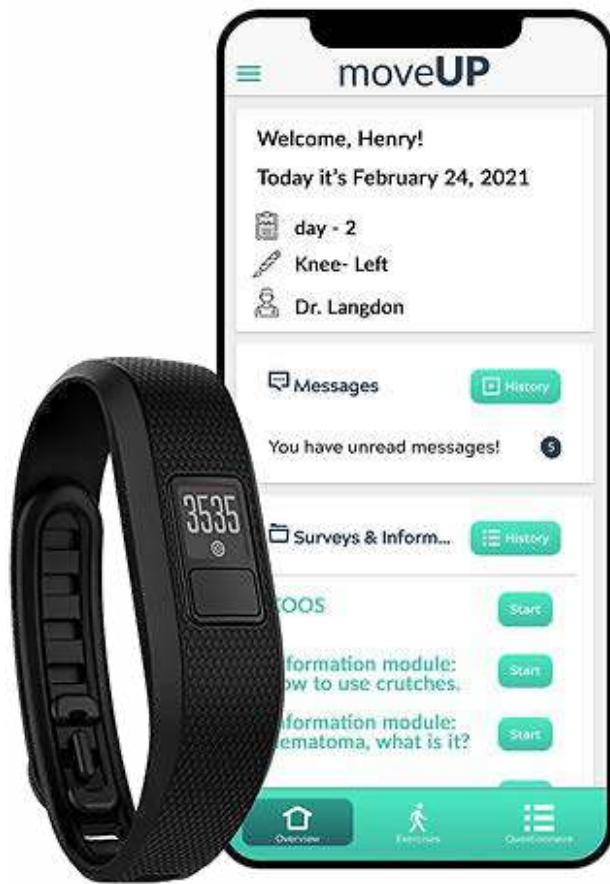
- iPhones/iPads (iOS 11.0 or newer)
- Android systems (Android 7.0.0 and newer).
- moveUP needs an internet connection when in use
- moveUP is compatible with the following browsers:
  - Chrome
  - Safari
  - Edge
  - Firefox
- In specific cases the following tablets are provided and are supported:
  - 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 emotion icons: a blue happy face, a green neutral face, a yellow sad face, a yellow angry face, a red angry face, and a red angry face with a red outline. The second section asks "How was your night?" and "Indicate on the scale." with "Good" on the left and "Bad" on the right, followed by the same row of six emotion 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 navigation bar has three icons: a house for "Home", a person for "My Profile", and a questionnaire icon for "Questionnaire".

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

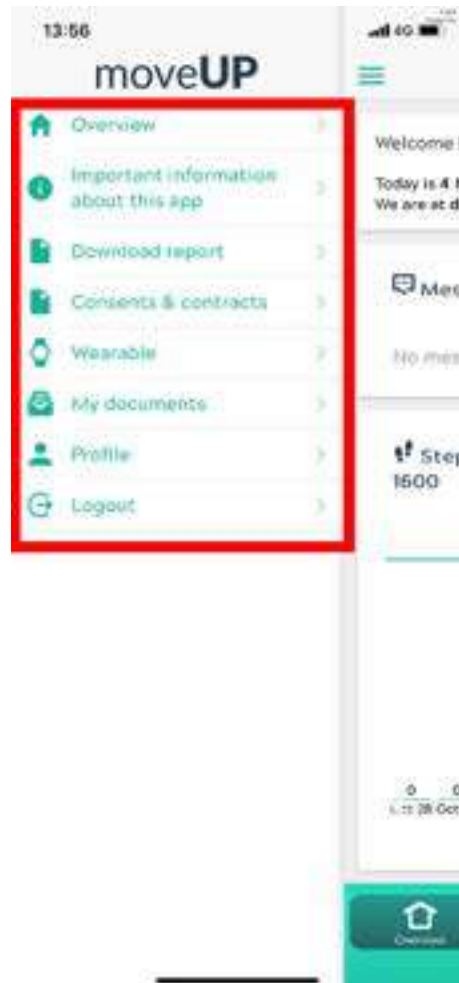
It is important you start answering the daily questionnaire starting 14 days before your operation. This way we can better help you after the operation.

## 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

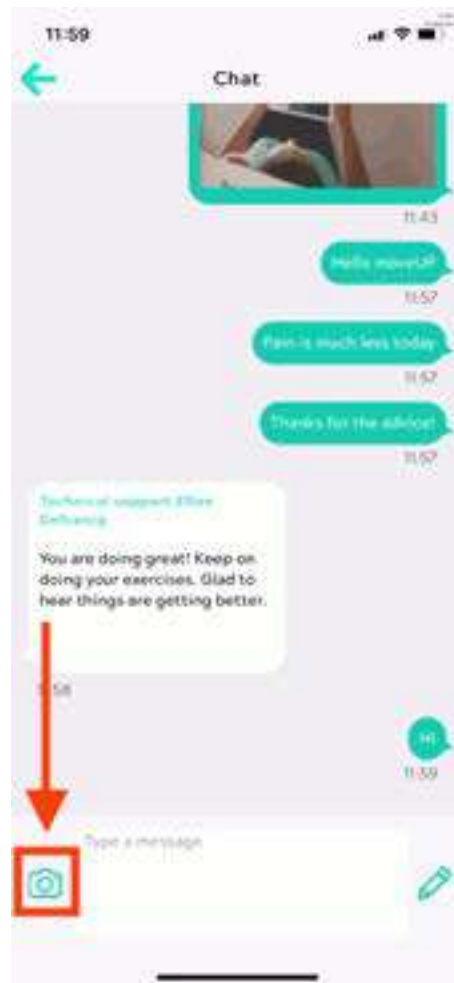
You can send us messages every moment of the day. We will respond within 24 hours

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

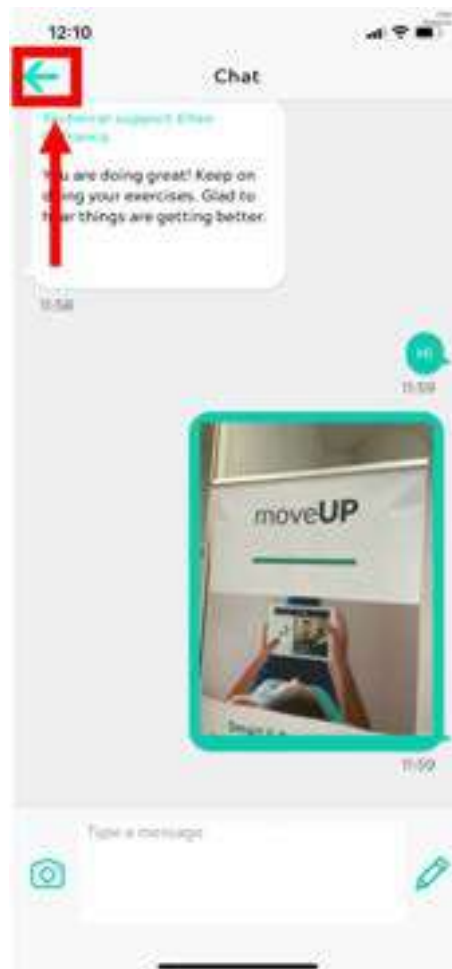
You can send us a picture (of the wound for example) by clicking on the picture symbol in the left lower corner.





## 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**

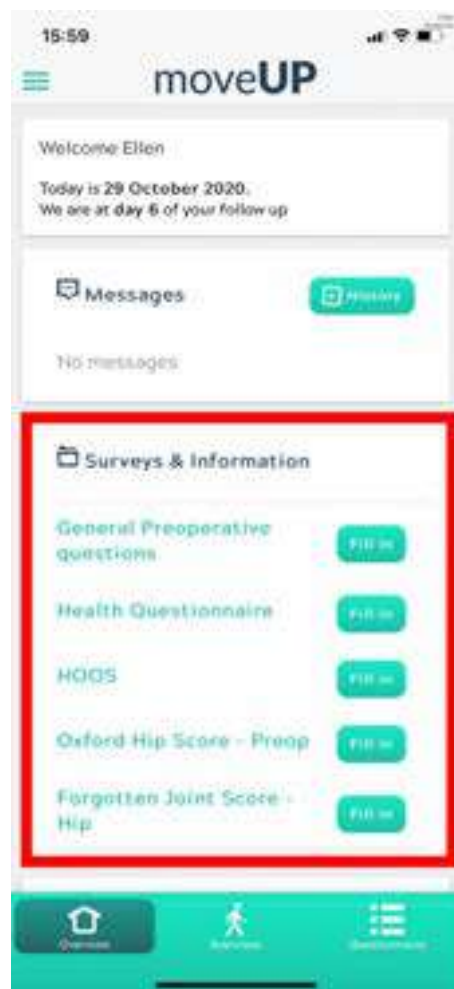
# Support orthopedics – moveUP

## Surveys & Information

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

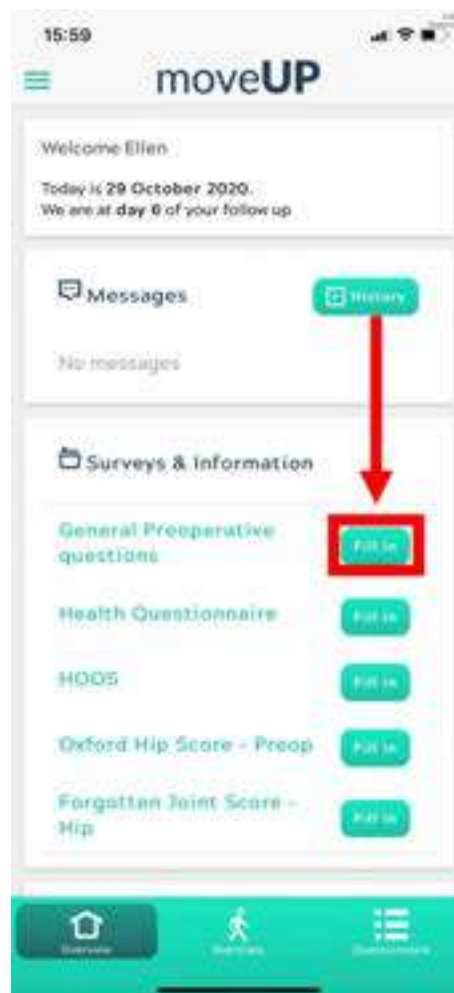
These questionnaires are of critical importance to evaluate the outcome of your surgery and to guide your physiotherapist in his decision making.

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)

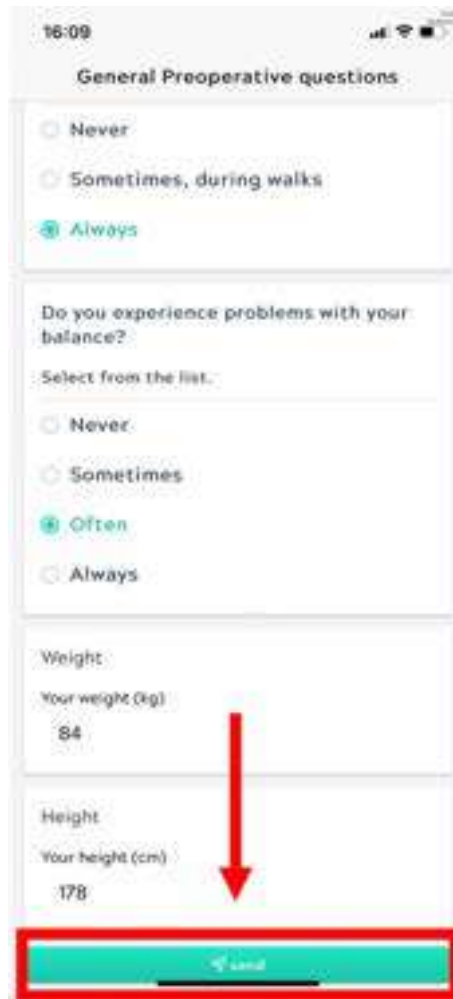
84

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.



14:10



## Articles

1/20

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 six corresponding 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'.



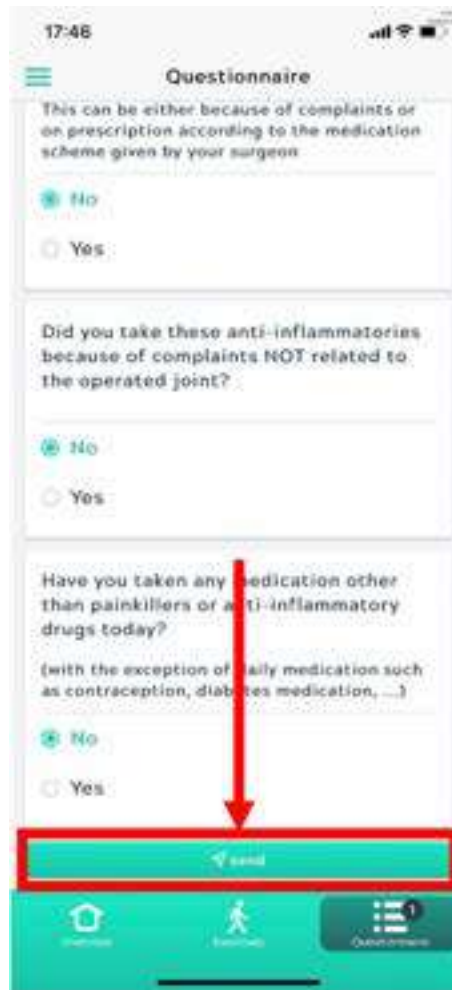
To indicate your pain level you can tap on the line above the faces and/or slide to the appropriate position.



---

---

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

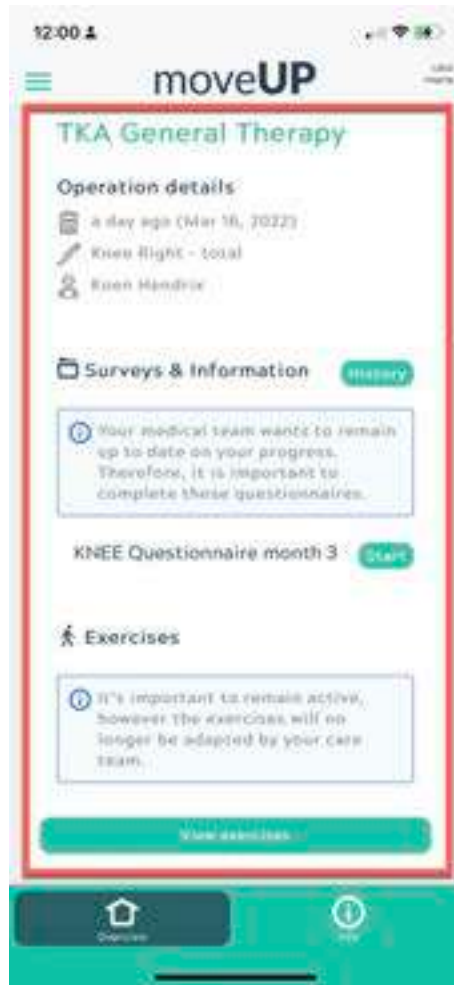
### Messages

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

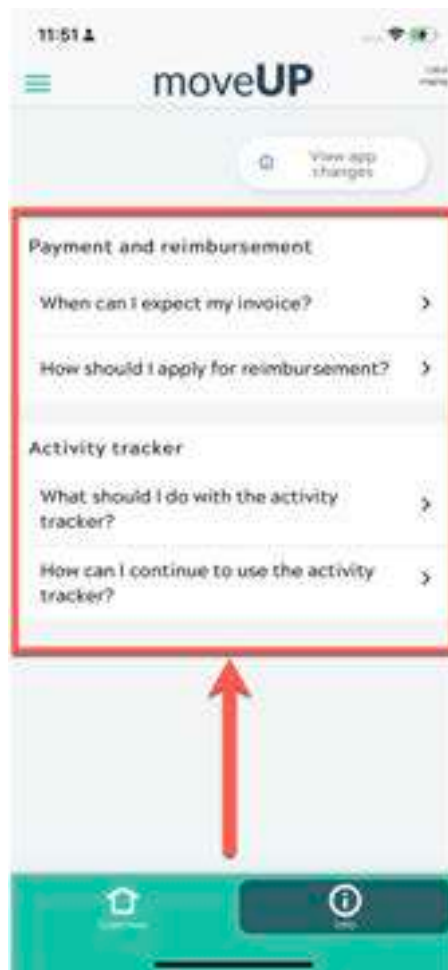


If you had more than one journey with moveUP, you can scroll down the page and find them all in separate cards.

## Info tab

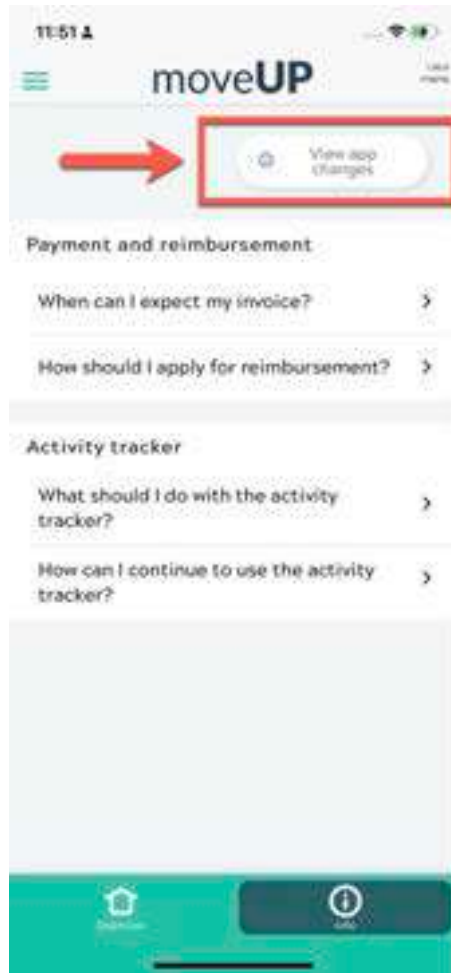
## FAQ

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



## View app change

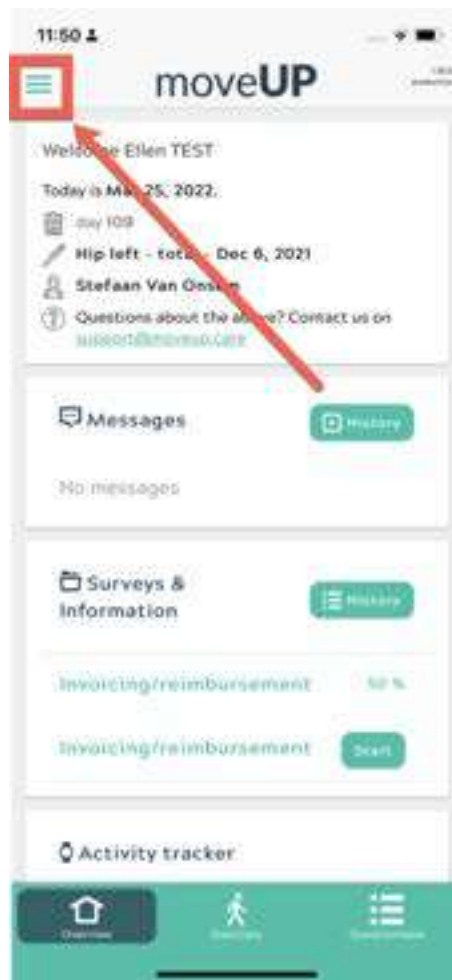
Here you can find an overview of what has changed as discussed on this page.



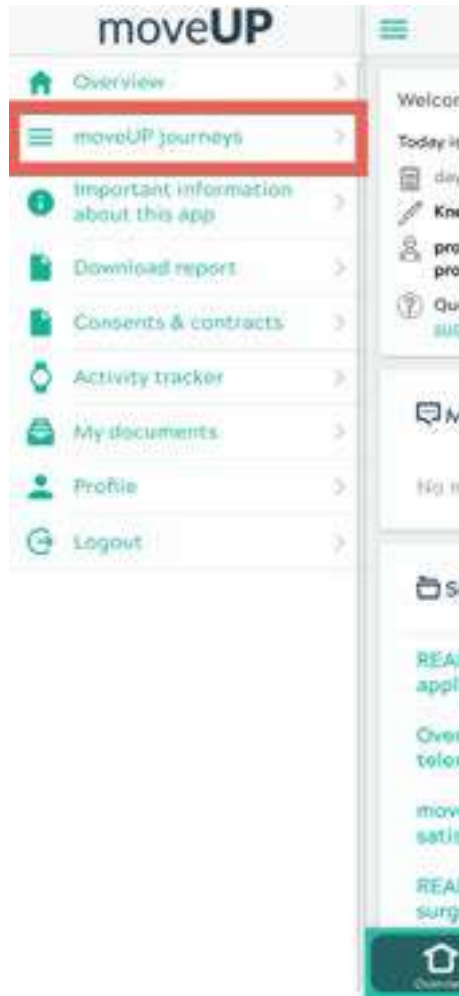
## Do you have another active follow-up activated already?

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

---



## 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 :

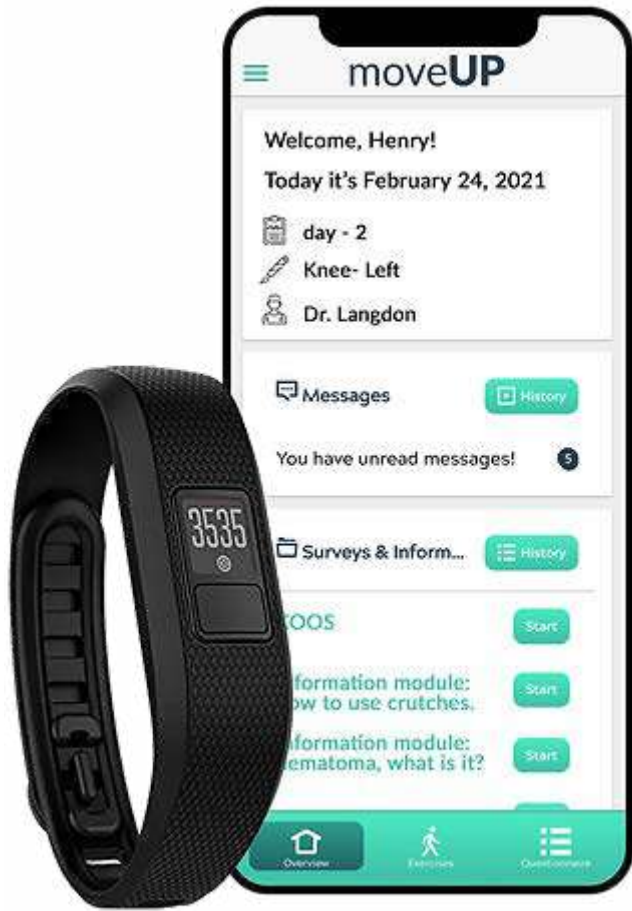
- iPhones/iPads (iOS 11.0 et plus récents)
- Android systems (Android 7.0.0 et plus récents).
- moveUP a besoin d'une connexion internet lorsqu'il est utilisé
- moveUP est compatible avec les navigateurs suivants :
  - Chrome
  - Safari
  - Edge
  - Firefox
- Dans des cas spécifiques, les comprimés suivants 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

17:26

Questionnaire

Your questionnaire for today

How are you feeling today?  
Indicate on the scale.

Good Bad

How was your night?  
Indicate on the scale.

Good Bad

Did you experience any morning stiffness in your affected joint?  
Indicate on the slider.

None Very stiff

Home Walk Questionnaire

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

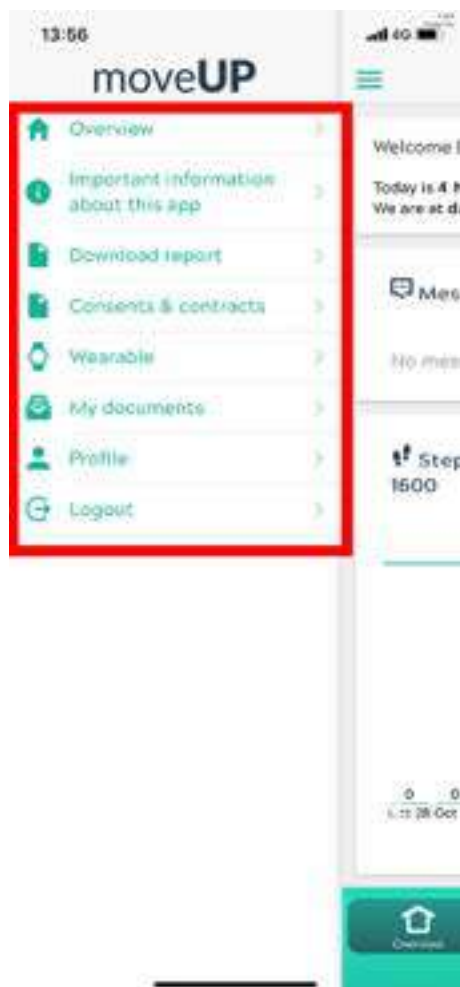
Il est important que vous commenciez déjà à répondre au questionnaire quotidien au cours des 14 jours précédant votre opération. De cette façon, nous pourrons mieux vous aider après l'opération.

## 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

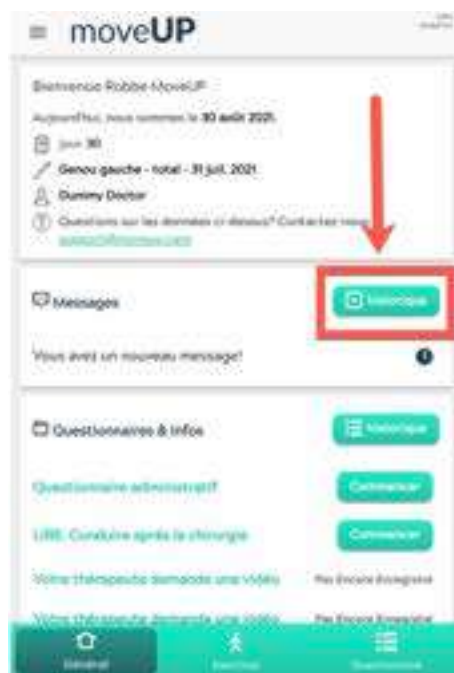
Dans l'onglet Général, sous le message d'accueil, vous trouverez la section «Messages ». C'est la section où vous pouvez communiquer avec votre kinésithérapeute.

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.



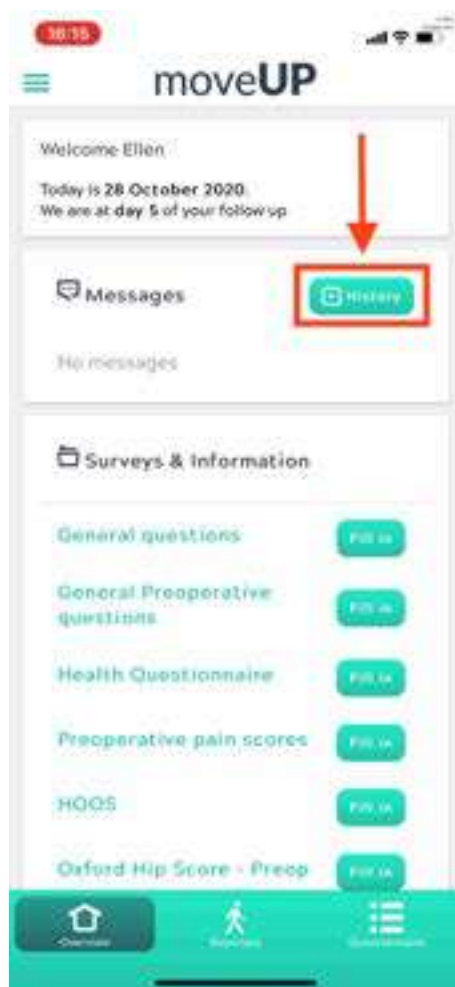
## Ouvrir le système de messagerie



Cliquez sur le bouton Historique pour ouvrir votre messagerie.

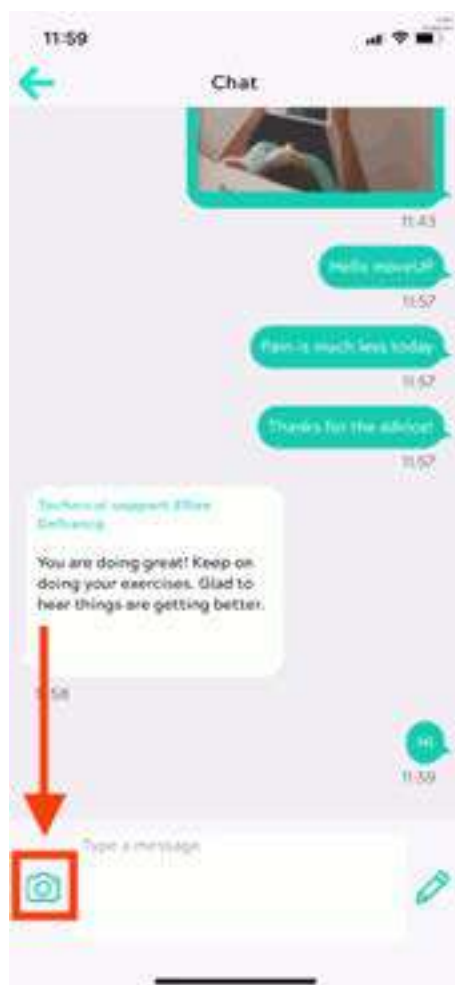
## Envoyer des messages

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).

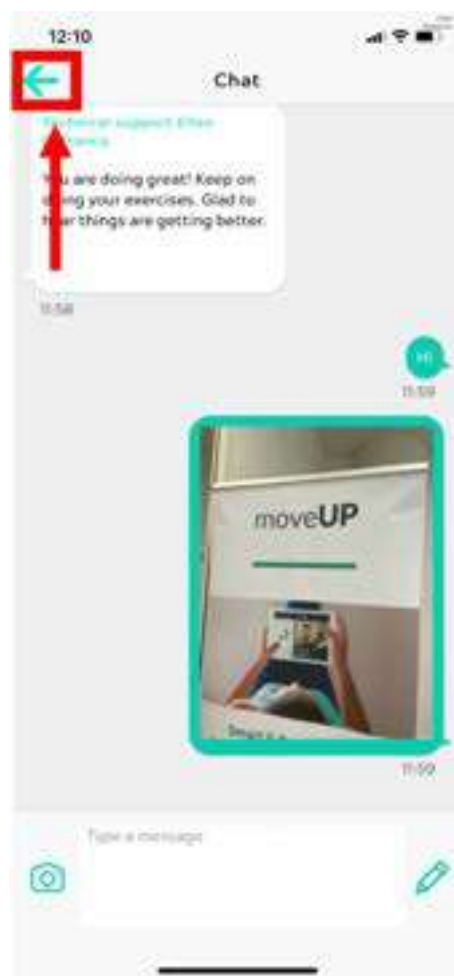
## Envoyer une photo



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**

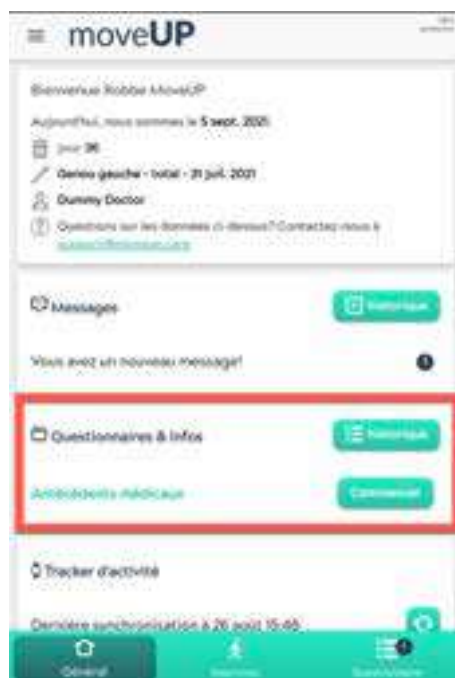
# Support orthopedics – moveUP

## Questionnaires et Informations

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

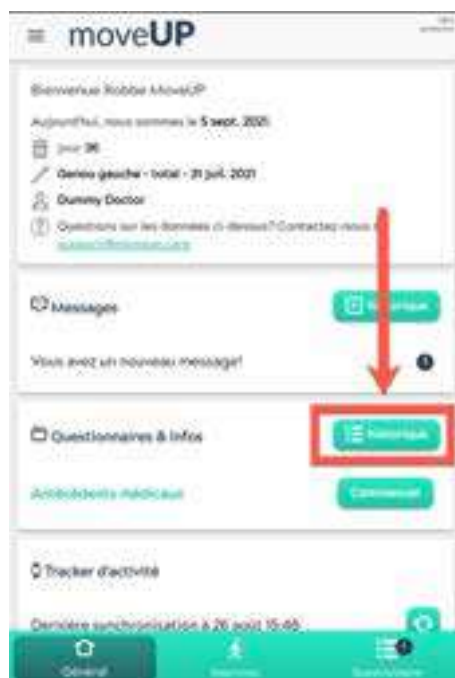
Ces questionnaires sont absolument indispensables pour évaluer le résultat de votre opération et pour guider votre kinésithérapeute dans sa prise de décision.

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 different pain levels.
- 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 'Beaucoup de douleur' label in the third section. At the bottom of the screen, there is a navigation bar with three icons: a person, a person with a cane, and a person with a wheelchair. The 'Personne avec un fauteuil roulant' icon is highlighted with a red box.

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 different pain levels.
- 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 'Beaucoup de douleur' label in the third section. At the bottom of the app, there is a navigation bar with three icons: a person, a person with a walking stick, and a person with a wheelchair. The 'Person with wheelchair' icon is highlighted with a red box.

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

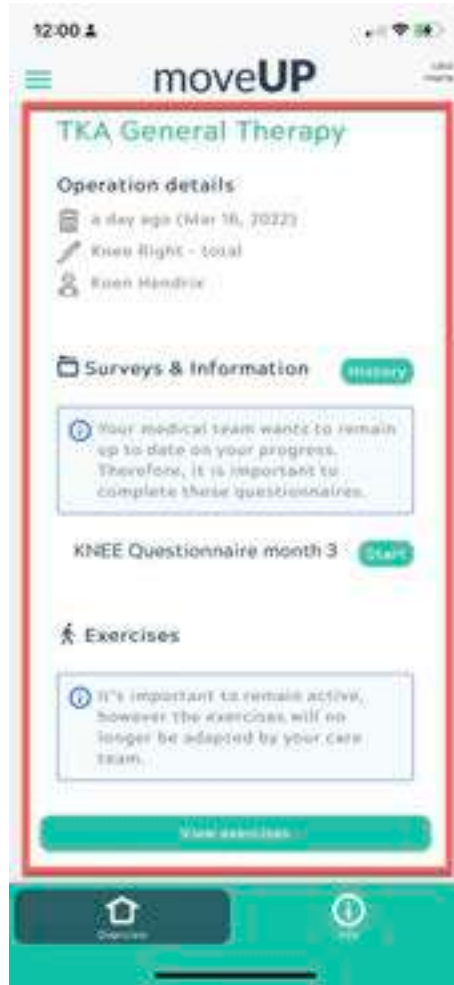
### Messages

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.

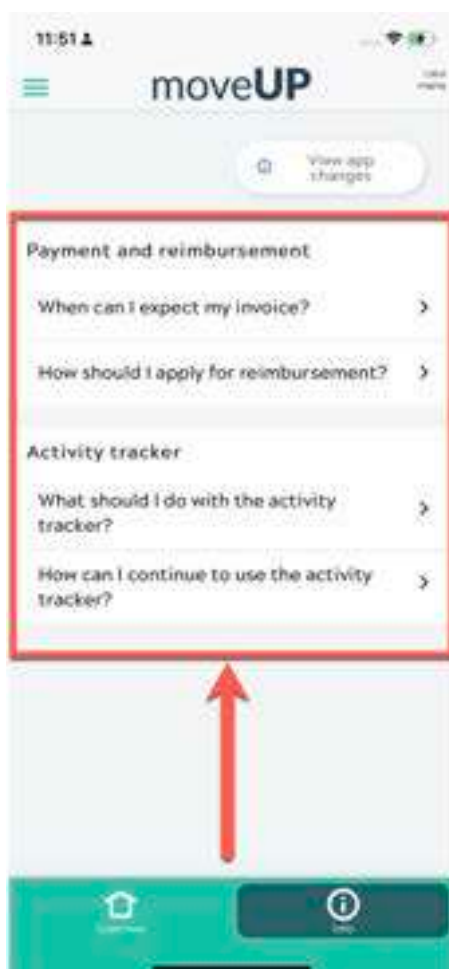


Si vous avez eu plus d'un parcours avec moveUP, vous pouvez faire défiler la page et les trouver tous dans des fiches séparées.

## Onglet Info

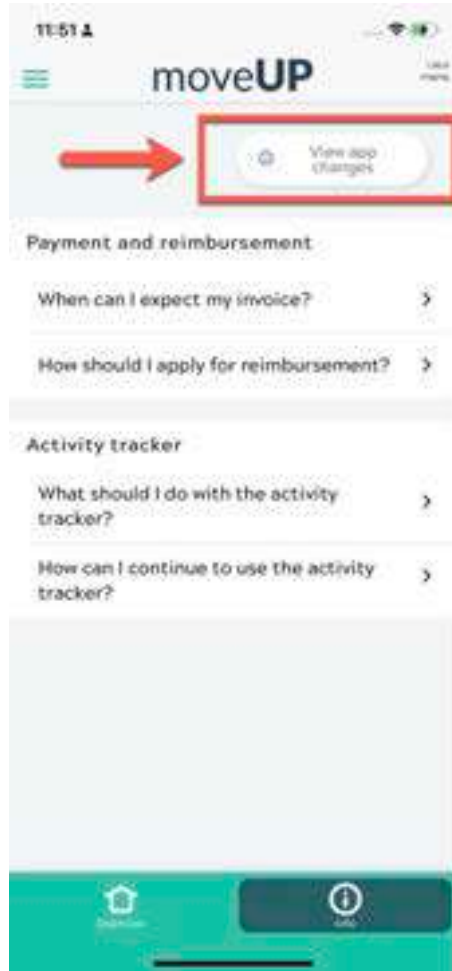
### FAQ (Foire aux questions)

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



### Voir les modifications de l'application

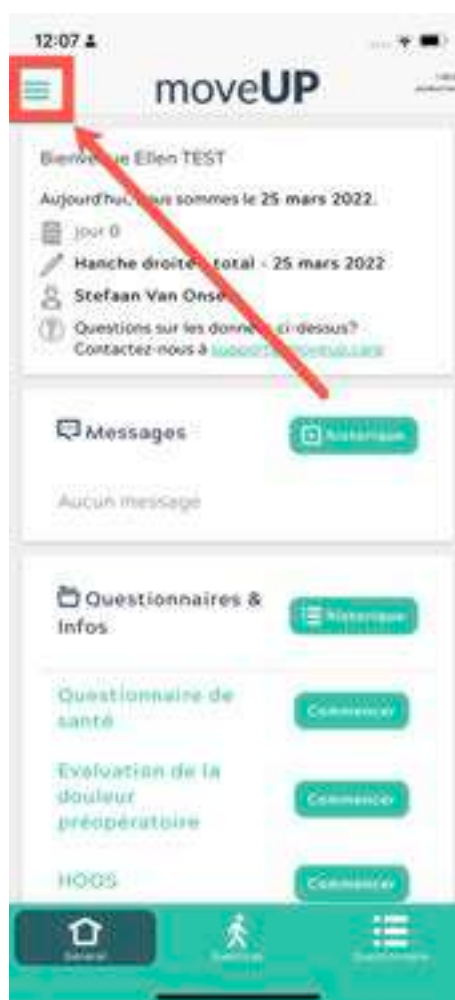
Vous trouverez ici un aperçu de ce qui a changé, comme décrit précédemment.



## 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

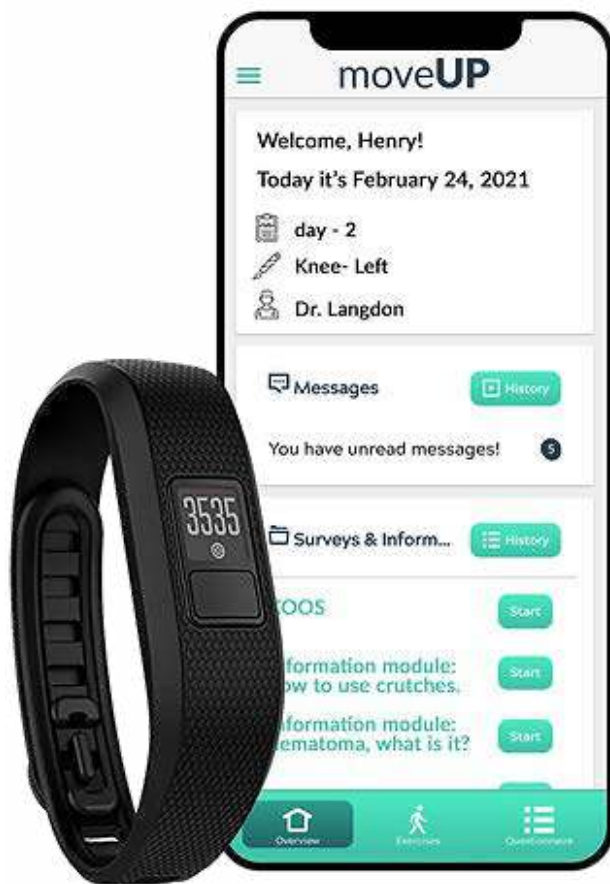
Schakel voor uw gegevensveiligheid de 2-factor authenticatie (2FA) in en gebruik een veilig netwerk

### 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

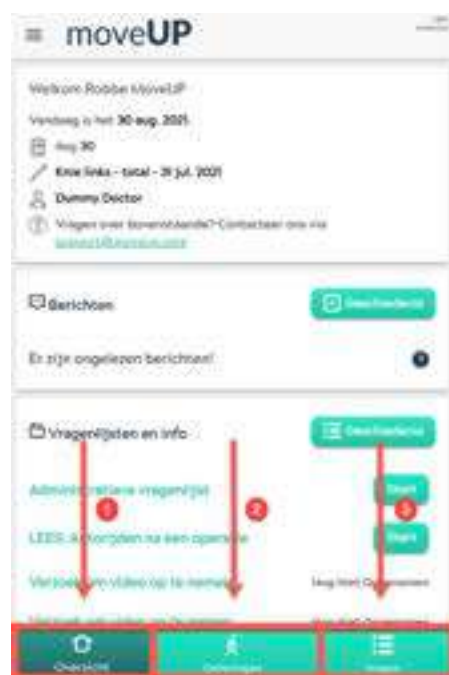


# Support orthopedics – moveUP

## 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 is a slider labeled "Duit aan op de schaal" (Slide on the scale) with endpoints "Niet gezwollen" (Not swollen) and "Zeer gezwollen" (Very swollen).
- Question 2:** "Geef de pijn weer die u ervaarde in het betrokken gewricht tijdens de nacht" (Indicate the pain you experienced in the affected joint during the night). Below it is a slider labeled "Duit aan op de schaal" with endpoints "Geen pijn" (No pain) and "Veel pijn" (A lot of pain). A row of six smiley face icons (from happy to sad) is shown below the slider.
- Question 3:** "Hoeveel pijn ervaarde u in en rond het betrokken gewricht tijdens de dag?" (How much pain did you experience in and around the affected joint during the day?). Below it is a slider labeled "Duit op de schaal aan" with endpoints "Geen pijn" and "Veel pijn".

A red arrow points from the top of the second question's slider down to the bottom of the third question's slider. At the bottom of the screen, there is a navigation bar with three icons: a house, a person, and a list. The list icon is highlighted with a red box.

## 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.

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

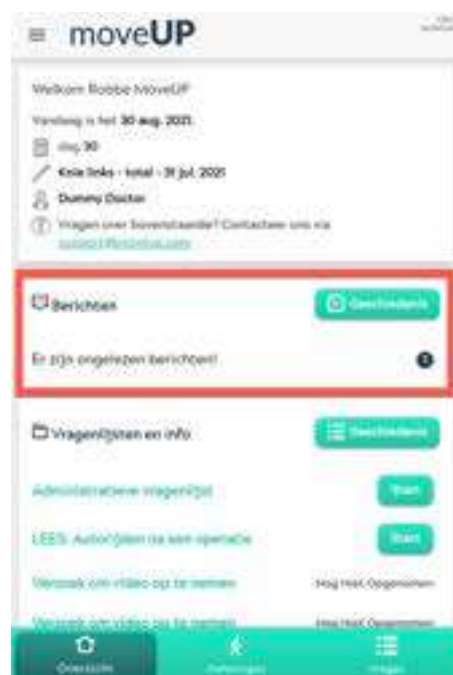
# Support orthopedics – moveUP

## 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.

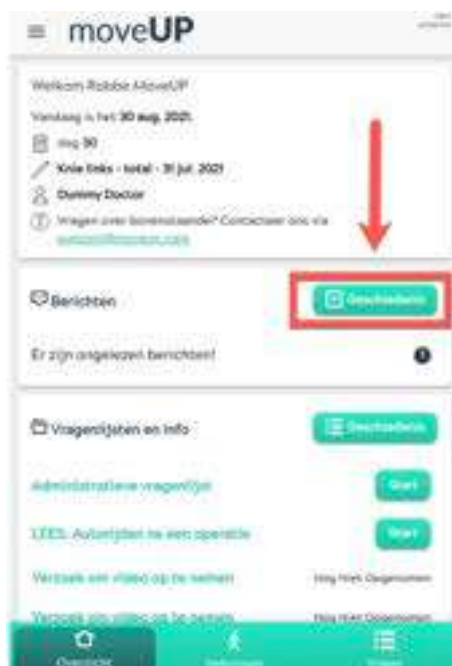
In het geval van een medisch noodgeval, maak dan geen gebruik maken van deze berichtenfunctie. 24h responstijd is dan te traag. Bel uw ziekenhuis of huisarts of als het zeer dringend is een ambulance.





## De berichtfunctionaliteit openen

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



## Berichten verzenden

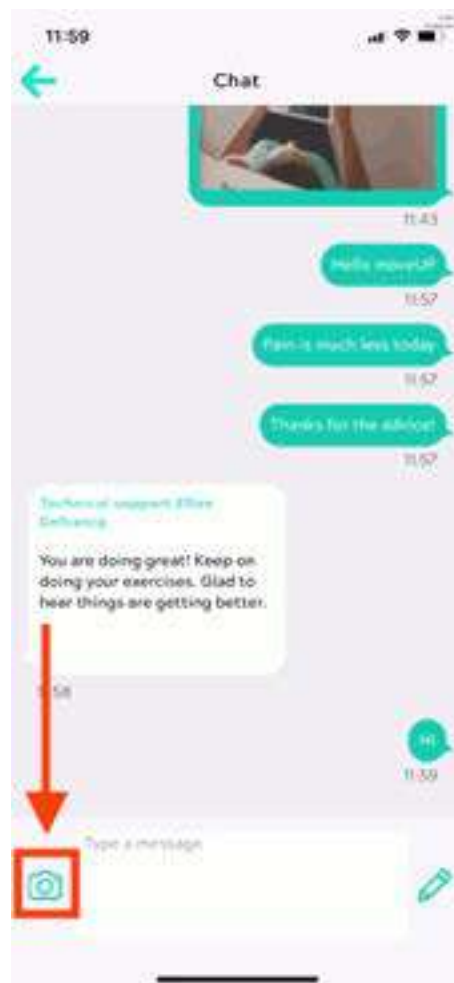
U ons elk moment van de dag berichten sturen. We zullen binnen 24 uur reageren

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).



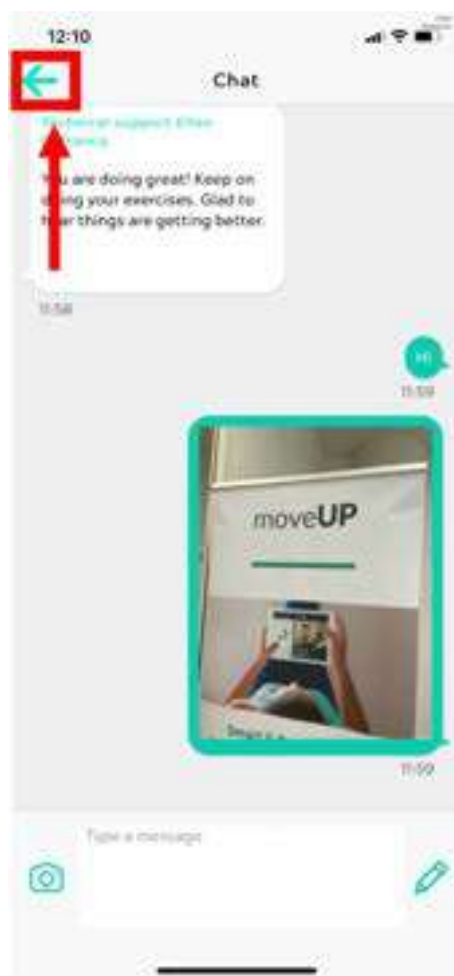
## Een foto delen

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

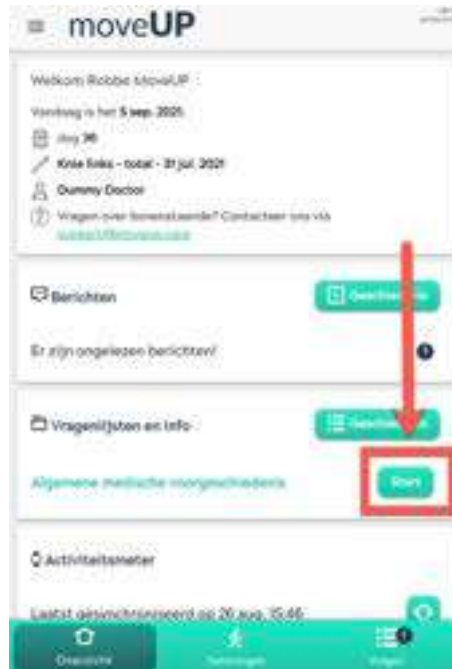
Medische vragenlijsten verschijnen hier op verschillende momenten voor en na de operatie.

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

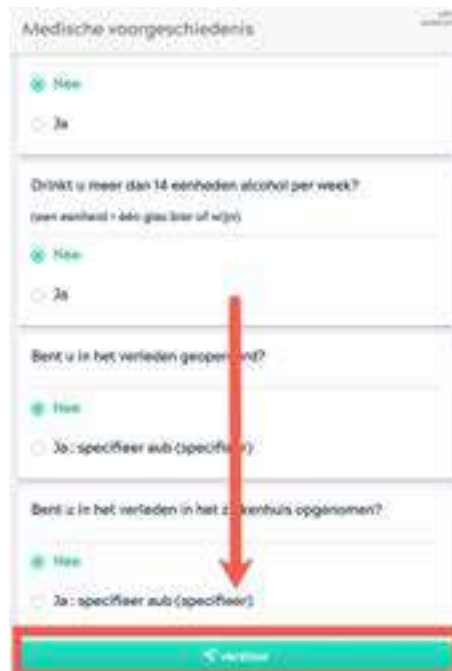
Vanaf het moment dat er een vragenlijst beschikbaar komt, vragen wij u om deze zo snel mogelijk in te vullen.



## 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.

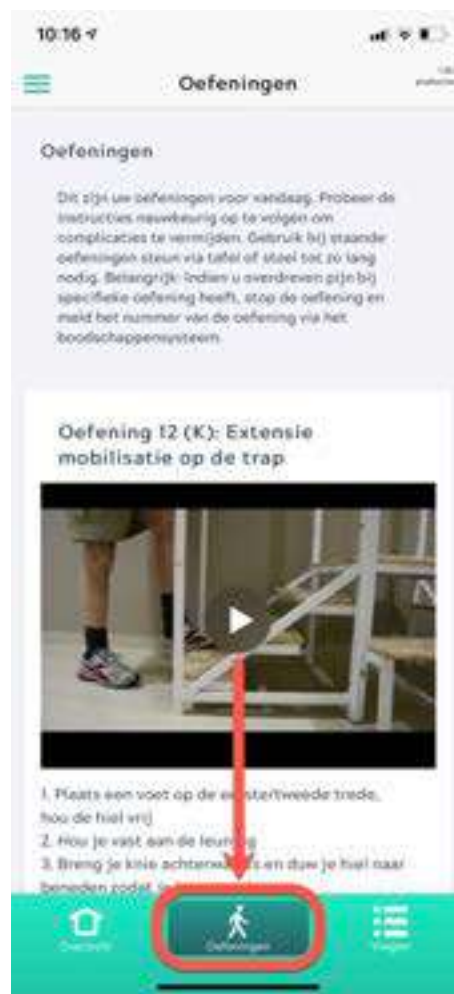
# Oefeningen

# 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.

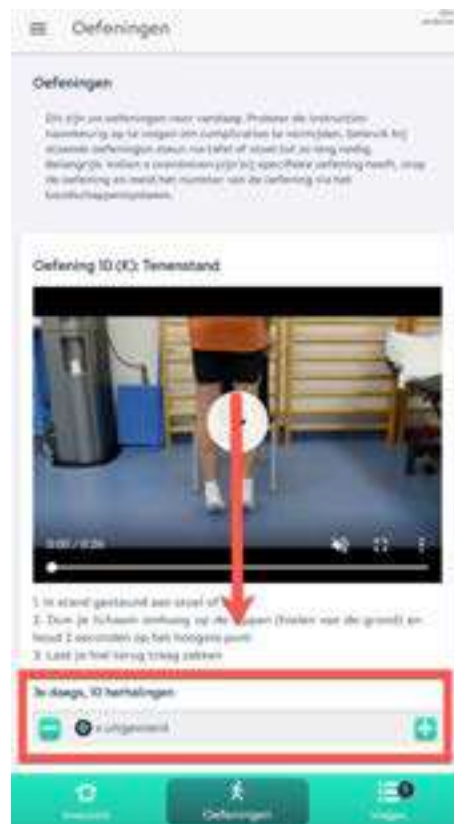
Om de video af te spelen, klikt u op het pictogram "Afspelen" (driehoek) die u ziet in het midden van het videovenster.



## 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

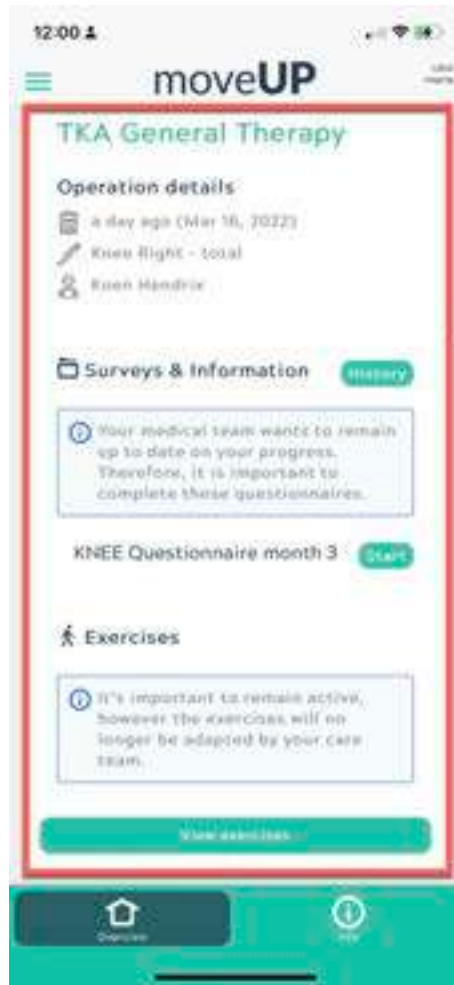
De berichtenfunctie blijft nog zeven dagen beschikbaar. Na een week wordt de berichtenfunctie uitgeschakeld. Uw berichtengeschiedenis blijft beschikbaar in de app.



## 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



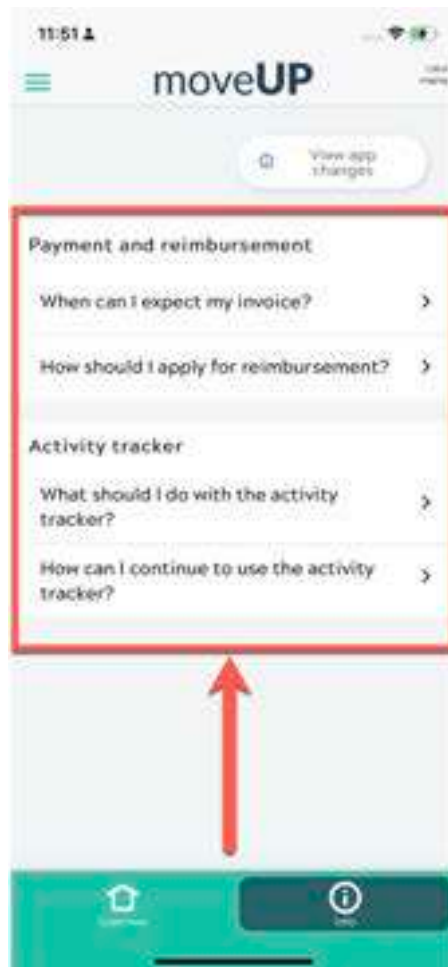


Als je meer dan één traject met moveUP hebt afgelegd, kun je naar beneden scrollen op de pagina en ze allemaal in aparte kaarten terugvinden.

## Info tabblad

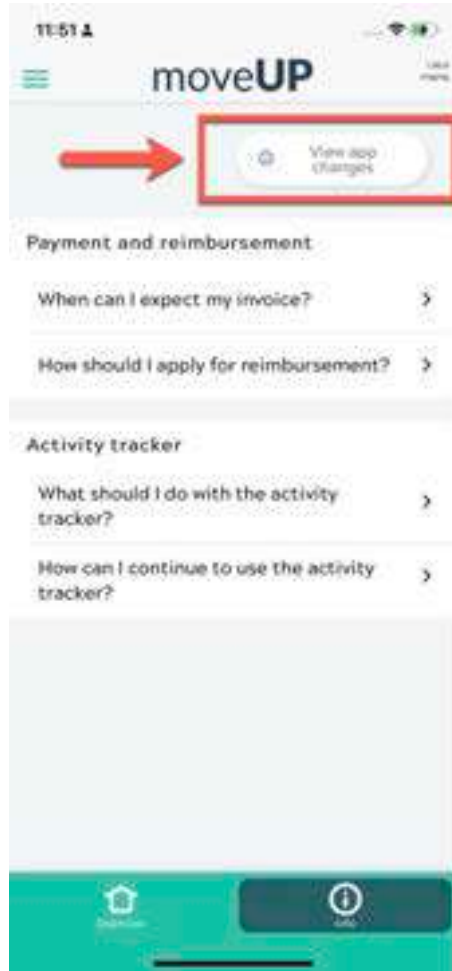
## FAQ

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



## Bekijk app wijziging

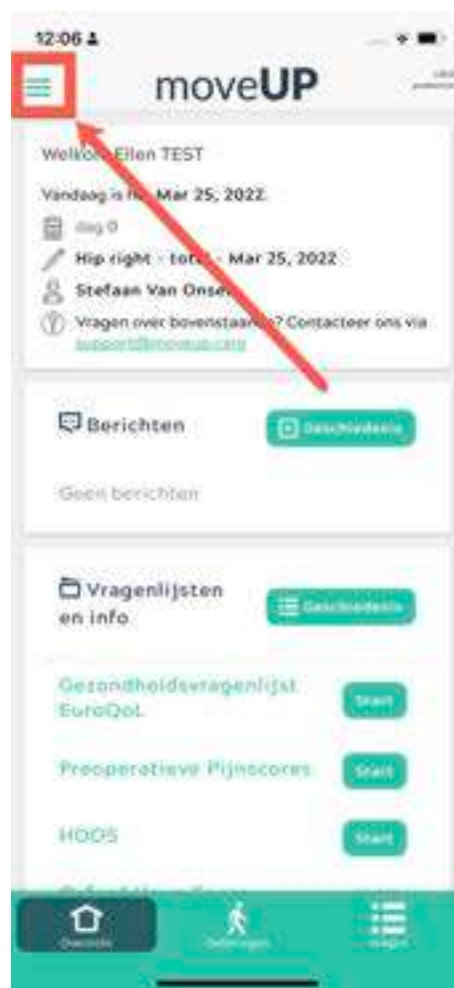
Hier vindt u een overzicht van wat er is veranderd zoals besproken op deze pagina.



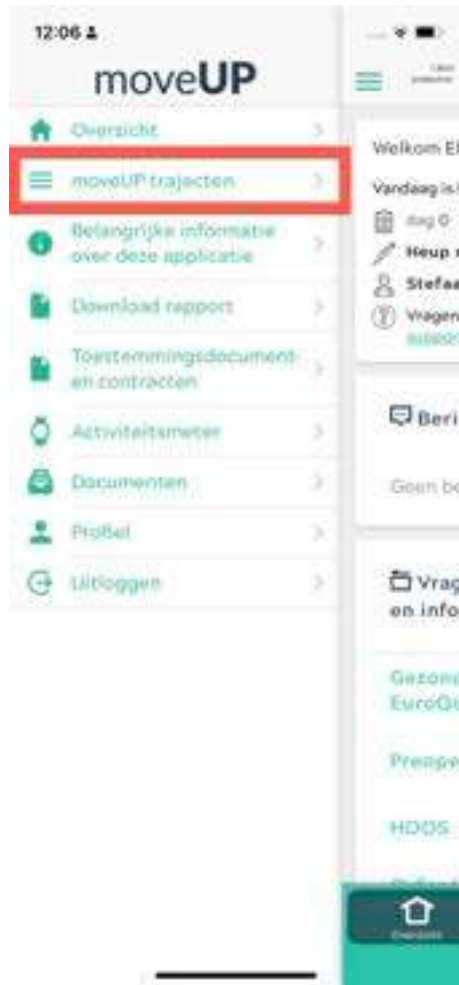
## Heeft u al een andere actieve follow-up geactiveerd?

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: 1.31 bis aktuell  
Handbuch-Version: 10

Datum der Veröffentlichung des Handbuch : 13/07/2022

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

# Compatibility



moveUP App & Geräte

**Die moveUP App funktioniert auf:**

- iPhones/iPads (iOS 11.0 oder neuer)
- Android-Systemen (Android 7.0 und neuer).
- Zur Nutzung von moveUP ist eine Internetverbindung erforderlich.
- moveUP ist mit den folgenden Webbrowsern kompatibel:
  - Chrome/Safari/Firefox

**Tablets**

In bestimmten Fällen werden die folgenden Tablets bereitgestellt und unterstützt:

- Lenovo Tab 3 - Android 6.0.1 oder neuer
- Huawei MediaPad T3 - Android 7.0.0 oder neuer

**Aktivitätstracker**

Die folgenden Aktivitätstracker werden derzeit unterstützt

- Garmin Vivofit 3 und Vivofit 4
- Nokia Withings Go

**Download-Größe**

- IOS – 78,4MB - Version 1.31.0
- Android - 39MB - Version 1.31.0

Für die Sicherheit Ihrer Daten aktivieren Sie bitte die 2-Faktor-Authentifizierung und verwenden Sie ein sicheres Netzwerk.



# 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_use/health_products/medical_devices_accessories/materiovigilance/how_notify) 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 Pflegeteam 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*

# Meldung von schwerwiegenden Zwischenfällen

- **Ein schwerwiegender Zwischenfall** ist ein Zwischenfall, der direkt oder indirekt zu einem der folgenden Ergebnisse geführt hat:
- (a) Tod eines Patienten, Nutzers oder einer anderen Person,
- (b) vorübergehende oder dauerhafte schwerwiegende Verschlechterung des Gesundheitszustands eines Patienten, Nutzers oder einer anderen Person, die zu einem der folgenden Ergebnisse geführt hat:
  - lebensbedrohliche Krankheit oder Verletzung,
  - dauerhafte Beeinträchtigung einer Körperstruktur oder Körperfunktion,
  - Krankenhausaufenthalt oder Verlängerung des Krankenhausaufenthalts,
  - medizinischer oder chirurgischer Eingriff zur Verhinderung einer lebensbedrohlichen Erkrankung oder Verletzung oder einer dauerhaften Beeinträchtigung einer Körperstruktur oder Körperfunktion ,
  - chronische Krankheit,
- (c) eine ernsthafte Bedrohung der öffentlichen Gesundheit;
- Wenn Sie einen dieser Fälle feststellen, senden Sie bitte umgehend eine E-Mail an [info@moveUP.care](mailto:info@moveUP.care) und;
- Niederlande: [meldpunt@igi.nl](mailto:meldpunt@igi.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)

# 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 Pflorgeteam. Das Pflorgeteam 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.

## ▪ Vor der Nutzung der App

- Damit der Patient die App nutzen kann, muss der Gesundheitsdienstleister den Patienten über die Onboarding-Plattform aktivieren/registrieren. Siehe <https://patient-onboarding-admin.moveup.care/> (nur für Admin-Benutzer)
- Wenn der Patient einen Code erhalten hat und nach dem Download auf die moveUP-App zugreifen kann, wurde die App korrekt installiert

## ▪ Spezielle Ausstattung, Schulung und sonstige Qualifikationen

- Es ist keine spezielle Ausstattung erforderlich, aber wenn Sie sich in einem überfüllten Raum befinden, stellen Sie sicher, dass niemand Ihren Bildschirm sehen kann, da Gesundheitsdaten vertraulich sind und nicht in die Hände Unbefugter gelangen sollten.
- Nur qualifizierte Gesundheitsfachkräfte mit einem Diplom oder Zertifikat im Gesundheitswesen oder qualifizierte klinische Forscher können auf die Plattform zugreifen.
- Alle Gesundheitsfachkräfte, die die moveUP-Plattform nutzen möchten, müssen die E-Learning-Schulungen absolvieren

# 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: ++G166MOVEUPV1310WH



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

- Über das Nachrichtensystem der App. Bitte verwenden Sie den Betreff "Technische Frage:"
- Per E-Mail an [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)
- Per Telefon während unserer Geschäftszeiten: 0800 88 008

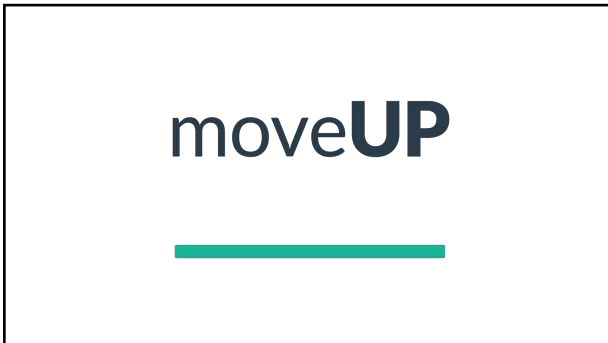




# moveUP



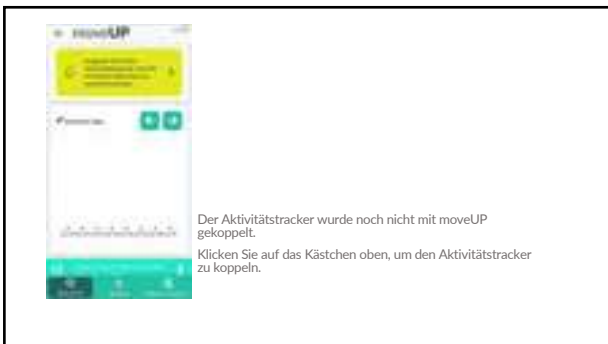
Patienten-App



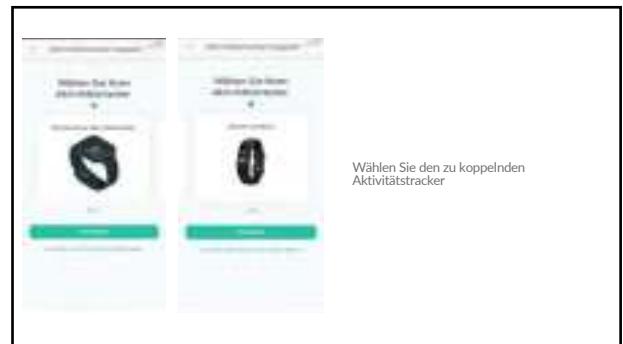
1



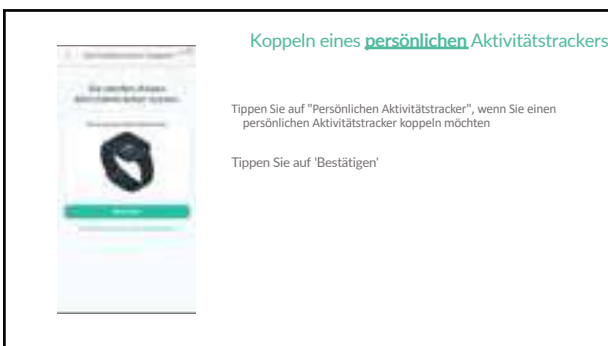
2



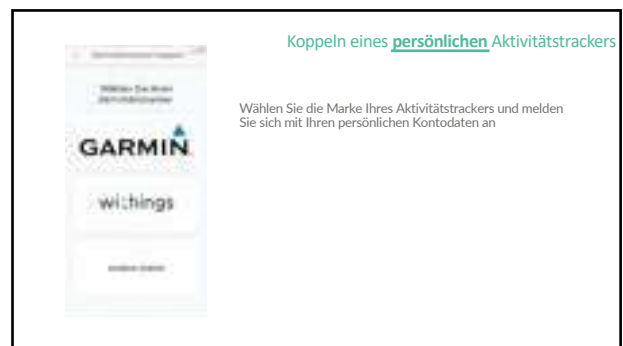
3



4



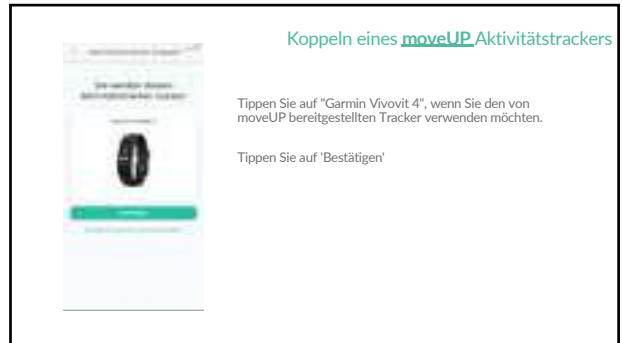
5



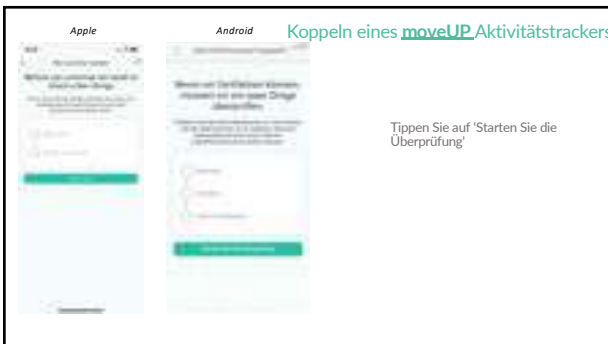
6



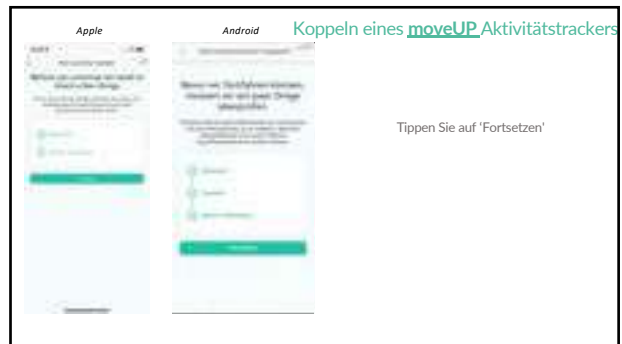
7



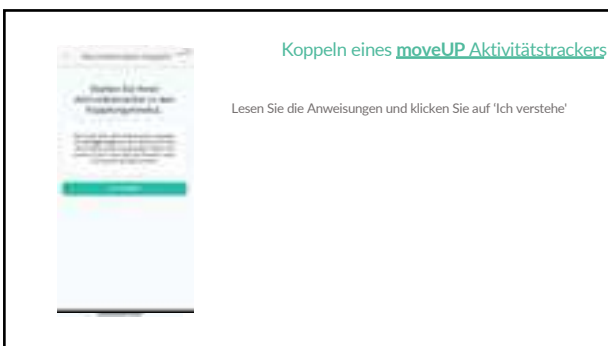
8



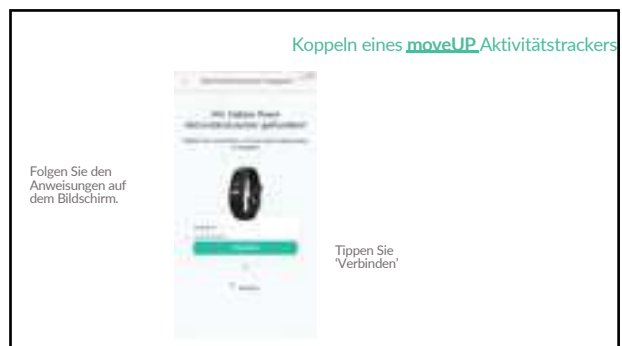
9



10




11



12

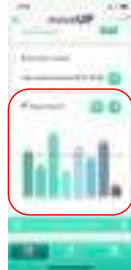


Koppeln eines **moveUP** Aktivitätstrackers



Wenn der Aktivitätstracker erfolgreich gekoppelt wurde, landen Sie auf diesem Bildschirm.


13



Der Aktivitätstracker wurde erfolgreich mit der App gekoppelt.  
Die Aktivitätsdaten erscheinen in der Übersicht der moveUP-App.  
Synchronisieren Sie die Aktivitätsdaten täglich.

14


So synchronisieren Sie Ihre Schritte



Drücken Sie die im Bild rot markierte Synchronisationstaste

15

So synchronisieren Sie Ihre Schritte



Tippen Sie auf Synchronisieren

16


So synchronisieren Sie Ihre Schritte



Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm. Im Grunde müssen Sie den silbernen Knopf auf Ihrem Aktivitätstracker zweimal 2 Sekunden lang gedrückt halten.  
Am Ende werden Sie automatisch zum Startbildschirm zurückgeleitet und Ihre Schritte werden in der Grafik angezeigt.

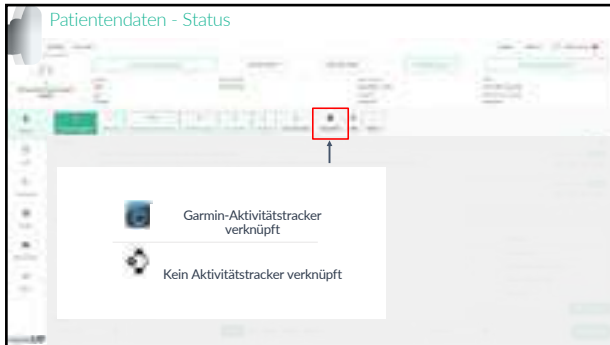
17

So synchronisieren Sie Ihre Schritte

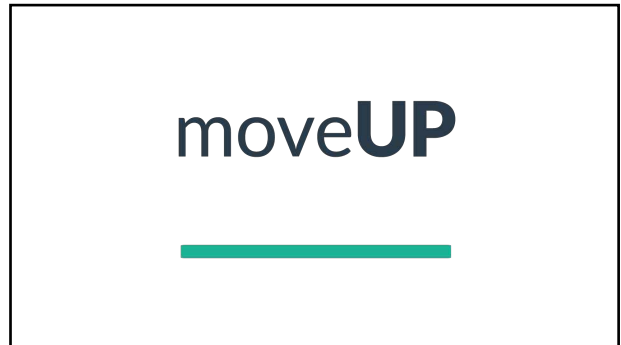


Die Schritt-Daten wurden erfolgreich synchronisiert.

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



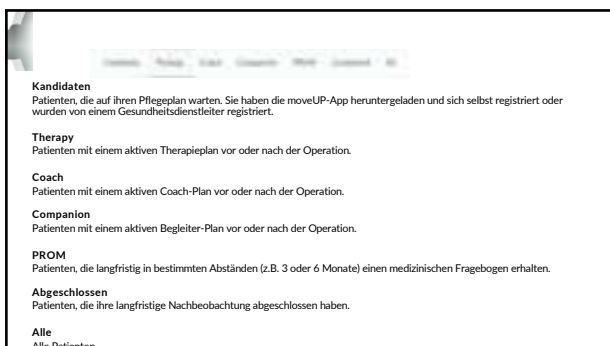
8



9



10



11



12

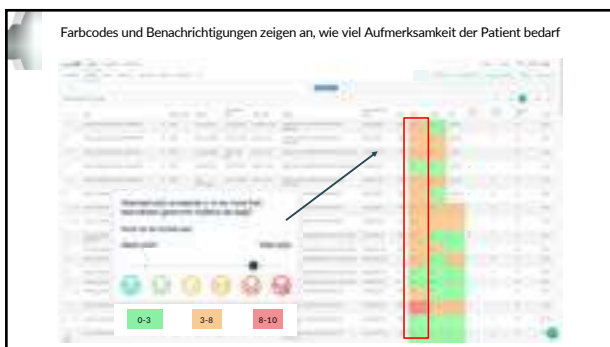




13



14



15



16



17



18



1st Line

- Patient wurde vor 1 Tag überprüft und validiert
- Patient wurde heute von Ihrem Fachbereich überprüft und validiert
- Patient wurde heute von einem anderen Fachbereich überprüft und validiert
- Patient wurde für Ihren Fachbereich markiert
- Patient wurde für einen anderen Fachbereich markiert

19

Die Patienten-Compliance wird in der Patientenübersicht veranschaulicht

- In den letzten 2 Tagen compliant
- Nicht-compliant > 2 Tage
- Nicht-compliant > 7 Tage

20

Kontakt – support@moveup.care

Benötigen Sie Hilfe? Zögern Sie nicht, [moveUP zu kontaktieren!](#)

21

• Activated kann 2 Dinge bedeuten: entweder hat sich der Patient mit einem Code über die App registriert oder er wurde beim Onboarding als sofort aktiviert markiert.  
• Not activated: Patienten, die sich noch nicht über die App registriert haben und nicht als sofort aktiviert markiert wurden.

22

Daten können in eine csv-Datei exportiert und extrahiert

23

Mail-Vorlagen können per E-Mail versandt werden

24



25



26



27



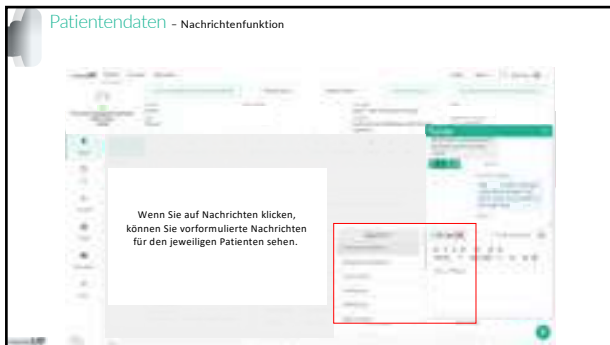
28



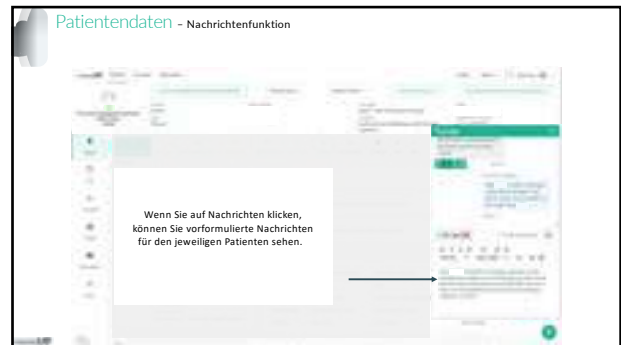
29



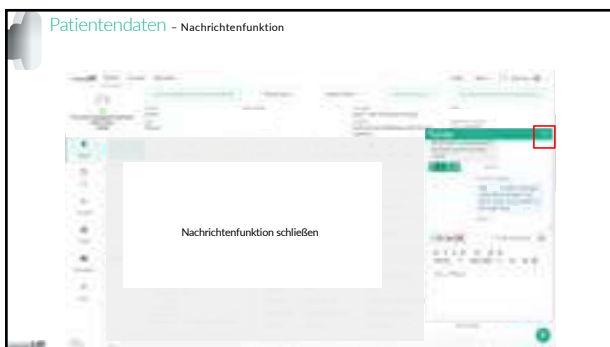
30



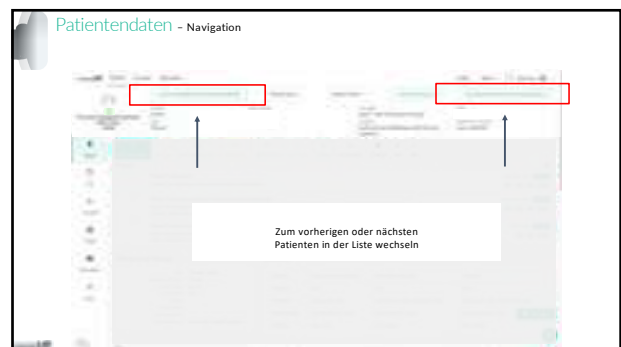
31



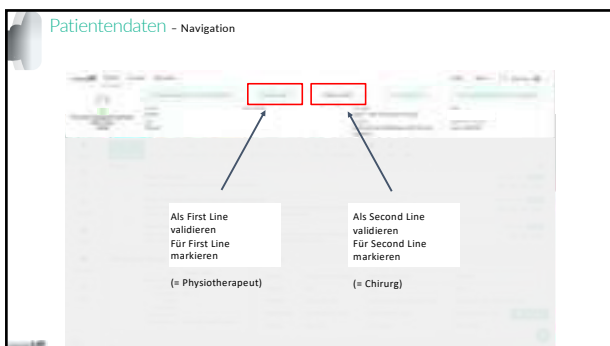
32



33



34



35



36



Patientendaten - Navigation

**First-Line Zuständigen markieren**

- ✓ Der Patient muss von einem Primär-Zuständigen betreut werden (z.B. Physiotherapeuten)
- ✓ Nennen Sie den Grund für die Markierung
- ✓ Wählen Sie die Fachrichtung, die markiert werden soll
- ✓ Optional: fügen Sie eine E-Mail-Benachrichtigung zur Markierung hinzu. Der markierte Fachbereich wird somit auch per E-Mail benachrichtigt
- ✓ Bei jeder Markierung wird ein neuer Abschnitt mit dem Grund für die Markierung zum Patientenprotokoll hinzugefügt (siehe

37

Patientendaten - Navigation

**Second-Line/Sekundär-Zuständigen markieren**

- ✓ Der Patient muss von einem Sekundär-Zuständigen (z.B. Chirurg) betreut werden
- ✓ Nennen Sie den Grund für die Markierung
- ✓ Wählen Sie den Fachbereich
- ✓ Optional: fügen Sie eine E-Mail-Benachrichtigung zur Markierung hinzu. Das zuständige Fachpersonal wird somit auch per E-Mail benachrichtigt

38

Patientendaten - Navigation

**Technical Issue**

Melden Sie ein technisches Problem

39

# Patientendaten-Status

40

Patientendaten - Status

Sehen Sie Details zum Patienten und dem durchgeführten Eingriff

41

Patientendaten - Status

**Therapie-Compliance**

- Heute oder gestern compliant
- Nicht-compliant > 2 Tage
- Nicht-compliant > 7 Tage

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

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

44

Patientendaten - Status

Wichtige Informationen über die Intervention

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

46

Patientendaten - Status

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

47

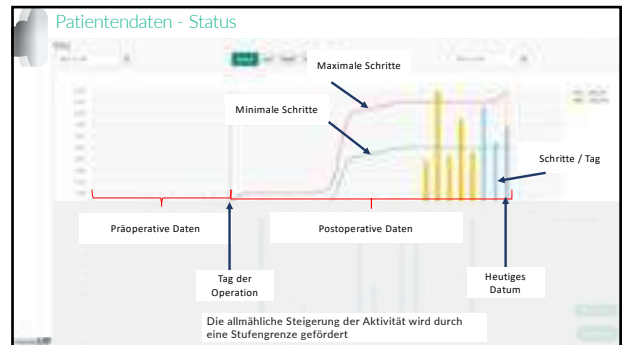
Patientendaten - Status

Nach unten scrollen

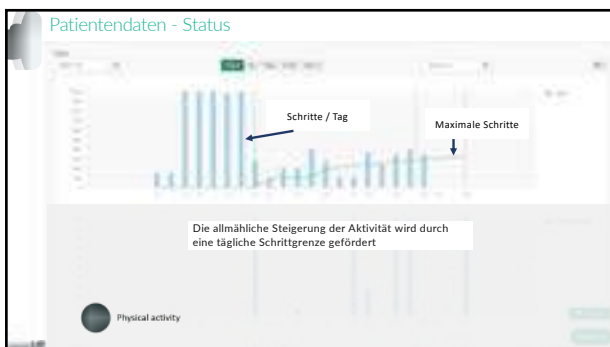
48



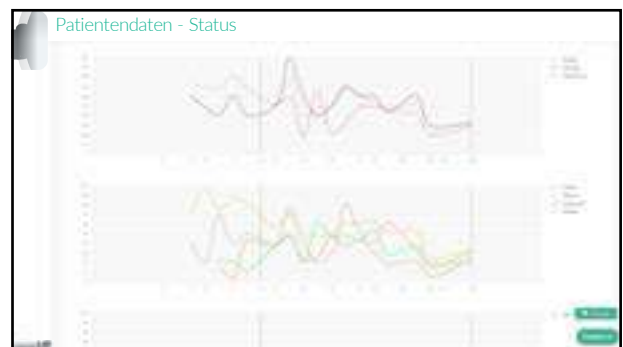
49



50



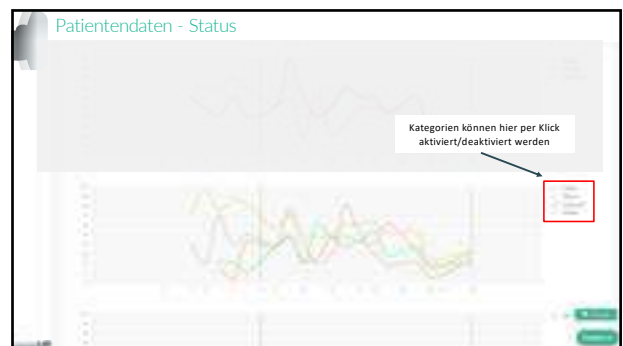
51



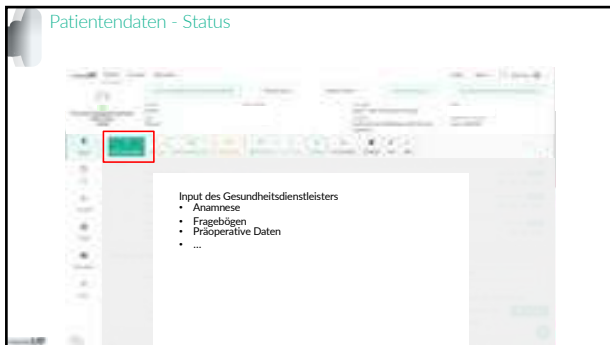
52



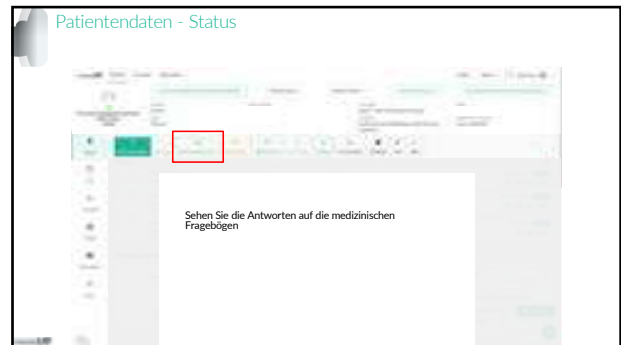
53



54



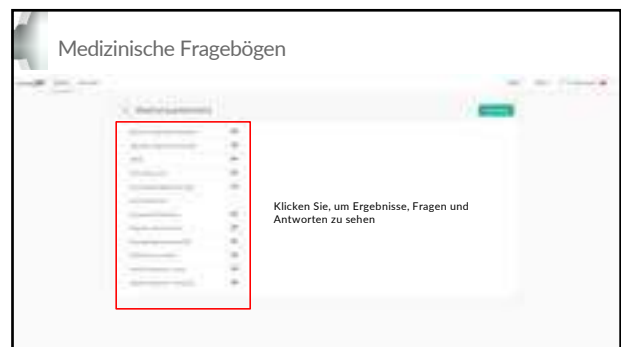
55



56



57



58



59



60

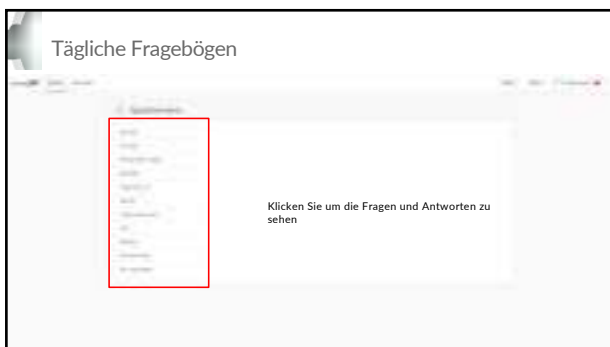




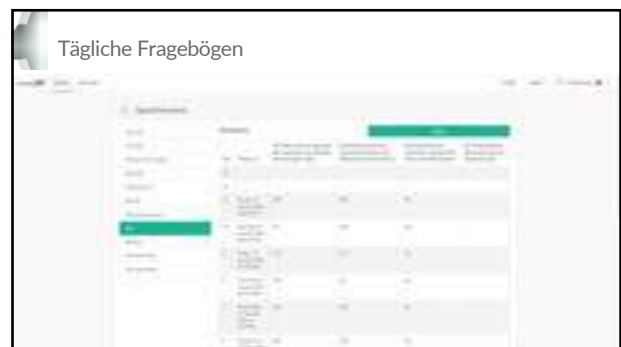
61



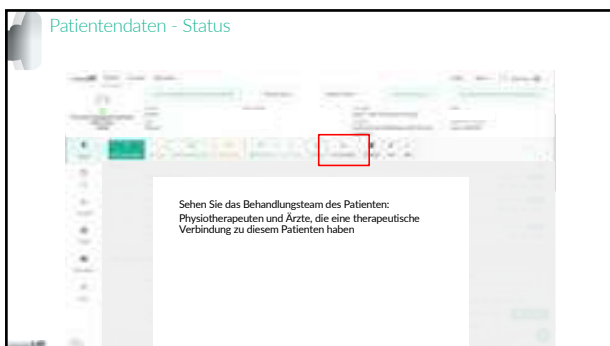
62



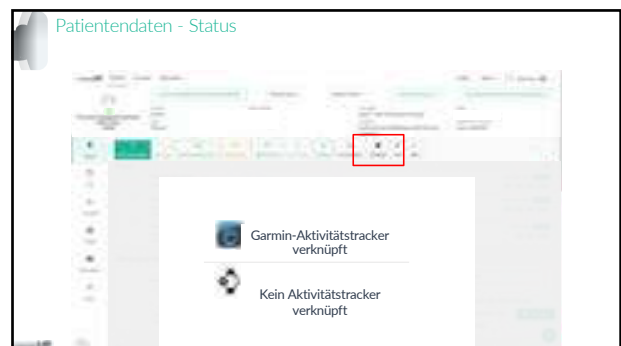
63



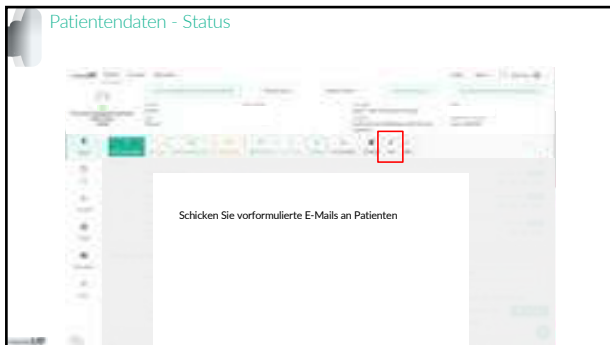
64



65



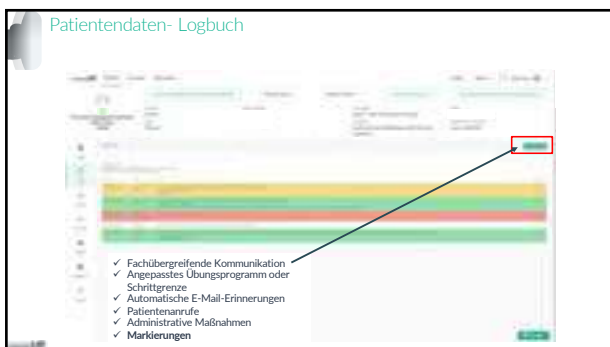
66



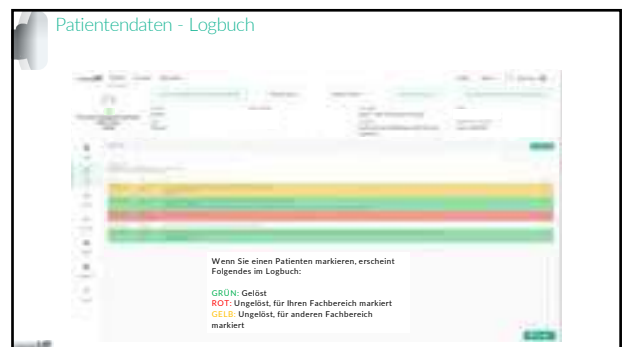
67



68



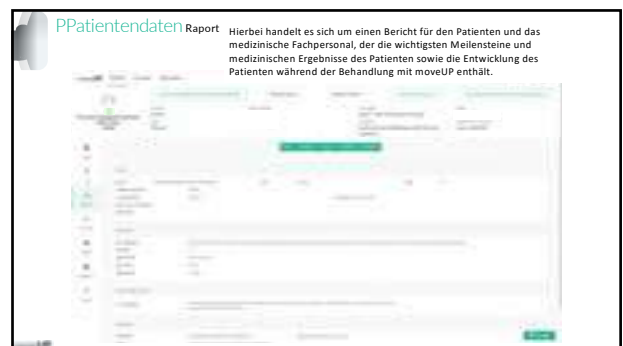
69



70



71



72



Der Bericht kann heruntergeladen und dem Patienten im PDF-Format zugeschickt werden. Dazu müssen Sie nur auf die Schaltfläche "Download report" klicken.

Es ist auch möglich, den Link zum Bericht direkt zu teilen, indem Sie auf die Schaltfläche "Copy report link" klicken.

73

# Patientendaten - Pflegeplan Anpassung der Patientenbehandlung

74

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

75

Patientendetails - Pflegeplan Übungen

Übungen  
Aktivitätsgrenze

76

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Navigieren Sie zu einem früheren oder späteren Datum

77

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Sehen und passen Sie die maximale Schrittgrenze an

78



Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Klicken Sie auf "Speichern", um die Anzahl der Schritte für diesen Tag festzulegen (Beispiel: Tag 6)

79

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Mit einem Klick auf "Speichern & vorherige + zukünftige Tage aktualisieren" können Sie die Schrittzehre für vergangene und zukünftige Tage ändern. Hiermit können Sie beispielsweise die Schrittzehre für die nächsten 10 Tage anpassen.

Beispiel: Sie navigieren 10 Tage weiter (in diesem Fall zu Tag 16) und legen eine Schrittzehre von 4000 fest. In diesem Fall wird die Anzahl der Schritte bis zum 16. Tag langsam erhöht (siehe nächste Folie)

80

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Geben Sie z.B. '4000' ein

81

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Alle vorherigen und zukünftigen Tage werden automatisch aktualisiert

82

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Passen Sie die tägliche Mitteilung im Übungsschema an

83

Patientendaten - Pflegeplan Übungen

Sehen Sie die für heute geplanten Übungen  
Passen Sie die Häufigkeit und Intensität an

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.

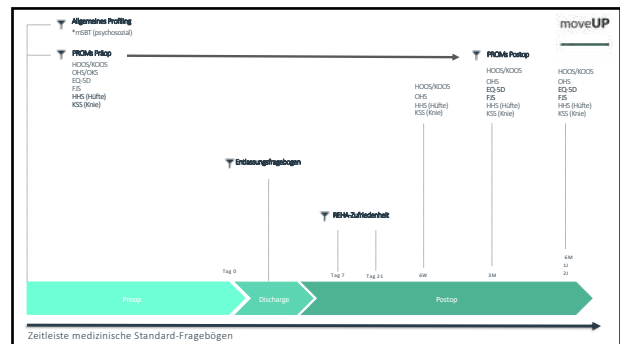
87

**Patientendaten - Pflegeplan Wiederkehrende Fragebögen**

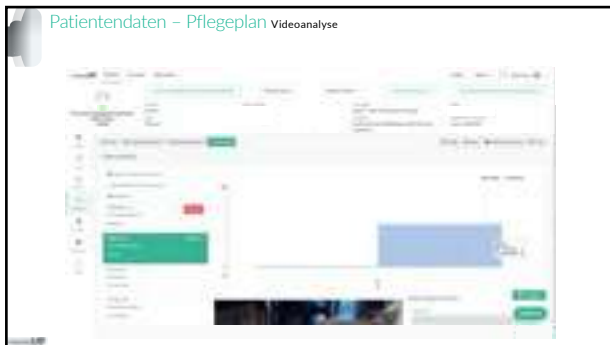
88

**Patientendaten - Pflegeplan Medizinische Fragebögen**

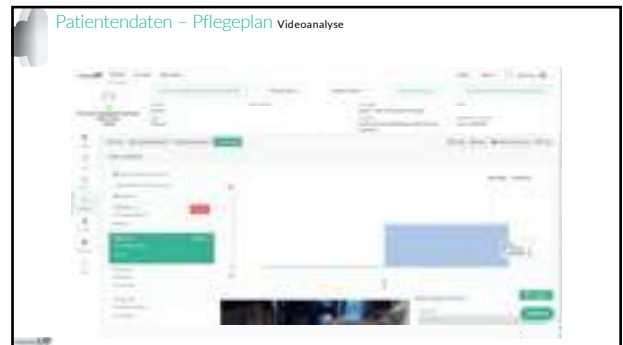
89



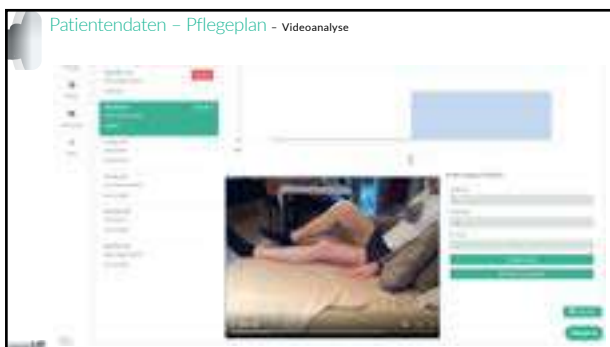
90



91



92



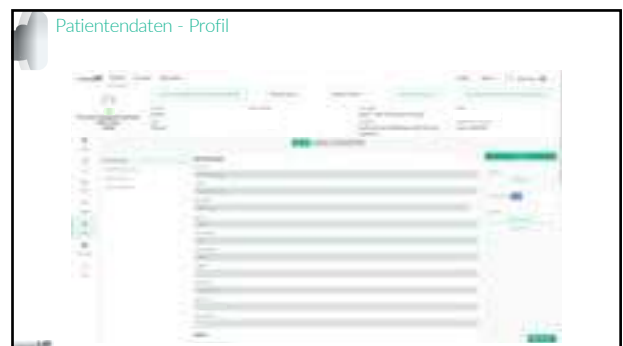
93



94

Patientendaten  
-  
Profil

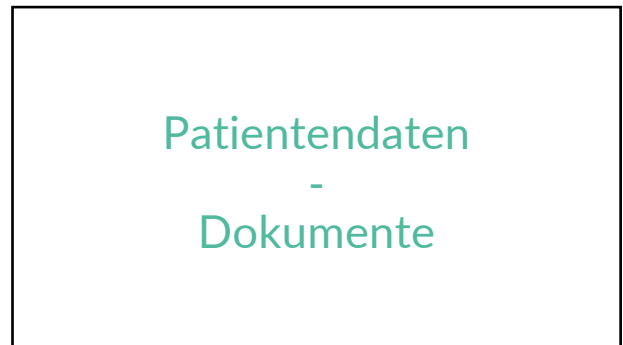
95



96



97



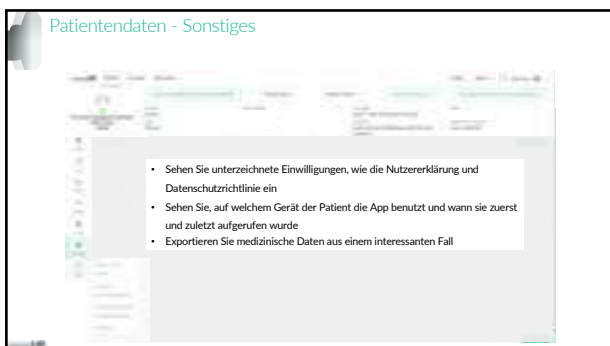
98



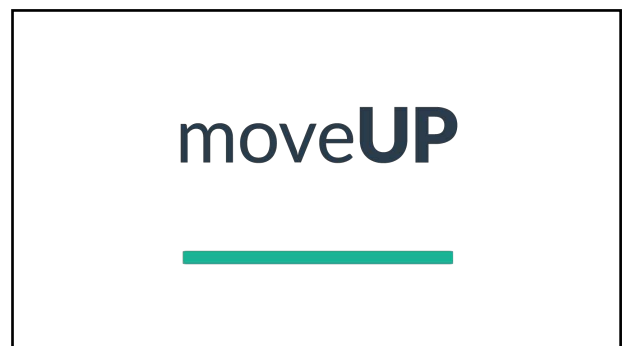
99



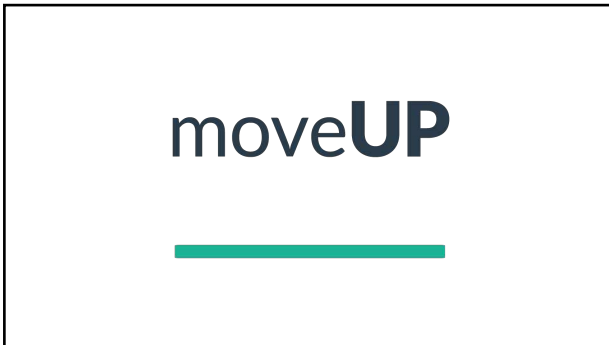
100



101



102



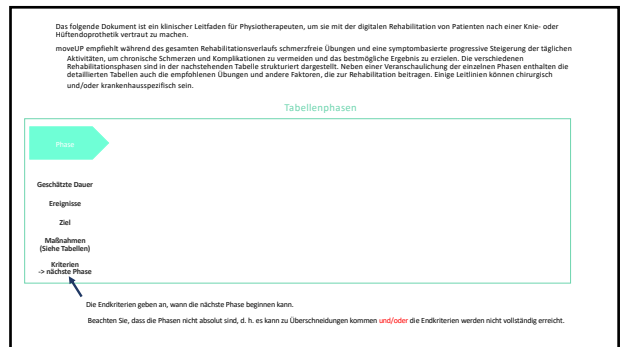
1



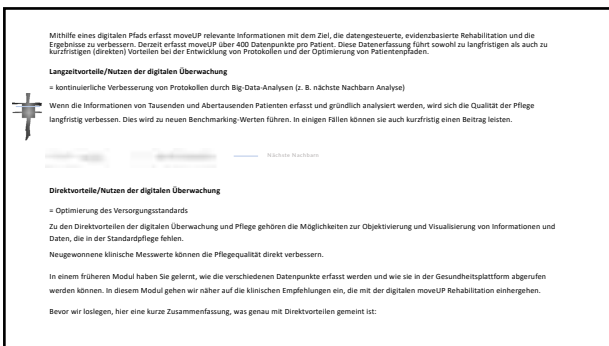
2



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:

moveUP

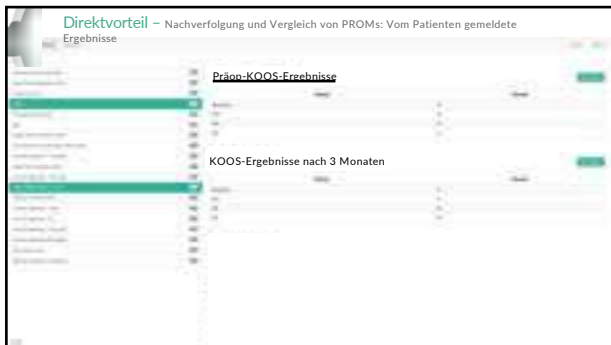
10

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

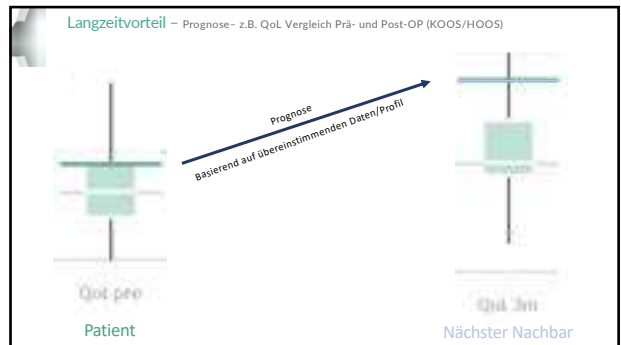
11

**Direktvorteil** – Evaluierung bestimmter PROMs

12



13



14

# Knie-Endoprothetik

Total  
Uni

15

Vorgabe	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 – 120° Woche 8 Erreichen des vollen ROM 9 Krücken Wiedererlangung der funktionellen Kraft
<b>Maßnahmen (siehe Tabellen)</b>	Aufklärung & Unterstützung Überwachung beim Umgang mit Krücken Schmerz- und Symptomkontrolle 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/Mundem 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 ausfüllen	Für einige Punkte oder Übungen sollte die Zustimmung des Arztes eingeholt werden z.B. Autofahren, Fahrradfahren, Ausfallschritte

Knie-Phasen

16

Vorgabe	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Isometrische Quadriceps-Übung</b> 2 x 10	01 – 04 15 Min. Durchführungsfähigkeit Übungen – 0 x 2 Min. Knieübungen – 2 x 10 Isometrische Quadriceps Übung – 2 x 10 Perforationen – 2 x 2 Min -> 2 Krücken Knieübungen 2 x 10 Min Drehbewegungen – 2 x 10	Hüft/Knie beugen und strecken im Stehen – 2 x 15 Halle Liebhaltungen wechsellastig – 2 x 1 Min Hüft/Vorbeugung bis Hüft/Vorwärtswegung – 2 x 10 Hüftbeugung und Einreihung Mobilisierungsübung auf Tragger – 2 x 15 Mini-Kniebeugen – 2 x 10 Mittelschweres Sitzen – 2 x 10 Knieübungen – 2 x 10 Einbeiniger Stand – 2 x 10 Kleiner Ausfallschritt – 2 x 10 Aufschiebtritt nach vorne – 2 x 10 Aufschiebtritt zur Seite – 2 x 10 Bücken – 2 x 10	Heimtrainer – 2 x 10 Min. Kniebeugen – 2 x 15 Hüftbeugen im Stehen – 2 x 15 Steppern – 2 x 10 Einbeiniger Stand – 2 x 10 Kleiner Ausfallschritt – 2 x 10 Aufschiebtritt nach vorne – 2 x 10 Aufschiebtritt zur Seite – 2 x 10 Bücken – 2 x 10

Knie-Tabelle: Übungen

17

Vorgabe	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Aktivität</b>	1. Probe Durchschritt < 4000; + Schrittmax. 1000/Tag 2. Probe Durchschritt 4000 – 5000; Schrittmax. 1500/Tag 3. Probe Durchschritt > 9000; + Schrittmax. 2000/Tag Ab Tag 5: + 100 Schritte/Tag	Allmähliche Steigerung auf 50-100% des präoperativen Schritt- Durchschnitts <b>Positive Entwicklung</b> +100-200 Schritte / Tag <b>Negative Entwicklung</b> a. Schrittmax. sinken/bremsen b. Schrittmax. senken	Allmähliche Steigerung auf 75% - 100% oder > des präoperativen Schritt Durchschnitts <b>Positive Entwicklung</b> +100-200 Schritte / Tag <b>Negative Entwicklung</b> a. Schrittmax. sinken/bremsen b. Schrittmax. senken
<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 Chirg
<b>Autofahren</b>		Autofahren (wenn sich der Patient sicher fühlt) *Prüfen, ob Ausfahrten von Übungen oder PTZ-Messung genehmigt werden muss	

Knie-Tabelle: Aktivität – Medikamente (siehe Anhang) – ROM – ...

18



Vorgabe	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Knieoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
Aktivität	Hohe Aktivität 90% präop Ungezielte einseitige Belastung Springen Laufen/Joggen Radfahren Belastende Aktivitäten oder Sport	Hohe Aktivität > 50% präop Springen Laufen/Joggen Radfahren Hochbelastende Aktivitäten oder Sport	Springen Laufen/Joggen Hochbelastende Aktivitäten oder Sport → Abhängig vom Chirurgen
Übungen	Schmerzauslösende Übungen Starke Widerstandsübungen	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Ausführung Schmerzen verursachen	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Ausführung Schmerzen verursachen
Mobilität	Erzwungene Beugung/Streckung	Erzwungene Beugung/Streckung	Erzwungene Beugung/Streckung
Kriechen	Keine Kriechen	Keine Kriechen für lange Strecken	
Schmerzen	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen
Schlaf	Ausruhen/schlafen mit gebeugtem Knie (z.B. Kissen unter operiertem Gelenk)	Ausruhen/schlafen mit gebeugtem Knie (z.B. Kissen unter operiertem Gelenk)	Ausruhen/schlafen mit gebeugtem Knie (z.B. Kissen unter operiertem Gelenk)

**Don'ts – Kontraindikationen**

**moveUP**

19

### Krankenhausaufenthalt & Schutz nach einer Knieop

In der ersten postoperativen Phase:

- Die Schmerzmittel liegen auf dem Schutz des postoperativen Knies und der Aufklärung des Patienten über die verschiedenen Medikamenten einnehmen, Kriechen betonen, Eis auflegen, sich schonen und das Bein wie ein Holzbein behandeln.
- Spiegelkreisläufe: Neutrophile, Schmerzen, Wärme und Schwellungen in einem Kreislauf, die den Heilungsprozess beeinflussen. Anzeichen von Schwellungen, Schmerzen und Wärme können die Rehabilitation beeinträchtigen. Daher ist die Kontrolle und Vermeidung dieser Parameter entscheidend.
- Mobilisationsübungen mit geringer Belastung: Mobilisieren Sie den Patienten, häufig Mobilisationsübungen mit geringer Belastung auszuführen. Regelmäßige Funktionstrainer reduzieren den Bedarf.

**Wie?**

Übungen: Jede der Übungen in der Tabelle, vorwiegend sind durchgehende/intermittierende Übungen und leichte Mobilisationsübungen, durchgehende/intermittierende Übungen haben, postoperative Übungshinweise einhalten und Therapeuten unterstützen. Bei Überforderung (Schmerzen) die Programmierung und das Tempo der Patienten, ohne Übungen und ein Übungsschema abbrechen/absetzen, Wiederholungen oder Übungen, die Schmerzen, Schwellungen, Wärme und/oder Entzündung verursachen, sofort einstellen (siehe Tabelle als Referenz).

**Aktivität:** Aktivitäts-Empfehlungen werden in Form eines täglichen, personalisierten Schrittzählens eingetragene (siehe Tabelle als Referenz).

**Die Nachsorgefunktion:** Damit diese, dem Patienten aufzuklären, zu motivieren, Belästigen anzusprechen, Fragen zu beantworten und therapeutische Maßnahmen zu klären.

**Die Verwendung von Kriechen:** sollte über Nacht werden. Kriechen ist wichtig, um Knien zu vermeiden und die Belastung des Knies zu verringern, damit die Wundheilung Zeit zum Heilen haben.

**Geplante:** Bei den Patienten werden der Fortschritt und die rechte Fußhaltung überwacht.

**Die Bewegungskontrolle des Knies:** wird durch mechanische Hindernisse erreicht. Die erste Mobilisationsübung erfolgt am 1. Tag, diese erste Überprüfung dient als Referenzpunkt, um Verbesserungen zu verfolgen. Bei der Knie-Überprüfung nach der Bewegungskontrolle (z. B. Wundheilung) ist eine Kompression geordnet. Das Erreichen einer vollen Streckung ohne Überstreckung hat zu Beginn der Rehabilitation keine Priorität.

**Was passiert, wenn...**

- 1) Der Patient bekommt eine Schwellung nicht unter Kontrolle? Ist das Knie können berührt werden, um Kälte für 15 Minuten zu geben. Das meiste TKK Patienten wird empfohlen, mit Wundschmerzen der Sucht zu beginnen. Schwerefälle der Sucht können Patienten mit hohem Schmerzrisiko vermeiden helfen.
- 2) Der Patient möchte eine "Voll-Finger" bei hohem Wund, Wundheilung, Magenproblemen, Fieber, postoperativer Übelkeit, Besuch beim Hausarzt, Mobilisationsfähigkeiten oder anderen Anzeichen für Komplikationen sollte zu einem Arzt oder Chirurgen gehen.
- 3) Bei der Wundheilung: Es sollte ein Bild der Wunde nach Entfernung der Patienten überwacht werden. Die meisten Wunden werden geheilt. Die meisten Wunden werden in 4 bis 21 Tage nach dem Eingriff heilen. Bei der Entfernung der Klammern sollte die Wunde mit einem Pfleger abgedeckt werden, es wird ein Mal über die Wunde bis zum Tag des Pfizers bis zu einem Tag gewechselt werden (je nach, die Chirurgie wird weiterentwickelt).

20

### Allgemeine Maßnahmen Krankenhausaufenthalt & Schutz nach der Knieop

Übungen (siehe Tabelle)	Nachrichten	Überprüfung
Standard Schema	Fragen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie ist die OP verlaufen?</li> <li>• Nachricht nach Entlassung</li> <li>• Wiederaufbau mit den Übungen?</li> </ul>	Therapie Compliance
Hohe Aktivität -> Durchblutungsfördernde Übungen nicht länger erforderlich	Rückmeldung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmerzen im Griff</li> <li>• Nüchternheit/Schwäche</li> <li>• Wärme, Schwellung, Entzündung der Klammern</li> </ul> Fördern <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegung</li> <li>• Entfernung der Schwellung</li> <li>• Verwendung von Kriechen</li> <li>• Eis bei Hochlagern</li> <li>• Vermeidung von Schmerzen</li> <li>• Einnahme der verschriebenen Medikamente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BSI</li> <li>• Video RCM</li> <li>• Frühe RCM/Fortschritte (BF nicht erforderlich)</li> <li>• Schwellungen</li> <li>• Wärme</li> </ul> Verwendung von Kriechen Medikamenteneinnahme Tägliche Aktivität und Schrittzähler

Maßnahmen Krankenhausaufenthalt & Schutz nach der Knieop

**moveUP**

21

### Schutz nach der Knieop

- ✓ 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 Knieop -> Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

22

### Rückkehr zur täglichen Aktivität:

In der zweiten postoperativen Phase:

- Stellen Sie einen kontinuierlichen Rückgang der Symptome und Schmerzen ein, während die WMD-Medikation vom Tag 1-2 auf ein Minimum reduziert und gleichzeitig die Belastung durch neue Übungen und eine gesteigerte Aktivität erhöht.
- Unterstützen Sie den Patienten dabei, das richtige Gleichgewicht zwischen Schonung und Aktivität zu finden.

**Wie?**

Übungen: Brufen Sie sich wieder auf die Übungen in der Tabelle. Personalisieren Sie die Übungen (variieren oder verstärken) im Übungsschema basierend auf den täglichen Parametern. Es werden in der Regel 2-3 Übungen pro Tag empfohlen. Bei neuen Tagen der Wundheilung sind sicherere Übungen während der gesamten Rehabilitation. Diese sollte auch beim Entlassen von Übungen aus der vorherigen Phase und/oder beim nächsten neuen Übungen eine positive Einwirkung zu erhalten sein. Die Durchführung der Übungen sollte keine Schmerzen, Wärme und/oder Schwellungen hervorrufen. Es wird weiterhin empfohlen, das operative Bein zu heben und hochzulagern, um diese Parameter vollständig in den Griff zu bekommen.

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

- Bei einer positiven Entwicklung darf der Patient seine Aktivität um 100-200 Schritte pro Tag steigern.
- Bei einer negativen Entwicklung sollte der Patient sich Aktivitätsniveau beibehalten oder sich mehr Ruhe gönnen (Reduzierung der Aktivität).
- Symptomfragen sollten während der gesamten Rehabilitation beantwortet werden (siehe Tabelle als Referenz).

**Die Nachsorgefunktion:** Damit diese, dem Patienten aufzuklären, zu motivieren, Belästigen anzusprechen, Fragen zu beantworten und therapeutische Maßnahmen zu klären.

**Geplante:** Bei den Patienten werden der Fortschritt und die rechte Fußhaltung überwacht.

**Die Verwendung von Kriechen:** Bei Übergang von 1 auf 2 und 3 auf keine Kriechen sollte geübt werden, wenn der Patient schmerzfrei ist und sich sicher fühlt.

**Bewegungskontrolle des Knies:** Es ist wichtig, eine kontinuierliche Verbesserung des aktiven Bewegungskontrollen zu erreichen. Ein Minimum von 90° aktiver Beugung sollte vor Ende der 4. Woche erreicht werden. In den seltenen Fällen, werden Sie sich an den behandelnden Chirurgen. Die volle Streckung wird täglich durch Knieeinigungsübungen erreicht und der Patient erhält Zusatzenhilfe, sich nach dem Gehen und Sitzen auf der Seite Streckung zu kontrollieren. Bei der Streckung oder passiven Flexion wird diese abgelehnt, in die Streckung zu vermeiden. Wenn die tägliche Streckung/Beugung oder -erweiterung nicht in dieser Phase nach der Streckung des Patienten durch die postoperative Knie-Erweiterung erfolgt. Vergleichbar zu prä- und postoperative Ergebnisse und geben Sie dem Patienten Feedback. In den meisten Fällen nicht die Bestätigung oder andere Verzicht, bis am Ende dieser Phase und die globale Fortschritte zu sehen, aber natürlich sollte der Patient immer noch Verbesserungen erleben. Die meisten Patienten haben bis zu 2000 Schritte nach dem Eingriff verzeichnen werden.

23

### Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

Übungen (siehe Tabelle)	Nachrichten	Überprüfung
Anpassung des Übungsschemas: Vorziehen oder Aufheben von Übungen der Phase 2	Fragen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war die erste postoperative Beratung?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reaktion auf Anpassungen des Übungsschemas</li> <li>• Wundheilung</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basiskraft</li> <li>• Propriozeption</li> <li>• Mobilisation</li> </ul>	Rückmeldung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abwechslung der Bewegung und Aktivität</li> <li>• Reduzierung der Schmerzmittel auf die geringste effektive Dosis (NSAID Typ 1, Medikamente)</li> <li>• Zusicherung und Unterstützung bei Höhen und Tiefen</li> <li>• RCM/Ergebnisse</li> <li>• Zielplan 2 -&gt; 1/Drücken</li> <li>• Auf dem Weg zu hervorragenden Ergebnissen</li> </ul>	PRCM: Präop vs 6. Woche
Übungen, die Schmerzen, Wärme, Schwellungen verursachen sollten weiter vermieden werden	Fördern <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schriftlicher Aufbau der Basiskraft und ADL ohne Schmerzen</li> <li>• RCM bei täglichen Aktivitäten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Knie RCM (BF vor der 4. Woche)</li> <li>• Gangtrainer</li> </ul>

Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

**moveUP**

24



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 Tabelle. Folgen Sie die Übungen nach und nach. Nach 10 bis 15 Minuten sollten Sie sich dabei präsentieren auf die Parameter des Patienten in der Größe oder Farbe. Vergleichen Sie nicht, die Übungen aus dem vorherigen Absatz zu vermeiden. In einem maximal 6 Übungen pro Tag einplanen!

**Bevor 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 sollten diese Parameter weiter stark verändert werden. Es sollte keine Schmerzen bestehen, die den Patienten von den Übungen abhalten zu müssen. 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 hin, dass die meisten Patienten bis zu 3 Jahr nach der Operation eine positive Entwicklung feststellen.

**Gangbild:** In der Videosanalyse werden der Fortschritt und die rechnerische Fortschritt 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 Bewegungsfähigkeit 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 RKM Erhebung nach 3 Monaten überprüfen.

26

### Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

Übungen	Nachrichten	Überprüfung
Anpassung des Übungsschemas: Vorzeichen oder Aufzeichen von bestimmten Übungen	<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 Bewegungen/Situationen, die noch schwierig/schmerzhaft sind?</li> </ul>	Reaktion bei höherer Belastung
Funktionelle Kraft	<b>Rückmeldung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Richtiger Zeitpunkt 1 -&gt; 0 Krücken</li> <li>• PZKs nach 3 Monaten</li> </ul>	RKM Videos Gangbild Videos Patientenzufriedenheit
• Rückkehr zur Arbeit • Vollständige Knie-Heilung	<b>Fördern</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Funktioneller RKM (L107 + volle Streckung)</li> <li>• Normales Gangmuster</li> </ul>	

Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

27

### ANSATZ Knie-Endoprothetik

**Phase 1: Tag 0 bis Tag 4**  
 | An Bedarf und Patientenprofil angepasst

**Operation - Knie-Endoprothetik: Tag 0 bis Tag 5**  
 | Knie-Endoprothetik (Standard) | Knie-Endoprothetik (Mini) | Hüftlagerung und Durchbildung

**Symptomkontrolle, Propriozeption und Mobilität: Tag 0 bis Tag 21**  
 | Reduktion von Schwellungen und Schmerzen, volle Streckung, 90° Beugung | Propriozeption, Quadriceps- und Streckmuskulatur

**Balance und Mobilität: Tag 7 bis Tag 60**  
 | Vermeidung von Unter- und Überbelastung und Aufbau der ACL

**Funktionelle Kraft: ab Tag 25**  
 | Reduziert bis höherer Belastung

**Timeline:** Tag 0 (Prep) -> Tag 7-21 (Knie-Endoprothetik) -> Tag 21-60 (Rückkehr zu Alltagsaktivitäten) -> Tag 60+ (Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil)

28

### Hüftendoprothetik

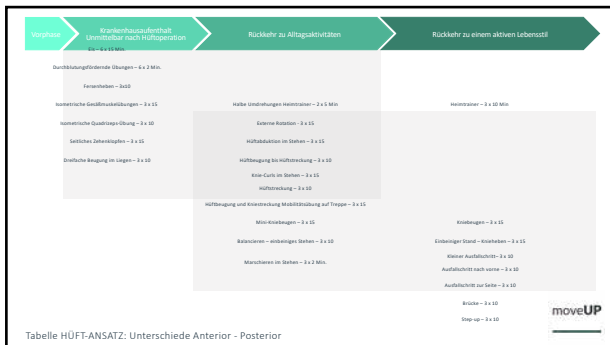
Anteriorer Ansatz  
 • DAA  
 • ALA  
 Posteriorer Ansatz

29

Verfahren	Knie-Endoprothetik / Unimittelnach-Endoprothetik	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Geschätzte Dauer</b>	Day 0 - 21	Tag 10 - 60	Tag 35 + ...
<b>Ereignisse</b>	Operation Knie-Endoprothetik Entlassung Erste Woche zuhause Entfernung der Klammern	Erste postoperative Beratung --	Zweite postoperative Beratung Rückkehr zur Arbeit Autofahren --
<b>Ziel</b>	Schutz der postoperativen Hüfte Vorbeugung 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 RKM 0 Krücken Funktionelle Kraft
<b>Maßnahmen (Siehe Tabellen)</b>	Aufklärung & Unterstützung Überwachung beim Umgang mit Krücken Überwachung bei der Medikamenteneinnahme Bereitstellung von schmerzfreien 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



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 Hüftbeuge-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.:

- Sitzliches 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 Hüftbeuge-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.:

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

32

Vorgabe	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Hüftoperation	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Aktivität</b>	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 50-100% des präoperativen Schritt-Durchschritts <b>Positive Entwicklung:</b> >100-200 Schritte/Tag <b>Neutrale Entwicklung:</b> a. Schrittlänge, beibehalten b. Schrittmass, senken	Allmähliche Steigerung auf 70%-100% oder > des präoperativen Schritt-Durchschritts <b>Positive Entwicklung:</b> >100-200 Schritte/Tag <b>Neutrale Entwicklung:</b> a. Schrittlänge, beibehalten b. Schrittmass, senken
<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 Mobilisationsübungen ohne Druck	Schmerzfreie Mobilisationsübungen ohne Druck	Schmerzfreie Mobilisationsübungen ohne Druck
<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>			Radfahren nach Absprache mit Chirg
<b>Autofahren</b>		Autofahren (wenn sich der Patient sicher fühlt) *Prüfen, ob Autofahren vom Chirgen oder Kfz-Werkstätten genehmigt werden muss	

33

Vorgabe	Krankenhausaufenthalt Unmittelbar nach Hüftop	Rückkehr zu Alltagsaktivitäten	Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil
<b>Aktivität</b>	Hohe Aktivität >50% präop Radfahren	Hohe Aktivität >100% präop Radfahren	Sprinten Laufen/Joggen Hochbelastende Aktivitäten oder Sport -> Abhängig vom Chirgen
<b>Übungen</b>	Schmerzauslösende Übungen Starke Widerstandsübungen Beinheben mit grossem Bein (BR)	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Auslösung Schmerzen verursachen	Schmerzauslösende Übungen Übungen, die nach Auslösung Schmerzen verursachen
<b>Mobilität</b>	a. Übermäßige Reichweiten b. POSTERIOR - vermeiden: Hüftbeugung >90° Endrotation - Neutral Aduktion > Mittellinie	a. Übermäßige Reichweiten b. POSTERIOR - vermeiden: Hüftbeugung >90° Endrotation - Neutral Aduktion > Mittellinie	a. Schmerzhaft übermäßige Reichweiten b. POSTERIOR - vermeiden: Hüftbeugung >90° Endrotation - Neutral Aduktion > Mittellinie
<b>Krücken</b>	Keine Krücken	Keine Verwendung von Krücken bei dysfunktionalem (Phlebikus) Gehgänger oder für lange Strecken	Keine Verwendung von Krücken bei dysfunktionalem (Phlebikus) Gehgänger
<b>Schmerz</b>	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen Schlafen auf nicht-operierter und/oder operierter Seite (je nach Chirg)	Schmerzauslösende Bewegungen oder Übungen	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 ausruhen
- 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 Anheben (Hüfte) - Keine Heben bis 10kg
  - Vermeiden Sie Anheben (Schulter) - Keine Heben bis 5kg

**Was?**

Übungen: Siehe die Übungen in der Tabelle. Vorwiegend sind durchführungsfördernde Übungen und leichte Mobilisationsübungen, postoperative Flüssigkeitsentnahmen abzubauen und Thrombose vorbeugen. Bei Schmerzen Übung abbrechen und die Hüfte immobilisieren (je nach Chirg) oder ein Übergangsmittel (z.B. Schmerzmittel) verwenden. Mobilisationsübungen oder Übungen, die Schmerzen, Schwellungen, Unwohlsein und Wärme hervorrufen, müssen vermieden werden, nach Verlauf einer persönlichen Übung/ Aktivitäts-Übersicht werden in Form eines täglichen, personalisierten Schrittmassens angepasst (siehe Tabelle).

Die Nachbepflege sollte darauf abzielen, den Patienten aufzuklären, zu motivieren, Beschwerden anzusprechen und Fragen zu beantworten.

Die Verwendung von Krücken sollte überprüft werden: Krücken sind richtig, um Stürze zu vermeiden und die Belastung der Hüfte zu verringern, damit die wichtigste Zeit zum Heilen verläuft und um den Einbruch der Hüfte zu verhindern.

**Gangbild:** Bei der Vorbereitung werden die Ferse und die neutrale Fußstellung überprüft.

Wasserpumpen, wenn...

1) Der Patient bekommt einen Schmerz nicht oder nur kurzzeitig? 2) Ist eine Anhebe beschränkt werden, um zusätzlich 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 vorgegeben werden.

3) Der Patient meldet eine "Voll-Fähigkeit" bei Stufen, Wunden, Wundbluten, Magenproblemen, Fieber, postoperativer Übelkeit, Besuch beim Hausarzt, Medikamentenverfälschungen oder anderen Anzeichen für Komplikationen sollten Sie sicher 2nd Line Anhebe vermeiden.

1) Regeln der Wundversorgung: Es sollte ein Bild der Wunde nach Entfernung der Verbandmaterialien 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 beibehalten. In den meisten Fällen sollte der Patient bis zu einem Tag (mit Genehmigung) werden bis er den Chirg wieder ausdrücklich darauf hin. Manche Wunden werden geklebt, in einem Fall ist eine Pfleger erforderlich. Der Patient kann duschen, sauber aber nicht mit dem Duschkopf schrubben.

35

### Allgemeine Maßnahmen Krankenhausaufenthalt & Schutz nach Hüftop

Übungen	Nachrichten	Überprüfung
Standard Schema	Fragen	Therapie-Compliance
Hohe Aktivität - durchführungsfördernde Übungen nicht länger erforderlich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie ist die OP verlaufen?</li> <li>Nachricht nach Entlassung</li> <li>Erkennen der Klammern</li> <li>Wie hat es mit den Übungen?</li> </ul>	
	Rückmeldung	Hinratzen-Bild Schwellungen Wärme
	Flecken	Verwendung von Krücken Medikationseinnahme Tägliche Aktivität- und Schrittmass
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schmerzen im Gefäß</li> <li>Nachrichtliche Schwellungen</li> <li>Wärme, Stoffwechsel, 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 vergrößert) im Übungsschema basierend auf den täglichen Parametern. Bei mangelndem Nutzen von Wert auf kontrollierte und schmerzfreie Übungen während der gesamten Rehabilitation. Dabei sollte auch beim Erhitzen von Übungen aus der vorherigen Phase unklar sein, wenn möglich, neue Übungen eine positive Entwicklung zu sehen, um die Quantifizierung der Übungen selbst keine Schmerzen, Müdigkeit und/oder Schwellungen hervorzuheben. Kalten und Nachgelenken werden weiter empfohlen, um diese Parameter vollständig in den Griff zu bekommen.

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

- Leistungsübungen können häufig nach Vollqualifikationsprüfung auf, umgeben Sie vorübergehend einbringen, die anstrengenderen versuchen.

**Aktivität: Aktivitäts-Eingehalten** werden weiter in Form eines täglichen, personalisierten Schrittmusters einbringen.

- 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).
- Leistungsübungen sollten während der gesamten Rehabilitation vermieden werden (siehe Tabelle zu Verboten).

**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 Ferseengang und die neutrale Fußstellung überprüft, inkl. Überprüfung auf Abduktorenkraft und Überkompensation.

**Neben der täglichen Dauererfassung und -visualisierung** 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 Verlaufs aus. Die meisten Patienten nehmen bis zu zwei Monaten nach dem Eingriff Verbesserungen wahr.

38

### Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten

Übungen	Nachrichten	Überprüfung
<p><b>Anpassung des Übungsschemas:</b> Vorziehen oder Aufschieben von Übungen der Phase 2</p> <p><b>Beisatz:</b> Propriozeption Mobilisierung</p> <p>Übungen, die Schmerzen, Steifheit und Schwellungen verursachen, sollten aufgeschoben werden.</p>	<p><b>Questions</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war die erste postoperative Beratung?</li> </ul> <p><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>• Zielplan 2 &gt; 1 / 0 Krücken</li> <li>• Auf dem Weg zu hervorragenden Ergebnissen</li> </ul> <p><b>Fördern</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schrittweiser Aufbau der Beisatzkraft und ACL ohne Schmerzmittel</li> <li>• ROM bei täglichen Aktivitäten</li> </ul>	<p><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>PROM: prä-op vs Woche 6</p> <p><b>Gangmuster</b></p>

Maßnahmen Rückkehr zu Alltagsaktivitäten moveUP

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, Müdigkeit 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 Verlaufs erforderlich. Weisen Sie darauf hin, dass die meisten Patienten bis zu 2 Jahren nach der Operation eine positive Entwicklung beobachten.

**Gangbild:** Bei der Videoanalyse werden der Ferseengang 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.

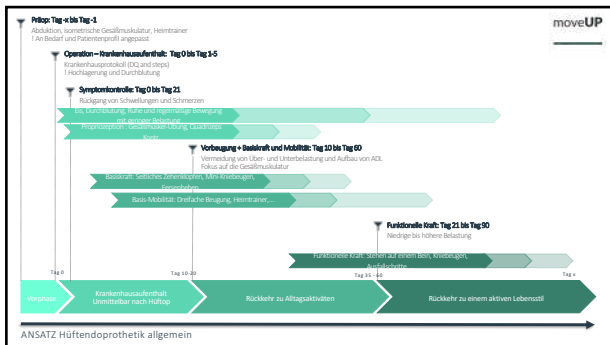
41

### Allgemeine Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil

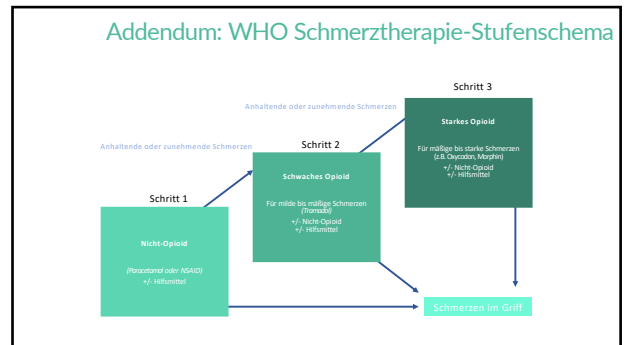
Übungen	Nachrichten	Überprüfung
<p><b>Funktioneller Kraftaufbau</b></p>	<p><b>Fragen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war die letzte Beratung?</li> <li>• Wie weit sind Sie von Ihren Zielen/Erwartungen entfernt?</li> <li>• Gibt es Bewegungen/Aktivitäten, die noch schwierig/schmerzhaft sind?</li> </ul> <p><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><b>Fördern</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückkehr zur Arbeit</li> <li>• Vollständige ACL-Aufnahme</li> </ul>	<p><b>Gangbild Videos</b> Patientenzufriedenheit</p> <p><b>Funktioneller ROM</b> Normaler Gangmuster</p>

Maßnahmen Rückkehr zu einem aktiven Lebensstil moveUP

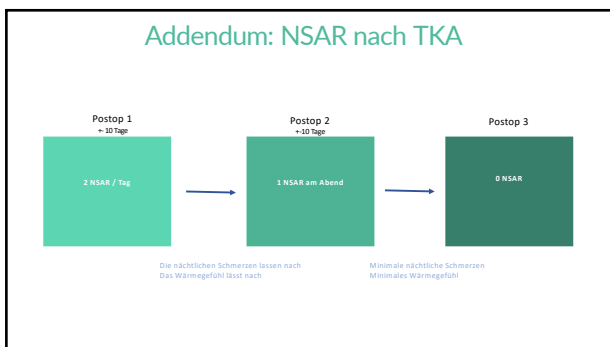
42



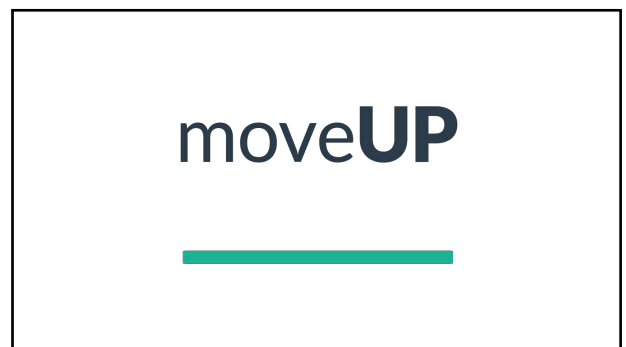
43



44



45



46

## Erstellen Sie einen neuen Patienten im Onboarding-Bereich

- Besuchen Sie: <https://patient-onboarding-admin.moveup.care> (<https://patient-onboarding-admin.moveup.care/>)
- Geben Sie Ihre moveUP-Anmeldedaten ein und klicken Sie auf „Login“
- Klicken Sie auf „New Patient“ (neuer Patient)

The screenshot shows the 'Patient Onboarding Dashboard' for user 'Ellen'. At the top, there are navigation links for 'Dashboard' and 'Patients', and utility links for 'Support' and 'Account'. A warning banner at the top states: '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 (indicated by a red arrow), '3706 patients active', '13 patients reminded', '0 candidates not interested', and '0 filed in anamnesis questionnaire'.

## Füllen Sie die Patientendaten aus

- Füllen Sie die Patientendaten aus



# Edit patient

Basic  Advanced

## Managing Organization \*

AZ Alma Ecklo

Organization that is the custodian of the patient's record

## Name \*

Names associated with the patient

### Given names \*

Ellen

Given names (not always first) includes middle names

### Family name \*

Toet

Family name (last name) (Surname)

+ Add Name

## Contact Point \*

A contact detail for the individual

### System \*

Email

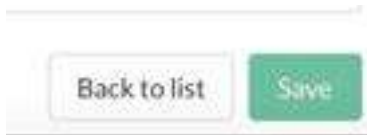
### Details \*

ellen+patient@movsup.care

The actual contact point details, Email address, phone number, etc.

+ Add Contact Point

- Klicken Sie auf „Speichern“



## Weisen Sie dem Patienten einen Pflegeplan zu

- Die Registerkarte „Edit Care Plan“ (Pflegeplan bearbeiten) öffnet sich nach der Eingabe der Patientendaten automatisch.
- Wenn noch keine Pflegepläne aktiv sind, klicken Sie auf „Start new care plan“ (neuen Pflegeplan starten) oder auf die erforderliche Behandlung oder Intervention, um einen neuen Pflegeplan zu starten.

Patient Overview Edit Patient Edit Care Plan Email Overview

## 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

- Ziehen Sie eine Intervention per Drag & Drop in den Pflegeplan
- Ziehen Sie eine Behandlung per Drag & Drop in den Pflegeplan (dies ist erforderlich)
- Ziehen Sie ggf. eine Studie per Drag & Drop
- Ziehen Sie die Teilnehmer des Pflorgeteams per Drag & Drop

## 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 Elateral total hip arthroscopy Bilateral total knee arthroscopy  
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 - use  
Knee right - revision Knee right - use

### 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

Converion

### AZ Alma Eeklo Care Team Participants

Search

UCLin Belgium Orthopedic care team

- Füllen Sie das Eingriffsdatum (Operationsdatum) und den Arzt (Chirurgen) aus
- Wenn Sie kein Datum angeben, wird automatisch das heutige Datum als Behandlungsbeginn ausgewählt
- Klicken Sie auf „Speichern“

## 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 knee 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 - uln    Knee right - revision

Knee right - uln

### moveUP Treatments

THA Anterior Therapy    THA Bilateral Therapy    THA General Therapy    TKA Bilateral Therapy

TKA General Therapy    Unknown procedure code

### AZ Alma Eeklo studies

## E-Mails an Patienten senden

- Sobald ein Pflegeplan gespeichert ist, klicken Sie auf die Schaltfläche „Next“ (Weiter).

B.Clinic Belgium Orthopedics care team is part of the care team

profile.firstname g47c1meoja profile.lastname jgf6d95u4v  
/ Daphne Piron  
Dieter Kreynen Dieter Kreynen  
Rehabilitation specialist Femke Smeets  
Rehabilitation specialist Gaëtan Haeneccour  
Hugo Ghazi  
Joren Christiaens  
Lize Paridaens  
Kiss Lut Van De Wiele  
profile.firstname ruh33iv83 profile.lastname 6gr0y386m  
Stefaan Van Onsem  
Kris Valerie Timmermans  
Margot Verhaeghe

Stefaan Van Onsem as surgeon is part of the care team

Stefaan Van Onsem

Activated care plan (move care plan to active list in medical dashboard)

+ Start new care plan

Save Next

You saved a care plan. Click [Next] to send emails to the patient.

AZ Alma Eeklo Studies

AZ Alma Eeklo studies

B.Clinic Belgium Orthopedics care team

Dieter profile.firstname ma0hu5r83 profile.lastname 0r6b0yv4b as surgeon

Dieter profile.firstname 0ffarwagh profile.lastname 42f8r5efp as surgeon

Hug & Kris team AZ Alma

Stefaan Van Onsem as surgeon

profile.firstname B8kz9p0rb profile.lastname 47axd0f8k as surgeon

profile.firstname rrrdc33u profile.lastname urv9t0uq3p as surgeon

- Sie sehen eine Vorlage der E-Mails, die an den Patienten gesendet werden
- Klicken Sie auf „Send select emails“ (Ausgewählte E-Mails senden), um die E-Mails an den Patienten zu senden

moveUP

Email variables

{{ firstname }}	Ellen
{{ lastname }}	Test
{{ code }}	b82v84z2
{{ registrationlink }}	moveup://registrationcode/b82v84z2
{{ organizationName }}	AZ Alma Eeklo
{{ surgeonName }}	profile.firstname 310z642tit profile.lastname 9yf9gpof98
{{ hosp_spec_per_start_NL }}	- Op vraag van uw ziekenhuis neemt u deel aan een nationale studie van het Kenniscentrum Gezondheidszorg (KCE). Deze studie is in kader van uw revalidatie die digitaal ondersteund zal worden met de moveUP applicatie.
{{ organizationName }}	AZ Alma
{{ bodystructure }}	feupprothese

Back to care plan edit

Send selected emails

- Sie sehen kurz die Nachricht „Mails were send“ (Mails wurden gesendet), damit Sie wissen, dass die E-Mails erfolgreich gesendet wurden.

Back to care plan edit

Send selected e

Mails were sent

## Wie geht es weiter?

Der Patient erhält eine E-Mail mit

1. **Anweisungen zur Installation von moveUP** – dies umfasst eine kurze Einführung, einen Informationslink zu Preisen (<https://support.orthopedics.moveup.care/de/knowledge-base/wieviel-kostet-moveup-werden-die-kosten-von-meiner-versicherung-erstattet/>) und Anweisungen zur Installation von moveUP (<https://support.orthopedics.moveup.care/de/knowledge-base/moveup-app-installieren/>) inkl. Anmeldedaten sowie einen Link zur Kurzanleitung (<https://support.orthopedics.moveup.care/de/knowledge-base/kurzanleitung/>)
2. **Link zum Bestellen des Aktivitätstracker** und Abo-Bestätigung – sowie ein Bestellformular für den Aktivitätstracker

Complete



# 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:

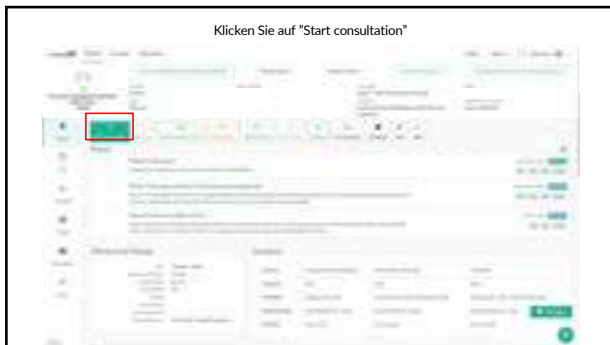


11

Navigieren Sie zur Registerkarte "Status" des jeweiligen Patienten



12



13



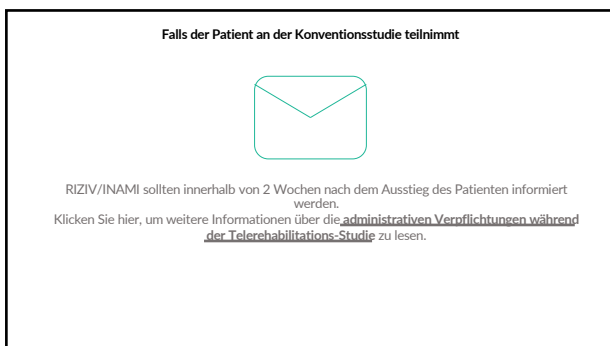
14



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



## 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: 1.34.1 till current

Manual version: 11

Date of Publication: 2023/03/06

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@](mailto: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](mailto: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.*



### **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.



# 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).



# COMPANY DETAILS



Head office Brussel: Parvis sainte-gudule 5,  
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)

If you need the eIFU in paper format please contact moveUP and we'll supply you a copy in paper in 7 days.

moveUP supplies the IFU in electronic format due to the topology of the product (software) and the availability of the eIFU at any moment that is needed for the user.



+G166G166MOVEUPV1340WS00+5571341/16D202303100Y

Basic UDI-DI: ++G166MOVEUPV1340WS



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**
- Via phone during office hours: **0800 88 008**

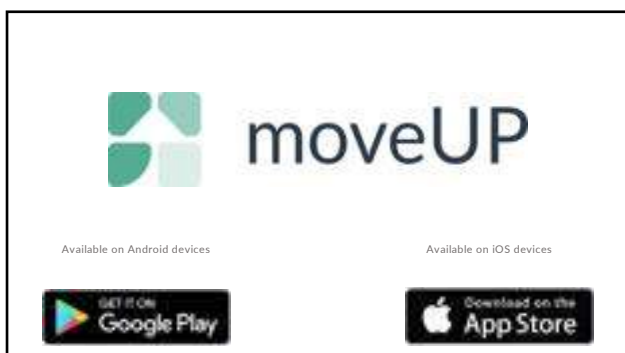




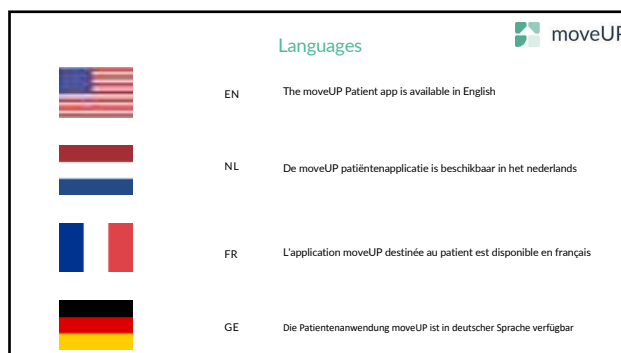
# moveUP

Patient app

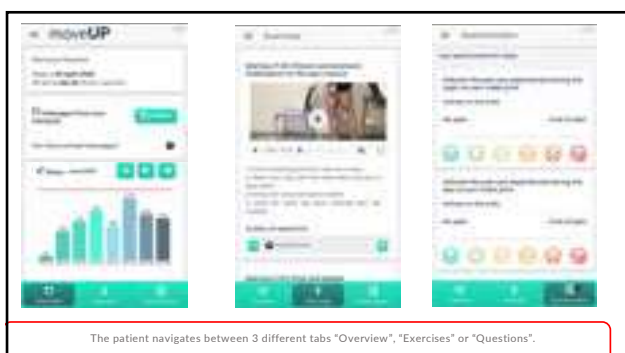
CE



1

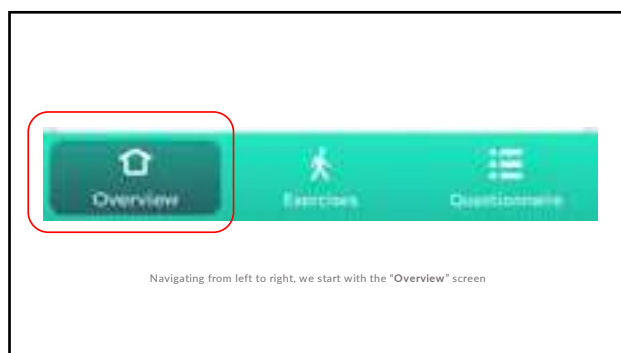


2

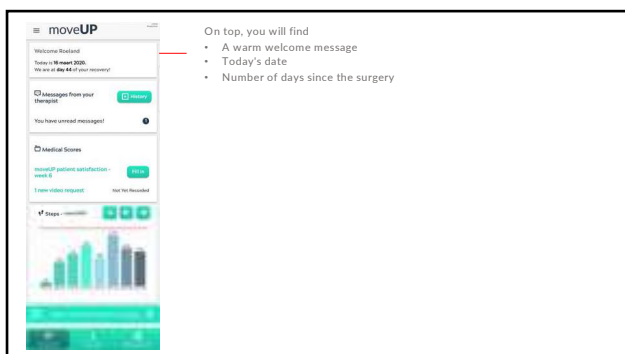


The patient navigates between 3 different tabs "Overview", "Exercises" or "Questions".

3



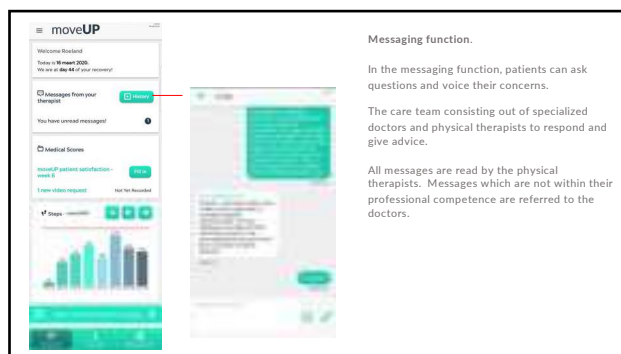
4



On top, you will find

- A warm welcome message
- Today's date
- Number of days since the surgery

5



Messaging function.

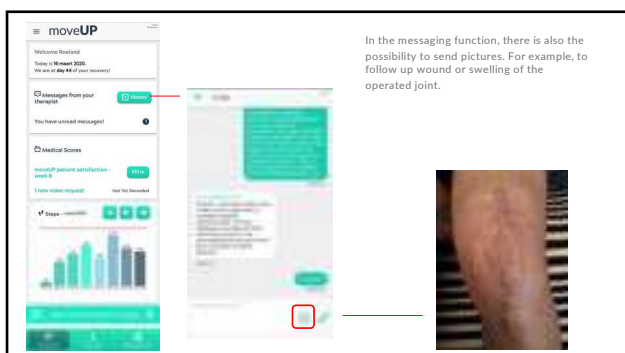
In the messaging function, patients can ask questions and voice their concerns.

The care team consisting out of specialized doctors and physical therapists to respond and give advice.

All messages are read by the physical therapists. Messages which are not within their professional competence are referred to the doctors.

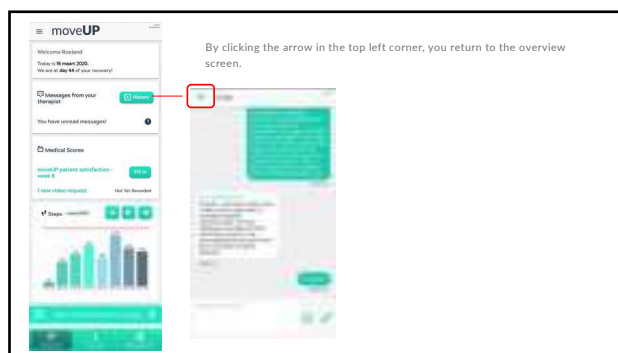
6





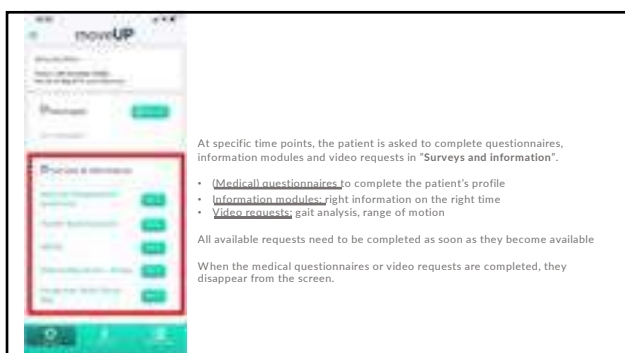
In the messaging function, there is also the possibility to send pictures. For example, to follow up wound or swelling of the operated joint.

7



By clicking the arrow in the top left corner, you return to the overview screen.

8



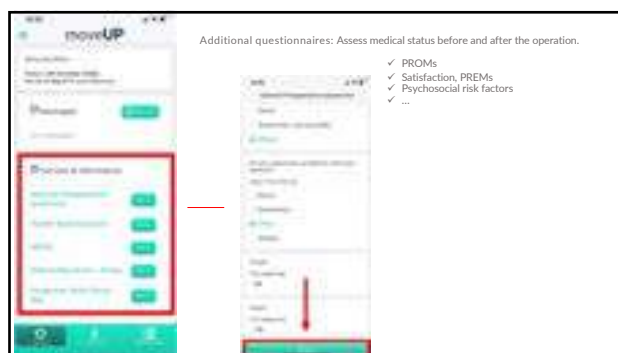
At specific time points, the patient is asked to complete questionnaires, information modules and video requests in "Surveys and Information".

- **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.

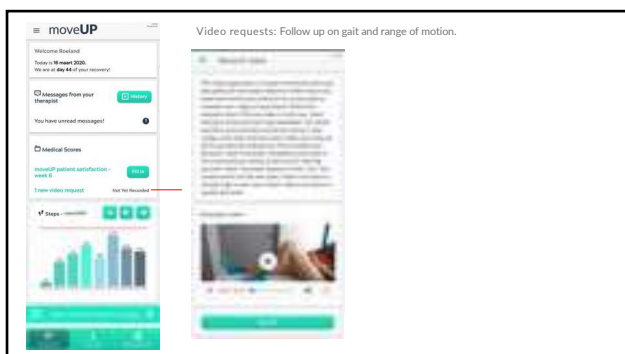
9



Additional questionnaires: Assess medical status before and after the operation.

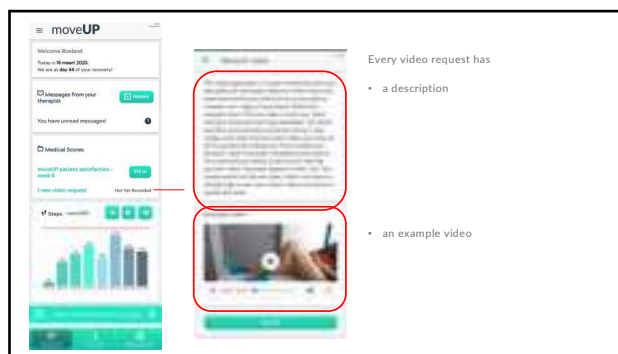
- ✓ PROMs
- ✓ Satisfaction, PREMs
- ✓ Psychosocial risk factors
- ✓ ...

10



Video requests: Follow up on gait and range of motion.

11

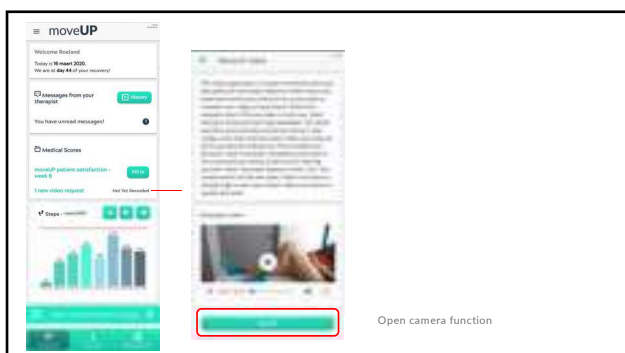


Every video request has

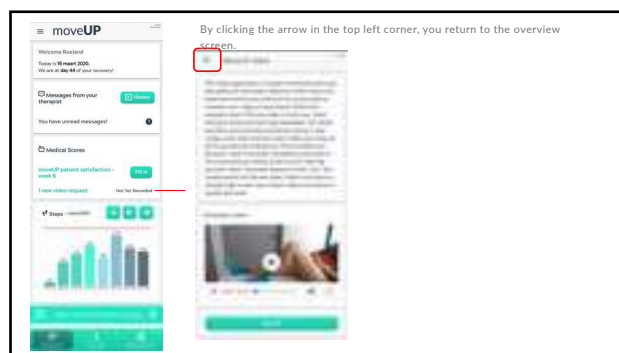
- a description
- an example video

12

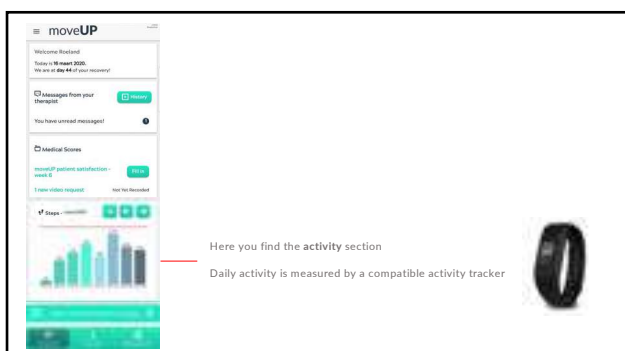




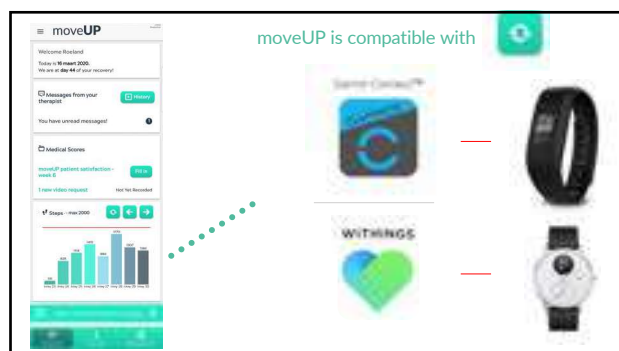
13



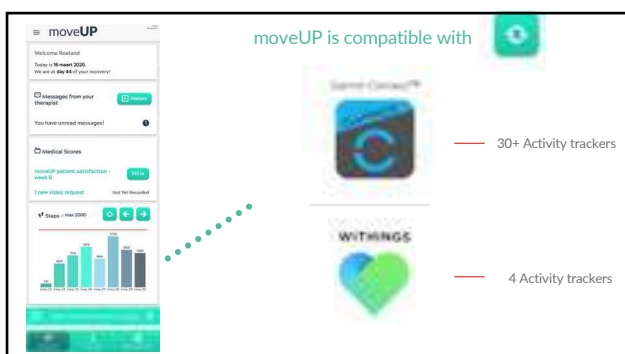
14



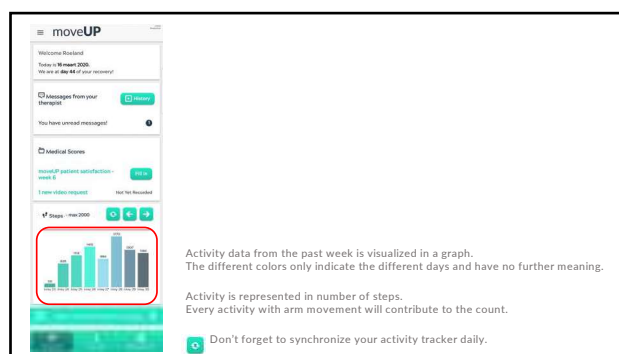
15



16

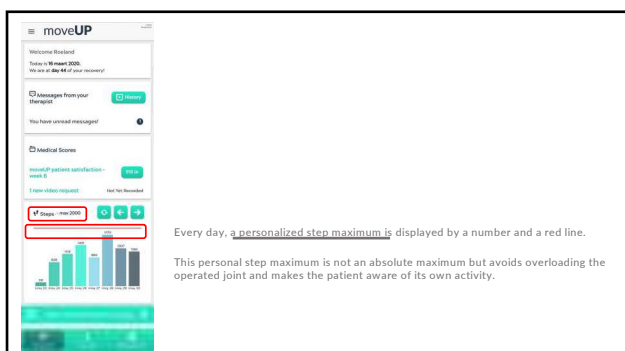


17



18





Every day, a personalized 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.

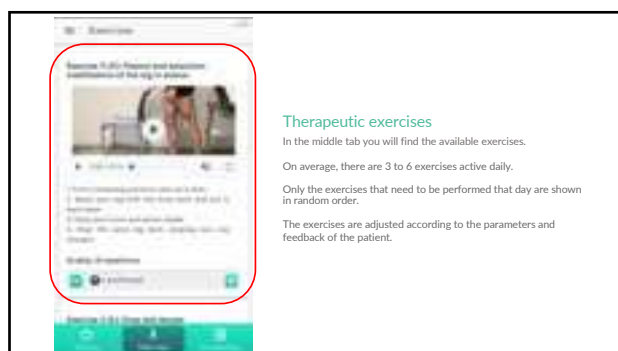
"More information about your surgery": opens a page with practical information helpful before and after surgery.

20



The mid tab: "Exercises"

21



### Therapeutic exercises

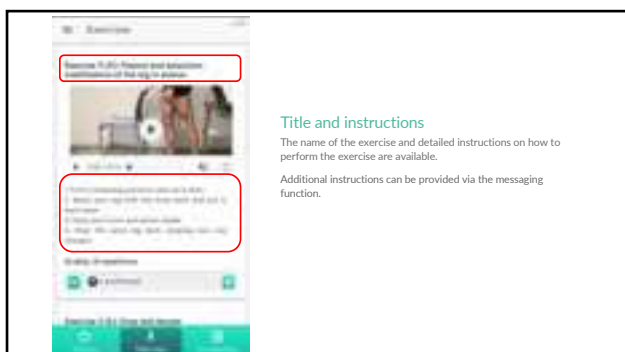
In the middle tab you will find the available exercises.

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

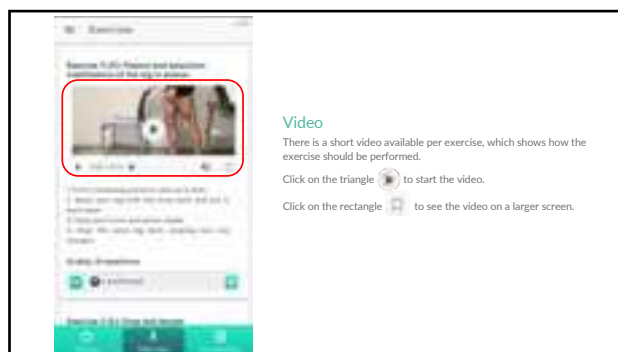


### Title and instructions

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

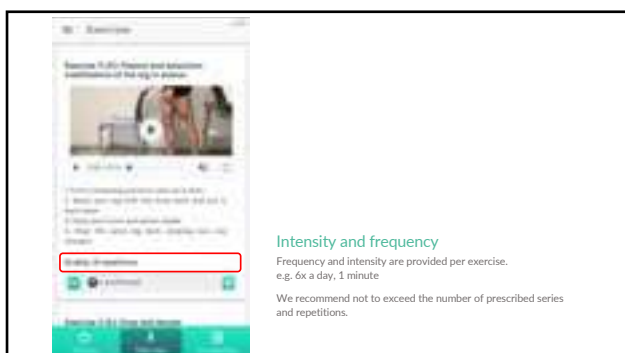
There is a short video available per exercise, which shows how the exercise should be performed.

Click on the triangle  to start the video.

Click on the rectangle  to see the video on a larger screen.

24



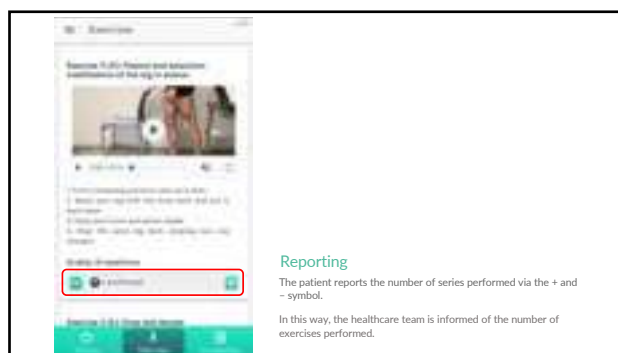


### Intensity and frequency

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.

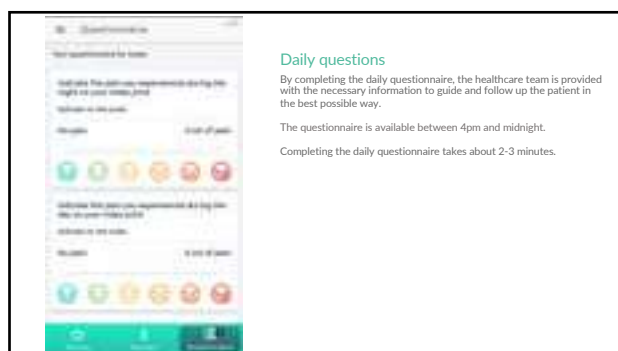
In this way, the healthcare team is informed of the number of exercises performed.

26



The right tab: "Questionnaire"

27



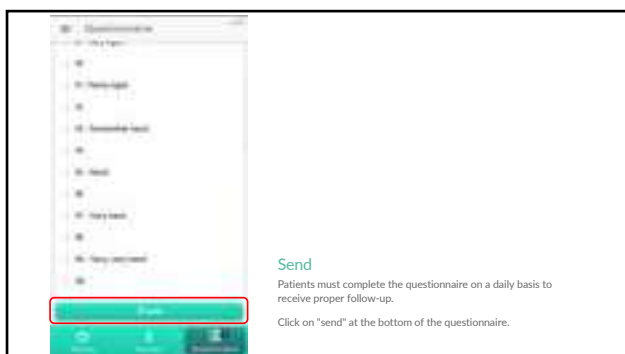
### Daily questions

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

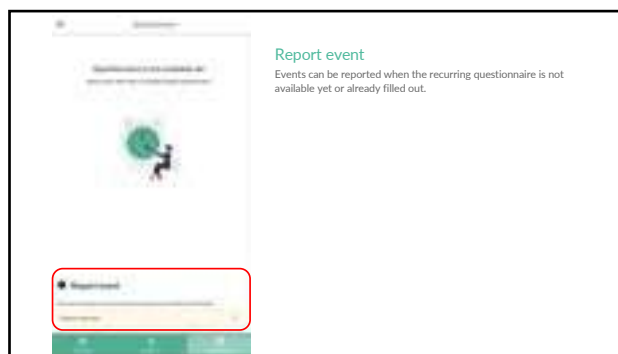


### Send

Patients must complete the questionnaire on a daily basis to receive proper follow-up.

Click on "send" at the bottom of the questionnaire.

29

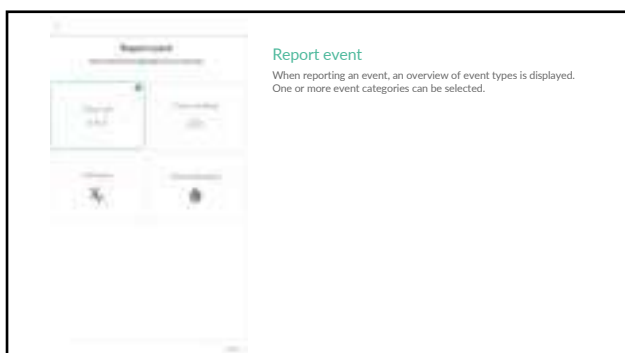


### Report event

Events can be reported when the recurring questionnaire is not available yet or already filled out.

30





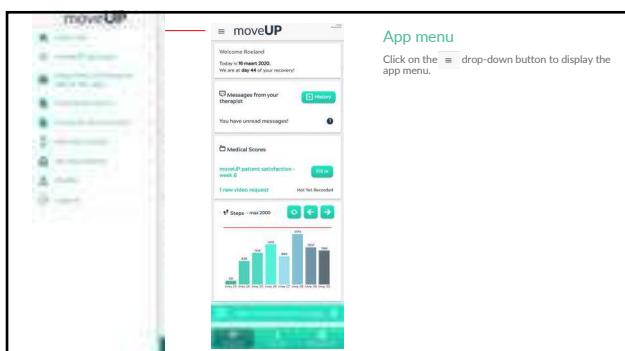
**Report event**  
When reporting an event, an overview of event types is displayed. One or more event categories can be selected.

31



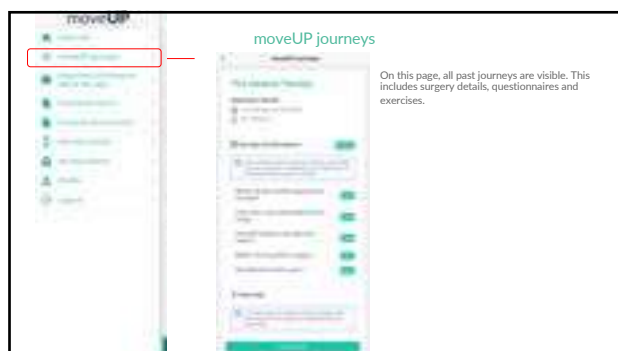
For each selected category, a set of questions is displayed that need to be filled out. Once all questionnaires have been answered, the given answers are sent to the practitioner.

32



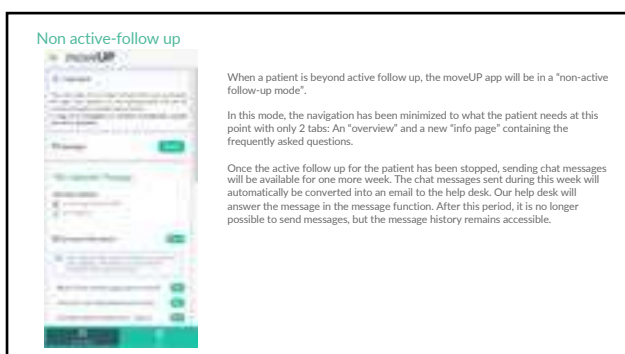
**App menu**  
Click on the  drop-down button to display the app menu.

33



**moveUP journeys**  
On this page, all past journeys are visible. This includes surgery details, questionnaires and exercises.

34



**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 minimized to what the patient needs at this point with only 2 tabs: An 'overview' and a new 'info page' 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.

35





## How to pair your Garmin Vivofit 4 & Withings go activity tracker with the moveUP app?

**i** The following activity trackers are recommended by moveUP for usability and accuracy reasons. You can use any activity tracker of your choice.

**i** Pairing the activity tracker with the moveUP app is essential to your care trajectory. The pairing only needs to be done once.

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



Choose "Garmin Vivofit 4" and click continue



Go through all the steps that will appear on your screen.

! Be aware: when you are pairing the activity tracker a 6-digit code will show on the screen of the **activity tracker**.


On some android devices, a pop-up appears on the screen of the phone with a message the code is often 1111 or 1234. Please ignore that message. It is the **6-digit code from the activity tracker** screen you have to enter.





- If everything went well you will end up on this screen.
- You can click on the arrow at the left top to go back to the overview screen.



 If you have problems pairing your activity tracker please send an email to [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)

Withings Go:

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

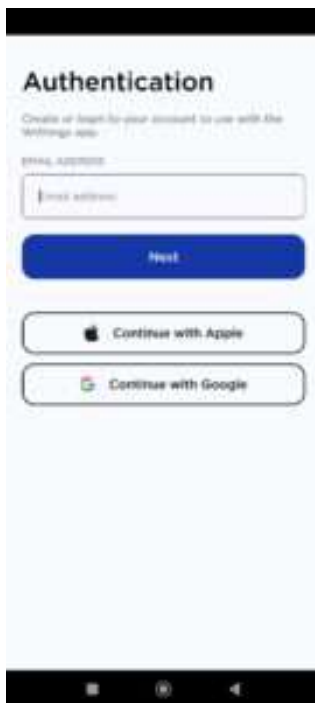
Choose "Personal Activity tracker"



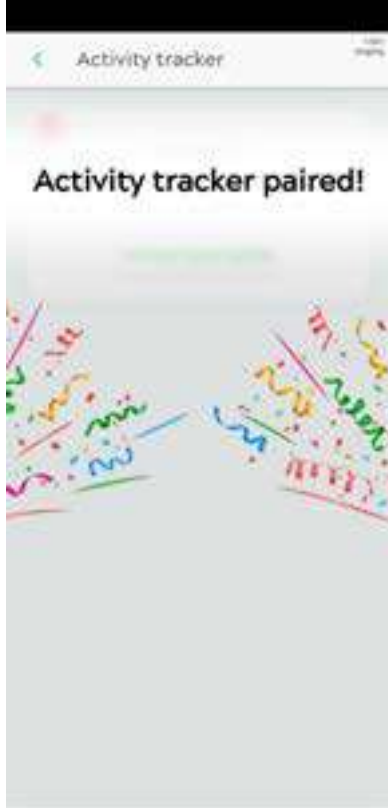
Select the Withings option



Pair the moveUP app with your Withings account. If you have any doubt you can find more info at: <https://support.withings.com/hc/en-us/articles/214484018-Installing-my-Go->



Your device is paired with the moveUP app.








## How to synchronize my steps daily?

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

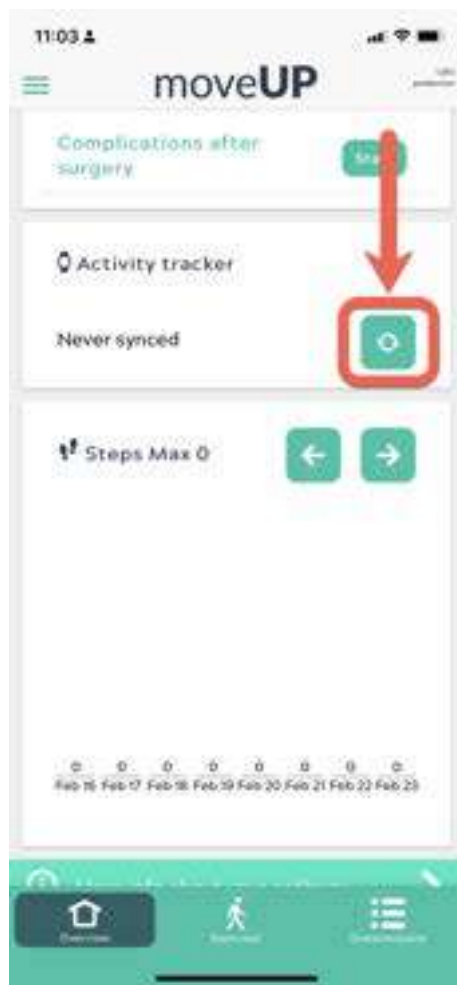
You must need to manually sync your activity tracker data **daily** in the moveUP app. This way your care team can monitor how active you are and decide if any adaptations to your exercise scheme are needed.

 **We advise syncing your steps daily in the evening.**  
This way your care team will see the next day how active you were.

 Make sure you have at least made 100 steps with your activity tracker before you try to synchronize it.  
Don't sync your steps too often during the day. Once a day after filling out the daily questionnaire is more than enough.

 The activity tracker has many options in the menu, but we will not be using them. The instructions below are the only ones you will use during your recovery. At the end of the treatment, if you wish to keep the activity tracker, we will send you a full manual by email.

- Press the synchronizing button marked in red.



- You will see the following screen. Click on “Sync”





- 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 appear on the graph on your home screen.



**i** If you have problems synchronizing 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.

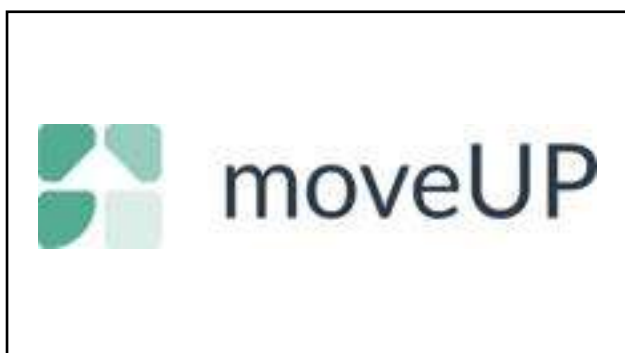




# moveUP

Healthcare Platform

CE



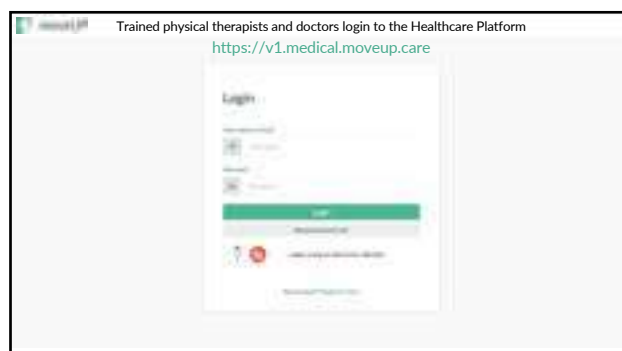
1



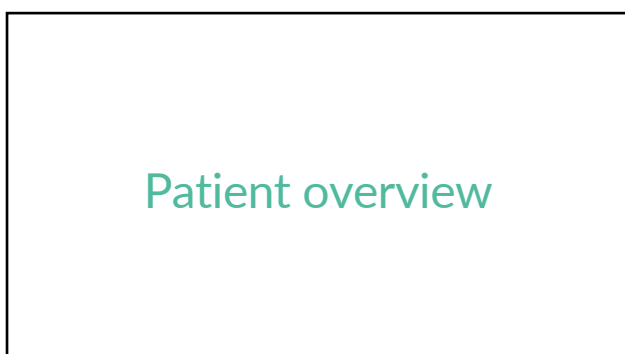
2



3



4

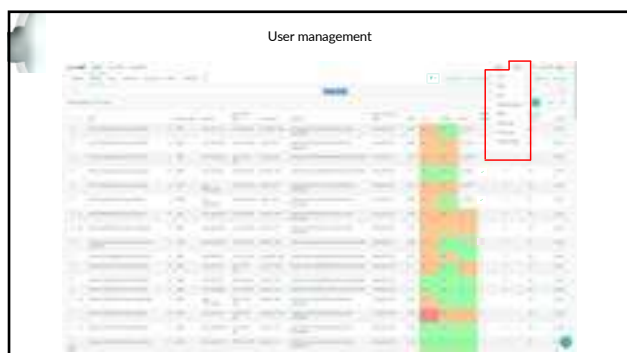


5

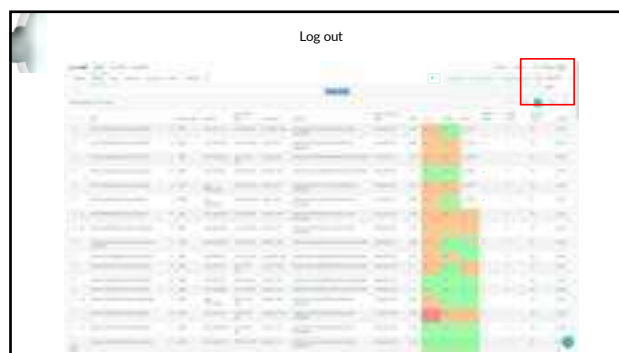


6





7



8



9



10

**Candidates**  
Patients who are awaiting a care plan. They downloaded the moveUP app and registered or are created by a hcp.

**Therapy**  
Patients with an active Therapy care plan before or after surgery.

**Coach**  
Patients with an active Coach care plan before or after surgery.

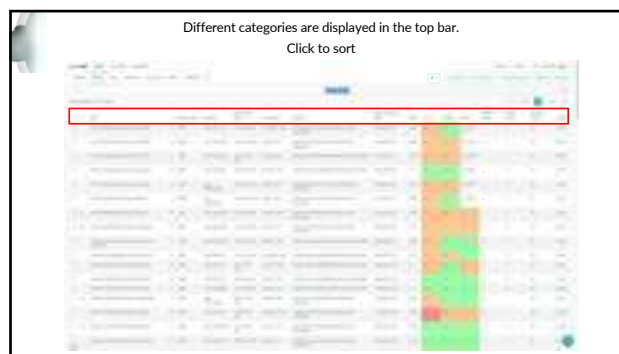
**Companion**  
Patients with an active Companion care plan before or after surgery.

**PROM**  
Patients who will still receive medical questionnaires for long term follow up on specific timepoints (e.g. 3m - 6m, ...).

**Completed**  
Patients who have completed their long term follow up.

**All**  
All patients.

11

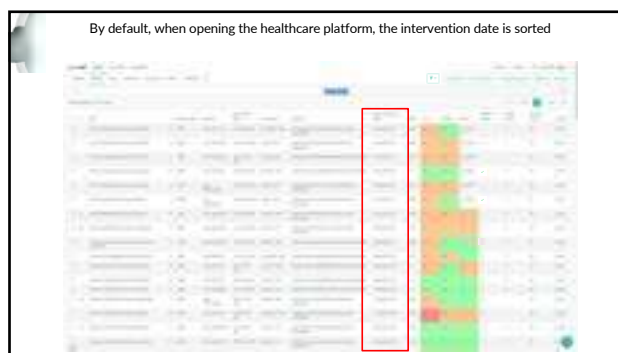


12

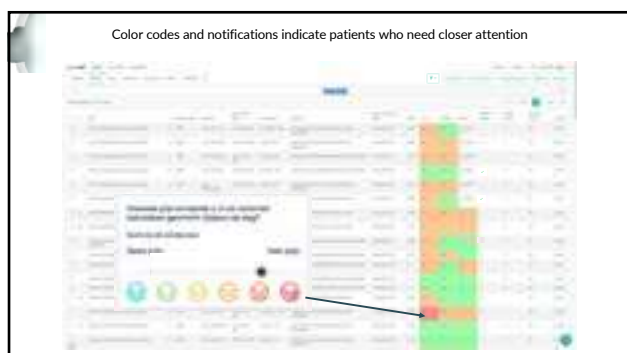




13



14



15



16

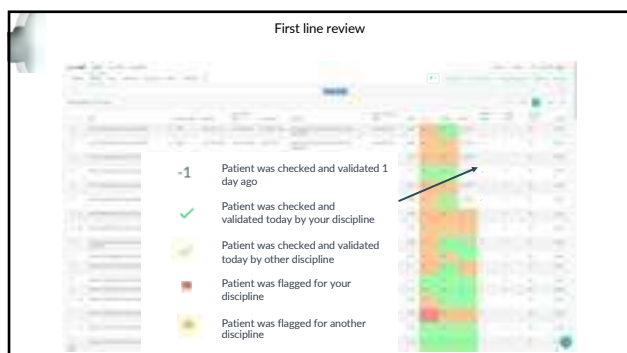


17

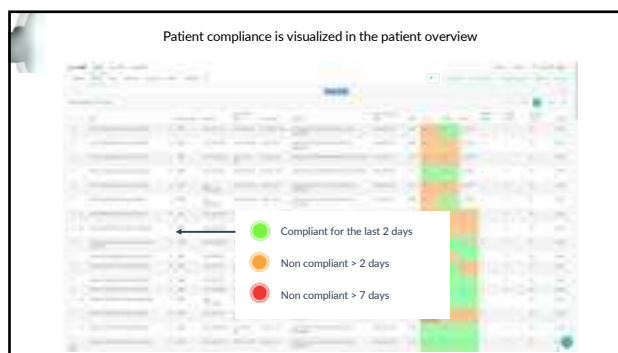


18

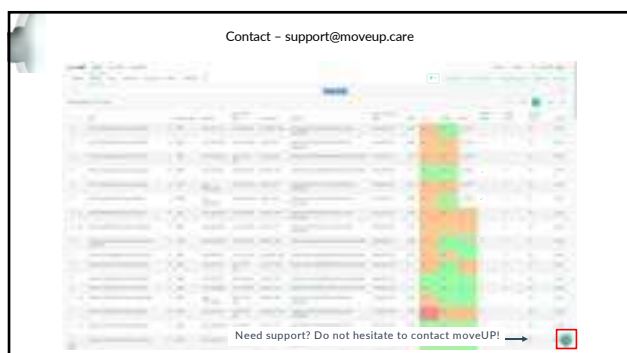




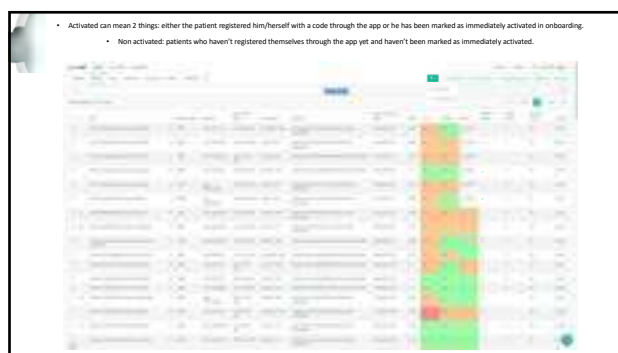
19



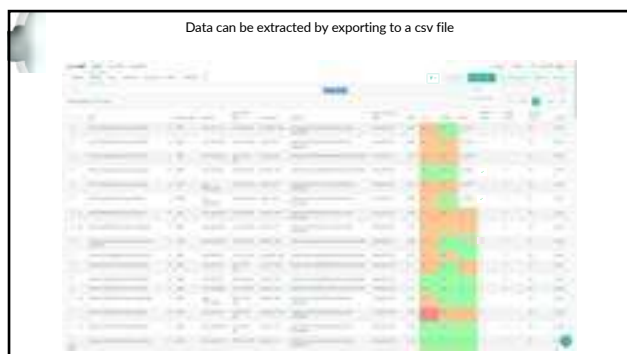
20



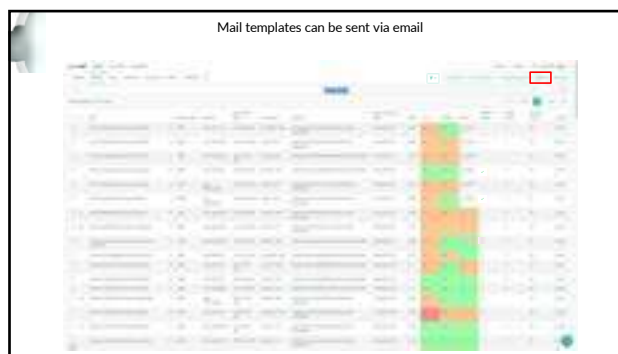
21



22



23



24

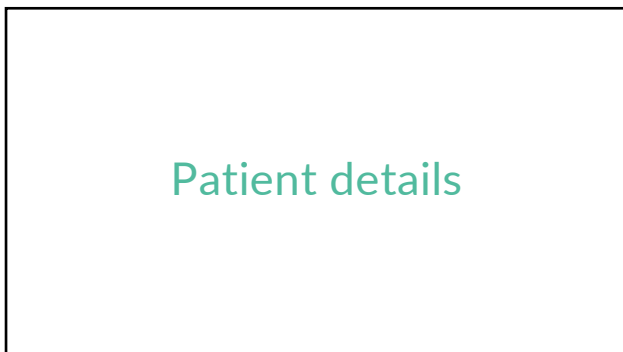




25



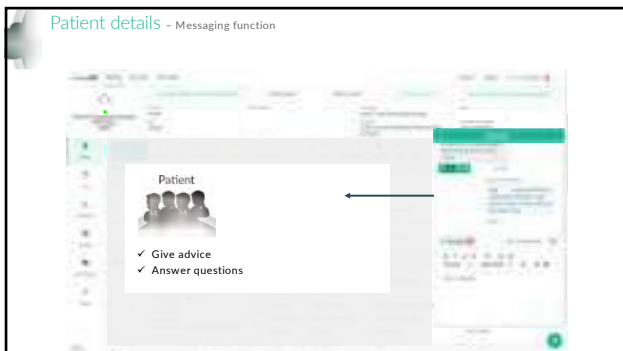
26



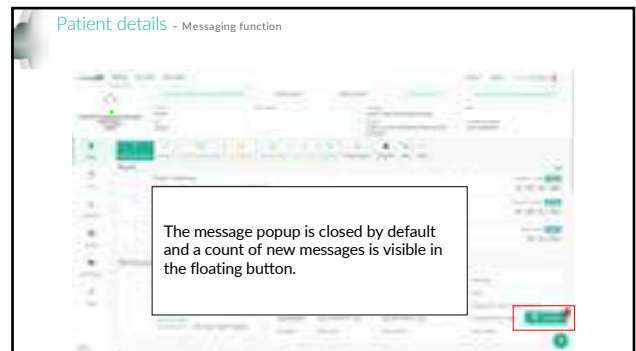
27



28



29



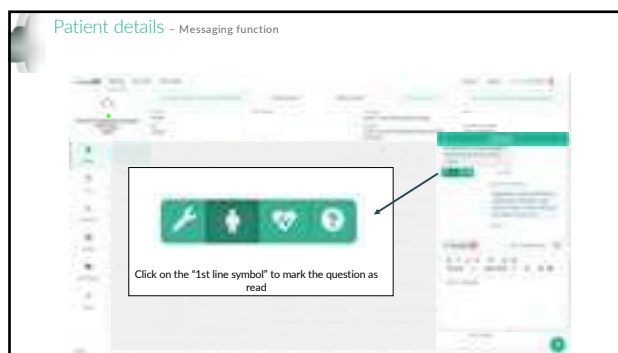
30



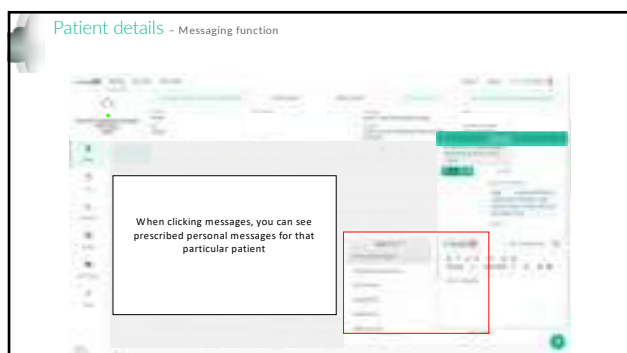




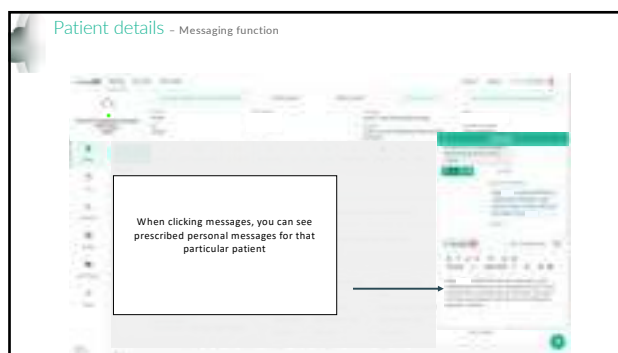
31



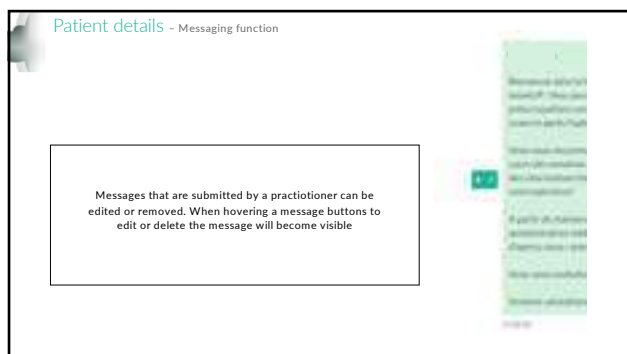
32



33



34

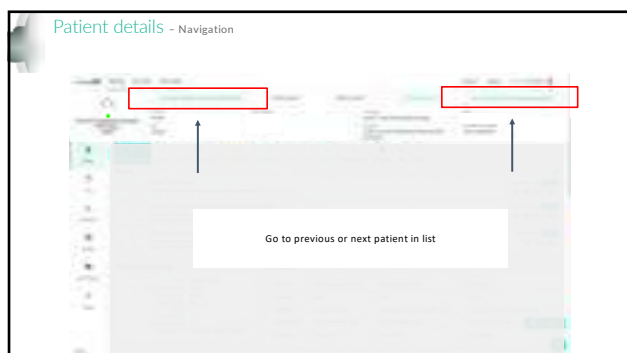


35

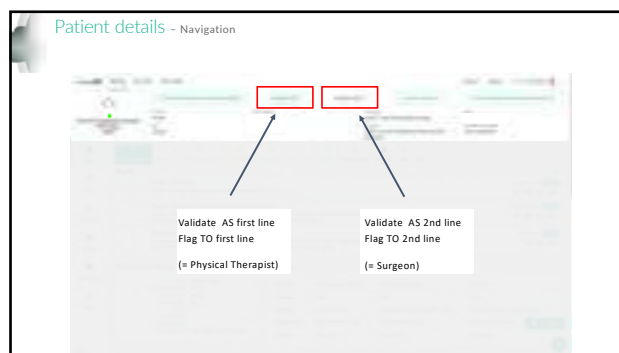


36

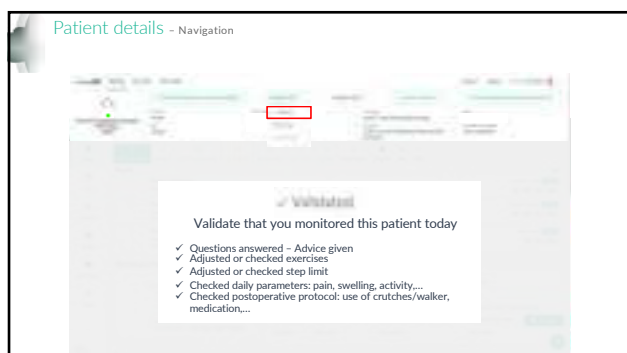




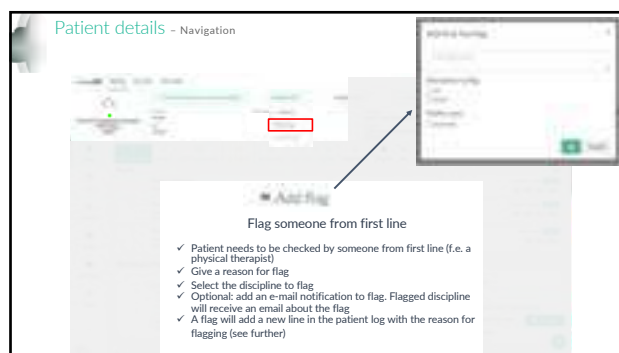
37



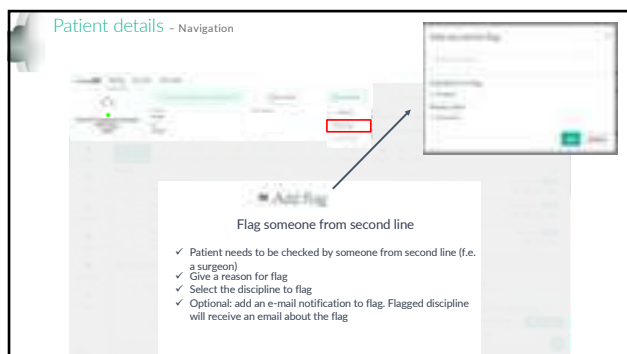
38



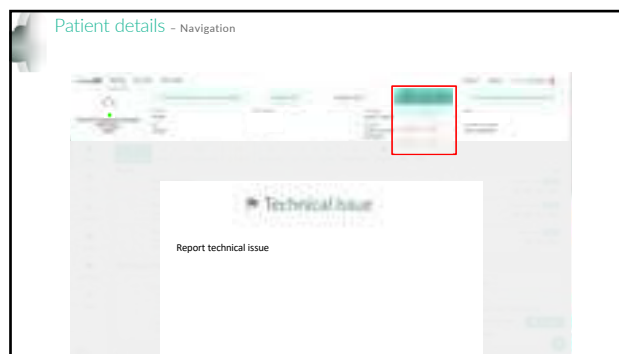
39



40



41



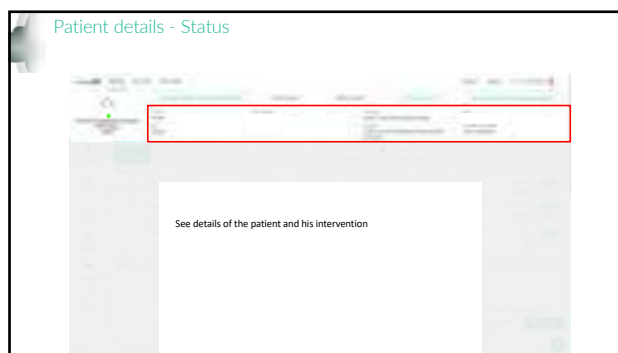
42



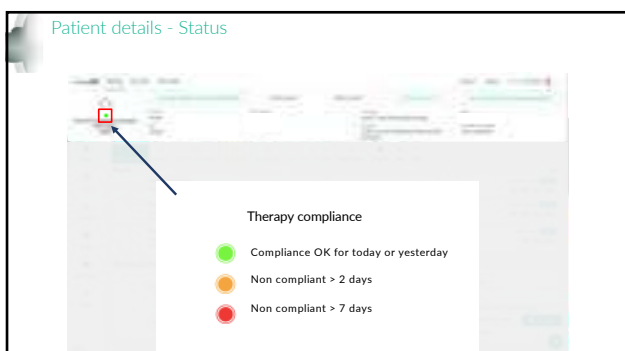


# Patient details - Status

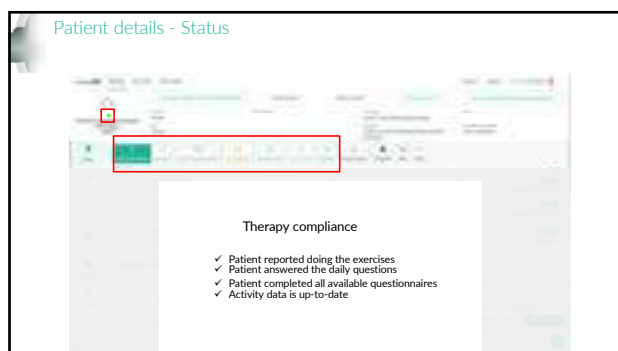
43



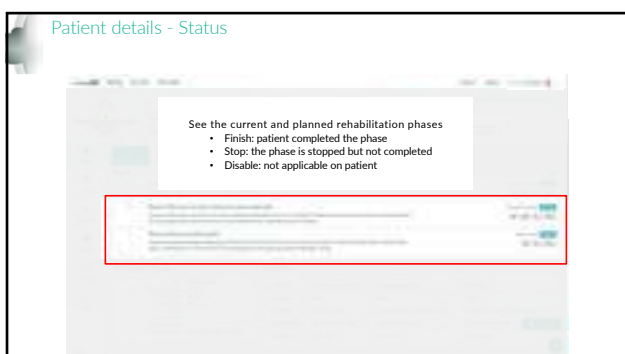
44



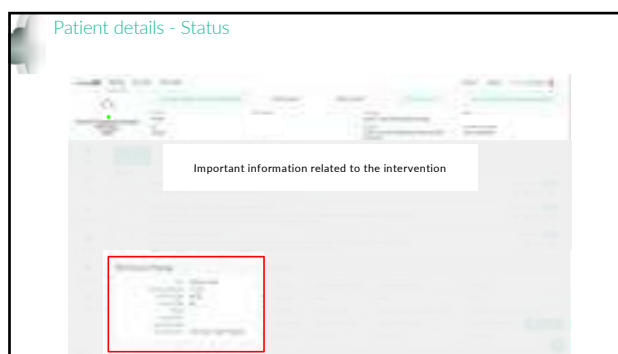
45



46

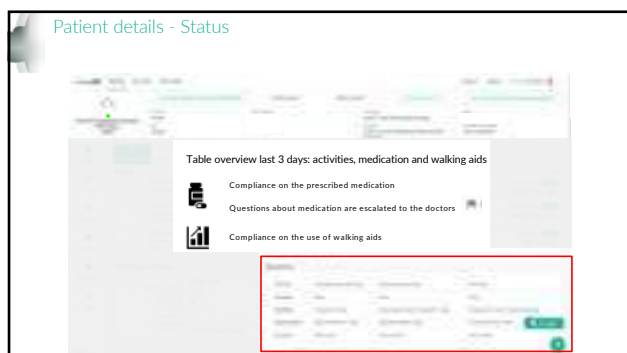


47

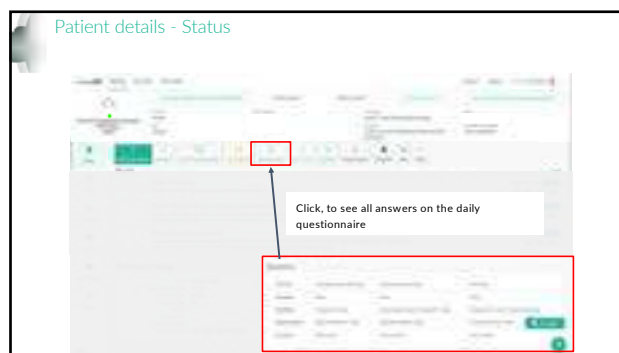


48

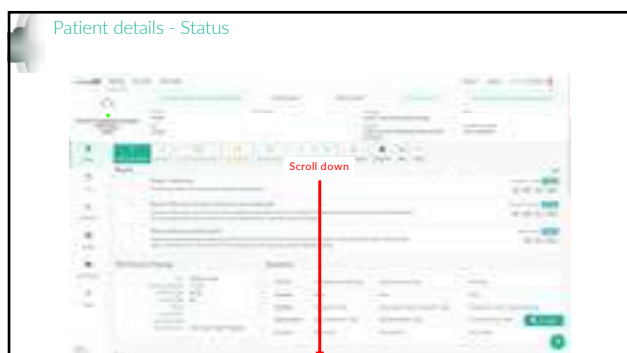




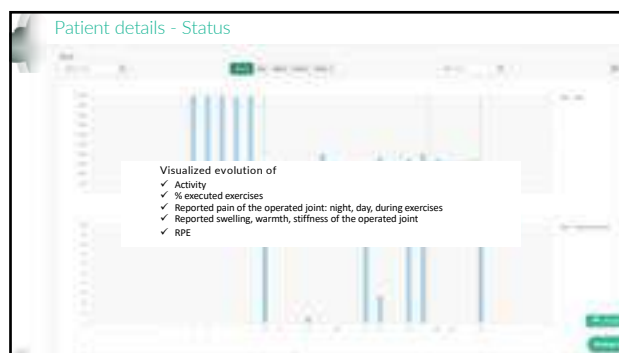
49



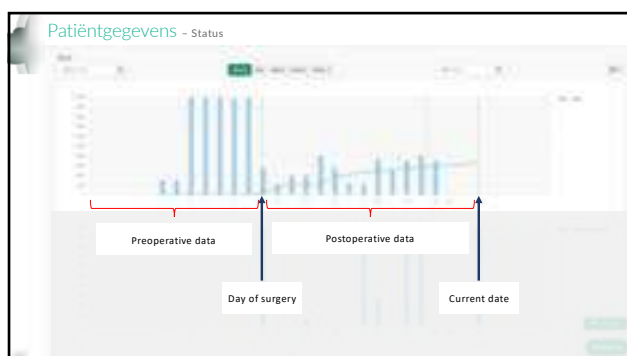
50



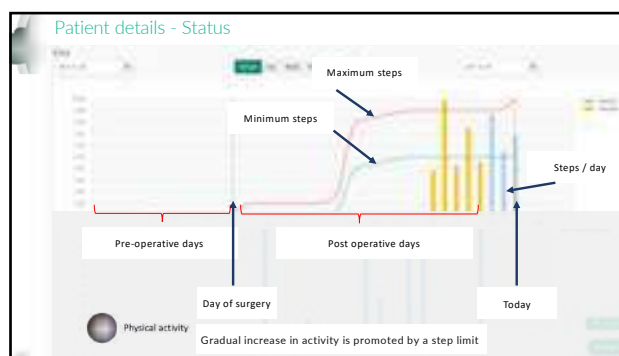
51



52

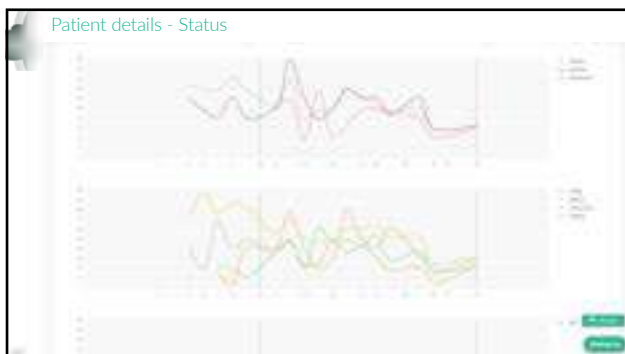


53

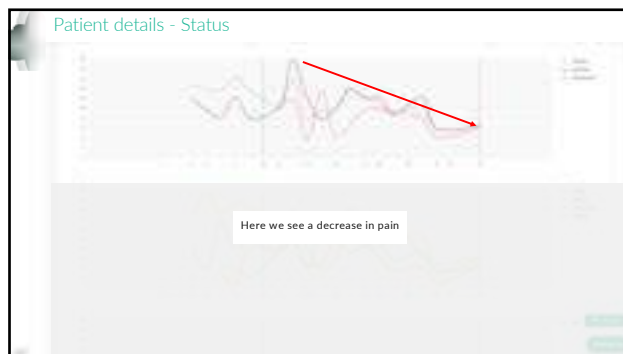


54

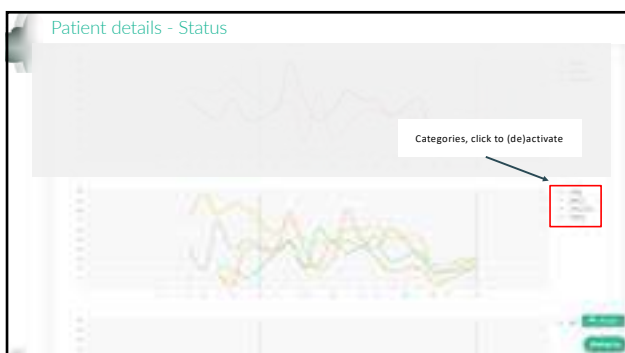




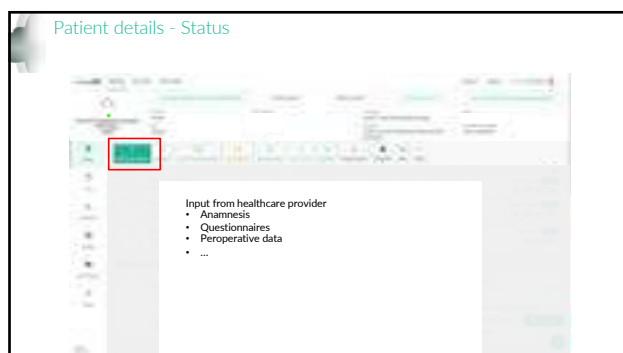
55



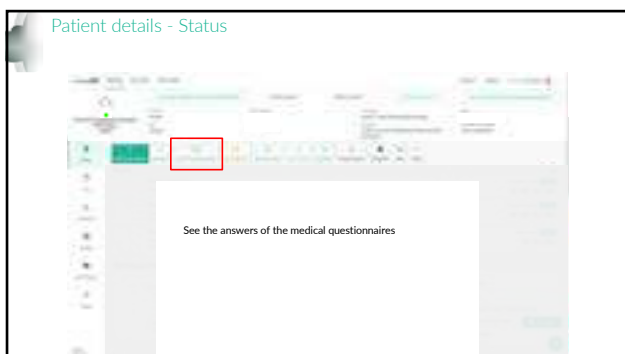
56



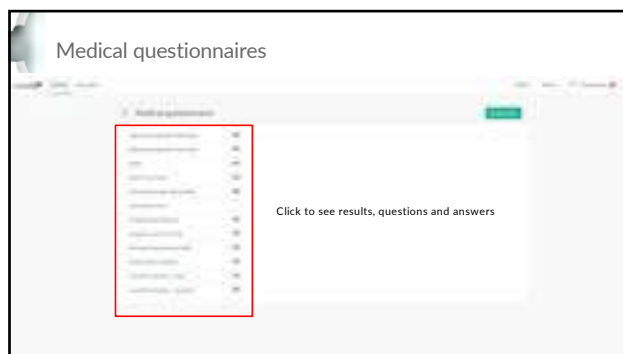
57



58

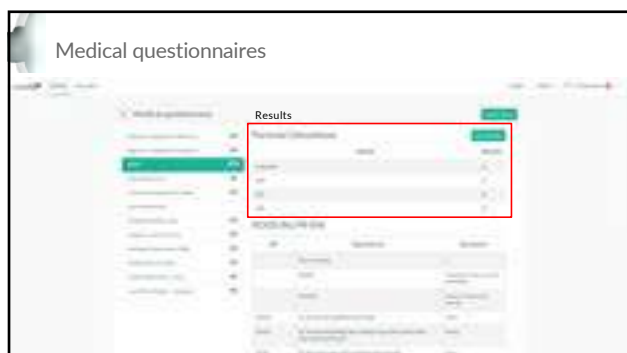


59

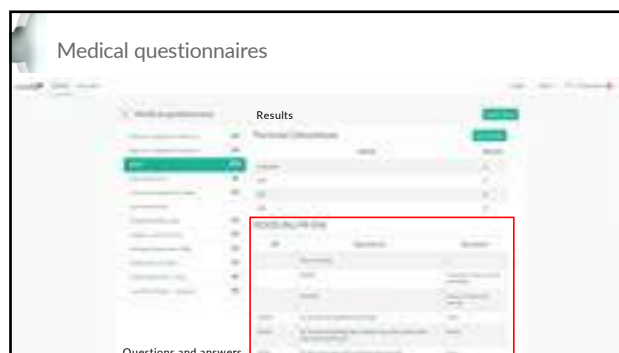


60

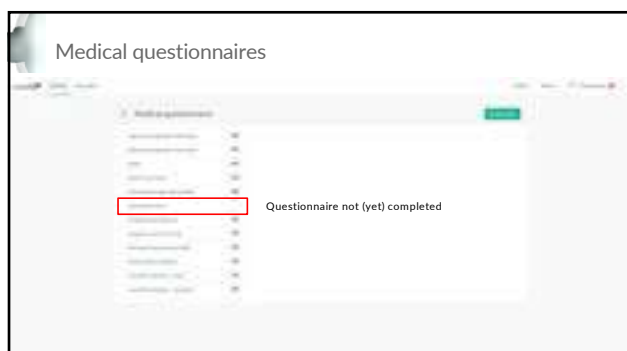




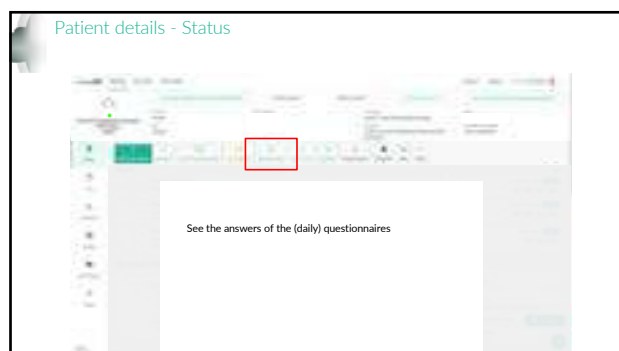
61



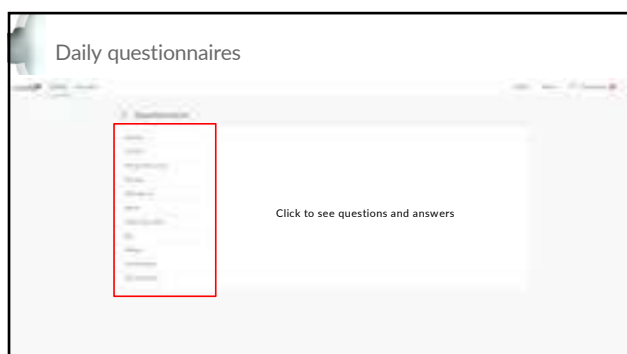
62



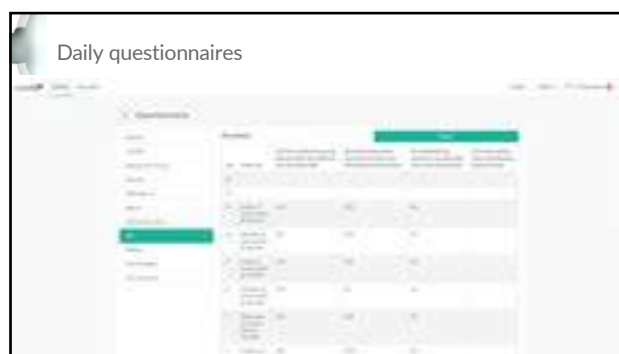
63



64

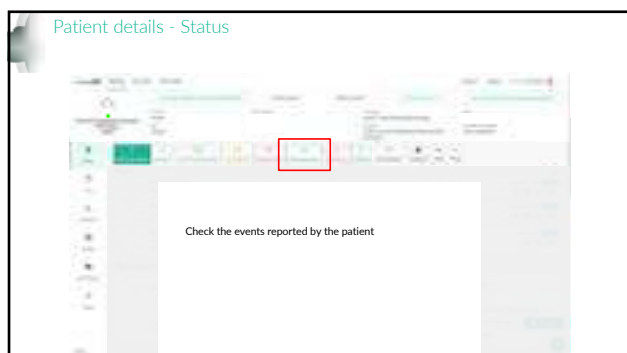


65

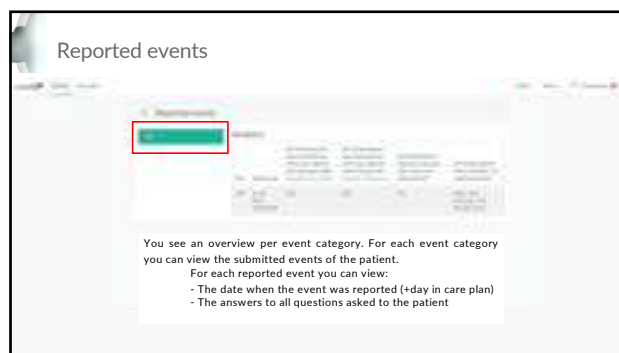


66

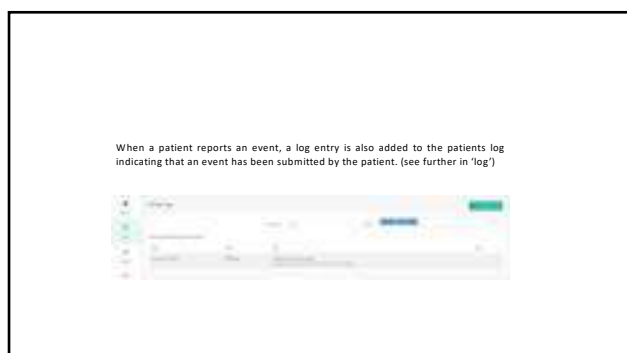




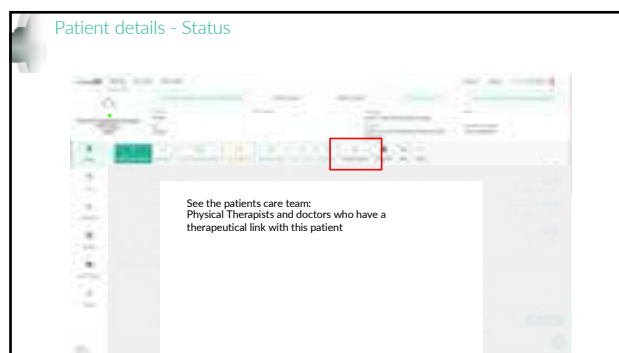
67



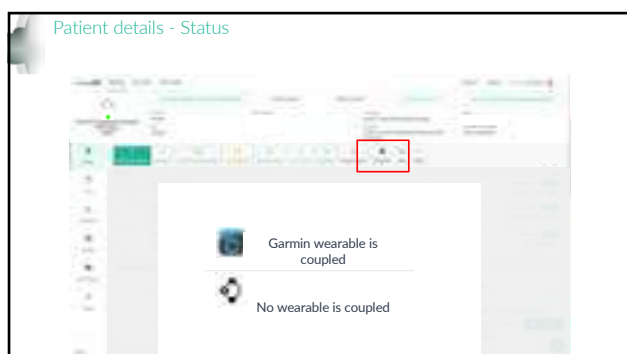
68



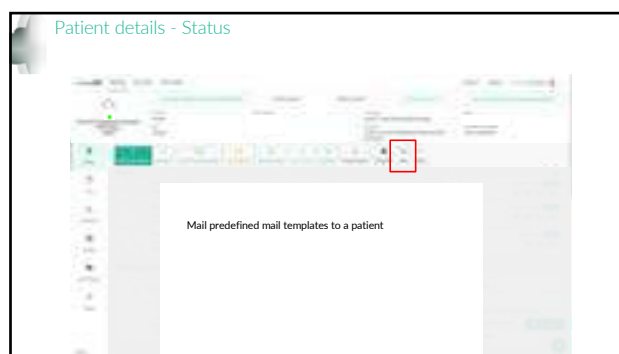
69



70



71



72





# Patient details - Log

73

Patient details- Log

- ✓ Multidisciplinary communication
- ✓ Adjusted exercise scheme or step limit
- ✓ Automatic mail reminders
- ✓ Patient called
- ✓ Administrative actions
- ✓ Flags

74

Patient details - Log

When you flag someone, this automatically appears in the log of the patient:

- GREEN: Solved flag
- RED: Unsolved flag for your discipline
- YELLOW: Unsolved flag for other discipline

75

# Patient details - Report

76

Patient details Report

This is a patient/medical professional report used to inform the main milestones and medical scores of the patient, as well as the evolution of the patient during their treatment with moveUP.

77

The report can be downloaded in pdf form by clicking the "Download report" button. This way you can send the report to the patient.

It's also possible to share the link directly to the report, using the button "Copy report link".

78







**Patient details** Report

The proof of Engagement report gathers the dedication of the care team to the patient on the one hand and the adherence of the patient to the system on the other hand.

The purpose of the report is to be able to **prove activity for reimbursement**. Therefore two main variables are taken into account:

1. Time spent by the HCP by being active on the patient specific pages and by (logged) calling to the patient.
2. Actions by the patient in the app subdivided into: answers on daily questionnaires, sent messages and syncing the activity tracker

An export button copies the displayed table to an excel file

79

**Patient details** Proof of engagement report

In this slider you can select the time frame of which you want to see the actions

To find out what each column means, you can click on the question mark next to the name above the table.

80

**Patient details** Proof of engagement report

Below, you can find a weekly/monthly report that summarizes the actions of a given week, for billing purposes.

81

**Patient details**  
-  
**Careplan**  
patient's adapted treatment

82

**Patient details - Care plan** Exercises

83

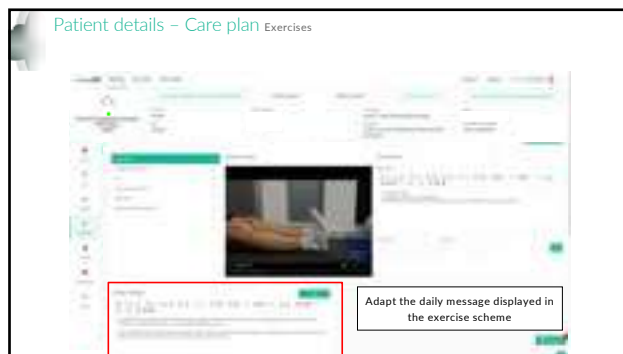
**Patient details - Care plan** Exercises

84

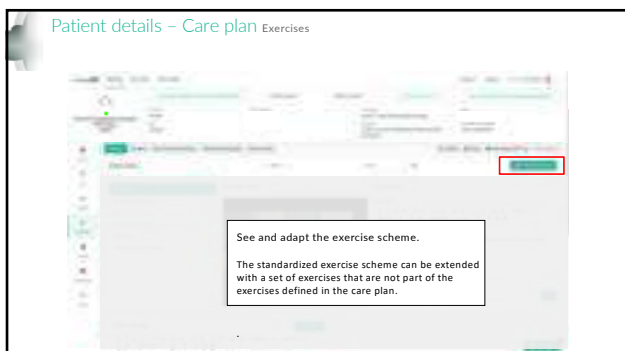




85



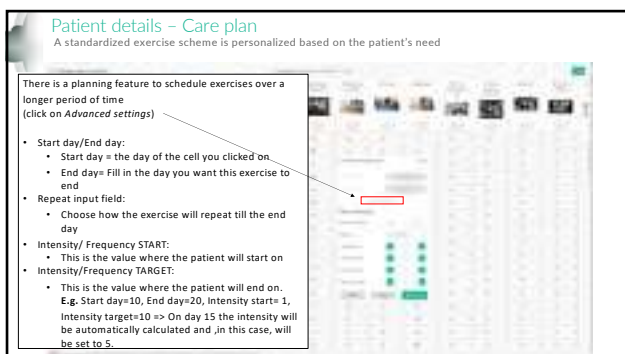
86



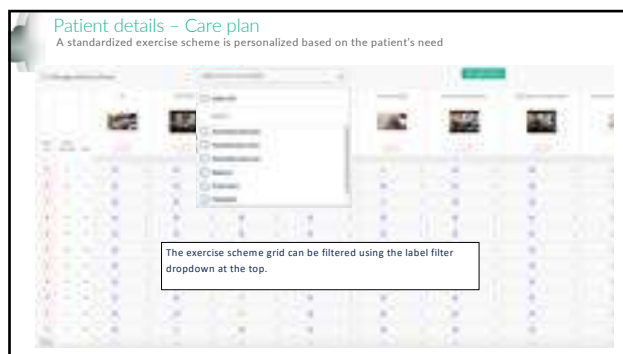
87



88



89



90





**Patient details – Care plan**  
A standardized exercise scheme is personalized based on the patient's need

When selecting a label in the dropdown the displayed exercise columns will be filtered according to the selected exercise labels. Following filter options are available

- **Activated exercises:** Only show exercises that are currently active in the patients scheme
- **Standard exercises:** Only show exercises that are part of the care plans core exercise list
- **Extended exercises:** Only show exercises that are part of the care plans extended exercise list
- **List of labels enabled for the care plan (e.g. Balance, Endurance, ...):** Only show exercises matching the selected labels.

91

**Patient details – Care plan Step goal**

92

**Patient details – Care plan Step goal**

Navigate to previous and coming days

93

**Patient details – Care plan Step goal**

See and adapt the step maximum

94

**Patient details – Care plan Step goal**

By clicking on "Save", you can adjust the number of steps for that day (example: day 5)

95

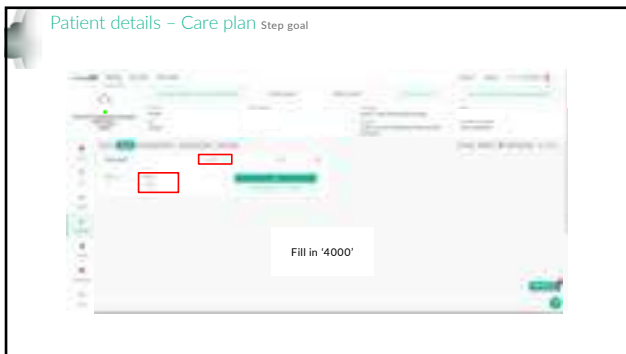
**Patient details – Care plan step goal**

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.

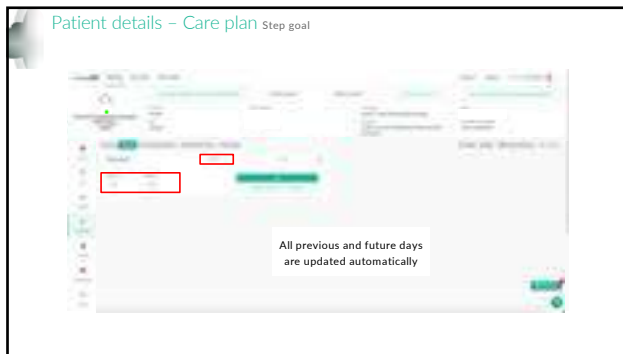
For example you go 10 days further (in this case you navigate to day 15) and set i.e. step maximum to 4000. Then the number of steps escalate progressively until day 15. (See next slides)

96

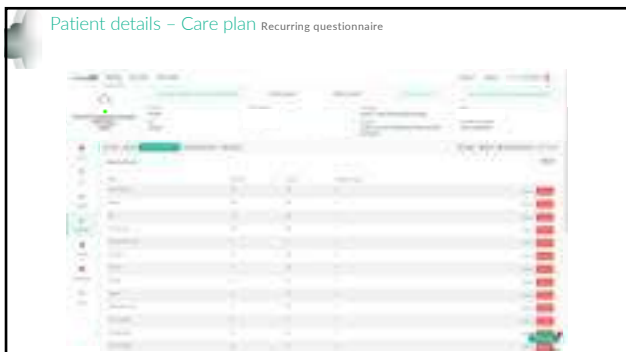




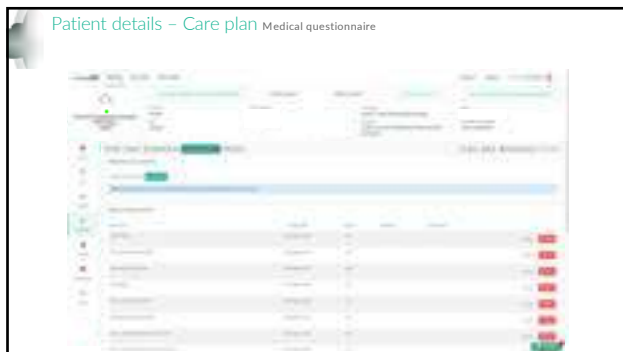
97



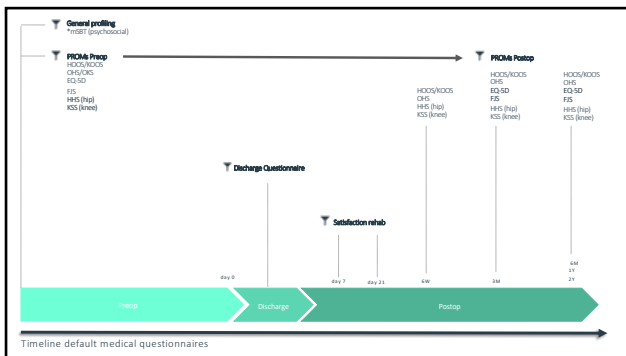
98



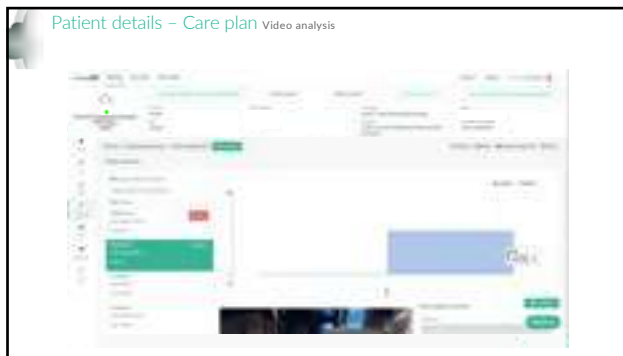
99



100

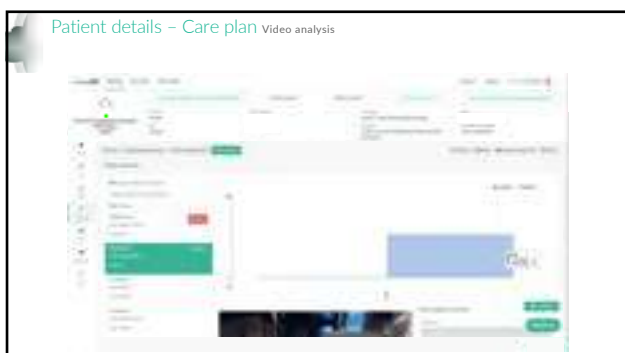


101

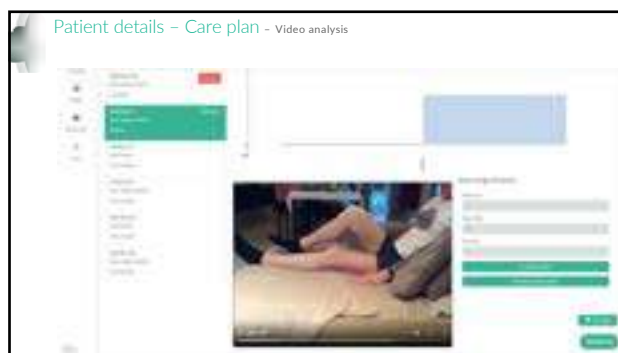


102





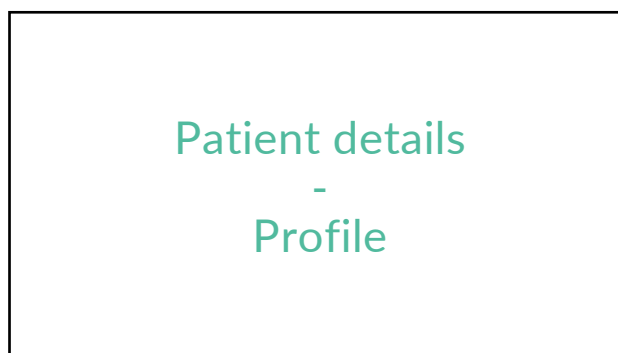
103



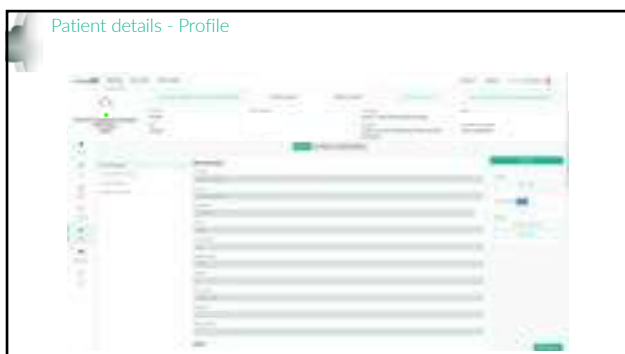
104



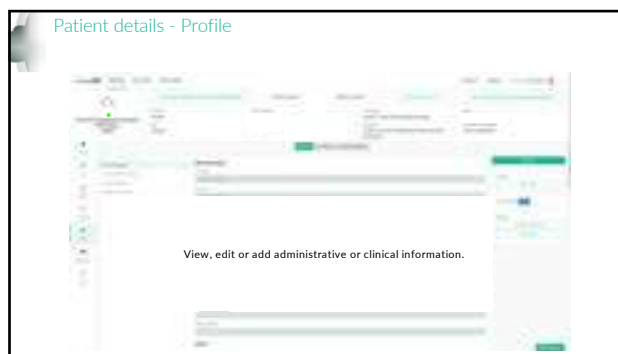
105



106



107



108

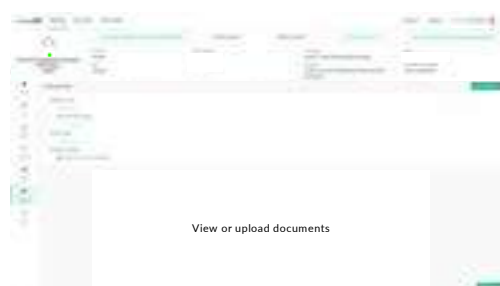




## Patient details - Documents

109

### Patient details- Documents



110

## Patient details - More

111

### Patient details- More



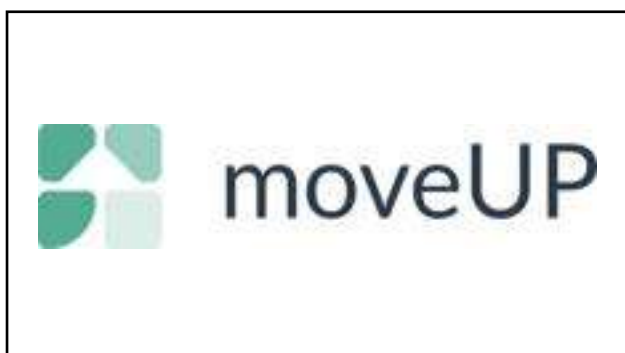
112



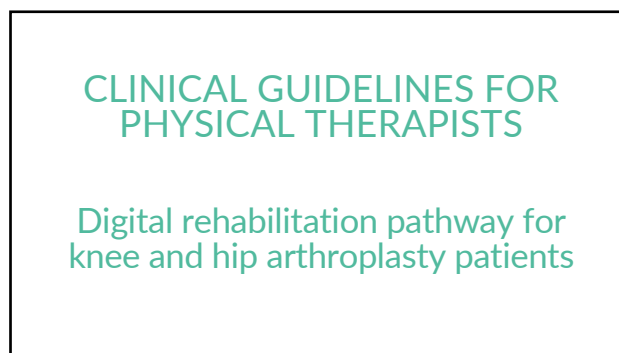
moveUP

113





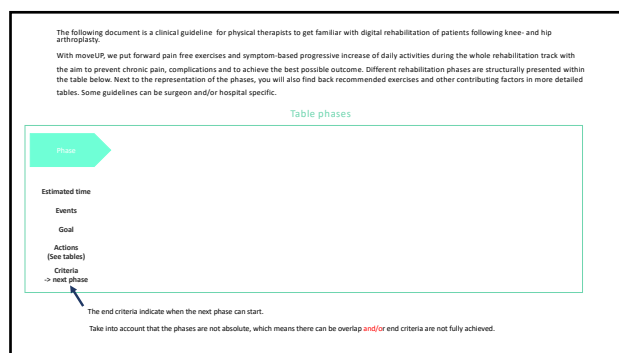
1



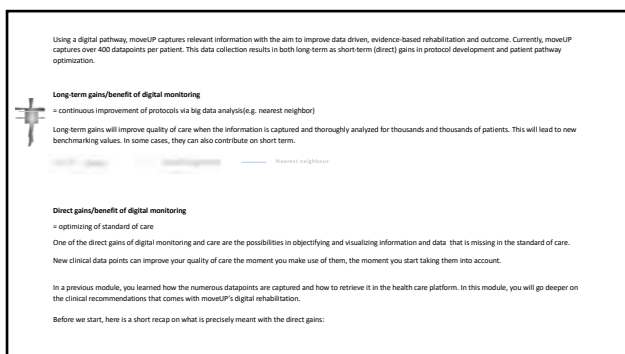
2



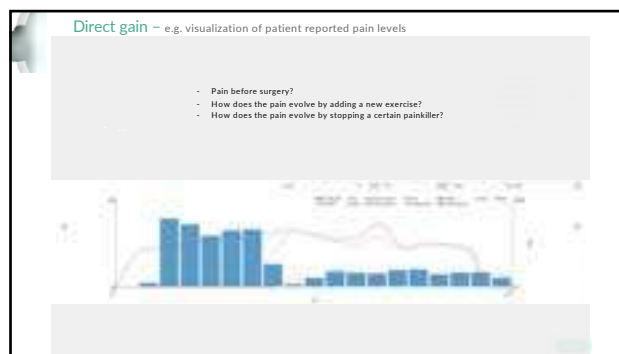
3



4



5



6





**Direct gain** - e.g. visualization of patient reported parameters: Joint warmth, swelling

- Patient's reported warmth and swelling of the operated joint can provide usefull insights on the healing proces.
- See below a decrease in patient's 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 walking aids  
Give advice about transition 2 -> 1 -> 0 crutches/walker  
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

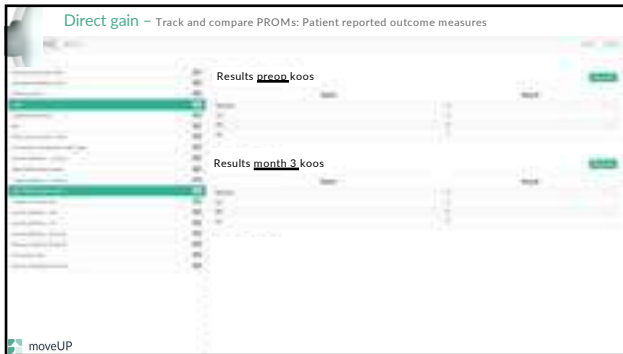
11

**Direct gain** - Evaluate specific PROMs answers

12







13



14

# Knee arthroplasty

Total knee replacement  
Uni knee replacement

15

Preparation	Hospitalization Protection post-surgical knee	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<b>Estimated time</b>	Day 0 - 21	Day 7 - 60	Day 95 - ...
<b>Events</b>	Surgery Hospital stay Discharge First week home Removal of staples	First postoperative consult Week 6 PROMs evaluation	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 Normalized gait pattern Basic balance / coordination	ROM 0 - 110° week 8 Reach full ROM 0 crutches/walker device Regain functional strength
<b>Actions (See tables)</b>	Educate & support patient Supervised use of crutches/walker 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 Ask pictures of swelling/haematoma Add non default exercises	Adapt exercise scheme Resume normal progression Add non default exercises Finalize 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 /a/ or exercises surgeon approval is advised e.g. driving, biking, lunges...

Phases knee

moveUP

16

Preparation	Hospitalization Protection post-surgical knee	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<b>Isometric quadriceps setting</b> - 3 x 10	Ice - 8 x 15 min. Circulation - 8 x 2 min. Heel raises - 3 x 10	Hiq/Knee flexion/extension standing - 3 x 15 Half rounds stationary bike - 2 x 5 min. Hiq/Knee flexion to hip/knee extension - 3 x 10 Hip flexion and knee extension stability exercises on the chair - 2 x 15 Mini squat - 3 x 10 Side toe taps - 3 x 15 Standing march - 3 x 4 min	Stationary bike - 3 x 10 min Squat - 3 x 15 Hip abduction standing - 3 x 15 Step up - 3 x 10 Single leg stance - 3 x 10 Small lunge - 3 x 10 Forward lunge - 3 x 10 Side lunge - 3 x 10 Heeling - 3 x 10

Table knee: Exercises

moveUP

17

Preparation	Hospitalization Protection post-surgical knee	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<b>Activity</b>	1. Preop avg < 4000 + Max steps 1000/day 2. Preop avg 4000 - 5000 Max steps 1500/day 3. Preop avg > 5000 + Max steps 2000/day 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> a. Max steps on hold 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 hold b. Decrease in Max steps Stop PK No NSAID
<b>Medication</b>	PK: WHO 1 - 2 NSAID 2/day - 2 weeks Blood thinning medication	PK: WHO 1 NSAID 1/day - 2 weeks	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>Stationary bike</b>	No bike	Stationary bike no resistance No biking	Stationary bike with resistance 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 - ...

moveUP


18





Preparation	Hospitalization Protection post-surgical knee	Return to daily activity	Return to active lifestyle
Activity	High activity >50% prep Disappointed 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 fixed knee (e.g. pillow under operated joint)	Rest/sleep with a fixed knee (e.g. pillow under operated joint)	Rest/sleep with a fixed knee (e.g. pillow under operated joint)

Table knee: Don'ts – contra-indications



19

### Hospitalization & Protection post surgical knee replacement

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 in prescribed medication, use crutches, put ice and remove and reposition of the operated leg.
- Symptom control: Aim to get pain, warmth and swelling under control as soon as possible. Persisting swelling, pain and warmth will prohibit a smooth rehab. So, control and prevention of these parameters is key.
- Low load mobility: Motivate the patient to execute low load mobility exercises frequently. Changing position regularly will reduce stiffness.

**How?**

**Exercises:** See the exercises in the table. The priority are circulatory and light mobility exercises. Circulatory exercises help drain postoperative blood and swelling and prevent thrombosis. Quadriceps setting stimulates proprioception and maintenance of muscle tone. 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 the first 48 hours.

**Activity:** Guidance in activity is provided by a daily, personalized step maximum. (see table for reference)

**The chat:** is used to educate, motivate the patient, address concerns, answer questions and clarify therapeutic actions.

**The use of crutches/walkers:** should be supervised. Walking aids are important to prevent falling and to lower the load on the knee so soft tissue get time to heal.

**Gait pattern:** Check on heel-to-toe gait pattern and on neutral foot positioning during video analysis.

**Knee range of motion:** is recorded by weekly video inquiries. The first mobility check is done at day 2, this first check is a reference point to track improvement. During RDM analysis, also look for movement flunty (e.g. signs of fear or discomfort), early soft 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 the pain under control? → In the first 48 hours can be triggered to give advice on medication. Most patients are advised to start with third step 2 paracetamol. Step 2 paracetamol can temporarily help high pain persisting patients.
- If a patient reports a 'red flag'? Always flag 2nd line doctors in cases of a bleeding wound, picture of wounds, genetic problems, reports of fever, postop nausea, visit to general practitioner, medication advice or any other sign of complication.
- If regarding the wound care: a picture of the wound after removal of electroclips should be asked. Most wounds are stapled. The staples are removed starting from 18 days to 21 days postoperatively, until staples are removed a patch should cover the wound. In most cases the patch should be changed until this day (unless specified by surgeon).




20

### Common actions Hospitalization & Protection post surgical knee

Exercises (see table)	Messages	Check
Default scheme	Questions	Therapy Compliance
High activity → no more need for circulatory exercises	<ul style="list-style-type: none"> <li>How did surgery go?</li> <li>Medicall when home?</li> <li>How are the exercises going?</li> </ul>	
	Feedback	Picture Video RDM Early RDM (progression RDM not necessary) Swelling Warmth
	Stimulate	Use of crutches Medication intake Daily activity and step max
	<ul style="list-style-type: none"> <li>To remove</li> <li>Adherence of step limit</li> <li>Adherence of use of walking aids</li> <li>Swelling &amp; stiffness</li> <li>To not provoke pain</li> <li>To take medication as prescribed</li> </ul>	

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.

- Pursue a continuous decrease in symptoms and pain while reducing WHO type 1-2 medication to a minimum next to increasing load by new exercises and allowing higher activity.
- Support the patient finding the right balance between rest and activity.

**How?**

**Exercises:** Find back the exercises in the table. Personalize (advance or delay) them in the exercise scheme based on the daily parameters. A maximum of 4 exercises / day is advised. With movement, we strive to control and gain the exercises during the whole rehabilitation. Therefore, when returning exercises from previous phase and/or adding new exercises, a positive emotion should still be noticeable. Performing any of the exercises should not provoke pain, induce warmth and/or swelling, ting and reversion of the operated leg is still advised to give these parameters fully under control.

**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 pain activity during the whole rehabilitation (see table for reference).


**The messaging function:** is still commonly used to educate the patient, address concerns, answer questions and clarify therapeutic actions.

**Gait pattern:** Check on heel-to-toe gait pattern and on neutral foot positioning during video analysis. Check on compensation.

**The use of crutches:** Transition from 2 to 1 and to no crutches should be motivated when patient is safe.

**Knee range of motion:** 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 aided with instructions to also focus on full extension while walking and standing. During active or passive flexion mobilization, it is not advised to force and/or to go into the pain zone.

Besides daily step collection and visualization, during this phase, patient's evolution is tracked by postoperative PROM collection. Compare the pre to postoperative results and give feedback to the patient. In most cases reassurance of time of progression is sufficient. At the end of this phase, the biggest gains have been made but naturally, patients should still experience improvements. Most patients perceive improvement over 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	Questions	Reaction on adaptations in the exercise scheme wound
	Feedback	
Basic strength Proprioception Adaptation	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gradual increase in exercises and activity</li> <li>Paracetamol medication lowered to occasional use of NSAIDs type 3 medication</li> <li>Reassurance and supporting when there are ups and downs</li> <li>PROM results</li> <li>Trend 2 → 2 Crutches</li> <li>Heading towards excellent result</li> </ul>	PROM: prep vs week 6
Delay exercises which increases pain, warmth, swelling	Stimulate	Knee ROM (RT) before week 4 Gait pattern
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gradual build up basic strength and ADL without pain</li> <li>Motivate ROM in ADL</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, etc.

Transition Return to daily activity -> Return to active lifestyle

25

### Return to active lifestyle

in a 2<sup>nd</sup> postoperative phase.

- Focus on functional strengthening exercises.

**Exercises:** Find back the exercises in the table. Gradually add the exercises one by one, while closely following the patient's parameters in the graph or table. Do not forget to remove exercises from exercises phase. A maximum of 4 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, leg can still be swollen at the end of a busy day.**

**Activity:** Stimulate a gradual increase in activity. Give recommendations about physical activity in general.

**The messaging function:** During this phase, reassurance of normal progression is often needed. Point out the fact that most patients reach a positive evolution up to 3 year after surgery.

**Gait pattern:** Check on heel-toe gait pattern and on neutral foot positioning during video analysis. Check on compensation.

**Range of motion:** While swelling and pain are reduced to a minimum, mobility should have evolved to 0 - 110° at around week 8-10. Consider that the achievable ROM greatly depends on the patient's preop 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	<b>Questions</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• How was the 3m course?</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	<b>Feedback</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Right timing 1 -&gt; 0 crutches</li> <li>• PROMs 3 month</li> </ul> <b>Stimulate</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Back to work</li> <li>• Full ACL update</li> </ul>	Videos ROM Videos gait Patient satisfaction
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Functional ROM (110° + full extension)</li> <li>• Normal gait pattern</li> </ul>

Actions Return to active lifestyle

27

### APPROACH knee arthroplasty

**Preop day -4 to day -1:** Functional strength & mobility: Abduction, quadriceps setting, isometric gluteus, stationary bike, knee extension posture

**Surgery - hospital stay: day 0 to day 5-6:** Preop hospital (DCLP) starts  
Elevation and circulation

**Symptom control, proprioception and mobility: day 0 to day 21:**  
 - Ice application: Rest and Regular Low Load Movement  
 - Gait correction: Quadriceps setting

**Basic strength and mobility: day 7 to day 60:**  
 - Functional ROM (Swim/bathing and back-up of ACL)  
 - Basic mobility: Heeling, single foot, extension posture  
 - Basic strength: Side toe taps, mini squat...

**Functional strength from day 35:**  
 - Low load to higher load  
 - Functional strength (single leg, stairs, jumps, lunges, bridging)

**Timeline:** Day 0 (Surgery) - Day 7-10 (Return to daily activity) - Day 35 (Return to active lifestyle)

28

## Hip arthroplasty

Anterior protocol

- DAA
- ALA

Posterior protocol

29

Preparation	Hospitalization Protection post-surgical hip	Return to daily activity	Return to active lifestyle
<b>Estimated time</b>	Day 0 - 21	Day 10 - 60	Day 35 and on...
<b>Events</b>	Surgery Hospital stay Discharge First week home Removal of staples	First postoperative consult	Second postoperative consult Back to work Driving car
<b>Goal</b>	Protection post-surgical hip Prevent complications Pain & symptoms control Proprioception	Gradually have no more pain <2/10 Gradual stop medication Basic strength Normalized gait pattern Prevent/minimize groin pain Basis balance / coordination	Full ROM 0 crutches Functional strength
<b>Actions (See tables)</b>	Educate & support patient Supervise use of crutches/walker Supervise medication intake Provide pain free exercises Control activity level Check wound Gait check	Educate & support patient Advise 2 crutches -> 1/0 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

Phases hip

30





Prep	Hospitalization Protection post-surgical hip	Return to daily activity	Return to active lifestyle
Ice - 4 x 15 min. Circulation - 4 x 2 min. Heart rates - 3x10	Isometric gluteus settings - 3 x 15 Isometric quadriceps settings - 3 x 10 Side toe taps - 3 x 15 Triple flexion lying - 3 x 10	Half rounds stationary bike - 2 x 5 min External rotation - 3 x 15 Hip abduction standing - 3 x 15 Hip flexion to hip extension - 3 x 10 Lower limb standing - 3 x 15 Hip flexion and knee extension mobility exercise on the stairs - 3 x 15 Mini squat - 3 x 15 Balancing - Single leg stance - 3 x 10 Standing march - 3 x 2 min.	Stationary bike - 3 x 10 min Squat - 3 x 15 Single leg stance - knee off - 3 x 15 Small lunge - 3 x 10 Forward lunge - 3 x 10 Side lunge - 3 x 10 Bringing - 3 x 10 Step up - 3 x 10

Table hip APPROACH: See differences Anterior - Posterior

31

## Differences in surgical approach

Anterior protocol	Posterior protocol
<p><b>More prone for hip flexor irritation</b></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>More prone for abductor weakness and/or irritation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Avoid hip flexion past 90 degrees</li> <li>Avoid external rotation past neutral</li> <li>Avoid abduction 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	Hospitalization 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 avg &lt; 4000:           <ul style="list-style-type: none"> <li>Max steps 1000/day</li> </ul> </li> <li>Preop avg 4000-10000:           <ul style="list-style-type: none"> <li>Max steps 1500/day</li> </ul> </li> <li>Preop avg &gt; 10000:           <ul style="list-style-type: none"> <li>Max steps 2000/day</li> </ul> </li> </ol> <p>From day 5: + 100 steps/day</p> <p><b>Medication</b></p> <p>PK WHO 1-2 NSAID 2/day - 2 weeks Blood thinning medication</p> <p><b>Mobility</b></p> <p>Pain free mobility exercises without forcing</p> <p><b>Crutches</b></p> <p>2 crutches</p> <p><b>Stationary</b></p> <p>No stationary bike</p> <p><b>Biking</b></p> <p>Car</p>	<p>Gradual increase until 50-100% preop steps</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>PK WHO 1 NSAID 1/day - 2 weeks</p> <p>Pain free mobility exercises without forcing</p> <p>2 or 1 crutch</p> <p>Stationary bike no resistance</p> <p>Driving (when feeling safe to do so) *Check the need for surgeon or car insurance approval</p>	<p>Gradual increase until 75%- 100% or &gt; preop steps</p> <p><b>Positive evolution:</b> +200-200 steps / day</p> <p><b>Negative evolution:</b> a. Max steps on hold b. Decrease in Max steps</p> <p>Stop PK No NSAID</p> <p>Pain free mobility exercises without forcing</p> <p>No crutches</p> <p>Stationary with resistance</p> <p>Biking after surgeon approval</p>	<p>Jumping Running "high" loading activities or sports → Surgeon dependent</p> <p>Pain provoking exercises Exercises inducing pain after execution</p> <p><b>Anterior don'ts:</b> Repetitive hip flexion</p> <p>a. Excessive ranges b. <b>POSTERIOR don'ts:</b> Hip flexion &gt;90° Extension &gt; neutral Adduction &gt; midline</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>Pain provoking movements or exercises</p>

Table hip: Activity - Medication (\*see addendum) - Crutches -

33

Preparation	Hospitalization 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><b>Exercises</b></p> <p>Pain provoking exercises Exercises against heavy resistance Straight leg raises (SLR)</p> <p><b>Anterior don'ts:</b> Repetitive hip flexion</p> <p><b>Mobility</b></p> <p>a. Excessive ranges b. <b>POSTERIOR don'ts:</b> Hip flexion &gt;90° Extension &gt; neutral Adduction &gt; midline</p> <p><b>Crutches</b></p> <p>No use of crutches</p> <p><b>Pain</b></p> <p>Pain provoking movements or exercises</p> <p><b>Sleep</b></p> <p>Sleeping on non-op and/or on side (surgeon dependent)</p>	<p>High activity &gt; 100% preop</p> <p>Biking</p> <p>Pain provoking exercises Exercises inducing pain after execution</p> <p><b>Anterior don'ts:</b> Repetitive hip flexion</p> <p>a. Excessive ranges b. <b>POSTERIOR don'ts:</b> Hip flexion &gt;90° Extension &gt; neutral Adduction &gt; midline</p> <p>No use of crutches with dysfunctional (limping) gait pattern or for long distances</p> <p>Pain provoking movements or exercises</p> <p>Sleeping on non-op and/or on side (surgeon dependent)</p>	<p>Jumping Running "high" loading activities or sports → Surgeon dependent</p> <p>Pain provoking exercises Exercises inducing pain after execution</p> <p><b>Anterior don'ts:</b> Repetitive hip flexion</p> <p>a. Painful excessive ranges</p> <p>No use of crutches with dysfunctional (limping) gait pattern</p> <p>Pain provoking movements or exercises</p>	<p><b>Table hip: Don'ts - Contra-indications</b></p>

34

## Hospitalization & 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 elevate 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:
  - Hip anterior approach: See table don'ts
  - Hip posterior approach: See table don'ts

How?

**Exercise:** 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. Warming and stretching exercises help maintain range of motion and muscle tone. These exercises are automatically active in the exercise scheme. Exercise against resistance or that provoke pain, swelling, stiffness and warmth are to be avoided, including during a knee-to-face stretch. Guidance in activity is provided by a KPI, personalized step maximum. (see table for reference)

The message is used to inform, motivate the patient, address concerns and answer questions.

The use of crutches/walkers should be supervised. Walking aids are important to prevent falling and lower the load on the hip so each visit get time to hear and subsidence is avoided.

**Wound pattern:** Check on heel-toe gait pattern and an overall floor posturing during video analysis.

What to do...

- A patient doesn't manage to get his pain under control? And the doctor can be triggered to give advice on medication. Most hip patients are advised to start with 1x100mg 3x paracetamol. Step 2 paracetamol can temporarily help high pain perceiving patients.
- A patient reports a "red flag"? Always flag 2nd line doctors in cases of a bleeding wound, picture of wound, gastric problems, reports of fever, postop nausea, visit to general practitioner, medication advice.

1) Regarding the wound care a picture of the wound after removal of stitches/staples should be asked. Most wounds are stapled. The staples are removed starting from 24 days to 21 days postoperatively. Small staples are removed a patch above over the wound in most cases the patch should not be changed until the day (unless specifically noted to change). Some wounds are

35

## Common actions Hospitalization & Protection post surgical hip

Exercises	Messages	Check
<p>Default scheme</p> <p>High activity &gt; no more need for circulatory exercises</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><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>Adherence of step limit</li> <li>Adherence of use of crutches</li> <li>Long &amp; elevation</li> </ul>	<p>Therapy Compliance</p> <p>Picture hematoma Swelling Warmth</p> <p>Use of crutches Medication intake Daily activity and step max</p>

Actions Hospitalization & Protection post-surgical hip

36





Protection post-surgical hip → Return to daily activity

- ✓ Protection & education
- ✓ Pain & symptom control

### 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

In a second postoperative phase,

- Pursue a continuous decrease in symptoms and pain while reducing WHO type 1-2 medication to a minimum, need to increasing load by new exercises and allowing higher activity.
- Now 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.

• **Activities:**

- Hip anterior approach: See table doc/1
- Hip posterior approach: See table doc/1

How?

**Exercise:** Find back the exercises in the table. Personalize (advance or delay) them in the exercise scheme based on the daily parameters. With in case, we believe in controlled and passive exercises during the whole rehabilitation. Therefore, adding new exercises, a positive evolution should still be noticeable and performing the exercises should not provoke pain, induce warmth and/or swelling. Stop and reassess if the operating leg is still swollen to get these parameters fully under control.

• **Hip Anterior:** Focus on hip abductors, provoke anterior region less.

- Groin pain is often seen after hip arthroscopy, temporary, avoid exercises which provoke groin pain.

**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 pain activity during the whole rehabilitation (see table for reference).

**The messaging function:** is still commonly used to motivate the patient, solve concerns and answer questions.

**The use of crutches:** Transition from 2 to 1 and to no crutches should be motivated as 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.

Under 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
<p>Adapt exercise scheme: Advance or delay phase 2 exercises</p> <p>Basic strength Preparation Mobilization</p> <p>Delay exercises which increases pain, stiffness, swelling</p>	<p><b>Questions</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• How was first postoperative consult?</li> </ul> <p><b>Feedback</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gradual increase in exercises and activity</li> <li>• Paracetamol medication (avoided 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; 1/3 crutches</li> <li>• Heading towards excellent result</li> </ul> <p><b>Stimulate</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gradual build up basic strength and ADL without pain</li> <li>• Motivate RCM in ADL</li> </ul>	<p><b>Check</b></p> <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: prep vs week 6</li> <li>• Gait pattern</li> </ul>

Actions Return to daily activity

39

Return to daily activity → Return to active lifestyle

- ✓ Minimum of pain
- ✓ Painkilling stopped or limited use

### 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, etc.

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

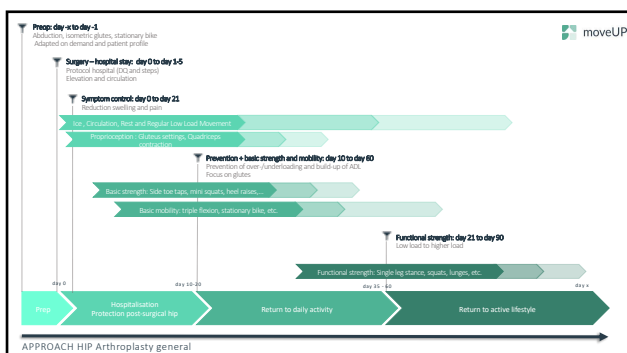
### Common actions Return to active lifestyle

Exercises	Messages	Check
<p>Functional strengthening</p>	<p><b>Questions</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• How was first consult?</li> <li>• How far from your goal/expectations?</li> <li>• Any movement/activities which are still difficult/painful?</li> </ul> <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 ADL uptake</li> </ul>	<p><b>Check</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Video gait</li> <li>• Patient satisfaction</li> <li>• Functional RCM</li> <li>• Normal gait pattern</li> </ul>

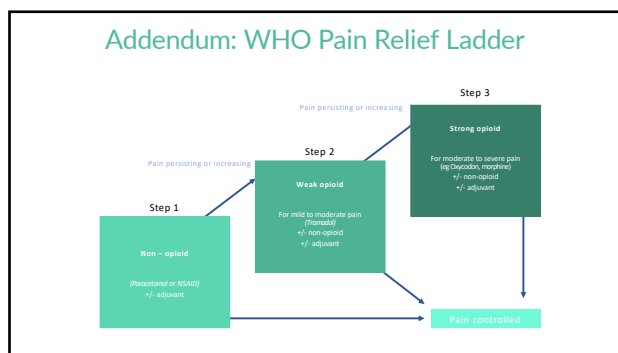
Actions Return to active lifestyle

42

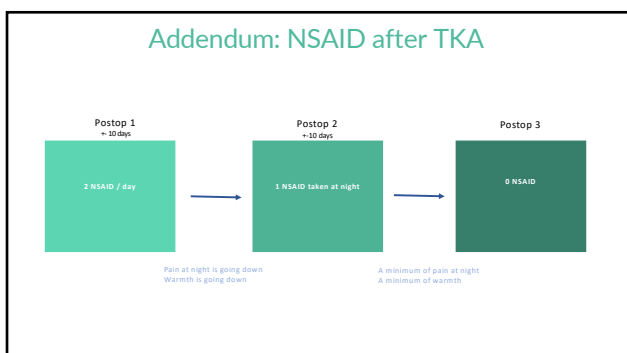




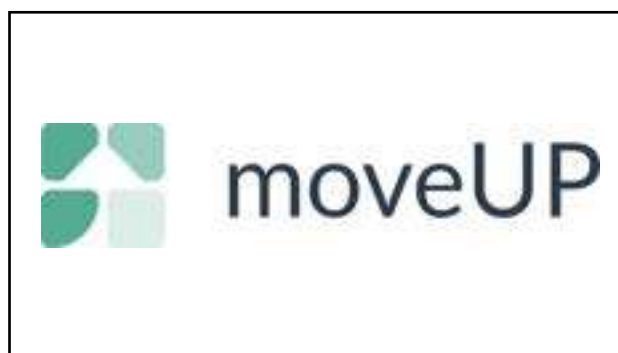
43



44



45



46





## How to onboard a new patient on the moveUP platform?

- ✔ Onboarding is the process of registering and starting a new patient in the moveUP platform. After registering a patient in the platform, an invitation mail can be send. In this mail, the patient will receive all the needed information to install and activate the moveUP application.

## 1. Create a new patient in the onboarding functionality

- Surf to: <https://patient-onboarding-admin.moveup.care>.
- Fill out your moveUP login credentials and click “Login”.
- Click “New patient”.

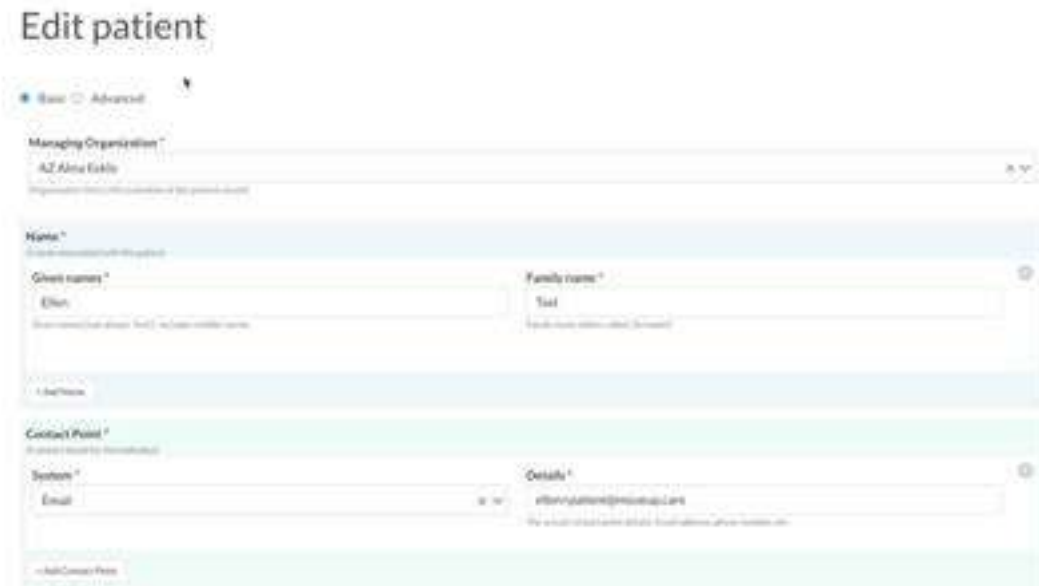


*Create new patient*

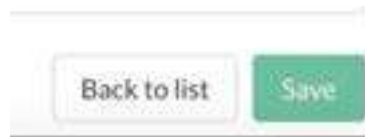


## 2. Fill out the patient's details

- Fill out the patient's details.
- Click 'save'.



*Edit patient details*



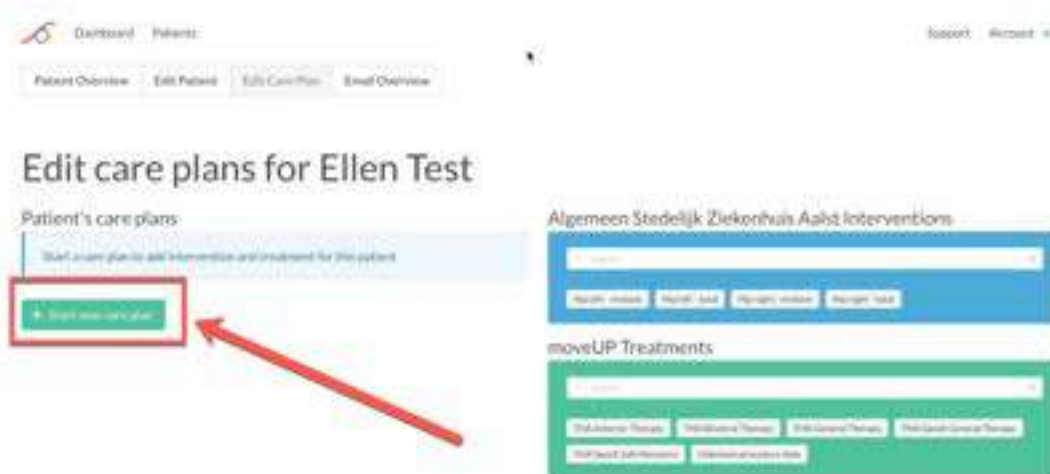
*Save patient details*

- ⓘ Only one account can be coupled to an e-mail address. It is not possible to reuse an e-mail address that is already known within the moveUP database, e.g.: reusing the same e-mail address for the account of a partner or parent.

### 3. Add a new care plan to the patient

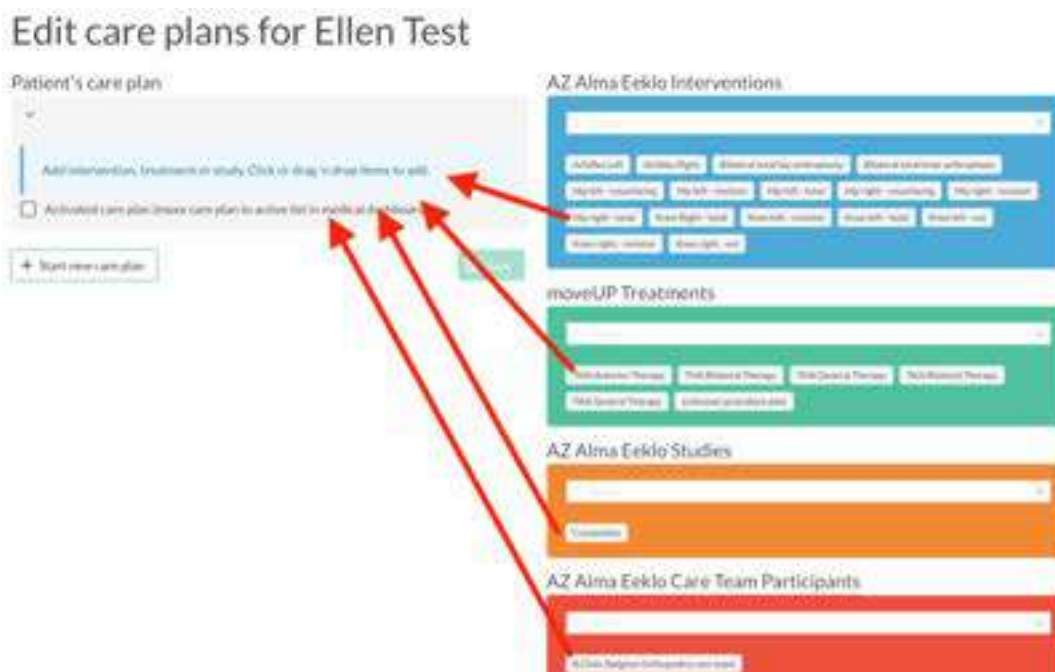
- ✓ A care plan is a crucial part of the digital care journey of your patient. A care plan determines what will be visible for your patient in the moveUP application, e.g.: type of exercises, information modules, message functionality, etc. A care plan usually consists out of an intervention, a moveUP treatment and (a) care team(s).

- The “Edit Care Plan” tab will automatically open after entering patient’s details.
- Click “Start new care plan”.



*Create a new care plan*

- Drag and drop an intervention to the care plan.
  - Fill out the intervention date (e.g.: operation date) and the name of the treating doctor (e.g.: surgeon).



*Drag and drop to create a care plan*

# Edit care plans for Ellen Test

Patient's care plan

Knee Right - total, TKA General Therapy

Intervention: Knee Right - total

Date: dd/mm/yyyy

Doctor

Treatment: TKA General Therapy

Start Date: dd/mm/yyyy

Code

ICD: List Paradigm

Activate care plan (press care plan to activate for medical dashboard)

+ Start new care plan

AZ Alma Eekko Interventions

moveUP Treatments

AZ Alma Eekko studies

*Add type of intervention, date of intervention and doctor*

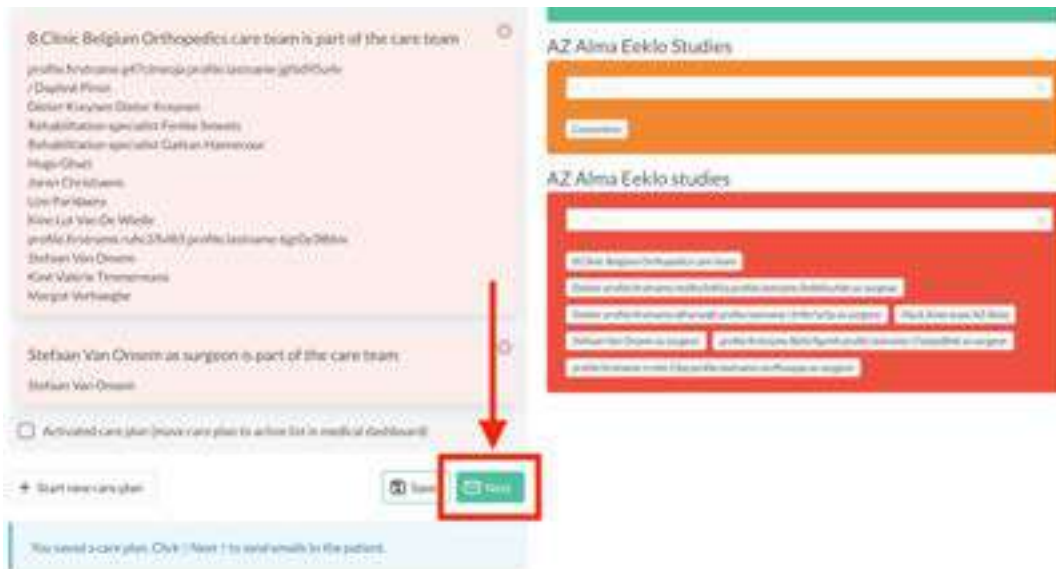
- Drag and drop a moveUP treatment.
  - REMARK: The treatment's start date is set automatically to today's date if you don't fill it out. In most cases, it is not needed to set a date. This is only done in case the intervention or intervention date is not yet known.
- Drag and drop a study if applicable.
- Drag and drop care team(s) or care team participants.
- Click 'save'.

- ✓ Care team participants determine which healthcare providers will have access to the patient's account on the moveUP platform. The type of moveUP healthcare providers accounts determines which data this healthcare provider can access. Someone with a support role (e.g.: moveUP support staff) will not have access to the same data as the treating surgeon for example.

Care team participants are added automatically based on the type of intervention, however it is possible to manually add or remove a healthcare provider from the patient's care team if needed.

## 4. Send an invitation email to patients

- Once a care plan is saved, click on “Next”.



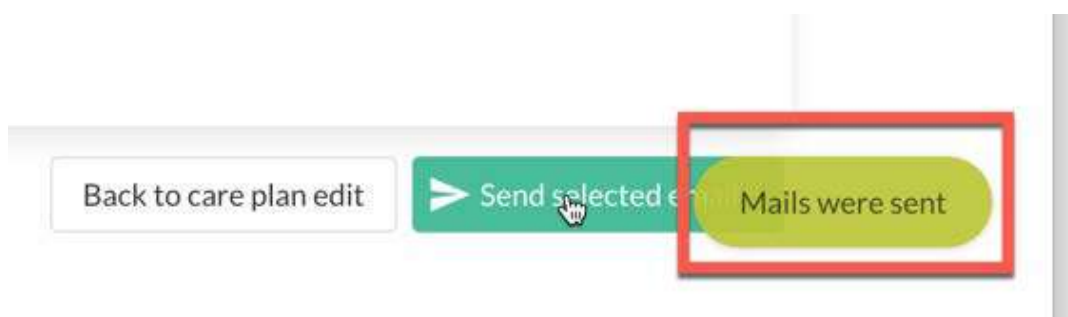
*Click on 'Next'*

- A template of the email(s) that will be sent to the patient is shown.
- Click on “Send selected email(s)” to send the emails to the patient.



*Email template proposal*

- A message “mails were sent” will appear for a few seconds so you know the mails are successfully sent.



*Confirmation mail(s) sent*

## 5. What happens next?

The patient will receive an **invitation email** with

- **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.

In case the moveUP treatment of your patient also uses an **activity tracker**, the patient will receive a second email with :

- **Link to order activity tracker** and confirm his/her subscription– With an order form for the activity tracker.





## How to stop the treatment of a patient?

To stop the follow-up of your patient, **there are two mains steps** to follow.

### Table of Contents



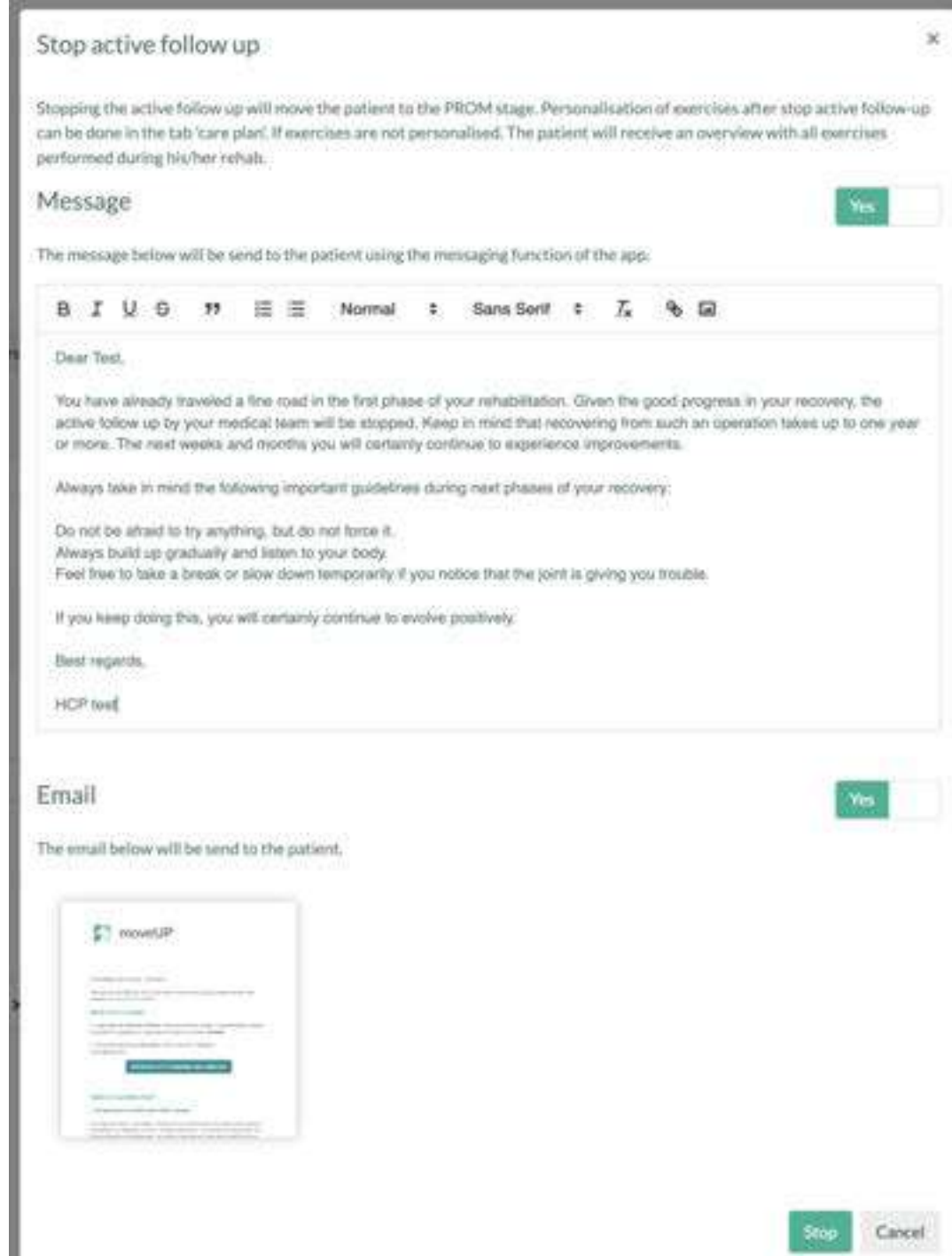
1. Stop active follow-up in care plan tab
2. Fill out the stop form
3. Optional: Adjust exercises for the patient if you want to personalize them
  - Personalize general exercise message for patient
  - Personalize the available exercises to a patient

## 1. Stop active follow-up in care plan tab


1. Go to the Care plan tab
2. Click on “Stop active follow up” in the top right of the Care plan tab.



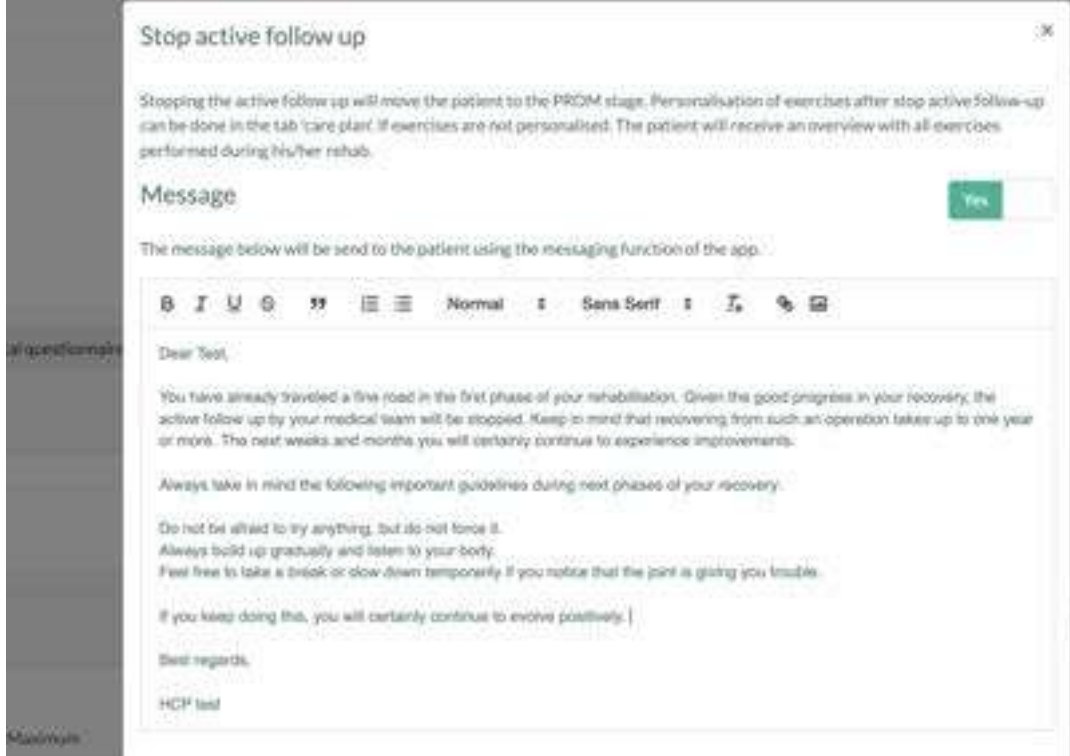
3. The following pop up will appear.



4. A default chat message will be set on “Yes” and below it you may read the chat message that will be sent to the patient when clicking “stop” at the bottom. You can also edit this message if you want to personalize it. If you don’t want to send a chat message you can toggle this option to “No”.

 The message is designed for a patient that is doing well at the end of his rehabilitation. In case of opt-out, early end of follow-up, etc., this message really needs to be adapted or toggled off.





5. In addition, a default email with administrative info will be sent to the patient (e.g. how reimbursement and invoicing are arranged, how to send back the activity tracker etc.). If you don't want to send this e-mail, you can toggle it off.



6. If you are ready to stop the active follow-up, you can click on "Stop".



✓ The patient will no longer be listed in the “Therapy” tab. You can now find him in the “PROM” tab or also in the “All” tab.

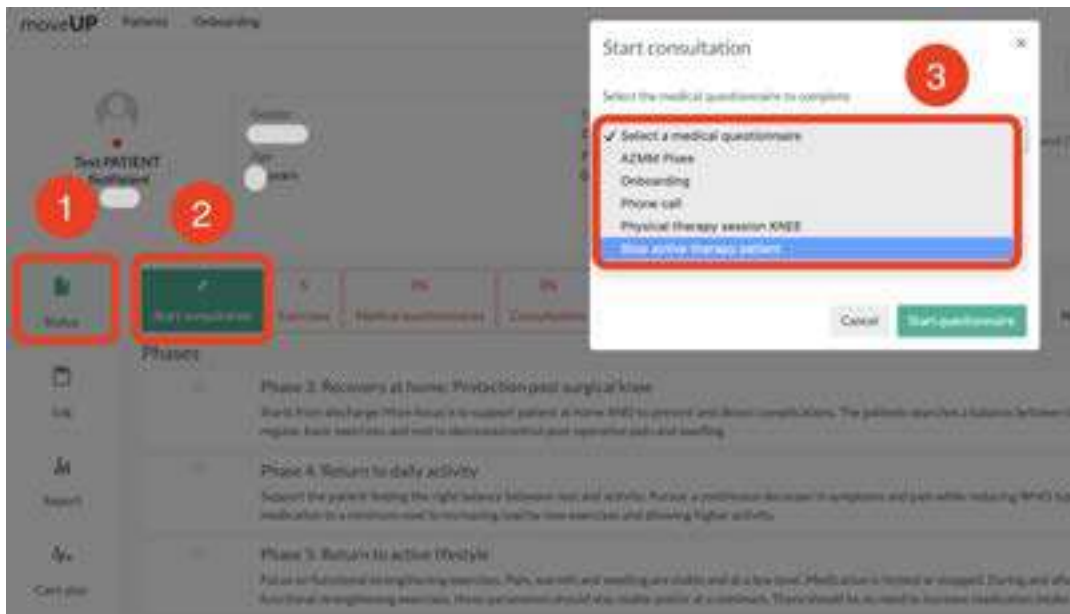
i In case of opt-out, early end of follow-up or if your patient does not wish to receive any more emails from moveUP, you must complete his follow-up. The patient will appear in the “Completed” tab.



## 2. Fill out the stop form

To fill out the form:

1. Go to the status tab
2. Click “start consultation”
3. Choose “Stop active therapy patient”



### 3. Optional: Adjust exercises for the patient if you want to personalize them

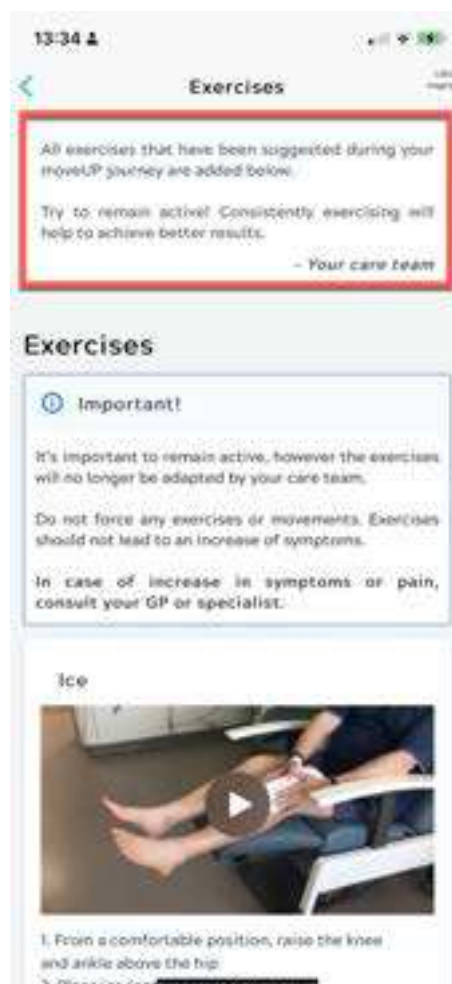
Once the active follow-up has been stopped, we still want the patient to have access to the exercises executed during their rehabilitation. By default, the patient will see an overview of these exercises.

### Personalize general exercise message for patient

If you want to personalize the message the patient sees in his app, you can do this by adding your message in the medical dashboard in the care plan tab.



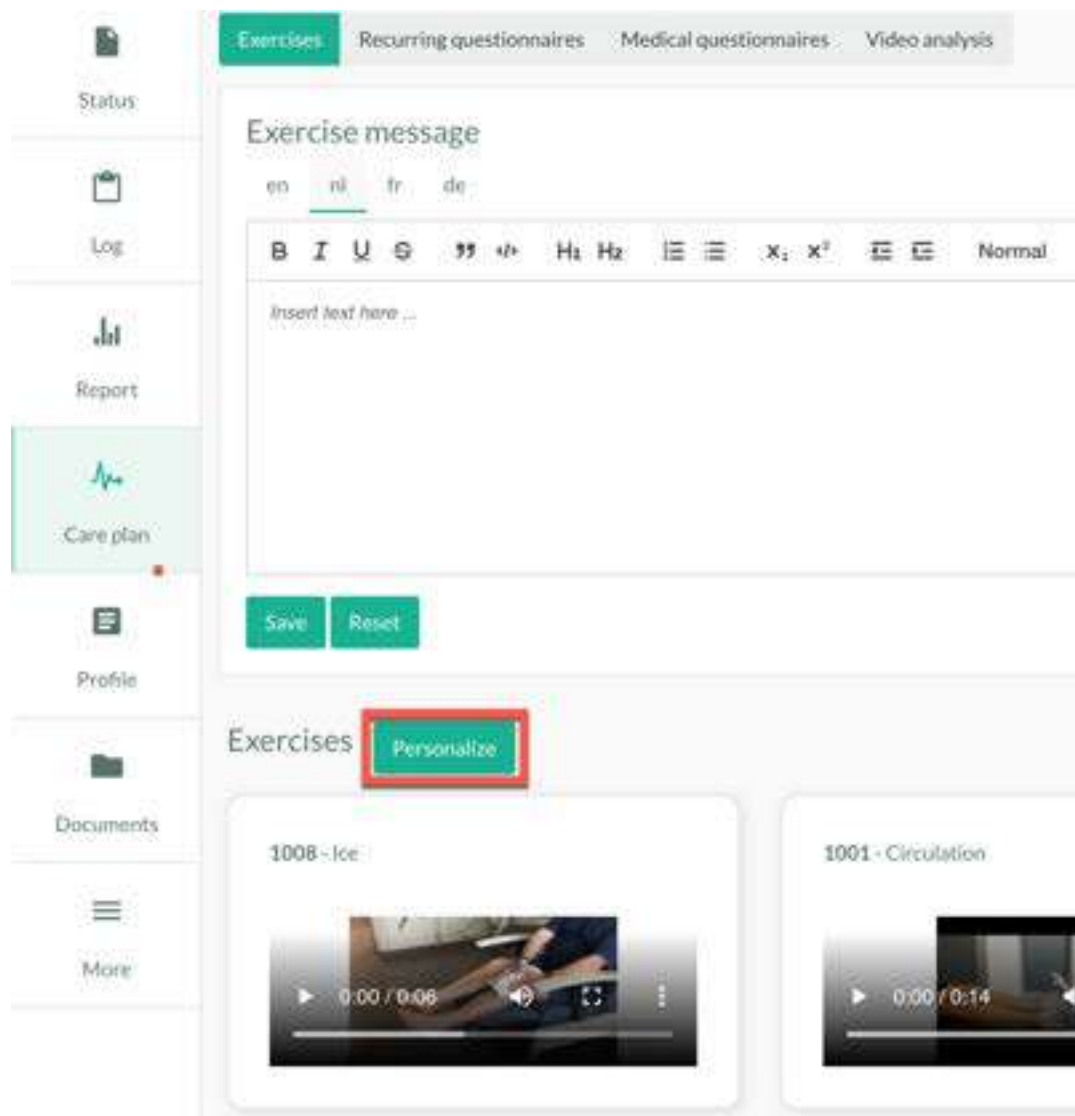
The patient will see this message like this in the app:



## Personalize the available exercises to a patient

To make sure the patient has the best experience possible, try to personalize which exercises the patient will see (by default it will be all exercises that were active during active follow-up). It is also possible to include a message related to the specific exercises.

To personalize the exercises click “personalize” in the care plan tab.



To change the available exercises you can:

- Add exercises: click on the + (1)
- Remove exercise: click on the x (2)
- Add personal message to an exercise: click edit (3)




In the pop-up menu that appears you can type a personal message that goes with that exercise:

**Add exercise** ✕

Patient app preview


Ice



0:00 / 0:06






1. Froos a comfortable position, raise the knee and ankle above the hip
2. Place ice (not directly on the skin!)
3. Ice is important to reduce swelling, warmth and pain.



Available exercises



1008  
Ice

Message:

**B I U**     Normal 

Sans Serif  

Type a message

**Add** Cancel

The patient will see this message in the exercise overview:

### Drop and dangle



1. Sit high enough so your feet are not touching the ground. Sit for a minute or so before starting the exercise.
2. Gently dangle your leg back and forth within your comfort zone.
3. This exercise should be relatively painless.



Michel De Wandelaer

This is a message to the patient!





# 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 : 1.34.1 à ce jour

Version manuelle : 11

Date de publication du manuel: 2022/03/06

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

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 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 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:  
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)



+G166G166MOVEUPV1340WS00+5571341/16D202303100Y

Basic UDI-DI: ++G166MOVEUPV1340WS



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

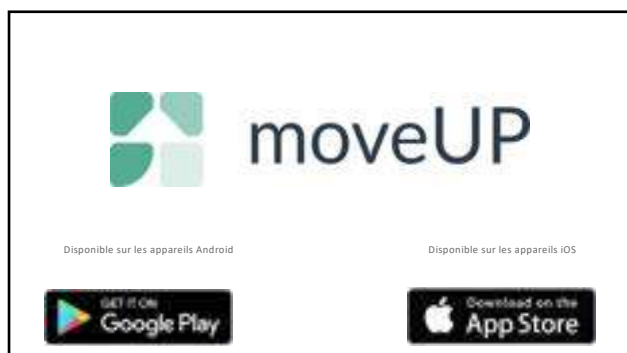
- Via le système de messagerie de l'application.
- Par email à [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)
- Par téléphone pendant les heures de bureau : 0800 88 008



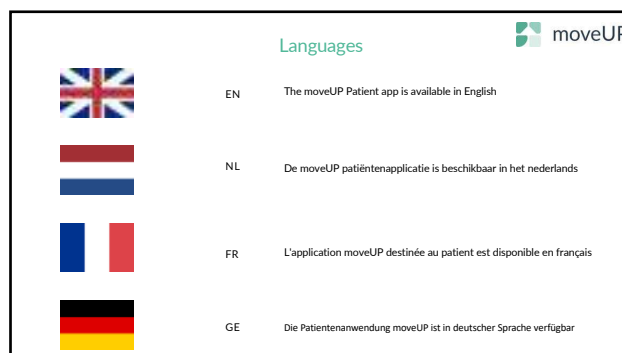
# moveUP

Patient app

CE



1



2



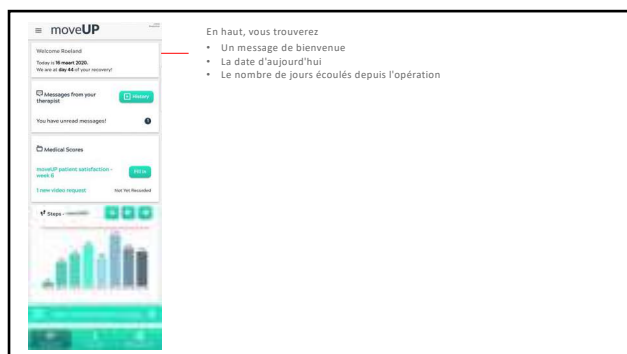
Le patient navigue entre 3 onglets différents : " Général ", " Exercices " ou " Questionnaire " .

3



En navigant de gauche à droite, nous commençons par l'écran " Général " .

4



En haut, vous trouverez

- Un message de bienvenue
- La date d'aujourd'hui
- Le nombre de jours écoulés depuis l'opération

5



Fonction de messagerie.

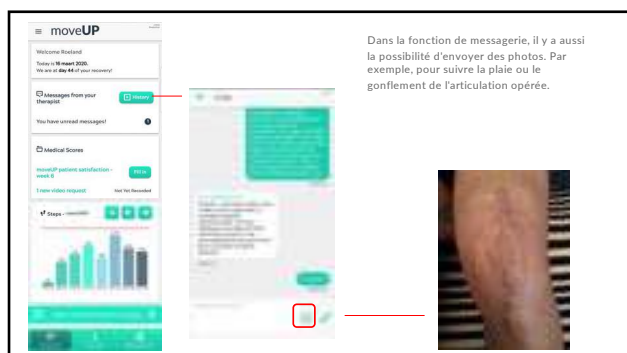
Dans la fonction de messagerie, les patients peuvent poser leurs questions et exprimer leurs éventuelles inquiétudes.

L'équipe de soins, composée de médecins spécialisés et de kinésithérapeutes, répond et donne des conseils.

Tous les messages sont lus par les kinésithérapeutes. Les messages qui ne relèvent pas de leur compétence professionnelle sont transmis aux médecins.

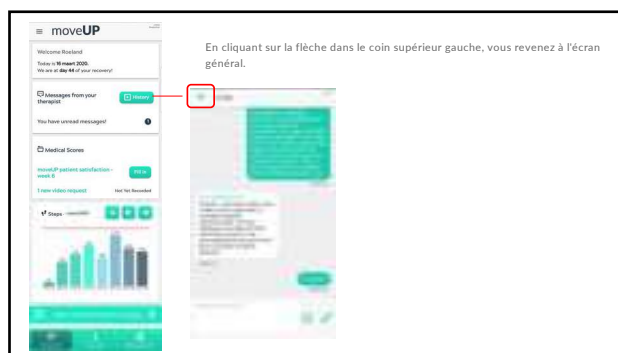
6





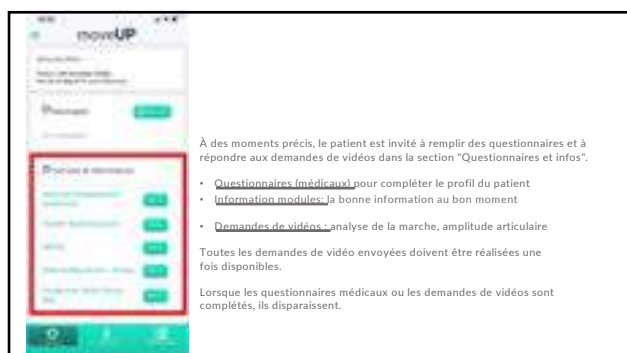
Dans la fonction de messagerie, il y a aussi la possibilité d'envoyer des photos. Par exemple, pour suivre la plaie ou le gonflement de l'articulation opérée.

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.

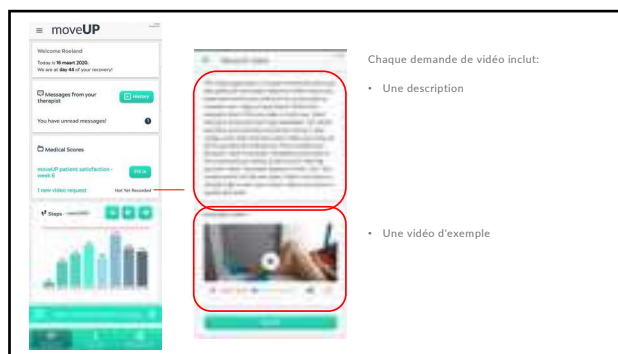
- ✓ PROMs
- ✓ Satisfaction, PREMs
- ✓ Facteurs de risques psychosociaux
- ...

10



Demandes de vidéos: suivi de la marche et de l'amplitude articulaire.

11

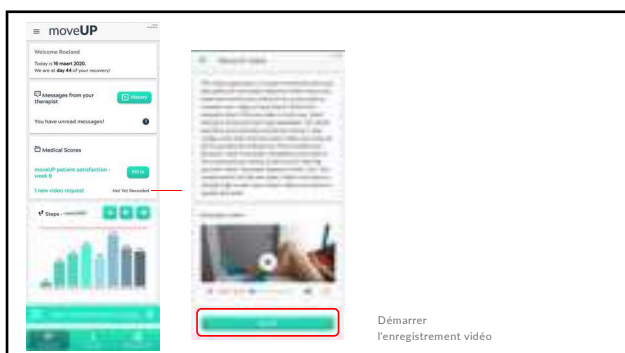


Chaque demande de vidéo inclut:

- Une description
- Une vidéo d'exemple

12





Démarrer l'enregistrement vidéo

13



En cliquant sur la flèche en haut à gauche, vous retournez à l'écran général

14



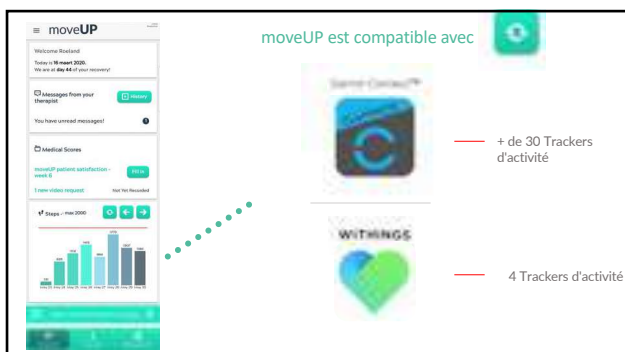
Vous retrouvez ici la section activité  
L'activité quotidienne est mesurée par un tracker d'activité compatible

15



moveUP est compatible avec

16



moveUP est compatible avec

+ de 30 Trackers d'activité

4 Trackers d'activité

17



Le graphique permet de visualiser les données d'activité de la semaine. Les couleurs reflètent uniquement les différents jours, elles n'ont pas de signification sur l'activité.

L'activité est représentée en nombre de pas. Toute activité comportant des mouvements de bras contribue au comptage.

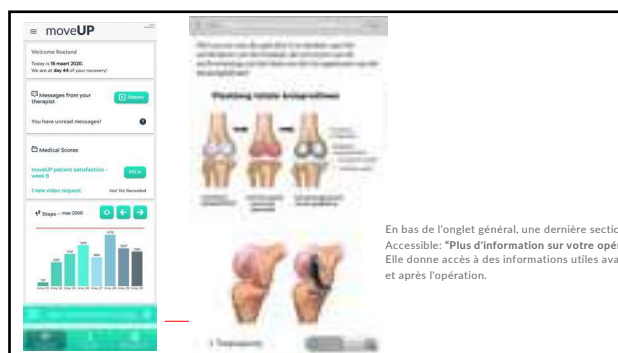
N'oubliez pas de synchroniser votre tracker d'activité quotidiennement.

18





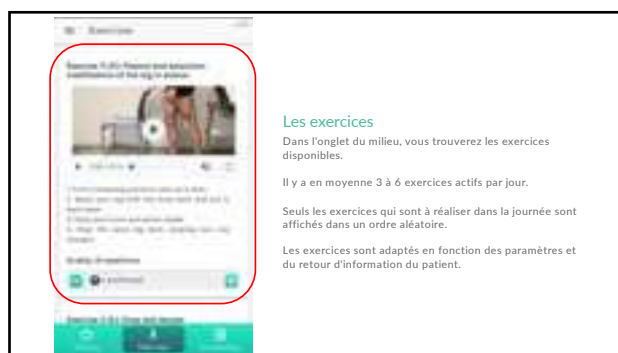
19



20



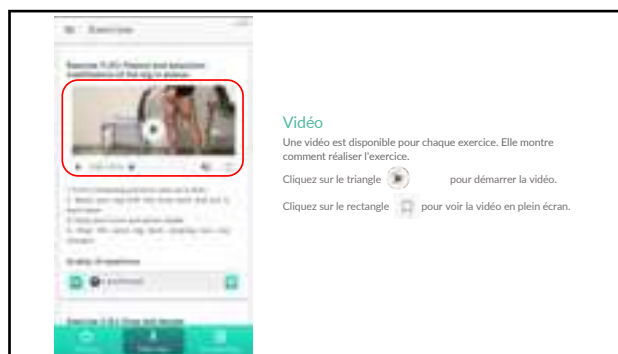
21



22



23



24



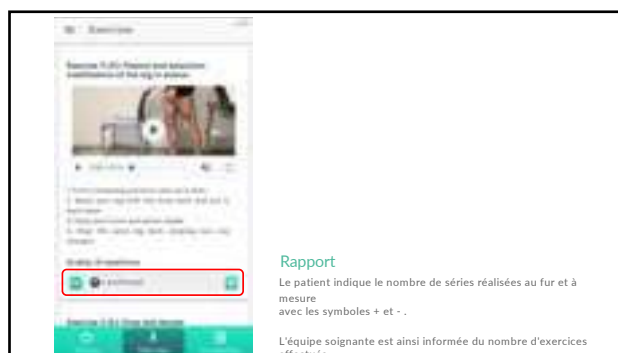


### Intensité et fréquence

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 -.

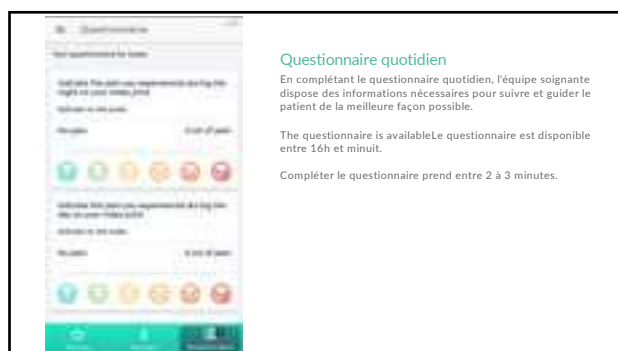
L'équipe soignante est ainsi informée du nombre d'exercices effectués.

26



L'onglet de droite : "Questionnaire"

27



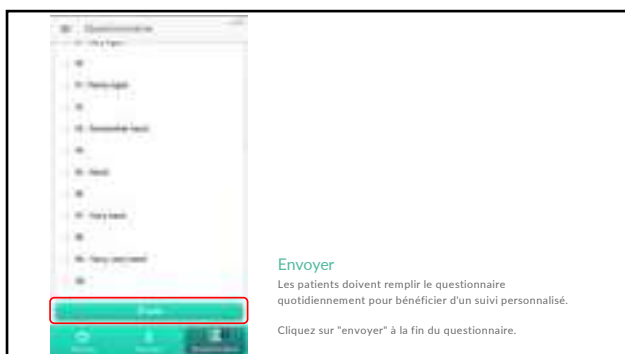
### Questionnaire quotidien

En complétant le questionnaire quotidien, l'équipe soignante dispose des informations nécessaires pour suivre et guider le patient de la meilleure façon possible.

The questionnaire is availableLe questionnaire est disponible entre 16h et minuit.

Compléter le questionnaire prend entre 2 à 3 minutes.

28

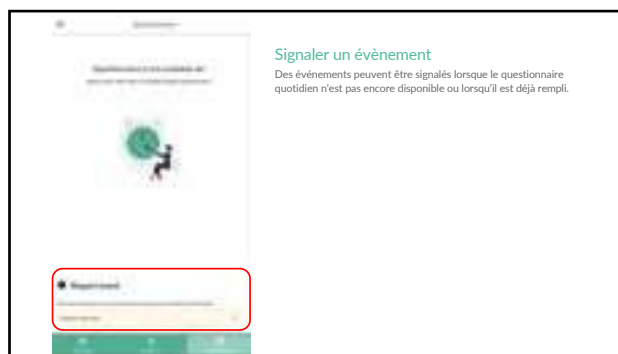


### Envoyer

Les patients doivent remplir le questionnaire quotidiennement pour bénéficier d'un suivi personnalisé.

Cliquez sur "envoyer" à la fin du questionnaire.

29



### Signaler un événement

Des événements peuvent être signalés lorsque le questionnaire quotidien n'est pas encore disponible ou lorsqu'il est déjà rempli.

30







### Signaler un évènement

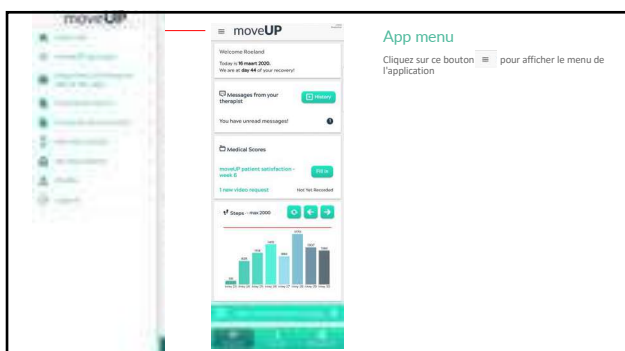
Lors de la déclaration d'un évènement, un aperçu des types d'évènements est affiché. Il est possible de sélectionner une ou plusieurs catégories d'évènements.

31



Pour chaque catégorie sélectionnée, une série de questions à remplir est affichée. Une fois toutes les questions remplies, les réponses données sont envoyées au praticien.

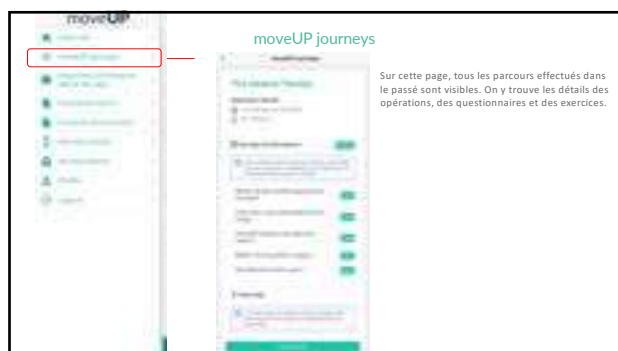
32



### App menu

Cliquez sur ce bouton [icône] pour afficher le menu de l'application

33



### 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.

34



### Suivi "non actif"

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.

35



## Comment coupler votre tracker d'activité « Garmin Vivofit 4 » & « Withings Go » avec l'application moveUP ?

**i** Le couplage du tracker d'activité avec l'application moveUP est essentiel pour votre parcours de soins. Le couplage ne doit être effectué qu'une seule fois.

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



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



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

- ⓘ Notez que lorsque vous associez le tracker d'activité, un code à 6 chiffres s'affiche sur l'écran du **tracker d'activité**.


Sur certains appareils android, une fenêtre (pop-up) apparaît sur l'écran du téléphone avec un message contenant souvent le code suivant : 1111 ou 1234. Veuillez ignorer ce message. C'est le **code à 6 chiffres de l'écran du tracker d'activité** que vous devez remplir.





- Si tout s'est bien passé, vous arriverez sur cet écran.
- Vous pouvez cliquer sur la flèche en haut à gauche pour revenir à l'écran général de votre application.



 Si vous rencontrez des problèmes pour coupler votre tracker d'activité, veuillez envoyer un e-mail à [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)

Withings Go:

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

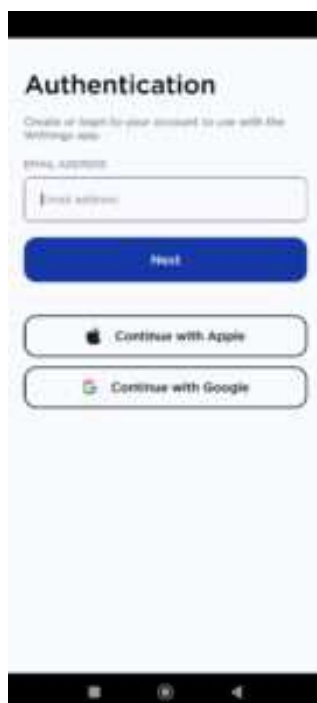
Choisissez « Tracker d'activité personnel ».



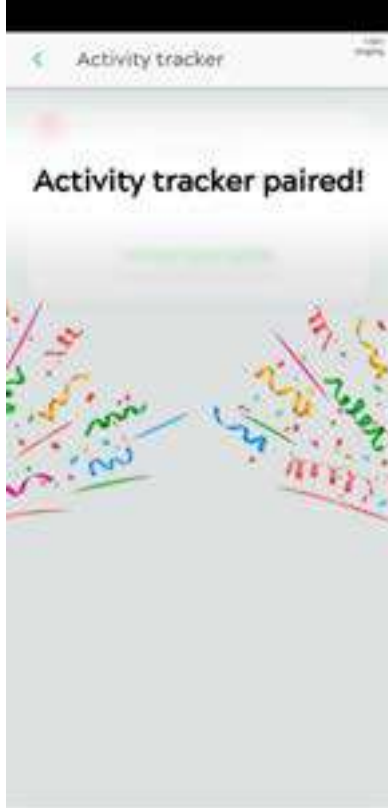
Sélectionnez l'option Withings



Couplez l'application moveUP avec votre compte Withings. Si vous avez le moindre doute, vous pouvez trouver plus d'informations à l'adresse suivante : <https://support.withings.com/hc/en-us/articles/214484018-Installing-my-Go->.



Votre appareil est couplé avec l'application moveUP.







## Comment synchroniser mon nombre de pas quotidiennement ?

Nous vous conseillons de porter votre tracker d'activité autour du poignet jour et nuit. Cependant, c'est dans la journée qu'il est le plus important pour nous de suivre votre activité. Le tracker d'activité est toujours actif et enregistre 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 équipe de soins de suivre votre niveau d'activité 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 équipe soignante de vérifier le lendemain à quel point vous étiez actif.

 **Assurez-vous d'avoir fait au moins 100 pas avec votre traqueur d'activité avant d'essayer de le synchroniser.**  
Ne synchronisez pas votre nombre de pas trop souvent au cours de la journée. Une fois par jour est tout à fait suffisant.

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





- Vous voyez ensuite l'écran suivant. Cliquez sur '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 synchronisées apparaître sur le graphique de votre écran d'accueil.



**i** 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.

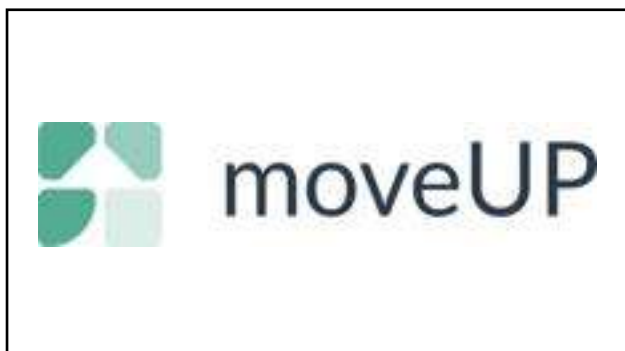




# moveUP

Healthcare Platform

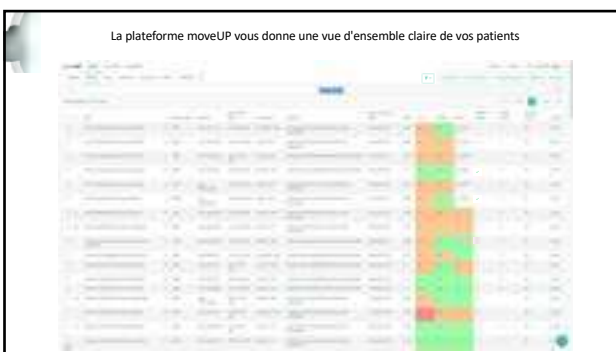
CE

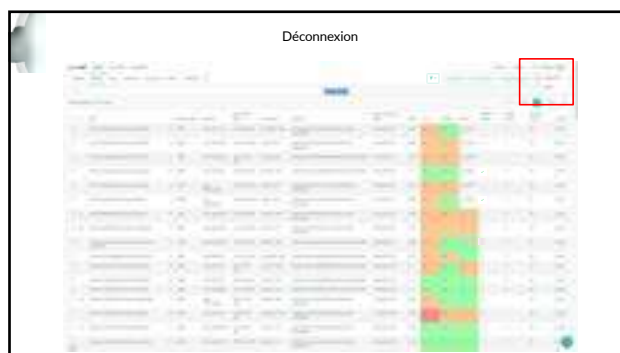


Fonctionnalités de la plateforme de soins de santé



Aperçu général des patients





moveUP team  
Checks and  
validates

Candidate Therapy Coach Companion PROM Completed All

**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.

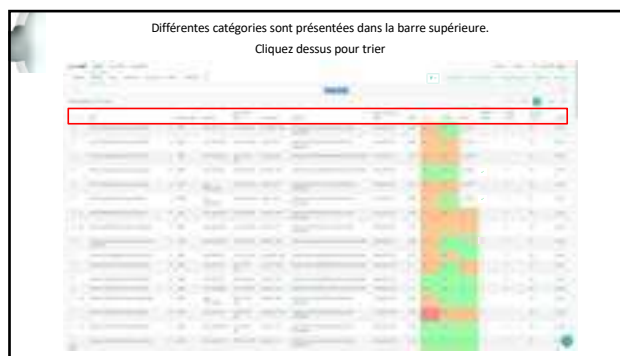
**Coach**  
Les patients ayant un traitement actif 'Coach', avant ou après la chirurgie.

**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, ...).

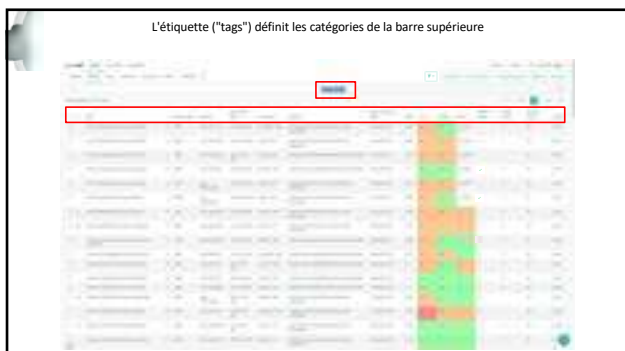
**Completed**  
Les patients qui ont terminé leur suivi à long terme.

**All**  
Tous les patients.





L'étiquette ("tags") définit les catégories de la barre supérieure



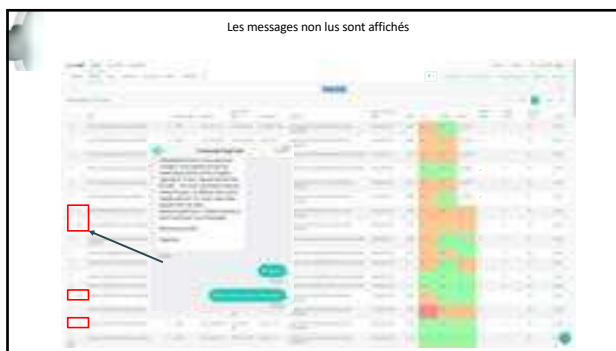
Lors de l'ouverture de la plate-forme de soins, le classement se fait selon la "date de l'opération" par défaut.



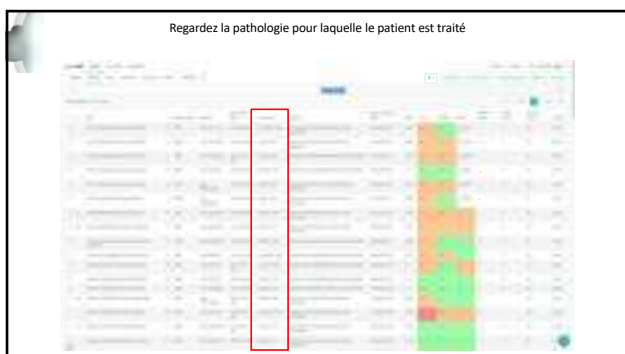
Les codes de couleur et les notifications indiquent les patients qui nécessitent une attention particulière.



Les messages non lus sont affichés



Regardez la pathologie pour laquelle le patient est traité



Regardez la date à laquelle le patient a été opéré





### Suivi de la 1ère ligne

- 1 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

### 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

### Contactez-nous à l'adresse – support@moveup.care

Besoin d'aide ? N'hésitez pas à contacter moveUP! →

- "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.

### Les données peuvent être exportées vers un fichier "csv".

### Des modèles de courrier peuvent être envoyés par e-mail







Des notifications peuvent être envoyées directement sur l'écran d'accueil de l'appareil du patient.



Patient 13899 a été opéré il y a 8 jours  
Voyons comment "Patient 13899" se porte

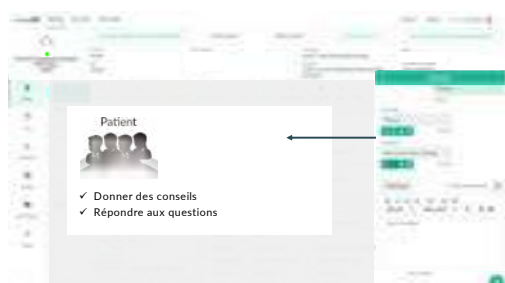


## Détails du patient

Détails du patient



Détails du patient - Système de messagerie



Patient details - Système de messagerie





Patient details - Messaging function

Il est possible d'augmenter la taille de la fenêtre de messagerie.

Détails du patient - Système de messagerie

Cliquez sur le "bonhomme" pour marquer la question comme étant lue

Détails du patient - Système de messagerie

En cliquant sur les messages, vous pouvez voir les messages personnels qui ont été rédigés pour ce patient.

Détails du patient - Système de messagerie

En cliquant sur les messages, vous pouvez voir les messages personnels qui ont été rédigés pour ce patient.

Remarque: l'utilisation de 2 Jaques à l'ordinateur est recommandée tant que possible pour garantir un fonctionnement de qualité. Une assistance sera offerte quand cela pourra profiter à une personne mais ce n'est pas garanti. Merci beaucoup.

Détails du patient - Système de messagerie

Les messages écrits par un praticien peuvent être modifiés ou supprimés. Lorsque vous survolez un message, les boutons permettant de le modifier ou de le supprimer deviennent visibles.

Détails du patient - Système de messagerie

Fermez le système de messagerie





Détails du patient - Navigation

Passez au patient précédent ou suivant dans la liste

Détails du patient - Navigation

Validez COMME 1ère ligne  
Drapeau POUR la 1ère ligne  
(= Kinésithérapeute)

Validez COMME 2ème ligne  
Drapeau POUR la 2ème ligne  
(= Chirurgien)

Détails du patient - Navigation

Confirmez que vous avez suivi ce patient aujourd'hui

- ✓ Réponses aux questions - Conseils donnés
- ✓ Exercices adaptés ou consultés
- ✓ Limite du nombre de pas ajustée ou vérifiée
- ✓ Vérification des paramètres quotidiens : douleur, gonflement, activité,...
- ✓ Protocole postopératoire vérifié : utilisation de béquilles, médicaments,...

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).

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.

Détails du patient - Navigation

- Signalez un problème technique





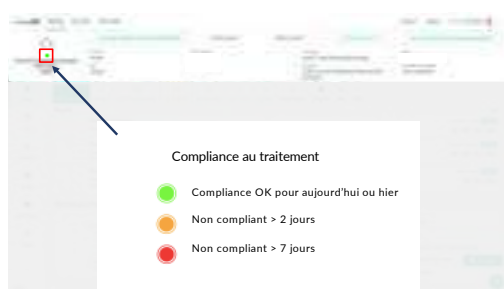
# Détails du patient - Statut

## Détails du patient - Statut



Consultez les détails du patient et de son intervention

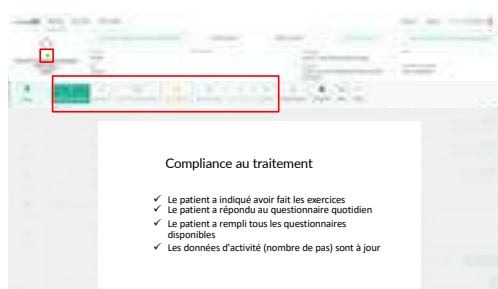
## Détails du patient - Statut



### Compliance au traitement

- Compliance OK pour aujourd'hui ou hier
- Non compliant > 2 jours
- Non compliant > 7 jours

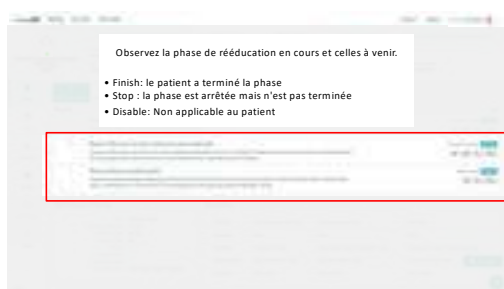
## Détails du patient - Statut



### 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

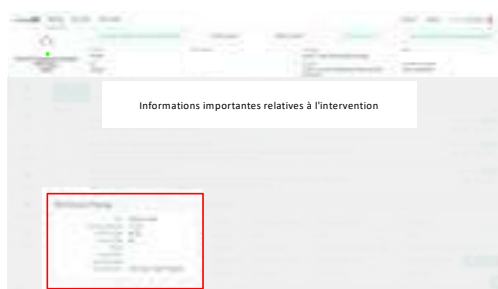
## Détails du patient - Statut



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

## Détails du patient - Statut



Informations importantes relatives à l'intervention





### 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

### Détails du patient - Statut

Cliquez pour voir toutes les réponses aux questionnaires quotidiens

### Détails du patient - Statut

Faites défiler vers le bas

### Détails du patient - Statut

Visualisation de l'évolution des:

- ✓ Activités
- ✓ % d'exercices exécutés
- ✓ Douleurs rapportées concernant l'articulation opérée : nuit, jour, pendant les exercices
- ✓ Gonflement, chaleur, raideur de l'articulation opérée signalés
- ✓ RPE (Rating of Perceived Exertion = niveau effort perçu)

### Détails du patient - Statut

Pas maximum

Pas minimum

Pas / jour

Données pré-opératoires

Données post-opératoires

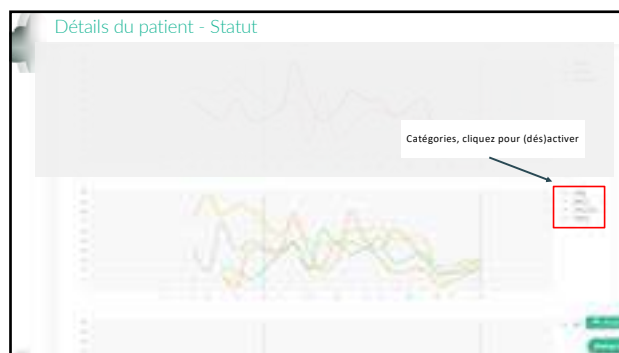
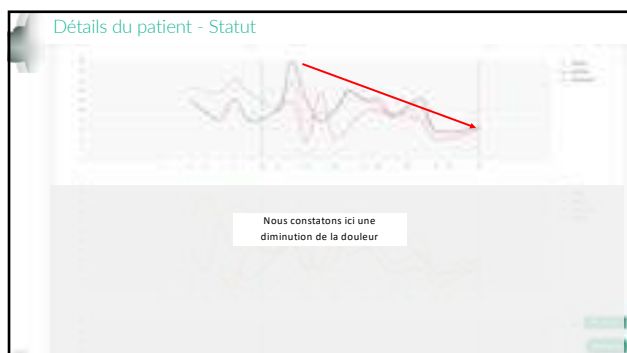
Jour de l'opération

Date du jour

L'augmentation progressive de l'activité est déterminée par une limite de pas

### Détails du patient - Statut





### Détails du patient - Statut

Informations fournies par le prestataire de soins de santé

- Anamnèse
- Questionnaires
- Données peropératoires
- ...

### Détails du patient - Statut

Consultez les réponses aux questionnaires médicaux

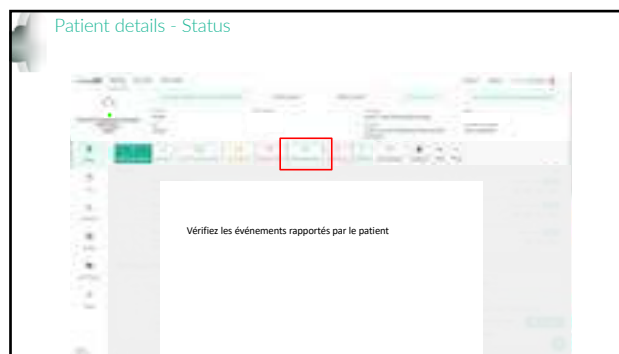
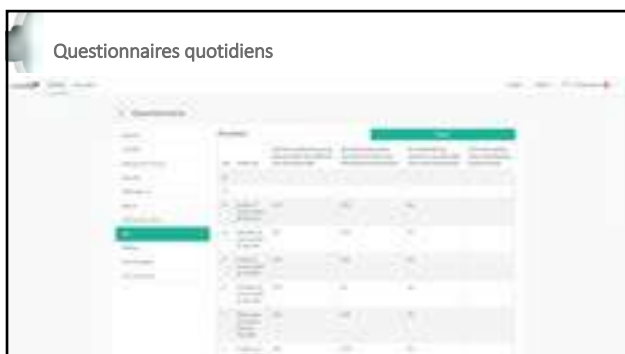
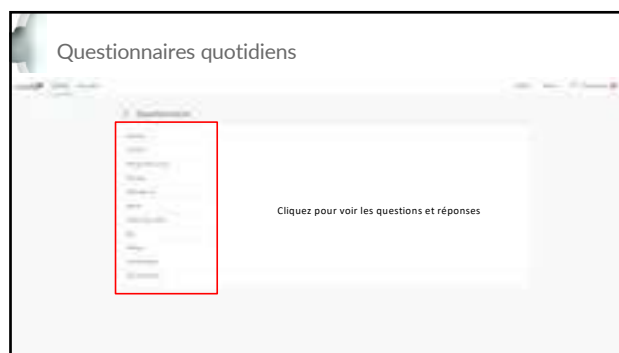
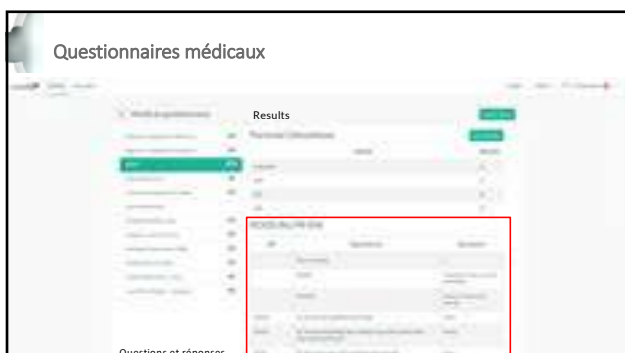
### Questionnaires médicaux

Cliquez pour voir les résultats, les questions et les réponses

### Questionnaires médicaux

Results







### Reported events



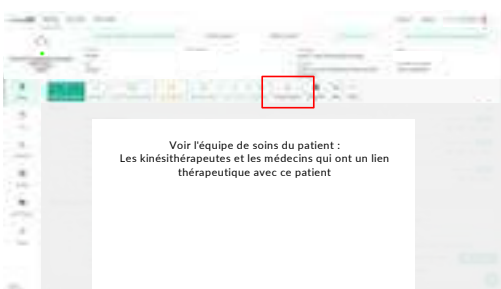
Vous voyez un aperçu par catégorie d'événement. Pour chaque catégorie d'événement, vous pouvez observer les événements soumis par le patient. Pour chaque événement signalé, vous pouvez voir :

- La date à laquelle l'événement a été signalé (\*jour dans le plan de soins).
- Les réponses à toutes les questions posées au patient

Lorsqu'un patient rapporte un événement, une notification est également ajoutée au journal du patient indiquant qu'un événement a été soumis par le patient. (voir plus loin dans 'journal')

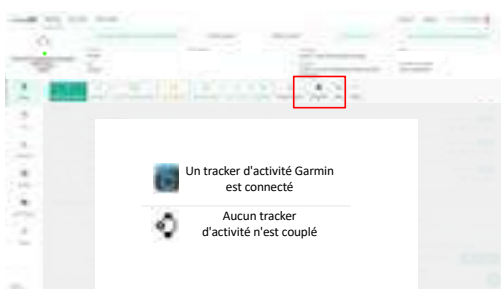


### Détails du patient - Statut



Voir l'équipe de soins du patient :  
Les kinésithérapeutes et les médecins qui ont un lien thérapeutique avec ce patient

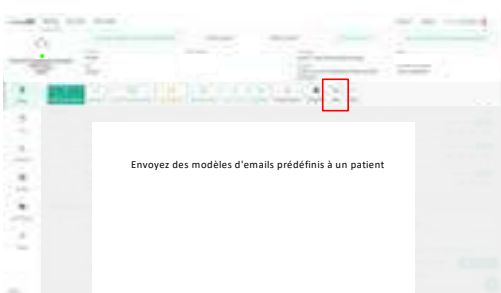
### Détails du patient - Statut



Un tracker d'activité Garmin est connecté

Aucun tracker d'activité n'est couplé

### Détails du patient - Statut



Envoyez des modèles d'emails prédéfinis à un patient

## Détails du patient

-

## Log (journal de bord)







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

Détails du patient - Log

Lorsque vous signalez quelque'un, 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

# Détails du patient - Rapport

Détails du patient Rapport

Il s'agit d'un rapport sur le patient pour le professionnel de la santé utilisé pour informer des principales étapes et des scores médicaux du patient, ainsi que l'évolution du patient pendant son traitement avec moveUP.

Le rapport peut être téléchargé au format pdf en cliquant sur le bouton "Télécharger le rapport". Vous pouvez ainsi envoyer le rapport au patient.

Il est également possible de partager directement le rapport, en utilisant le bouton "Copier le lien du rapport".

Patient details Rapport

Le rapport d'engagement rassemble le dévouement de l'équipe de soins au patient d'une part et l'adhésion du patient au système d'autre part. L'objectif de ce rapport est de **prouver l'activité pour le remboursement**.

Deux variables principales sont donc prises en compte:

1. Le temps passé par les professionnels de la santé en étant actif sur les pages spécifiques au patient et en appelant le patient.
2. Les actions du patient dans l'application sont divisées en : réponses aux questionnaires quotidiens, envoi de messages et synchronisation du traqueur d'activité.

Un bouton d'export permet de copier le tableau dans un fichier excel.





Patient details Rapport de preuve de l'engagement

Pour connaître la signification de chaque colonne, vous pouvez cliquer sur le point d'interrogation à côté du nom.

Grâce à ce curseur, vous pouvez sélectionner la période pour laquelle vous souhaitez voir les actions.

Patient details Rapport de preuve de l'engagement

Vous trouverez ci-dessous un rapport hebdomadaire/mensuel qui résume les actions d'une semaine donnée, à des fins de facturation.

## Détails du patient

-

## Plan de traitement

adapter le traitement d'un patient

Détails du patient- Plan de traitement Exercices

Détails du patient- Plan de traitement Exercices

Détails du patient - Plan de traitement Exercices

Voici les exercices pour aujourd'hui  
Adapter les consignes, la fréquence et l'intensité





Détails du patient – Plan de traitement Exercices

Adaptez le message quotidien affiché dans le programme d'exercices

Détails du patient – Plan de traitement Exercices

Analyser et adapter le programme d'exercices.  
Le programme d'exercices standard peut être complété par d'autres d'exercices qui ne font pas partie des exercices définis dans le plan de soins.

Détails du patient – Plan de traitement

Un programme d'exercices standardisé est personnalisé en fonction des besoins du patient

Les cases bleues signifient que l'exercice a été activé  
Les cases grises signifient que l'exercice n'est pas activé

Détails du patient – Plan de traitement

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 ciblée = 10 => Au jour 15, l'intensité sera automatiquement calculée et dans ce cas, elle sera fixée à 5.

Détails du patient – Plan de traitement

Un programme d'exercices standardisé est personnalisé en fonction des besoins du patient.

La grille du plan d'exercice peut être filtrée à l'aide de la liste déroulante disponible en haut de la page.

Détails du patient – Plan de traitement

Un programme d'exercices standardisé est personnalisé en fonction des besoins du patient.

Lorsque vous sélectionnez une étiquette dans la liste déroulante, les colonnes d'exercices affichées seront filtrées en fonction des exercices sélectionnés. Les options de filtrage suivantes sont disponibles

- **Exercices actifs:** Afficher uniquement les exercices qui sont actuellement actifs dans le schéma du patient
- **Exercices standards:** Afficher uniquement les exercices qui font partie de la liste d'exercices de base du plan de soins.
- **Exercices étendus:** Afficher uniquement les exercices qui font partie de la liste d'exercices étendue du plan de soins.
- **Liste des étiquettes activées pour le plan de soins** (ex.: Equilibre, Endurance, ...): Afficher uniquement les exercices correspondant aux étiquettes sélectionnées.

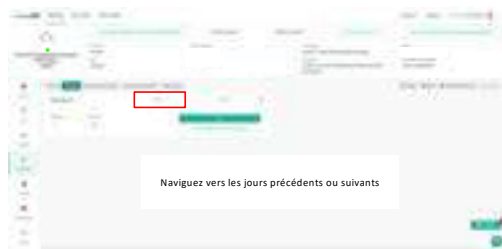




Détails du patient – Plan de traitement Objectif de pas



Détails du patient – Plan de traitement Objectif de pas



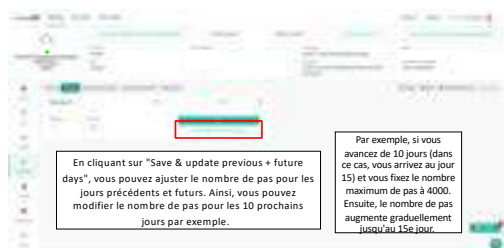
Détails du patient – Plan de traitement Objectifs de pas



Détails du patient – Plan de traitement Objectif de pas



Détails du patient – Plan de traitement Objectif de pas

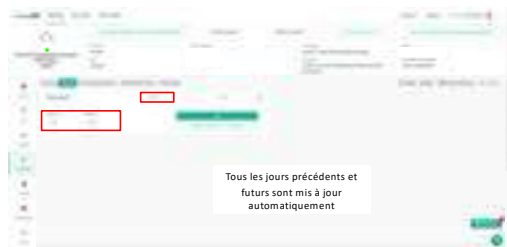


Détails du patient – Plan de traitement Objectifs de pas





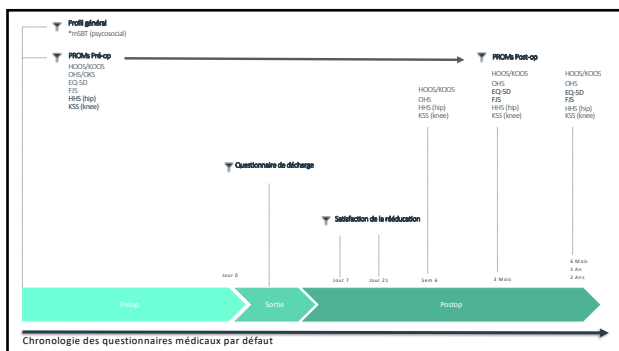
### Détails du patient - Plan de traitement Objectifs de pas



### Détails du patient - Plan de traitement Questionnaires quotidiens



### Détails du patient - Plan de traitement Questionnaires médicaux



### Détails du patient - Plan de traitement Analyse de vidéo



### Détails du patient - Plan de traitement - Analyse de vidéo





## Détails du patient - Profil

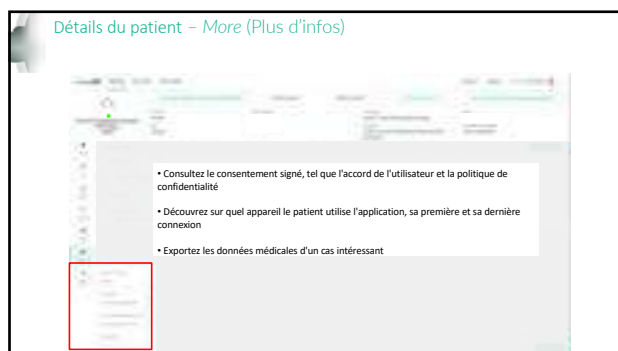


## Détails du patient - Documents





## Détails du patient - More (Plus d'infos)



moveUP





moveUP



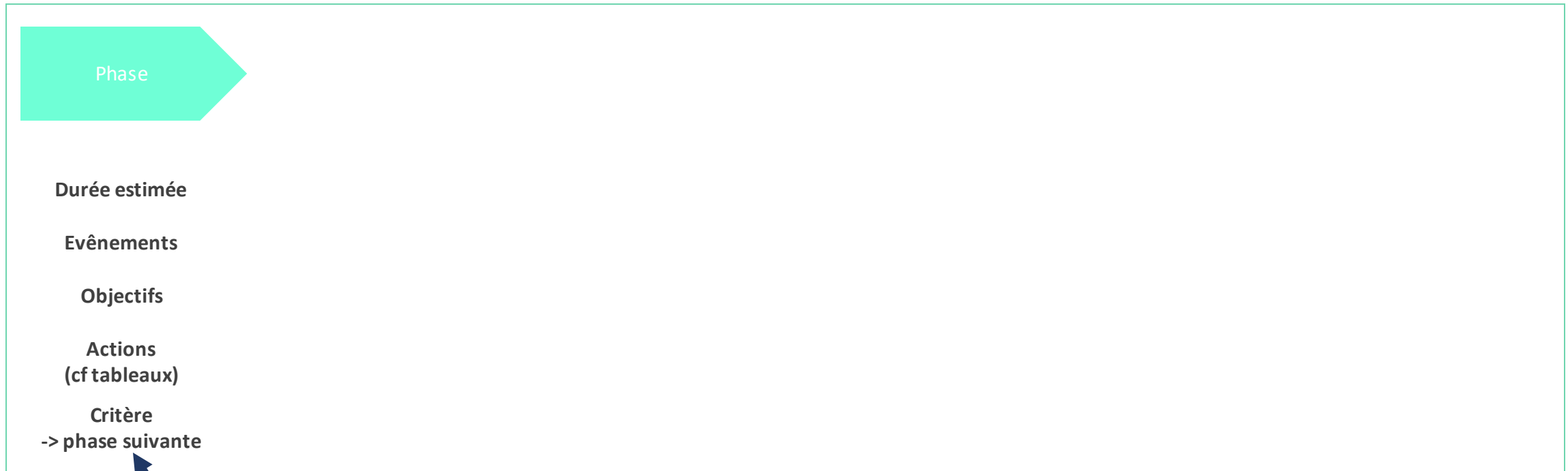
# GUIDE CLINIQUE POUR LES KINESITHERAPEUTES

Trajet de rééducation digital pour des patients bénéficiant d'arthroplastie du genou ou de la hanche

Le document suivant est un guide clinique pour les kinésithérapeutes afin de se familiariser avec la rééducation digitale pour les patients bénéficiant d'arthroplastie du genou ou de la hanche.

Avec moveUP, pendant toute la période de rééducation, nous mettons en avant des exercices non douloureux et une augmentation progressive des activités quotidiennes sur la base des symptômes du patient. L'objectif est d'empêcher la survenue de douleurs chroniques et d'aboutir au meilleur résultat possible. Plusieurs phases de rééducation sont présentées dans le tableau ci-dessous. Pour chaque phase, vous trouverez aussi des exercices recommandés et d'autres éléments clés dans des tableaux plus détaillés. Certaines recommandations s'adressent spécifiquement au chirurgien et/ou à l'hôpital.

## Tableau des phases



Le critère de fin indique quand la phase suivante pourra commencer.

Prenez en compte que ces phases ne sont pas absolues, en effet certaines phases peuvent se chevaucher et/ou des critères de fin n'être que partiellement atteints.

Le recours au trajet digital permet à moveUP de récolter des informations pertinentes dans le but d'améliorer la rééducation à partir d'un apprentissage basé sur les données et d'obtenir de meilleurs résultats. Actuellement, moveUP réalise plus de 400 relevés de données par patient. Cette collecte de données présente des bénéfices à court et long terme, elle participe à la fois au développement des protocoles ainsi qu'à l'optimisation du parcours de soins pour le patient.

### **Bénéfices à long terme/bénéfice d'un suivi digital**

= améliorer en permanence les protocoles via l'analyse de big data.(e.g. plus proche voisin)

A long terme, la collecte et l'analyse d'informations de milliers de patients améliorent la qualité des soins. Ceci mène à de nouvelles valeurs de référence. Dans certains cas, elles contribuent également sur le court terme.

— Patient      — moveUP population      — plus proche voisin

### **Bénéfices directs/bénéfice d'un suivi digital**

= optimiser les standards de soin

Un des avantages direct du suivi digital est de pouvoir objectiver et visualiser les informations manquantes lors d'un trajet de soins classique.

Les nouvelles données cliniques relevées peuvent améliorer votre qualité de soins dès l'instant où vous les prenez en compte et les utilisez.

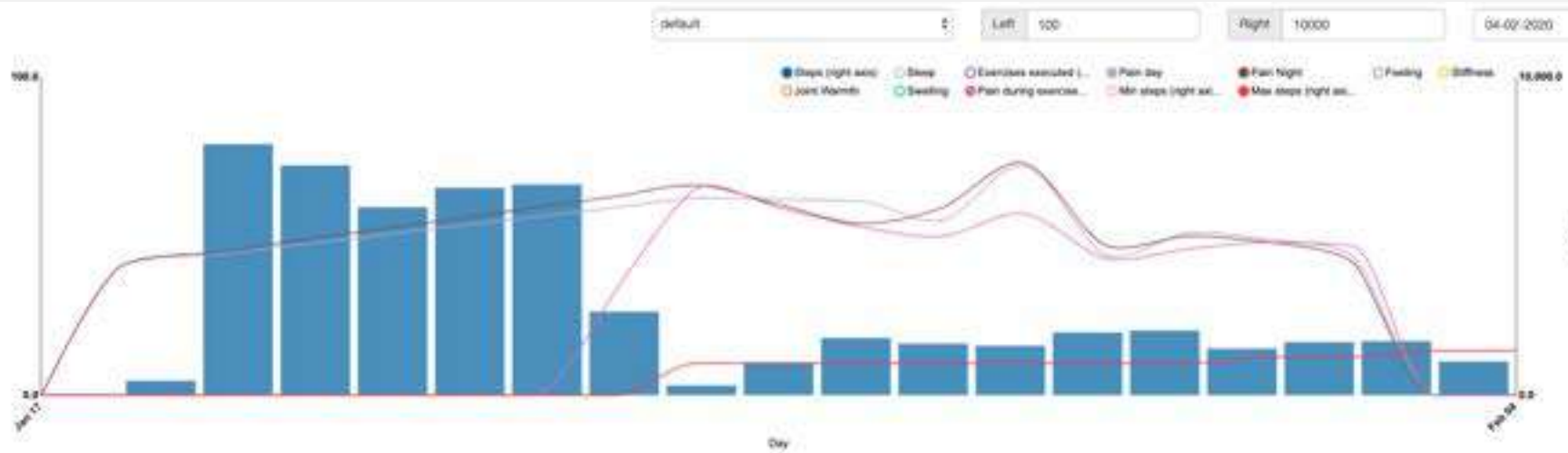
Dans un cours précédent, vous avez appris comment étaient collectées les données et comment y accéder depuis la plateforme de soins. Ce cours vous permettra de voir plus en détails les recommandations cliniques impliquées par la rééducation de moveUP.

Avant de commencer, voici un bref récapitulatif de ce que sont précisément les avantages directs.



## Avantage direct – visualisation des niveaux de douleur rapportés par le patient

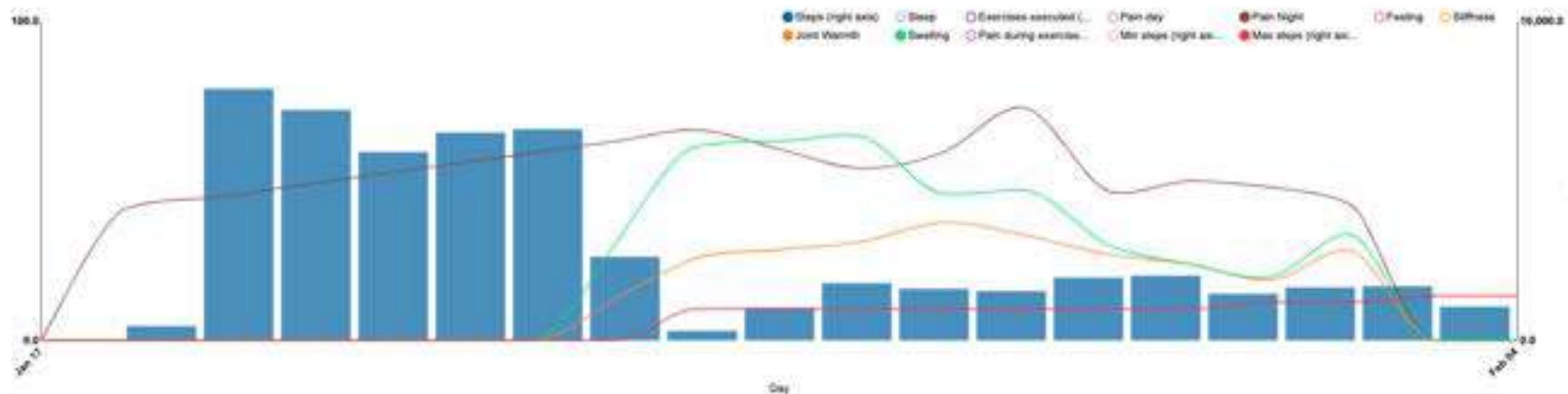
- Douleur avant l'opération ?
- Comment évolue la douleur lors de l'ajout d'un nouvel exercice ?
- Comment évolue la douleur lors de l'arrêt d'un antidouleur ?





# Avantage direct – e.g. visualisation des paramètres rapportés par le patient : chaleur de l'articulation, gonflement

- L'évaluation de la chaleur et du gonflement sur l'articulation opérée peut vous donner des indicateurs utiles sur le stade de guérison.
- Ci-dessous, vous observez une diminution de sensation de gonflement rapportée par le patient (vert)



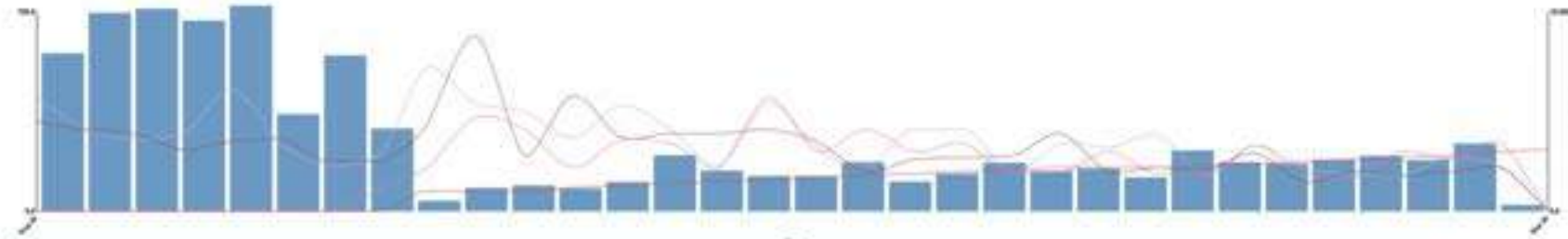


# Avantage direct - e.g. indication sur l'activité du patient mesurée par le bracelet connecté

## Aperçu du niveau d'activité préopératoire

## Aperçu du niveau d'activité postopératoire

- Quel niveau d'activité est atteint par le patient ?
- L'activité du patient est-elle croissante ?
- Le patient suit-il le nombre de pas maximum conseillé ?
- ...



Physical activity



# Avantage Direct — e.g. Accéder aux activités quotidiennes, prise de médicaments, utilisation des béquilles

PT [status icons] Surgeon [status icons] Technical [status icons] Jan Coppens

**Elza Van Der Knaap** [status icons] ON

**Patient details**  
 Patient number 1436  
 Gender Female  
 Birthdate 12 Jun 1967 Age 52  
 Head Physical Therapist Roland De Saer  
 Phone Number 00324000000  
 PaymentScheme 3rd Party 25

**Surgery**  
 Lieb Knee right - uni  
 Date 11 Dec 2019 (R)  
 Surgeon Other  
 Hospital GZA

beste, ik ben vandaag mee geweest met mijn echtgenoot naar onze vaste fysio vanaf 8 januari gaat hij beginnen dan zijn de pijnlijes ook verwacht. Ik heb de moveup applicatie laten zien en hij vond dat super goed ik doe dan ook dagelijks mijn oefeningen die ik door krijg. Groetjes Els

18/12/19

Type a message [Send] [More]

- Manage treatment 3
- Daily questionnaire ✓
- Medical questionnaires 100 %
- Therapeutical links 11
- Sync activity data
- More =

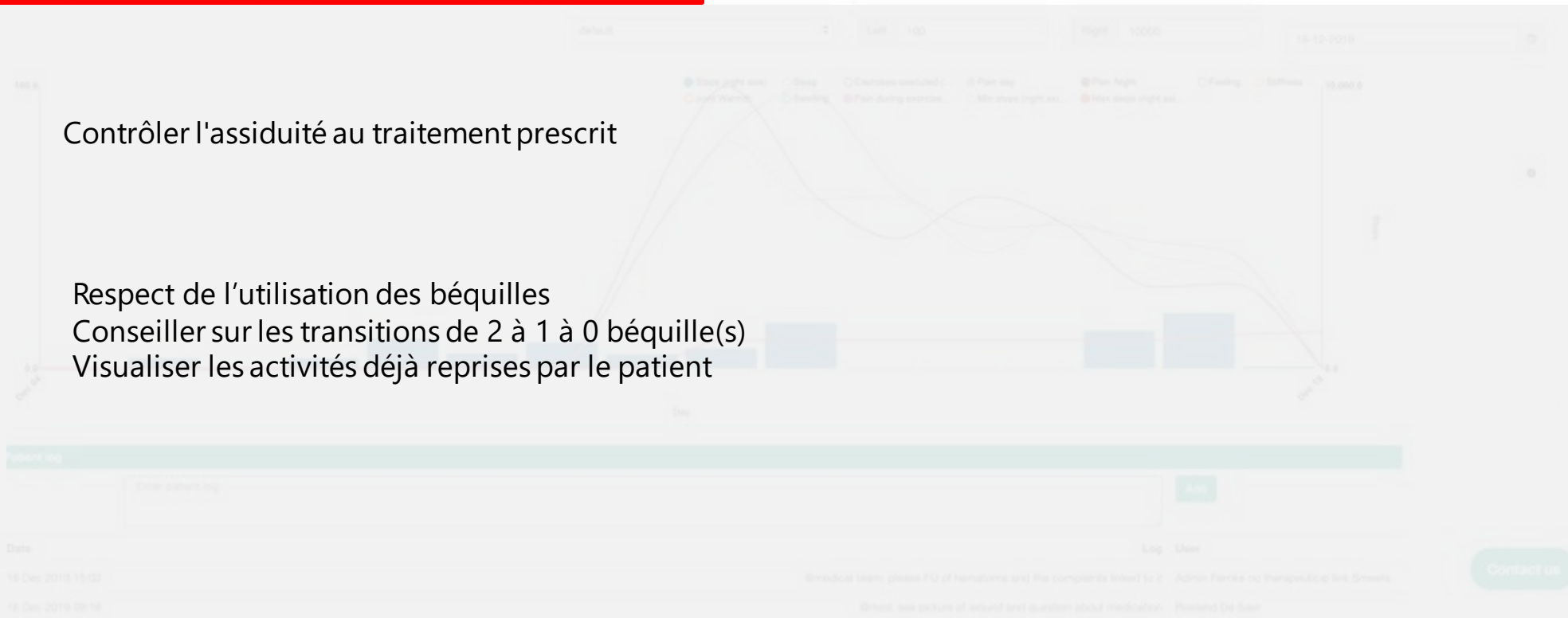
Question	Two days before yesterday	A day before yesterday	Yesterday
Activities	Not filled in	Not filled in	Not filled in
Painkillers	Dafolgen/Paracetamol: 4/day	Dafolgen/Paracetamol: 3/day	Dafolgen/Paracetamol: 3/day
Inflammatories	No	No	No
Crutches	Two crutches	Two crutches	Two crutches

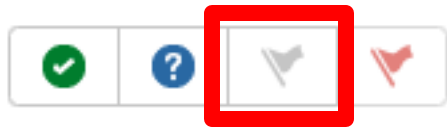


Contrôler l'assiduité au traitement prescrit



Respect de l'utilisation des béquilles  
 Conseiller sur les transitions de 2 à 1 à 0 béquille(s)  
 Visualiser les activités déjà reprises par le patient





# Signaler une remarque à un médecin

- Photo de la plaie
- Paramètres inquiétants ou anormaux
- Forte douleur et possibilité d'adapter le traitement
- Mauvaise prise des médicaments
- Question sur le traitement
- Extra motivation
- ...

Rédiger votre question dans le "Patient Log"

Patient log

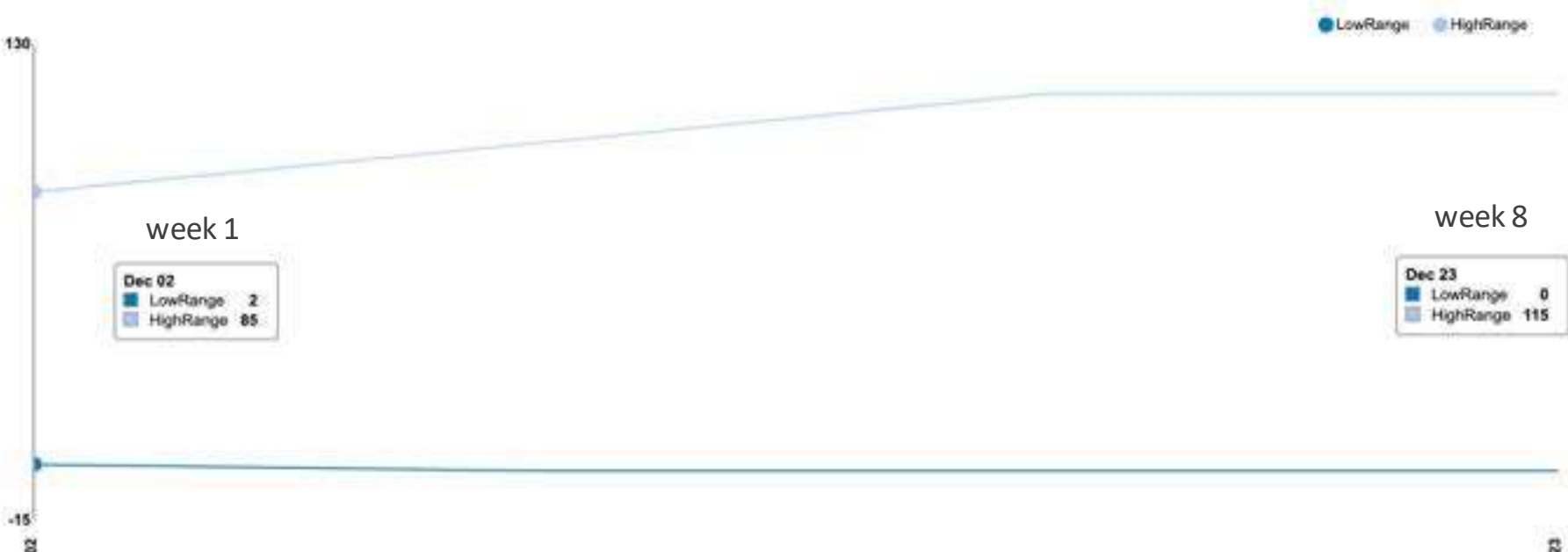
Enter patient log

Date	Log	User
31 jan. 2020 10:09	@medical: Please your advice on medication (high pain levels, low intake on PK)	Roeland De Saer
31 jan. 2020 10:08	@medical: See picture of wound	Roeland De Saer





# Avantage direct – Evaluer l'évolution de l'amplitude du mouvement



# Avantage direct – Evaluer certaines réponses précises aux PROMs



Patients Treatments

Genlig Foclerid

Discharge Questionnaire KNEE	100
Gezondheidsvragenlijst EuroQoL	100
Oxford Knee Score	100
KOOS	100
Preoperative Painscores	100
BMI	100
KOOS Leisure and Sport month 3	100
Complications and readmissions after surgery	100
moveUP satisfaction - 1w postop	100
KNEE PROM collection week 6	100
moveUP satisfaction - 3m postop	100
<b>KNEE PROM collection month 3</b>	<b>100</b>
Forgotten Joint Score.Knee	100
moveUP satisfaction - preop	100
moveUP satisfaction - 3w	100
moveUP satisfaction - 6w postop	100
Algemene Vragenlijst Preoperatief	100
Knee Society Score	100
Algemene Vragenlijst Profitechris	100

## Formula Calculations

Re-Calculata

Name	Result
Symptoms	75
Pain	75
ADL	94
QoL	63

## KOOS (NL-FR-EN)

ID	Questions	Answers
	Day in Treatment	80
	Started	donderdag, 21 januari 2020 @ 11:23:24
	Duration	258417 ms
KOS10	S1. Was uw knie gezwollen?	Soms
KOS21	S2. Heeft u een knarsend gevoel in uw knie, klinkende of andere geluiden uit uw knie gehoord?	Zelden
KO S2	S3. Gebeurde het dat uw knie even vast bleef steken of helemaal op slot zat?	Nooit
KOS43	S4. Kon u uw knie helemaal strekken?	Vaak
KOS54	S5. Kon u uw knie helemaal buigen?	Vaak
KOS65	S6. Hoe ernstig was de gewrichtsstijfheid van de knie 's morgens direct na het wakker worden?	Gering
KOS76	S7. Hoe ernstig was de gewrichtsstijfheid van de knie later op de dag, na zitten liggen of rusten?	Gering
KOP17	<b>P1. Hoe vaak heeft u pijn aan uw knie?</b>	<b>Elke dag</b>
KOP28	P2. Dragen op een belaste knie	Gering
KOP39	P3. De knie helemaal strekken	Gering
KOP410	P4. De knie helemaal buigen	Gering
KOP511	P5. Lopen op een vlakke ondergrond	Gering
KOP612	P6. Trap oplopen of aflopen	Gering
KOP713	P7. 's Nachts in bed	Geen
KOP814	P8. Zitten of liggen	Geen

# Avantage direct – Suivre et comparer les PROMs: Mesures des résultats rapportés par le patient



Patients Treatments

Config Feedback

- Discharge Questionnaire KNEE 100
- Gezondheidsvragenlijst EuroQol 100
- Oxford Knee Score 100
- KOOS 100**
- Preoperative Paincores 100
- BM 100
- KOOS Leisure and Sport month 3 100
- Complications and readmissions after surgery 100
- moveUP satisfaction - 1w postop 100
- KNEE PROM collection week 6 100
- moveUP satisfaction - 3m postop 100
- KNEE PROM collection month 3 100**
- Forgotten Joint Score Knee 100
- moveUP satisfaction - preop 100
- moveUP satisfaction - 3w 100
- moveUP satisfaction - 6w postop 100
- Algemene Vragenlijst Preoperatief 100
- Knee Society Score 100
- Algemene Vragenlijst Postoperatief 100

## Resultat preop KOOS

Re-Calculer

Name	Result
Symptoms	25
Pain	29
ADL	95
QoL	19

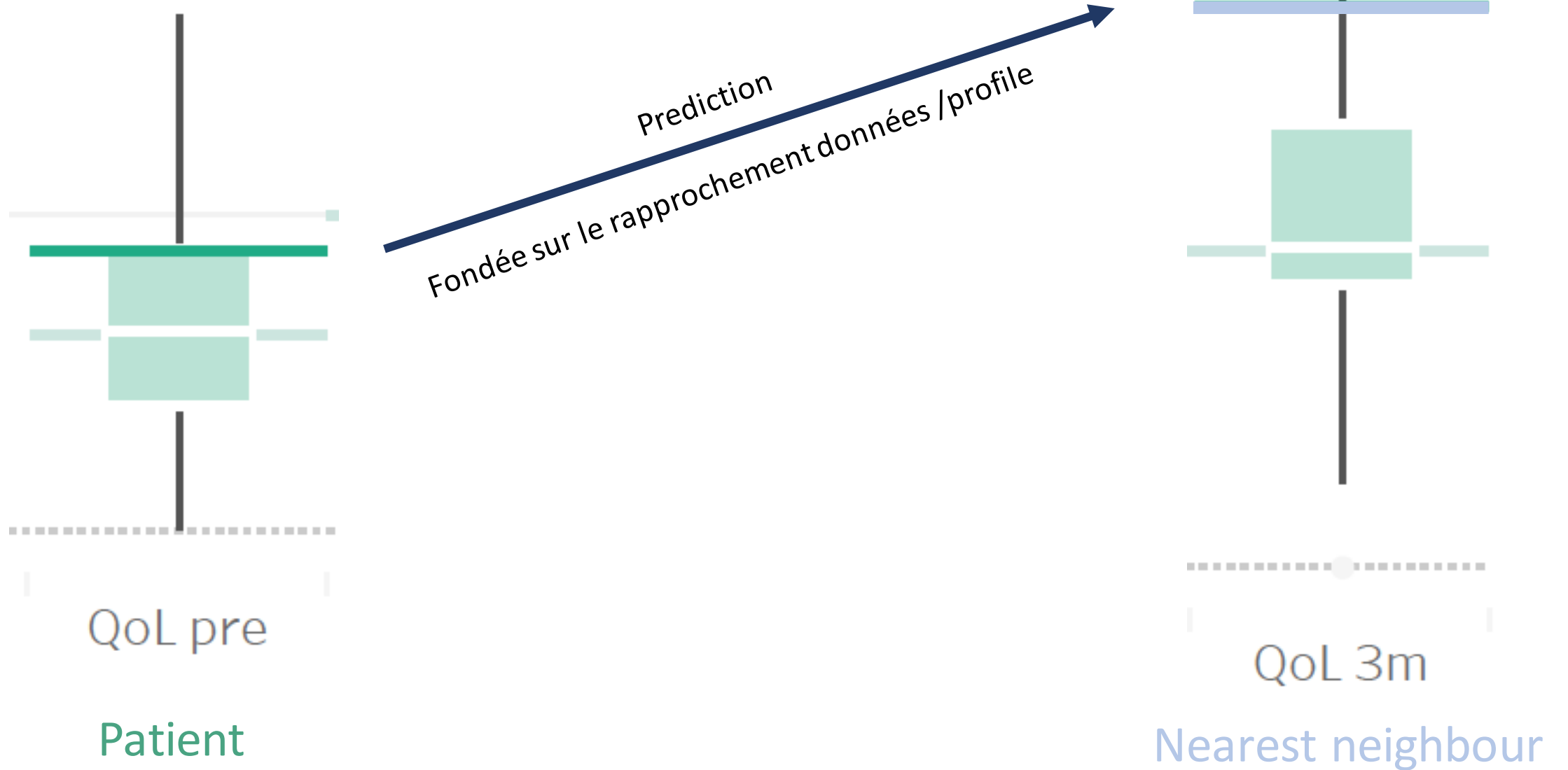
## Resultat 3ème mois KOOS

Re-Calculer

Name	Result
Symptoms	75
Pain	75
ADL	94
QoL	83



# Avantage à long terme – Prédire le rétablissement – e.g. QoL pré à postop (KOOS/HOOS)

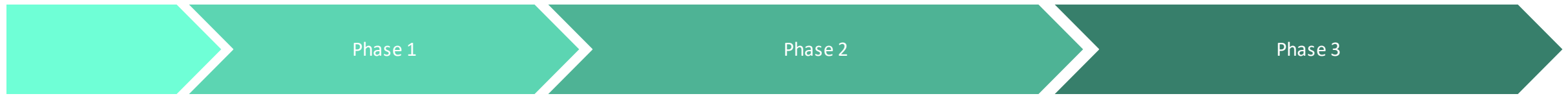




# Arthroplastie du genou

Prothèse totale

Prothèse unicompartmentale



	Phase 1	Phase 2	Phase 3
<b>Durée estimée</b>	Jour 0 - 21	Jour 7 - 60	Jour 35 - ...
<b>Evénements</b>	Opération Séjour à l'hôpital Sortie Première semaine à domicile Retrait des agrafes	Première consultation postop Evaluation PROMs semaine+6	Deuxième consultation postop Evaluation PROMs 3ème mois Reprise au travail Conduire
<b>Objectifs</b>	Protection du genou post chirurgical Prévention les complications Contrôle de la douleur et des symptômes Réveil de la proprioception Amélioration de l'amplitude du genou selon la douleur	Diminution progressive de la douleur <2/10 Arrêt progressif des médicaments Renforcement musculaire infra douloureux ROM 0-90° semaine 4 Démarche normalisée Equilibre / coordination basique	ROM 0 - 110° semaine 8 Atteindre ROMcomplet 0 béquille Retrouver de la force fonctionnelle
<b>Actions (Voir les tableaux)</b>	Education et accompagnement du patient Superviser l'utilisation des béquilles Superviser la prise de médicament Encourager des exercices infra douloureux Contrôler le niveau d'activité Vérifier la plaie	Education et accompagnement du patient Aide au passage de 2 à 1/0 béquilles Adapter le planning d'exercices Demander des photos de la plaie/gonflement Ajouter des exercices personnels	Adapter le planning d'exercices Rassurance sur la vitesse de progression Ajouter des exercices personnels Finaliser la rééducation
<b>Critères -&gt; phase suivante</b>	Protection et éducation Contrôler la douleur et les symptômes	Douleur faible / nulle  Faible sensation de chaleur du genou  Prise d'antalgique terminée ou limitée à des antalgiques de palier 1 de l'OMS  Plus de prise de AINs	<b>Pour certains exercices, l'avis du chirurgien est conseillé</b> <b>e.g. conduire, vélo, fentes</b>

Phase 1

Phase 2

Phase 3

Contraction isométrique du quadriceps – 3 x 10

Glace – 6 x 15 min.

Circulation sanguine – 6 x 2 min.

Elévation du talon au sol – 3 x 10

Contraction isométrique du quadriceps – 3 x 10

Pendule – 3 x 2 min  
+ 2 variations

Posture d'extension du genou  
3 x 3 min

Triple flexion – 3 x 10

Plier et tendre la jambe – 3 x 15

Hometrainer demi tour de pédalier – 2 x 5 min

Flexion/extension de la hanche/genou en position debout – 3 x 10

flexion de la hanche et extension du genou  
Mobilisation sur les escaliers – 3 x 15

Mini squat – 3 x 10

Touche latérale avec les orteils – 3 x 15

Montée de genou – 3 x 1 min

Hometrainer – 3 x 10 min

Squat – 3 x 15

abduction de la hanche – 3 x 15

Marche pied – 3 x 10

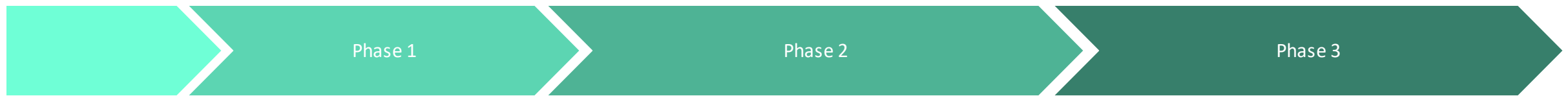
Position unipodale – 3 x 10

Petite fente – 3 x 10

Fente vers l'avant – 3 x 10

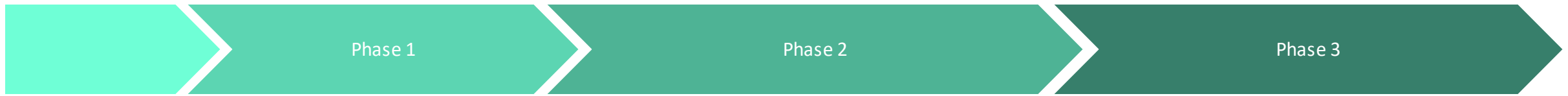
Fente latéral – 3 x 10

Pont – 3 x 10



	Phase 1	Phase 2	Phase 3
Activité	1. Moy Preop < 4000: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas max 1000/jour</li> </ul> 2. Moy Preop 4000 – 9000: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas max 1500/jour</li> </ul> 3. Moy Preop > 9000: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas max 2000/jour</li> </ul> A partir du J5: + 100 pas/jour	Hausse progressive jusqu'à 50-100% preop  <u>Evolution positive</u> +100-200 pas / jour  <u>Evolution négative</u> a. Maintenir le nb de pas max b. Diminuer le nb de pas max	Hausse progressive jusqu'à 75% - 100% > preop  <u>Evolution positive</u> +100-200 pas / jour  <u>Evolution négative</u> a. Maintenir le nb de pas max b. Diminuer le nb de pas max
Medicament	Anti douleur: OMS 1 – 2  AINS 2/jour – 2 semaines  Médicaments anticoagulants	Anti D+ OMS 1  AINS 1/jour – 2 semaines	Stop anti D+  Plus de AINS
Mobilité	Exercices non douloureux sans forcer	ROM 0°- 90° semaine 4 Focus sur extension complète	ROM 0 – 130° semaine 8 ROM complet
Béquille	2 béquilles	2 ou 1 béquille	Pas de béquilles
Hometrainer	Pas de hometrainer	Hometrainer sans resistance	Hometrainer avec resistance
Vélo		Pas de vélo	Vélo après l'autorisation du chirurgien
Car		Conduite (quand apte à le faire) *Vérifier l'autorisation du chirurgien et de l'assurance voiture	





	Phase 1	Phase 2	Phase 3
Activité	Activité élevée >50% preop Mise en charge unilatérale sans aide Saut Course Vélo Activités ou sports avec charges	Activité élevée >100% preop Saut Course Vélo Activités ou sports avec de fortes charges	Saut Course Activités ou sports avec de fortes charges → dépendant du chirurgien
Exercices	Douleur pendant les exercices Exercices contre forte résistance	Douleur pendant les exercices Douleur ressentie après les exercices	Douleur pendant les exercices Douleur ressentie après les exercices
Mobilité	Forcer la flexion / extension	Forcer la flexion / extension	Forcer la flexion / extension
Béquilles	Pas d'usage des béquilles	Pas d'usage des béquilles pour les longues distances	
Douleur	Douleur due aux exercices ou mouvement	Douleur due aux exercices ou mouvement	Douleur due aux exercices ou mouvement
Nuit	Se reposer/dormir avec le genou fléchi (e.g. coussin sous l'articulation)	Se reposer/dormir avec le genou fléchi (e.g. coussin sous l'articulation)	Se reposer/dormir avec le genou fléchi (e.g. coussin sous l'articulation)



**DON'Ts**

Table genou : A ne pas faire – contre-indications

# Phase 1

Au cours de la première phase postopératoire,

- Cibler la protection du genou opéré et l'éducation du patient sur sa rééducation : le patient est censé prendre les médicaments prescrits, utiliser les béquilles, mettre de la glace, prévoir du repos et placer la jambe opérée en élévation.
- Contrôle des symptômes : l'objectif est de maîtriser la douleur, le gonflement et la chaleur le plus tôt possible. Un gonflement, une douleur ou chaleur persistant(e) perturberait la rééducation. Le contrôle et la prévention de ces paramètres sont donc des éléments clés.
- Mobilité à faible charge : motiver le patient à effectuer régulièrement des exercices à faible charge. Le changement régulier de position réduira la raideur de l'articulation.
  
- Comment ?

**Exercices:** Voir les exercices de la phase 1 dans le tableau. La priorité concerne les exercices circulatoires et d'assouplissement. Les exercices circulatoires aident à la circulation sanguine après l'opération et évitent ainsi une phlébite. Le renforcement du quadriceps stimule la proprioception et le maintien d'une certaine musculature. Ces exercices sont automatiquement activés dans le planning d'exercices. Les exercices contre résistance ou ceux responsables de douleur, gonflement ou chaleur sont à éviter, de même si ces exercices sont réalisés lors de séance en présentiel!

**Activité:** Des conseils sur l'activité sont donnés par un nombre maximum et personnalisés de pas par jour. (voir le tableau de référence)

Le **système de messagerie** sert à informer, motiver le patient, répondre aux inquiétudes, questions et clarifier les actions thérapeutiques entreprises.

L'**usage des béquilles** doit être encadré. Les béquilles sont importantes pour éviter de tomber et pour diminuer la charge sur le genou étant donné qu'un temps est nécessaire à la cicatrisation des tissus

La **démarche** : Vérifier le déroulement du pied et la position neutre du pied lors de l'analyse vidéo de la marche.

L'**amplitude de mouvement du genou** est enregistrée sur des vidéos à fréquence hebdomadaire. La première vérification est faite au Jour 7, elle sert de point de référence pour ensuite évaluer l'amélioration. Pendant l'amplitude de mouvements (ROM) actifs, regarder également la fluidité du mouvement (e.g. signe d'une crainte de bouger), des symptômes éventuels de raideur ou de compensation.

Et si.....

- 1) Un patient ne parvient pas à contrôler sa douleur? Une 2ème ligne de médecins peut être avertie afin de donner des conseils sur le traitement. La plupart des patients ont pour recommandation de commencer avec des antalgiques du palier 1 de l'OMS.. Des antalgiques du palier 2 de l'OMS peuvent temporairement aider à réduire une douleur persistante.
- 2) Un patient note un "drapeau rouge"? Signaler toujours à la 2ème ligne de médecins en cas de saignement de la plaie, de problèmes gastriques, de fièvre, de nausée, de visite chez le médecin traitant, d'avis sur le traitement ou toutes autres complications éventuelles.

! Concernant les soins de la plaie : une photo de la plaie après retrait des fils/agrafes doit être demandée. La plupart des plaies ont été refermées à l'aide d'agrafes. Les agrafes sont retirés après 14 à 21 jours. Un pansement doit être placé sur la plaie jusqu'au retrait des agrafes. Généralement, il n'est pas nécessaire de changer le pansement avant cette date (sauf si le chirurgien l'a indiqué).





Phase 1

- ✓ Protection & éducation
- ✓ Contrôle de la douleur et des symptômes



Phase 2

## CRITERES

- ✓ Le patient est assidu aux recommandations postopératoires concernant sa rééducation.
- ✓ Le patient a trouvé son équilibre entre les exercices à faible charge, basiques et le repos pour diminuer/contrôler sa douleur et le gonflement après l'opération.
- ✓ La transition vers la phase 2 est conseillée une fois que le patient est en mesure de contrôler les plaintes relatives à la phase postopératoire.

Transition phase 1 -> phase 2

# Phase 2

Pendant la phase 2,

- Poursuivre la baisse de la douleur et des symptômes en diminuant la prise de médicament OMS type 1-2 et en augmentant progressivement la charge avec de nouveaux exercices et plus d'activité.
- Accompagner le patient pour trouver un équilibre entre repos et activité.

Comment?

**Exercices:** cf la phase 2 du tableau des exercices. Personnaliser le planning d'exercices selon les paramètres quotidiens. Un maximum de 6 exercices par jour est conseillé. Avec moveUP, nous croyons à la rééducation contrôlée et non douloureuse. Ainsi, le retrait des exercices de phase 1 et /ou l'ajout d'exercices de phase 2 doit toujours s'accompagner d'une évolution positive. Aucun exercice ne doit entraîner de douleur, de chaleur et/ou de gonflement. Glacer et élever la jambe opérée est toujours recommandé afin de garder les paramètres sous contrôle.

**Activité:** L'activité est toujours personnalisée par un nombre de pas maximum.

- Au cours d'une évolution positive, le patient peut augmenter son activité de 100-200 pas par jour.
- Au cours d'une évolution négative, le patient doit rester à son niveau d'activité voire le diminuer (plus de repos).
- Eviter des pics d'activité tout au long de la rééducation (cf tableau de référence).

**Le système de messagerie** sert toujours à informer, motiver the patient, répondre aux inquiétudes, questions et clarifier les actions thérapeutiques.

**Allure de marche:** Vérifier le déroulement du pied et la position neutre du pied lors de l'analyse vidéo de la marche. Vérifier les compensations.

**L'usage de béquilles :** Le passage de 2 à 1 puis de 1 à 0 béquille doit être encouragé lorsque le patient s'en sent capable et n'a plus de douleur.

**L'amplitude de mouvement du genou :** Il est très important de voir l'amélioration continue dans l'amplitude de mouvements (ROM) actifs. Un minimum de flexion à 90° est attendu avant la fin de la semaine 4. Dans le cas contraire, contacter le chirurgien et lui faire part de ces informations. L'extension totale du genou est travaillée au quotidien par des exercices/postures d'extension complétés par des instructions pour se concentrer sur l'extension en marchant et en se tenant debout. Pendant la mobilisation active ou passive de flexion, il n'est pas conseillé de forcer et/ou de se faire mal.

En plus des collectes de données quotidiennes et des visualisations, l'évolution du patient au cours de cette phase est également suivi grâce aux questionnaires PROMs. Comparer les résultats pre et postopératoires et faire un rapport au patient. En général, il est suffisant de le rassurer sur sa bonne progression. A la fin de la phase 2, l'essentiel des progrès a été réalisé, mais le patient verra naturellement d'autres améliorations avec le temps. La plupart des patients ressentent des améliorations tout au long de l'année suivant l'opération.



Phase 2

- ✓ Douleur minimale
- ✓ Anti-douleurs arrêtés ou limités

Phase 3

## CRITERES

- ✓ Peu / plus de douleur
- ✓ Sensation minimale de chaleur sur le genou
- ✓ Prise d'anti-douleurs arrêtée ou limitée à une prise occasionnelle de medication type 1 OMS
- ✓ Plus de AINs
- ✓ **Pour certains exercices, l'aval du chirurgien est nécessaire, e.g. conduite, vélo, fente,..**

Transition phase 2 -> phase 3

# Phase 3

Pendant la 3ème phase,

- Cibler sur des exercices de renforcement.

**Exercices:** Ci-après le tableau des exercices pour la phase 3. Ajouter progressivement les exercices un par un, en suivant attentivement les paramètres du patient. Ne pas oublier de retirer les exercices de la phase 1 et/ou 2. Un maximum de 6 exercices / jour est conseillé.

Avant de commencer les exercices de renforcement; la douleur, la chaleur et le gonflement doivent être stables et de faible intensité. Ces paramètres doivent rester à un niveau bas pendant et après ces exercices. La prise de médicament est arrêtée ou limitée et n'est pas sensée augmenter au cours de cette phase.

Pendant cette phase, il est possible de continuer à mettre de la glace à la fin d'une journée chargée.

**Activité:** Encourager une hausse progressive de l'activité. Donner des conseils sur l'activité physique en général.

**Le chat:** Au cours de cette phase, il est souvent nécessaire de rassurer le patient de sa bonne progression. Garder à l'esprit que beaucoup de patients remarquent une évolution positive pendant un an après l'opération.

**Analyse de la marche:** Vérifier le déroulement du pied et de la position neutre du pied lors de l'analyse vidéo de la marche. Vérifier les compensations.

**Amplitude de mouvement :** Lorsque le gonflement et la douleur sont minimaux, le mouvement devrait se situer à 0 - 110° aux environs de la semaine 8-10. La réalisation parfaite du ROM dépend de la mobilité du patient avant l'opération.

**Terminer la rééducation** en s'assurant que toutes les attentes soient satisfaites. Vous pouvez contrôler la satisfaction du patient à travers le questionnaire PROM rempli le 3ème mois.





# Actions communes phase 3

Exercices	Messages	Vérification
	<b>Questions</b>	
Adapter le schéma d'exercices	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comment s'est déroulé la consultation 3mois postop?</li><li>• Où en êtes-vous de vos attentes/objectifs?</li><li>• Certains mouvements restent-ils toujours difficiles/douloureux?</li></ul>	Evaluer la réaction à une augmentation de la charge
	<b>Feedback</b>	Videos ADM Videos allure de marche
Force fonctionnelle	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bon timing 1 -&gt; 0 béquille</li><li>• PROMs 3ème mois</li></ul>	Satisfaction du patient
	<b>Stimulate</b>	
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reprise du travail</li><li>• Reprise totale des AVQ</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ROM satisfaisant (110° + extension complète)</li><li>• Analyse de la marche normale</li></ul>

**Preop: jour -x au jour -1**

Force fonctionnelle et mobilité : Abduction, renforcement quadriceps, gluteus isométrique, hometrainer, posture d'extension du genou  
! A adapter selon les attentes du patient et son profil

**Opération – Sejour à l'hôpital : Jour 0 à Jour 1-5**

Protocole hospitalier (DQ and steps)  
! Elévation et circulation

**Contrôle des symptômes, proprioception et mobilité: jour 0 à jour 21**

Baisse du gonflement et de la douleur, extention complète, 90° flexion

Glace, circulation, repos et mouvement à faible charge

Proprioception: Renforcement du Quadriceps

**Force fonctionnelle et mobilité : Jour 7 à jour 60**

Prévention de la sous/surcharge et reprise des AVQ

Mobilité de base : Pendule, triple flexion, extension posture...

Force fonctionnelle : Touche latérale, mini squat ...

**Force fonctionnelle: à partir du jour 35**

Charge faible à charge plus élevée

Force fonctionnelle : appui unipodal, squats, fentes, pont...

day 0

day 7- 21

day 35 - 60

day x

Preop

Phase 1

Phase 2

Phase 3

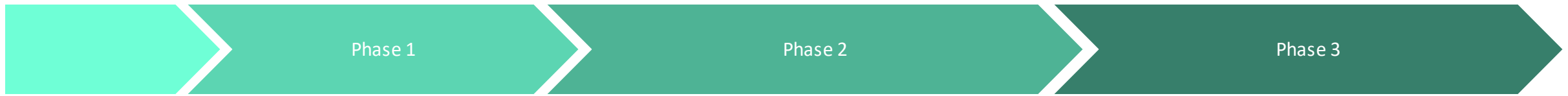


# Arthroplastie de la hanche

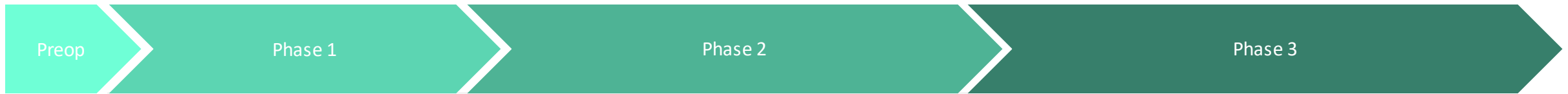
Anterior protocol

- DAA
- ALA

Posterior protocol



	Phase 1	Phase 2	Phase 3
<b>Durée estimée</b>	Jour 0 - 21	Jour 10 - 60	Jour 35 - ...
<b>Evènements</b>	Opération Sejour à l'hôpital Sortie Première semaine à domicile Retrait des agrafes	Première consultation postop ...	Deuxième consultation postop Reprise du travail Conduite ...
<b>Objectifs</b>	Protection de la hanche opérée Prevenir les complications Contrôler la douleur et les symptômes Retrouver la proprioception	Diminution progressive de la douleur <2/10 Arrêt progressif des médicaments Renforcement basique Démarche normalisée Equilibre de base / coordination	ROM complète 0 béquille Retrouver de la force fonctionnelle
<b>Actions (Voir les tableaux)</b>	Education et accompagnement le patient Superviser l'usage des béquilles Superviser la prise de médicament Encourager des exercices non douloureux Controler le niveau d'activité Vérifier la plaie Vérifier la démarche	Education et accompagnement du patient Aider au passage de 2 à 1/0 béquilles Adapter le planning d'exercices Demander des photos de la plaie/gonflement Ajouter des exercices personnels	Adapter le planning d'exercices Rassurer de la progression normale Ajouter des exercices personnels Finaliser la rééducation
<b>Criteria -&gt; phase suivante</b>	Protection et éducation Contrôler la douleur et les symptômes	Douleur faible / nulle  Faible sensation de chaleur de la hanche  Prise d'anti-douleur terminée ou limitée à des antalgiques du palier 1 de l'OMS  Plus de prise de AINs	<b>Pour certains exercices, l'avis du chirurgien est conseillé</b> <b>e.g. conduire, vélo, fentes</b>



Preop	Phase 1	Phase 2	Phase 3
Glace – 6 x 15 min.			
Circulation – 6 x 2 min.			
Elevation du talon – 3 x 10			
contraction gluteus isométriques – 3 x 15		Demi tour de pédalier sur hometrainer – 2 x 5 min	Hometrainer – 3 x 10 min
Concentration des quadriceps isométriques – 3 x 10		External rotation - 3 x 15	
Touche latérale avec les orteils – 3 x 15		abduction de la hanche en position debout – 3 x 15	
Triple flexion en position couchée – 3 x 10		Hip flexion to hip extension – 3 x 10	
		Rotation du genou en position debout – 3 x 15	
		extension de la hanche – 3 x 10	
		Mobilisation sur les escaliers pour la flexion de la hanche et extension du genou – 3 x 15	
		Mini squat – 3 x 15	Squat – 3 x 15
		Posture unipodal – 3 x 10	Position unipodale – 3 x 15
		marCHE sur place – 3 x 2 min.	Petite fente – 3 x 10
			Fente en avant – 3 x 10
			fente sur le côté – 3 x 10
			Pont – 3 x 10
			Marche pied – 3 x 10

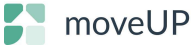


Table hanche : cf différences voie antérieure et postérieure

# Phase 1 - Phase 2 différences

## Voie antérieure

! Plus en coucher ventral pour l'irritation des fléchisseurs de la hanche

- Eviter de dépasser les 20° lors de l'extension
- Eviter de dépasser les 50° lors de la rotation

**Approche voie antérieure dans le schéma d'exercice:**

Moins cibler sur les exercices du fléchisseur de la hanche pendant la phase aigue :

Triple flexion (avec assistance) 3x8: J7-J11-J15-J19 -

- Flexion à extension de la hanche 3x8: J9-J13-J17-J21 - ...

Plus cibler sur les exercices mobilisants les aducteurs et fessiers, e.g.:

- Touche latérale avec les orteils (3x15): J5-J7-J9
- Abduction (3x15): J11-J13-J15-...
- Mini squat (3x10): J10 -d12-d14-...

## Voie postérieure

!plus en coucher ventral pour l'irritation des aducteurs de la hanche

- Eviter de dépasser les 90° lors de la flexion
- Eviter la rotation interne après la position neutre
- Eviter l'adduction après la position neutre

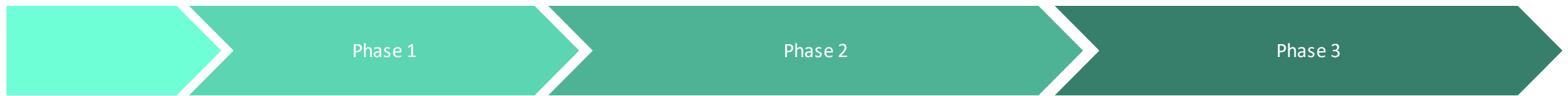
**Approche voie postérieure dans le schéma d'exercice:**

Plus cibler les exercices du fléchisseur de la hanche, e.g.:

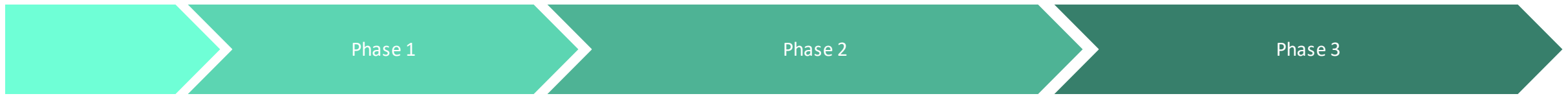
- Triple flexion (sans assistance) 3x10: J5-J7-J9-J11 - ...
- Flexion à extension de la hanche 3x10: J6-J8-J10-J12- ...

Moins cibler sur les exercices mobilisants les aducteurs pendant la phase aigue, e.g.:

- Touche latérale avec les orteils 3x10): J7-J11-J13
- Abduction (3x10): J15-J17-J19-...
- Mini squat (3x10): J14 -J16-J18-...



	Phase 1	Phase 2	Phase 3
Activité	1. Moy Preop < 4000: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas max 1000/jour</li> </ul> 2. Moy Preop 4000 – 9000: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas max 1500/jour</li> </ul> 3. Moy Preop > 9000: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas max 2000/jour</li> </ul> A partir du J5: + 100 pas/jour	Hausse progressive jusqu'à 50-100% preop  <u>Evolution positive</u> +100-200 pas / jour  <u>Evolution négative</u> a. Maintenir le nb de pas max b. Diminuer le nb de pas max	Hausse progressive jusqu'à 75% - 100% > preop  <u>Evolution positive</u> +100-200 pas / jour  <u>Evolution négative</u> a. Maintenir le nb de pas max b. Diminuer le nb de pas max
Medicament	Anti D+: OMS 1 – 2  AINS 2/jour – 2 semaines  Médicaments anticoagulants	Anti D+ OMS 1  AINS 1/jour – 2 semaines	Stop Anti D+  Plus de AINS
Mobilité	Exercices non douloureux sans forcer	ROM 0°- 90° semaine 4 Focus sur extension complète	ROM 0 – 130° semaine 8 ROM complet
Béquille	2 béquilles	2 ou 1 béquille	Pas de béquilles
Hometrainer	Pas de hometrainer	Hometrainer sans resistance	Hometrainer avec resistance
Vélo		Pas de vélo	Vélo après l'autorisation du chirurgien
Car		Conduite (quand apte à le faire) *Vérifier l'autorisation du chirurgien et de l'assurance voiture	




	Phase 1	Phase 2	Phase 3
Activité	Activité élevée >50% preop Vélo	Activité élevée >100% preop Vélo	Saut Course Activités ou sports avec de fortes charges → dépendant du chirurgien
Exercices	Douleur pendant les exercices Exercices contre forte résistance Elevation jambe tendue (SLR)	Douleur pendant les exercices Douleur ressentie après les exercices	Douleur pendant les exercices Douleur ressentie après les exercices
Mobilité	ANTERIEUR /à ne pas faire/ : Flexion répétitive Amplitude excessive  POSTERIEUR /à ne pas faire/ : flexion >90° Endorotation > neutral Adduction > midline	ANTERIEUR /à ne pas faire/ : Flexion répétitive Amplitude excessive  POSTERIEUR /à ne pas faire/ : flexion >90° Endorotation > neutral Adduction > midline	Forcer la flexion / extension
Béquilles	Pas d'usage des béquilles	Pas d'usage des béquilles si démarche problématique ou pour les longues distances	Pas d'usage des béquilles si démarche problématique
Douleur	Douleur due aux exercices ou mouvement	Douleur due aux exercices ou mouvement	Douleur due aux exercices ou mouvement
 DON'Ts	Dormir sur le coté non op ou op (selon chirurgien)	Dormir sur le coté non op ou op (selon chirurgien)	Dormir sur le coté non op ou op (selon chirurgien)

Table hanche : A ne pas faire – contre-indications



# Phase 1

Au cours de la première phase postopératoire,

- Cibler la protection de la hanche opérée et l'éducation du patient sur sa rééducation : le patient est censé prendre les médicaments prescrits, utiliser les béquilles, mettre de la glace, prévoir du repos et placer la jambe opérée en élévation.
- Contrôle des symptômes : l'objectif est de maîtriser la douleur, le gonflement et la chaleur le plus tôt possible. Un gonflement, une douleur ou chaleur persistant(e) perturberait la réadaptation. Le contrôle et la prévention de ces paramètres sont donc des éléments clés.
- Mobilité à faible charge : motiver le patient à effectuer régulièrement des exercices à faible charge. Le changement régulier de position réduira la raideur de l'articulation.
- Attention!
  - Voie antérieure : cf tableau contre-indications
  - Voie postérieure : cf tableau contre-indications

Comment ?

**Exercices:** Voir les exercices de la phase 1 dans le tableau. La priorité concerne les exercices circulatoires et d'assouplissement. Les exercices circulatoires aident à la circulation sanguine après l'opération et évitent ainsi une phlébite. Le renforcement du quadriceps stimule la proprioception et le maintien d'une certaine musculature. Ces exercices sont automatiquement activés dans le planning d'exercices. Les exercices contre résistance ou ceux responsables de douleur, gonflement ou chaleur sont à éviter, de même si ces exercices sont réalisés lors de séance en présentiel!

**Activité:** Des conseils sur l'activité sont donnés par un nombre maximum et personnalisés de pas par jour. (voir le tableau de référence)

**Le système de messagerie** sert à informer, motiver the patient, répondre aux inquiétudes, questions et clarifier les actions thérapeutiques entreprises.

**L'usage des béquilles** doit être encadré. Les béquilles sont importantes pour éviter de tomber et pour diminuer la charge sur la hanche étant donné qu'un temps est nécessaire à la cicatrisation des tissus

**La démarche :** Vérifier sur les vidéos enregistrées que le déroulement du pied soit correcte pendant la phase d'appui.

Et si.....

1) Un patient ne parvient pas à contrôler sa douleur? Une 2ème ligne de médecins peut être avertie afin de donner des conseils sur le traitement. La plupart des patients ont pour recommandation de commencer avec des anti-douleur de niveau 1. Des anti-douleurs de niveau 2 peuvent temporairement aider à réduire une douleur persistante.

2) Un patient note un "drapeau rouge"? Signaler toujours à la 2ème ligne de médecins en cas de saignement de la plaie, de problèmes gastriques, de fièvre, de nausée, de visite chez le médecin traitant, d'avis sur le traitement ou toutes autres complications éventuelles.

! Concernant les soins de la plaie : une photo de la plaie après retrait des fils/agraves doit être demandée. La plupart des plaies ont été refermées à l'aide d'agrades. Les agraves sont retirés après 14 à 21 jours. Un pansement doit être placé sur la plaie jusqu'au retrait des agraves. Généralement, il n'est pas nécessaire de changer le pansement avant cette date (sauf si le chirurgien l'a indiqué). Certaines plaies ont été collées, dans ce cas le pansement n'est pas nécessaire. Le patient peut se doucher mais ne doit pas retirer la colle.



# Actions communes phase 1

Exercices (cf tableau)	Messages	Vérification
Schéma par défaut	<b>Questions</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Comment s'est passé l'opération?</li><li>• Message lors du retour à domicile</li><li>• Comment se passe les exercices?</li></ul>	Assiduité au traitement
Forte activités -> plus besoin d'exercices pour la circulation	<b>Feedback</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Douleur contrôlée</li><li>• Difficultés pendant la nuit</li><li>• Gonflement, Chaleur, raideur,...</li><li>• Retrait planifié des agrafes</li></ul>	Photo Gonflement Chaleur
	<b>Encouragement</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Le mouvement</li><li>• Respect du nombre limite de pas</li><li>• Respect de l'usage des béquilles</li><li>• Glace et élévation de la jambe</li><li>• Ne pas provoquer de douleur</li><li>• Respecter le traitement prescrits</li></ul>	Usage des béquilles Prise de médicaments Activité quotidienne et nombre de pas max



Phase 1

- ✓ Protection & éducation
- ✓ Contrôle de la douleur et des symptômes



Phase 2

## CRITERES

- ✓ Le patient est assidu aux recommandations postopératoires concernant sa réadaptation.
- ✓ Le patient a trouvé son équilibre entre les exercices à faible charge, basiques et le repos pour diminuer/contrôler sa douleur et le gonflement après l'opération.
- ✓ La transition vers la phase 2 est conseillée une fois que le patient est en mesure de contrôler les plaintes relatives à la phase postopératoire.

Transition phase 1 -> phase 2

# Phase 2

Pendant la phase 2,

- Poursuivre la baisse de la douleur et des symptômes en diminuant la prise de médicament antalgique de type 1-2 OMS et en augmentant progressivement la charge avec de nouveaux exercices et plus d'activité.
- Accompagner le patient a trouvé un équilibre entre repos et activité.
- Attention:
  - Voie antérieure : cf tableau des contre-indications
  - Voie postérieure : cf tableau des contre-indications

Comment?

**Exercices:** cf la phase 2 du tableau des exercices. Personnaliser le planning d'exercices selon les paramètres journaliers. Un maximum de 6 exercices par jour est conseillé. Avec moveUP, nous croyons à la rééducation contrôlée et non douloureuse. Ainsi, le retrait des exercices de phase 1 et /ou l'ajout d'exercices de phase 2 doit toujours s'accompagner d'une évolution positive. Aucun exercice ne doit entraîner de douleur, de chaleur et/ou de gonflement. Glacer et élever la jambe opérée est toujours recommandée afin de garder les paramètres sous contrôle.

**Activité:** L'activité est toujours personnalisée par un nombre de pas maximum.

- Au cours d'une évolution positive, le patient peut augmenter son activité de 100-200 pas par jour.
- Au cours d'une évolution négative, le patient doit rester à son niveau d'activité voire le diminuer (plus de repos).
- Éviter des pics d'activité tout au long de la réadaptation (cf tableau de référence).

**Le système de messagerie** sert toujours à informer, motiver the patient, répondre aux inquiétudes, questions et clarifier les actions thérapeutiques.

**La démarche :** Vérifier sur les vidéos enregistrées que le déroulement du pied soit correcte pendant la phase d'appui. Vérifier l'absence de compensation

**L'usage de béquilles :** Le passage de 2 à 1 puis de 1 à 0 béquille doit être encouragé lorsque le patient s'en sent capable et n'a plus de douleur.

Conseillé de forcer et/ou de se faire mal.

En plus des collectes de données quotidiennes et des visualisation, l'évolution du patient au cours de cette phase est également suivi grâce aux questionnaires PROMs. Comparer les résultats pre et postopératoires et faire un rapport au patient. En général, il est suffisant de le rassurer sur sa bonne progression. A la fin de la phase 2, l'essentiel des progrès a été réalisé, mais le patient verra naturellement d'autres améliorations avec le temps. La plupart des patients rescente des améliorations tout au long de l'année suivant l'opération.



# Actions communes phase 2

Exercices (cf table)	Messages	Vérification
Adapter le planning d'exercices Exercices avancés ou retardés	<b>Questions</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Comment s'est passé la 1ère consultation postop?</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Réactions sur l'adaptation du planning d'exercices</li><li>• Plaie</li><li>• Hausse progressive de la charge</li></ul>
Force Basique Proprioception Mobilisation	<b>Feedback</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Hausse progressive des exercices et de l'activité</li><li>• Baisse de la prise de médicaments anti-douleur, prise occasionnelle de médicament OMS type 1</li><li>• Rassurer et encourager lors des hauts et bas du patient</li><li>• Résultats des PROMs</li><li>• Timing 2 -&gt; 1 / 0 béquille</li><li>• Viser des résultats excellents</li></ul>	PROMs: preop vs semaine 6
Retarder les exercices responsables de douleur, chaleur, gonflement	<b>Stimulate</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Retrouver progressivement la force original et l'ADL sans douleur</li><li>• Motivate ROM in ADL</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Allure de marche</li></ul>

Phase 2

- ✓ Douleur minimale
- ✓ Anti-douleurs arrêtés ou limités

Phase 3

## CRITERES

- ✓ Peu / plus de douleur
- ✓ Sensation minimale de chaleur au niveau de la hanche
- ✓ Prise d'anti-douleurs arrêtée ou limitée à une prise occasionnelle d'Antidouleur de type 1 OMS
- ✓ Plus de AINs
- ✓ **Pour certains exercices, l'aval du chirurgien est nécessaire, e.g. conduite, vélo, fente,..**

Transition phase 2 -> phase 3

# Phase 3

Pendant la 3ème phase,

- Cibler sur des exercices de renforcement.

**Exercices:** Ci-après le tableau des exercices pour la phase 3. Ajouter progressivement les exercices un par un, en suivant attentivement les paramètres du patient.

Avant de commencer les exercices de renforcement; la douleur, la chaleur et le gonflement doivent être stables et de faible intensité. Ces paramètres doivent rester à un niveau bas pendant et après ces exercices. La prise de médicament est arrêtée ou limitée et n'est pas censé augmenter au cours de cette phase.

Pendant cette phase, il est possible de continuer à mettre de la glace à la fin d'une journée chargée.

**Activité:** Encourager une hausse progressive de l'activité. Donner des conseils sur l'activité physique en général.

**Le chat:** Au cours de cette phase, il est souvent nécessaire de rassurer le patient de sa bonne progression. Garder à l'esprit que beaucoup de patients remarquent leur évolution positive un an après l'opération.

**La démarche :** Vérifier sur les vidéos enregistrées que le déroulement du pied soit correcte pendant la phase d'appui. Vérifier l'absence de compensations

**Terminer la rééducation** en s'assurant que toutes les attentes soient satisfaites. Vous pouvez contrôler la satisfaction du patient à travers le questionnaire PROM rempli le 3ème mois.



# Actions communes phase 3

Exercices	Messages	Vérification
	<b>Questions</b>	
Adapter le schéma d'exercices	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comment s'est déroulé la consultation 3mois postop?</li><li>• Où en êtes-vous de vos attentes/objectifs?</li><li>• Certains mouvements restent-ils toujours difficiles/douloureux?</li></ul>	Evaluer la réponse sur la charge plus élevée
	<b>Feedback</b>	
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bon timing 1 -&gt; 0 béquille</li><li>• PROMs 3ème mois</li></ul>	Videos allure de marche Satisfaction du patient
Force fonctionnelle	<b>Stimulation</b>	
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reprise du travail</li><li>• Reprise complete des AVJ</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ROM complète</li><li>• Analyse de la marche normale</li></ul>



Preop: jour -x au jour -1

Abduction, gluteus isométriques, hometrainer  
! A adapter selon les attentes du patient et son profil

Opération – Sejour à l'hôpital : Jour 0 à Jour 1-5

Protocole hospitalier (DQ and steps)  
! Elévation et circulation

Contrôle des symptômes, jour 0 à jour 21

Baisse du gonflement et de la douleur

Glace, circulation, repos et mouvement à faible charge

Proprioception: Renforcement des fessiers et Quadriceps

Prévention + Force élémentaire et mobilité : Jour 10 à jour 60

Prévention de la sous/surcharge et reprise des AVQ  
Cibler les fessiers

Mobilité de base : triple flexion, hometrainer...

Force fonctionnelle : Side toe taps, mini squat ...

Force fondamentale jour 21 à jour 90

Charge faible à charge plus élevée

Force fonctionnelle: Appui unipodal, squats, fentes,...

day 0

day 10-20

day 35 - 60

day x

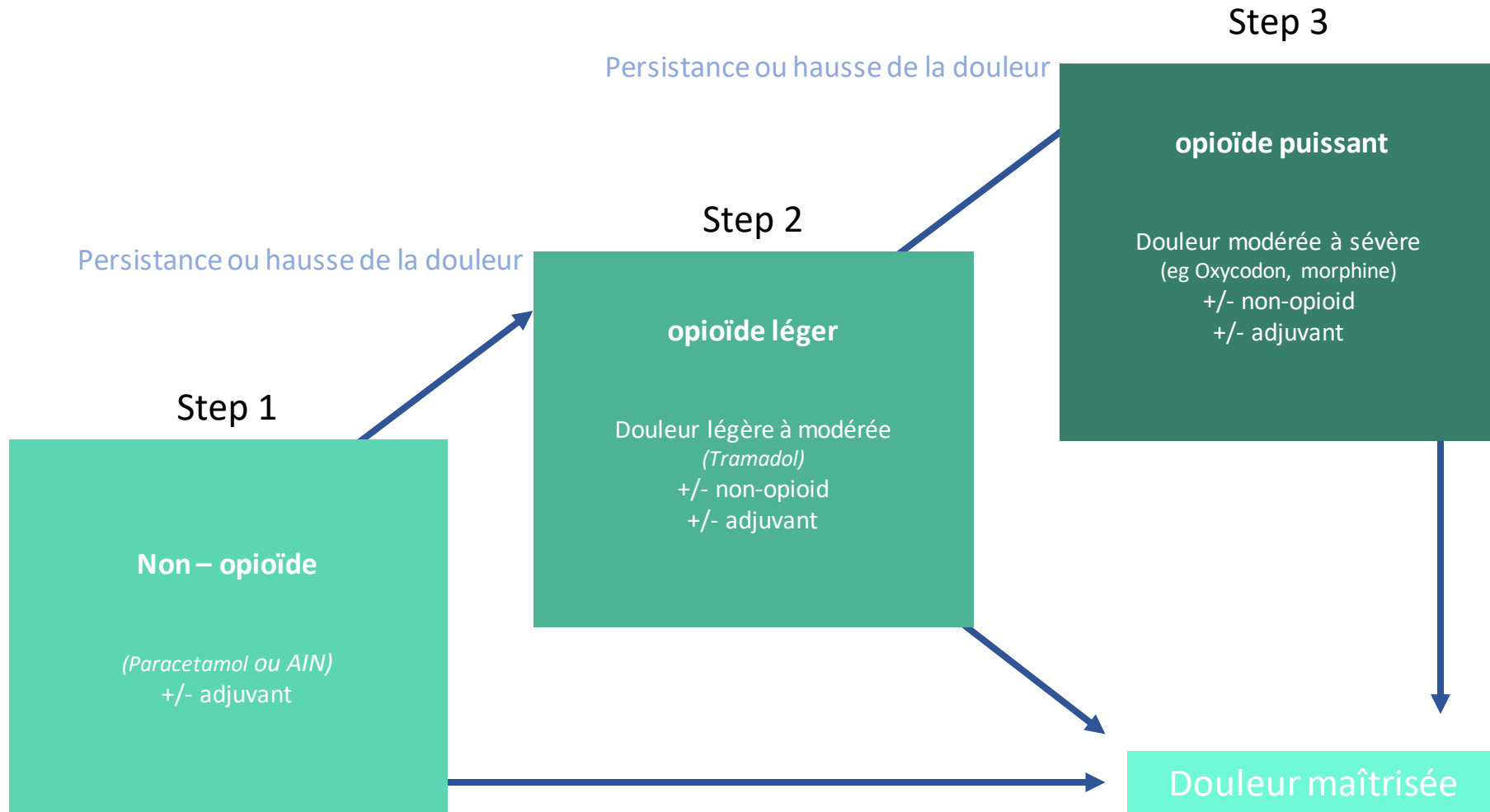
Preop

Phase 1

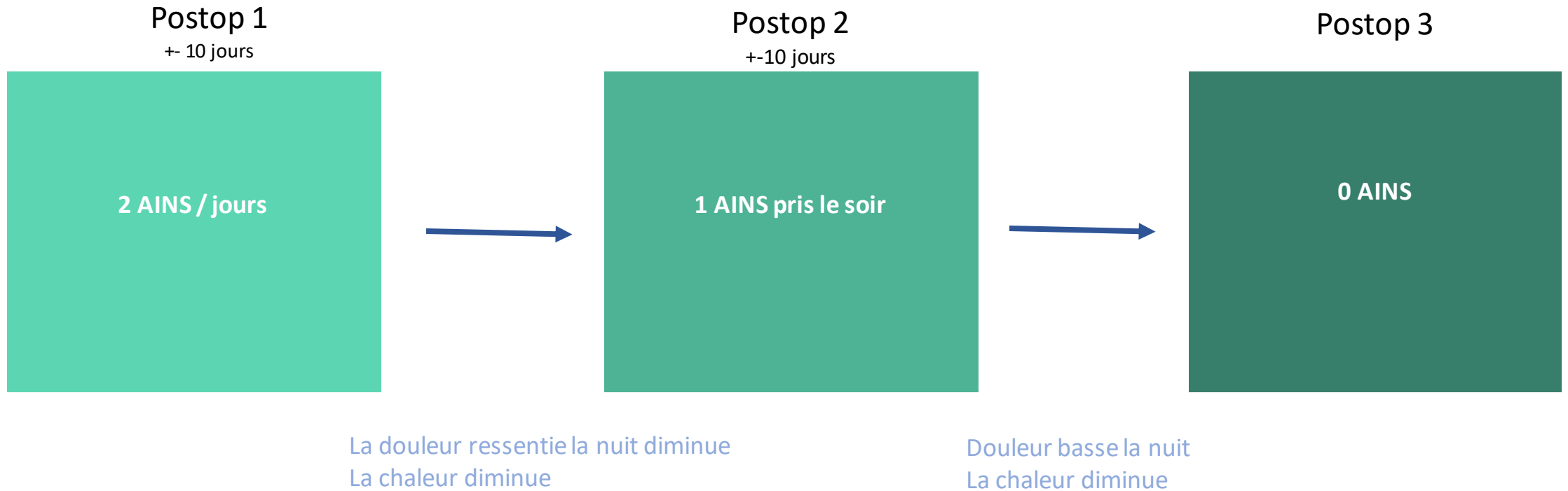
Phase 2

Phase 3

# Addendum: antalgiques Echelle de douleur



# Addendum: AINS après PTH





moveUP



## Comment inscrire un nouveau patient dans la plateforme moveUP ?

- ✓ L'onboarding est le processus d'inscription et de démarrage d'un nouveau patient dans la plateforme moveUP. Après avoir inscrit un patient dans la plateforme, un email de confirmation peut être envoyé. Dans cet email, le patient recevra toutes les informations nécessaires pour installer et activer l'application moveUP.

## 1. Créer un nouveau patient dans la plateforme d'inscription.

- Allez sur le site: <https://patient-onboarding-admin.moveup.care>.
- Remplissez vos identifiants moveUP et cliquez sur « Connexion ».
- Cliquez sur « New patient ».



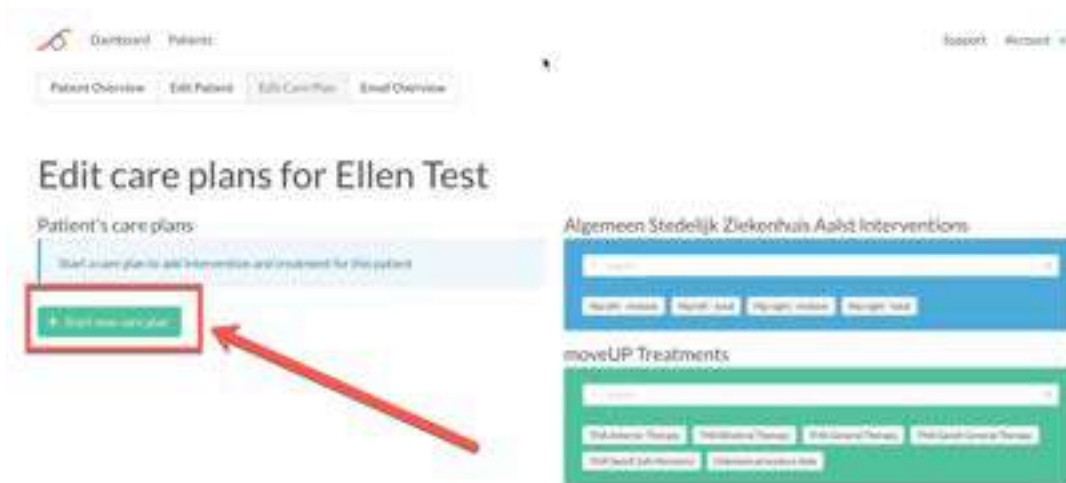
*Créer un nouveau patient*



### 3. Ajouter un nouveau plan de soins au patient (« Care Plan »).

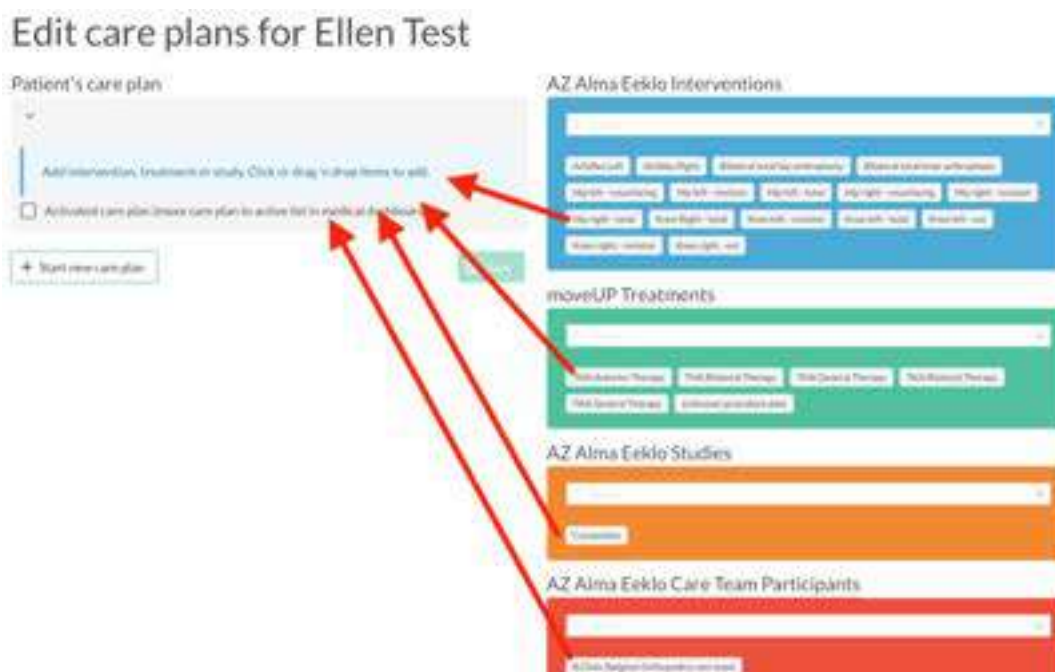
- ✓ Un Care Plan est un élément essentiel du parcours de soins digital de votre patient. Un Care Plan détermine ce qui sera visible pour votre patient dans l'application moveUP, par exemple : le type d'exercices, les modules d'information, la fonctionnalité de messagerie, etc. Un Care Plan consiste généralement en une intervention, un traitement moveUP et une ou plusieurs équipes de soins.

- L'onglet « Edit Care Plan » s'ouvre automatiquement après la saisie des données du patient.
- Cliquez sur « Start new care plan ».



*Créer un nouveau plan de soins*

- Faites glisser et déposez une intervention au Care Plan.
  - Indiquez la date de l'intervention (ex. : date de l'opération) et le nom du médecin traitant (ex. : chirurgien).



*Glisser et déposer pour créer un Care Plan*



# Edit care plans for Ellen Test

*Ajouter le type d'intervention, la date de l'intervention et le médecin.*

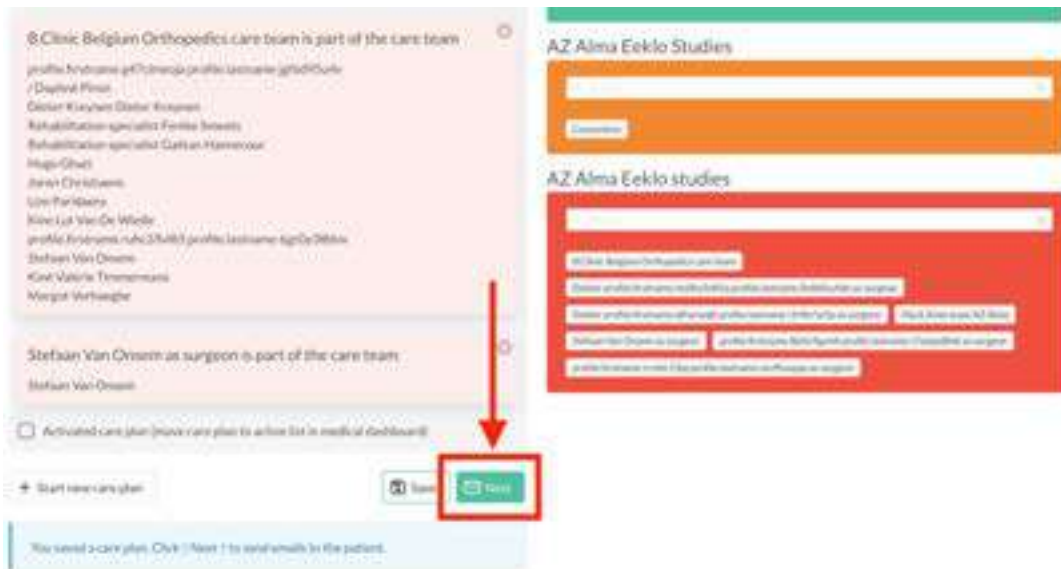
- Faites glisser et déposez un traitement moveUP.
  - REMARQUE : La date de début du traitement est automatiquement fixée à la date du jour si vous ne la remplissez pas. Dans la plupart des cas, il n'est pas nécessaire de préciser une date. Ceci n'est fait que dans le cas où l'intervention ou la date d'intervention n'est pas encore connue.
- Faites glisser et déposez une étude, le cas échéant.
- Faites glisser et déposez les équipes de soins ou les participants aux équipes de soins.
- Cliquez sur « Save » .

- ✓ Les participants de l'équipe de soins déterminent les prestataires de soins qui auront accès au compte du patient sur la plateforme moveUP. Le type de comptes des prestataires de soins de santé moveUP détermine les données auxquelles ce prestataire de soins de santé peut accéder. Une personne ayant un rôle de support (par exemple : le personnel de support de moveUP) n'aura pas accès aux mêmes données que le chirurgien traitant par exemple.

Les participants à l'équipe de soins sont ajoutés automatiquement en fonction du type d'intervention, mais il est possible d'ajouter ou de supprimer manuellement un prestataire de soins de l'équipe de soins du patient si nécessaire.

## 4. Envoyer un email de confirmation au patient

- Une fois le plan de soins enregistré, cliquez sur « Next ».



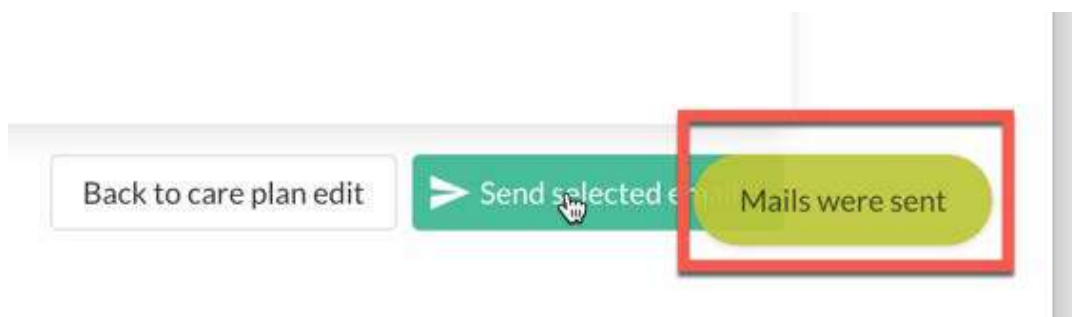
*Cliquez sur « Next ».*

- Un modèle de l'email ou des emails qui seront envoyés au patient est affiché.
- Cliquez sur « Send selected emails » pour envoyer les emails au patient.



*Proposition de modèle d'email*

- Un message « Mails were sent » apparaîtra pendant quelques secondes pour que vous sachiez que les mails ont été envoyés avec succès.



*Confirmation email(s) envoyé(s)*

## 5. Que se passe-t-il ensuite ?

Le patient recevra un **email de confirmation** avec :

- **Instructions d'installation de moveUP** – Avec une brève présentation de moveUP, un lien d'information sur les prix et les instructions sur comment installer moveUP avec les détails de connexion, et un lien vers le guide de démarrage rapide.

Dans le cas où le traitement moveUP de votre patient utilise également **un tracker d'activité**, le patient recevra un second email avec :

- **Lien pour commander le tracker d'activité** et confirmer son inscription – Avec un formulaire de commande pour le tracker d'activité.





## Comment arrêter le traitement d'un patient?

Pour arrêter le suivi de votre patient, il y a **deux étapes principales** à suivre.

### Table des matières



1. Arrêter le suivi actif dans l'onglet « Care plan » (plan de traitement)
2. Remplir le formulaire d'arrêt
3. Optionnel: Ajustez les exercices pour le patient si vous souhaitez les personnaliser
  - Personnaliser le message des exercices du patient
  - Personnaliser les exercices disponibles pour un patient

# 1. Arrêter le suivi actif dans l'onglet « Care plan » (plan de traitement)

1. Ouvrez l'onglet « Care plan »
2. Cliquez sur « Stop active follow up » (arrêt du suivi actif) en haut à droite de l'onglet « Care plan ».



3. La fenêtre contextuelle suivante apparaît.

## Stop active follow up ✕

Stopping the active follow up will move the patient to the PROM stage. Personalisation of exercises after stop active follow up can be done in the tab 'care plan'. If exercises are not personalised, The patient will receive an overview with all exercises performed during his/her rehab.

### Message

The message below will be send to the patient using the messaging function of the app:

**B I U G** **Normal** **Sans Serif**

Dear Test,

You have already traveled a fine road in the first phase of your rehabilitation. Given the good progress in your recovery, the active follow up by your medical team will be stopped. Keep in mind that recovering from such an operation takes up to one year or more. The next weeks and months you will certainly continue to experience improvements.

Always take in mind the following important guidelines during next phases of your recovery:

Do not be afraid to try anything, but do not force it.  
Always build up gradually and listen to your body.  
Feel free to take a break or slow down temporarily if you notice that the joint is giving you trouble.


If you keep doing this, you will certainly continue to evolve positively.

Best regards,


HCP test

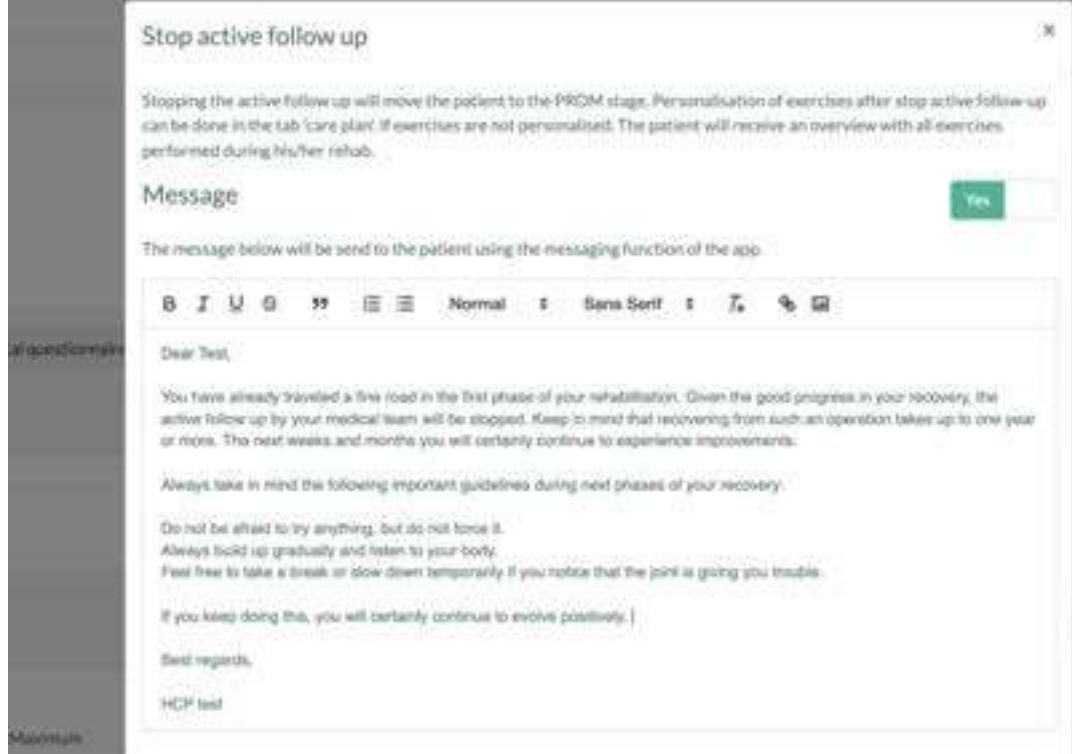
### Email

The email below will be send to the patient.



4. Par défaut, l'option « Oui » d'envoi d'un message dans la messagerie sera activée. En dessous, vous pourrez lire le message qui sera envoyé au patient après avoir cliqué sur « Stop » en bas de page. Vous pouvez également modifier ce message si vous souhaitez le personnaliser. Si vous ne souhaitez pas envoyer de message dans la messagerie, vous pouvez cliquer sur « Non ».

 Ce message est destiné à un patient qui se porte bien à la fin de sa rééducation. En cas de désinscription, de fin de suivi anticipée, etc., ce message doit être impérativement adapté ou désactivé.



5. De plus, un e-mail par défaut contenant des informations administratives sera envoyé au patient (par exemple, comment se déroulent le remboursement et la facturation, comment renvoyer le tracker d'activité, etc.) Si vous ne voulez pas envoyer cet e-mail, vous pouvez le désactiver.



6. Si vous êtes prêt à arrêter le suivi actif, vous pouvez cliquer sur « Stop ».



✓ Le patient ne sera plus répertorié dans l'onglet « Therapy ». Vous pouvez maintenant le trouver dans l'onglet « PROM » ou également dans l'onglet « All ».

i En cas de désinscription, de fin anticipée du suivi ou si votre patient ne souhaite plus recevoir d'e-mails de la part de moveUP, vous devez terminer son suivi en cliquant sur « Complete ». Le patient apparaîtra dans l'onglet « Completed ».

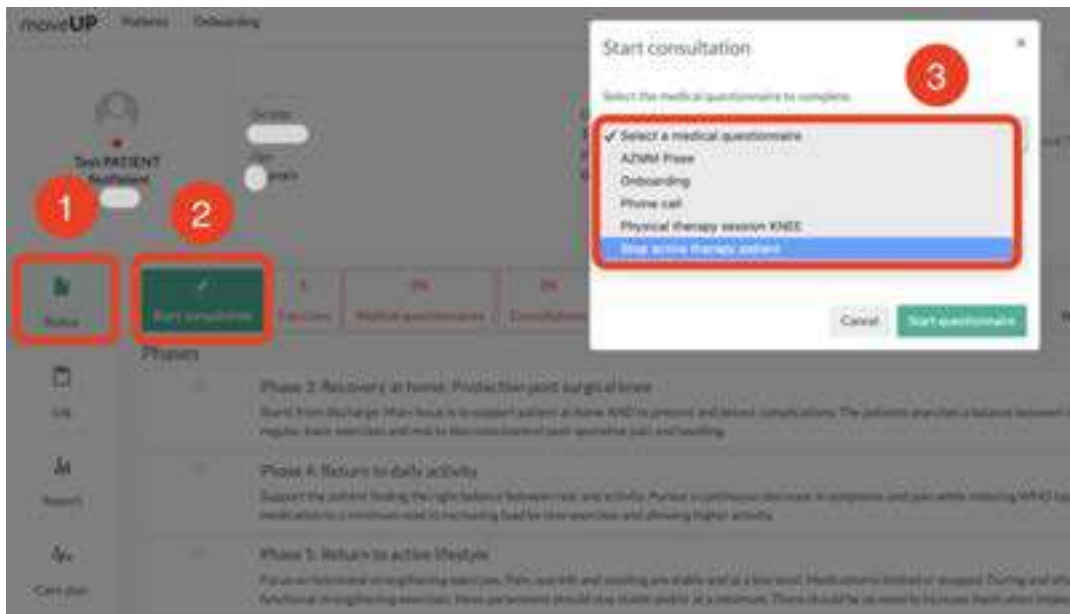




## 2. Remplir le formulaire d'arrêt

Pour remplir le formulaire :

1. Allez dans l'onglet « Statut »
2. Cliquez sur « start consultation ».
3. Choisissez « Stop active therapy patient »



### 3. Optionnel: Ajustez les exercices pour le patient si vous souhaitez les personnaliser

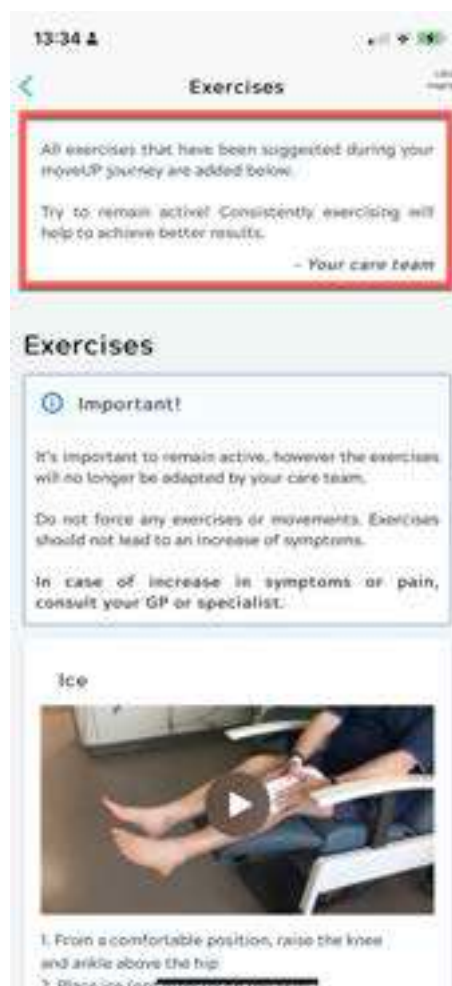
Une fois le suivi actif arrêté, nous souhaitons que le patient ait toujours accès aux exercices exécutés pendant sa rééducation. Le patient verra par défaut un aperçu de ses exercices.

### Personnaliser le message des exercices du patient

Si vous souhaitez personnaliser le message que le patient voit dans son application, vous pouvez le faire en ajoutant votre message dans le tableau de bord médical, dans l'onglet 'Care plan'.



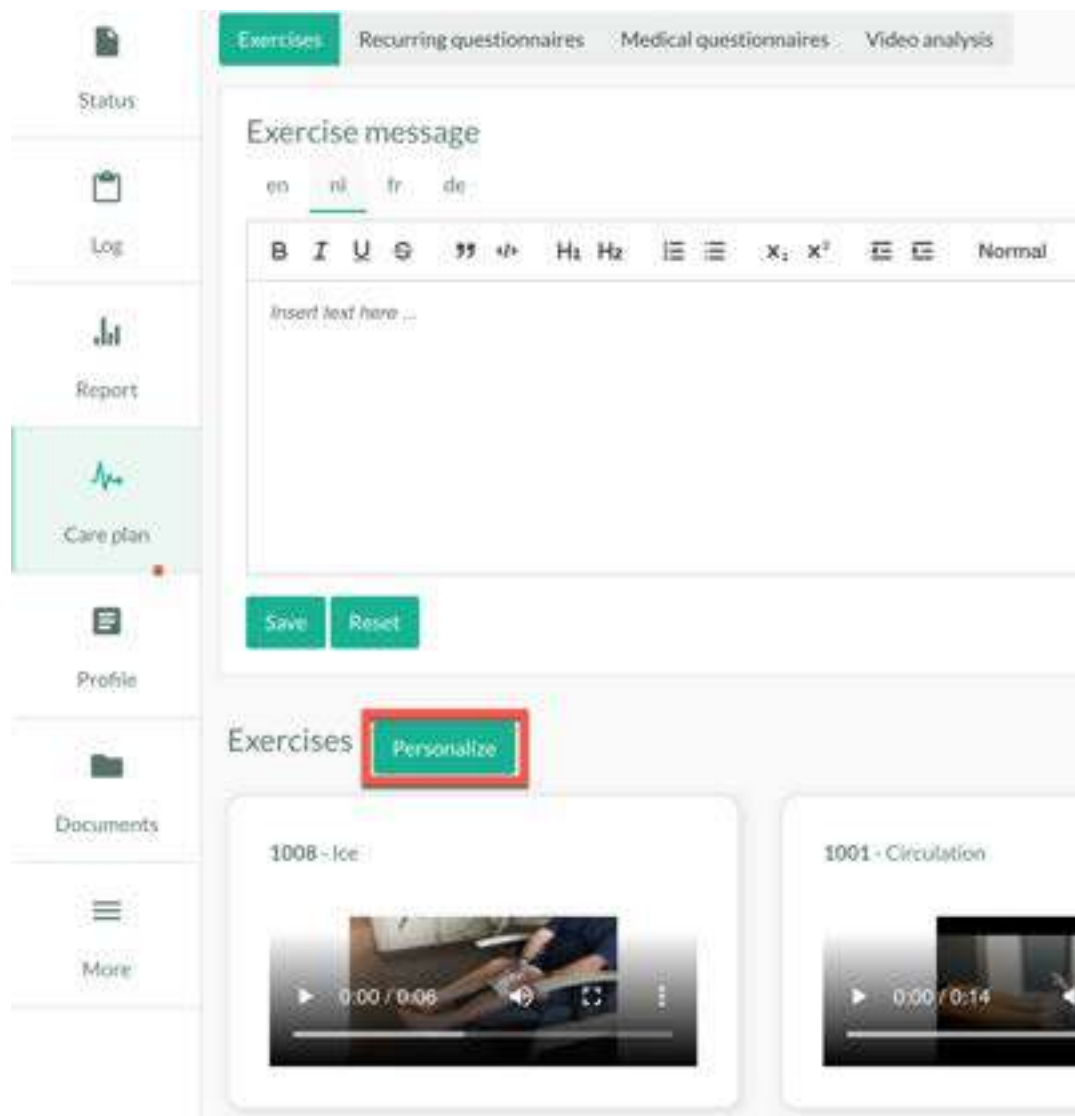
Le patient verra ce message comme ceci dans l'application :



## Personnaliser les exercices disponibles pour un patient

Pour vous assurer que le patient bénéficie de la meilleure expérience possible, essayez de personnaliser les exercices qu'il verra (par défaut, tous les exercices activés durant son suivi s'activeront). Il est également possible de rajouter un message pour chaque exercice.

Pour personnaliser les exercices, cliquez sur « personnaliser » dans l'onglet 'Care plan'.



Pour modifier les exercices disponibles, vous pouvez :

- Ajouter des exercices : cliquez sur le + (1)
- Enlever un exercice : cliquez sur le x (2)
- Ajouter un message personnel à un exercice : cliquez sur « Edit » (3)




Dans le menu contextuel qui apparaît, vous pouvez taper un message personnel qui accompagne cet exercice :

### Add exercise

Patient app preview


Ice



0:00 / 0:06






1. Froos a comfortable position, raise the knee and ankle above the hip
2. Place ice (not directly on the skin!)
3. Ice is important to reduce swelling, warmth and pain.



Available exercises



1008  
Ice

Message

**B I U**     Normal 

Sans Serif  

Type a message

Add Cancel

Le patient verra ce message dans l'aperçu de l'exercice.

### Drop and dangle



1. Sit high enough so your feet are not touching the ground. Sit for a minute or so before starting the exercise.
2. Gently dangle your leg back and forth within your comfort zone.
3. This exercise should be relatively painless.



Michel De Wandelaer

This is a message to the patient!





# moveUP

## Gebruikershandleiding – Zorgplatform & Patiëntenapp voor HCP's

Krijg inzicht in de revalidatie van uw patiënten en zorg voor een goede opvolging

Versie app: 1.34.1 till current

Versie Handleiding: 11

Release Datum van deze handleiding: 2023/03/06

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](mailto: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 zieken.



- 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 restryco 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

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 biedt 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 Pflorgeteam 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 Pflorgeteam 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 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)



†G166G166MOVEUPV1340WS00†\$571341/16D202303100Y

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**

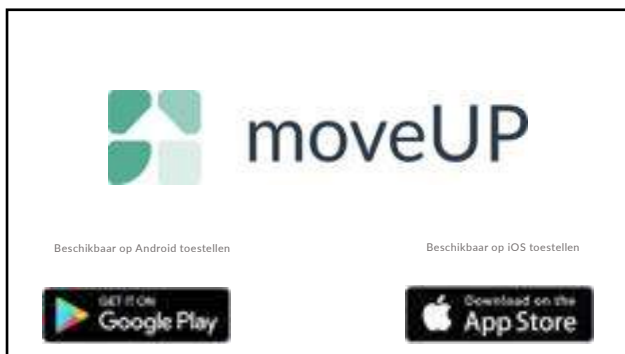




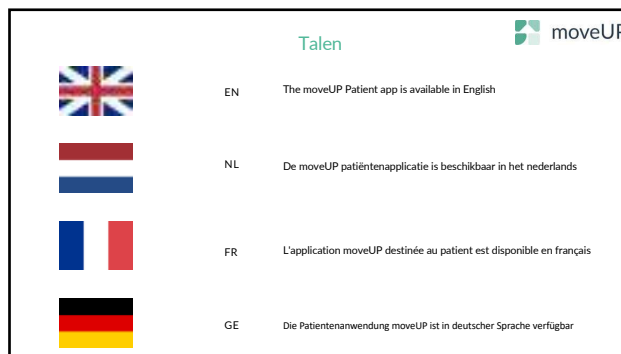
# moveUP

Patient app

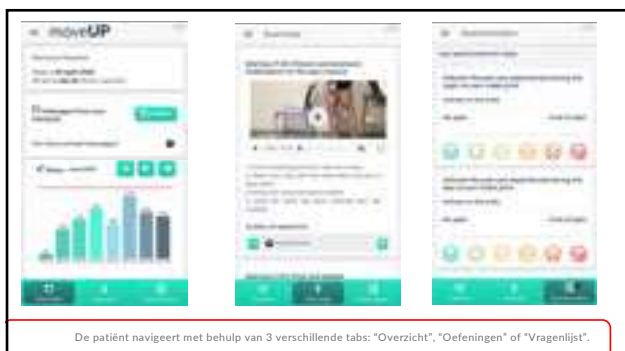
CE



1



2



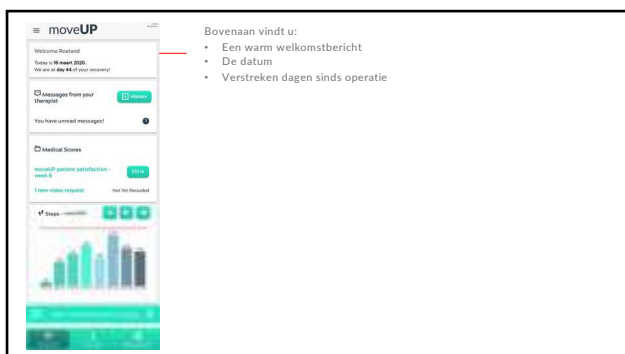
De patiënt navigeert met behulp van 3 verschillende tabs: "Overzicht", "Oefeningen" of "Vragenlijst".

3



Beginnend van links hebben we het "Overzicht" scherm

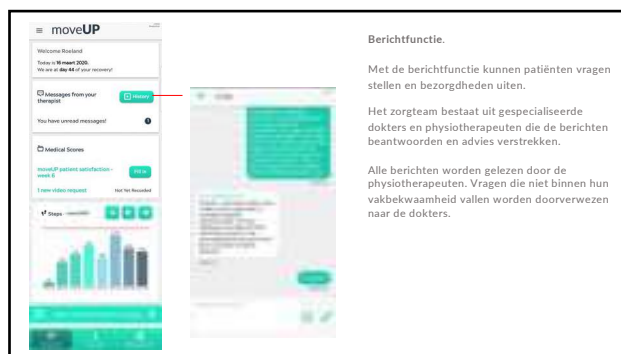
4



Bovenaan vindt u:

- Een warm welkomstbericht
- De datum
- Verstreken dagen sinds operatie

5



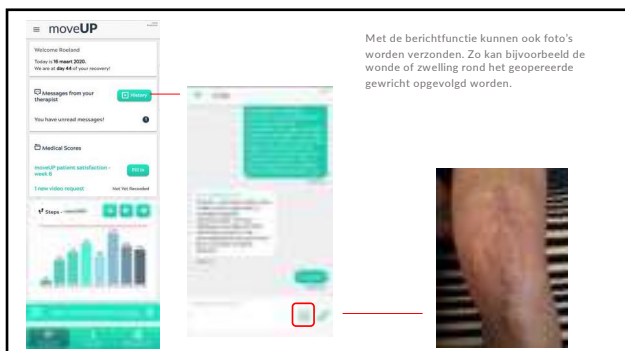
**Berichtfunctie.**

Met de berichtfunctie kunnen patiënten vragen stellen en bezorgdheden uiten.

Het zorgteam bestaat uit gespecialiseerde dokters en fysiotherapeuten die de berichten beantwoorden en advies verstrekken.

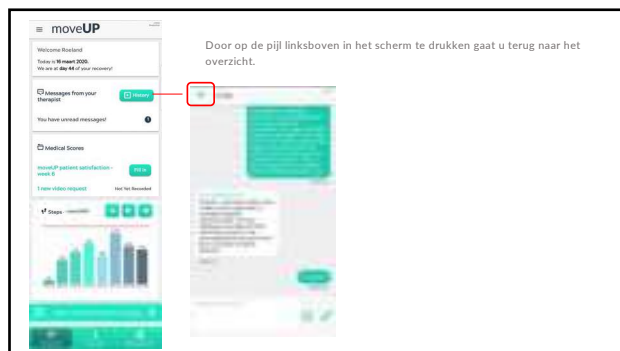
Alle berichten worden gelezen door de fysiotherapeuten. Vragen die niet binnen hun vakbekwaamheid vallen worden doorverwezen naar de dokters.

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



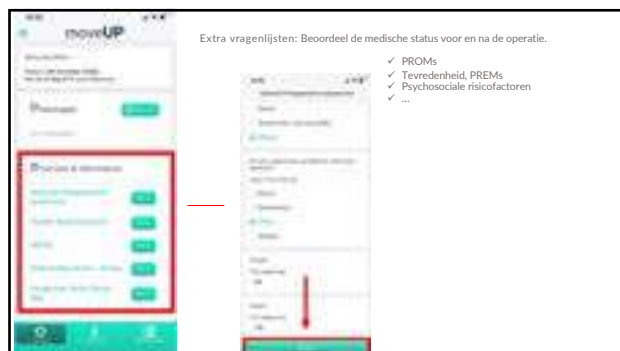
Op specifieke tijdstippen wordt de patiënt gevraagd vragenlijsten en video-opnamen in te vullen in "Enquêtes en informatie".

- (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.

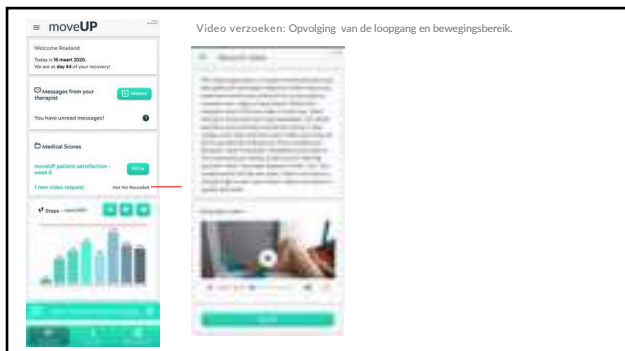
9



Extra vragenlijsten: Beoordeel de medische status voor en na de operatie.

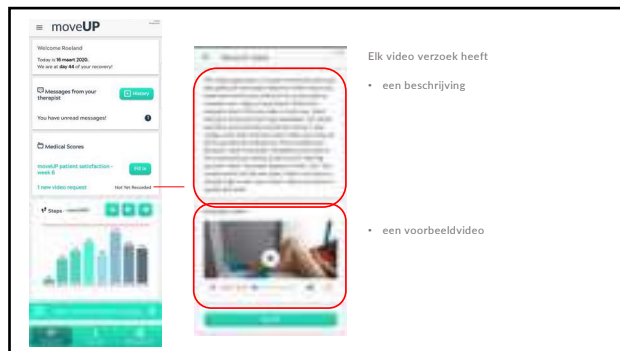
- ✓ PROMs
- ✓ Teverdenheid, PREMs
- ✓ Psychosociale risicofactoren
- ✓ ...

10



Video verzoeken: Opvolging van de loopgang en bewegingsbereik.

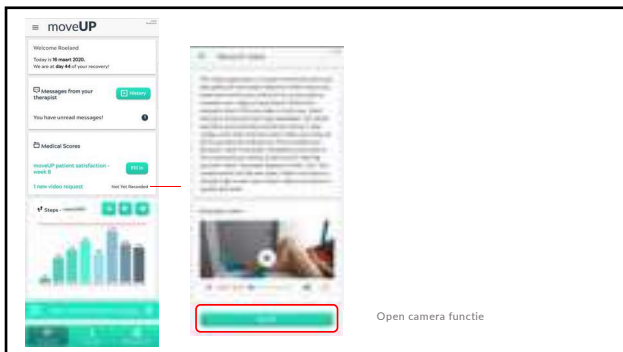
11



Elk video verzoek heeft

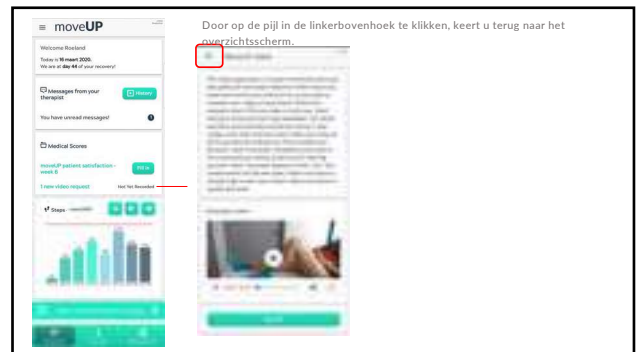
- een beschrijving
- een voorbeeldvideo

12



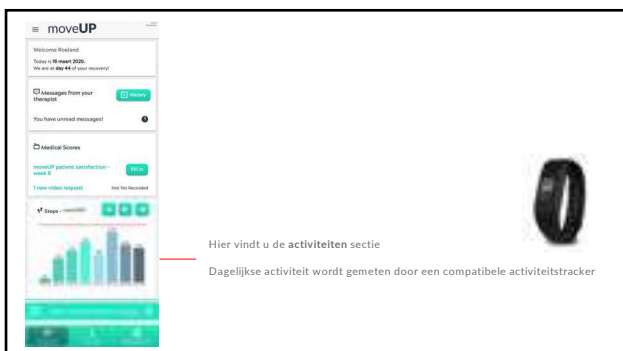
Open camera functie

13



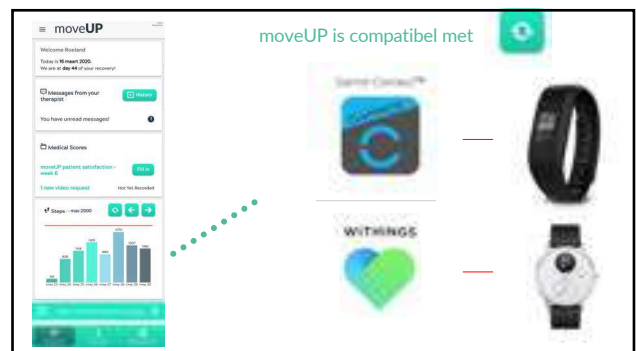
Door op de pijl in de linkerbovenhoek te klikken, keert u terug naar het overzichtsscherm.

14



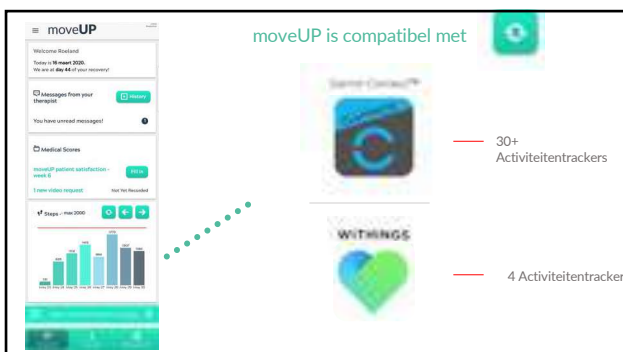
Hier vindt u de activiteiten sectie  
Dagelijkse activiteit wordt gemeten door een compatibele activiteitstracker

15



moveUP is compatibel met

16

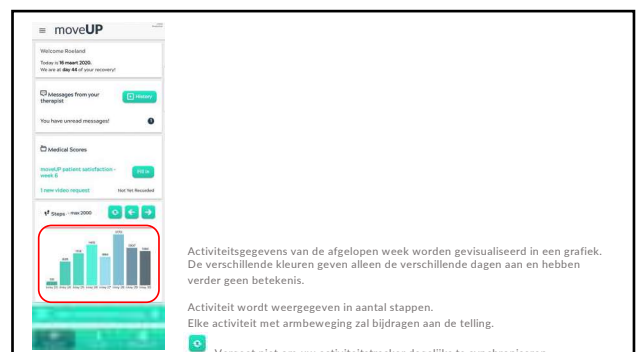


moveUP is compatibel met

30+ Activiteitstrackers

4 Activiteitstrackers

17

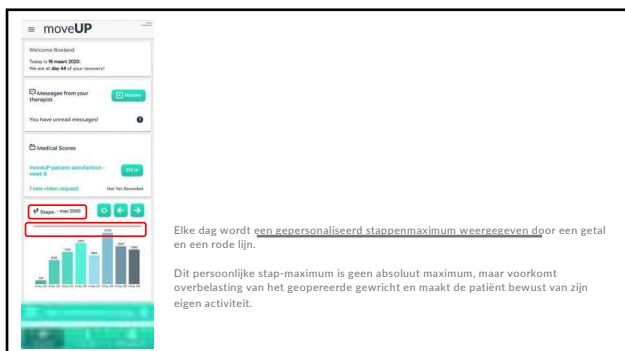


Activiteitsgegevens van de afgelopen week worden gevisualiseerd in een grafiek. De verschillende kleuren geven alleen de verschillende dagen aan en hebben verder geen betekenis.

Activiteit wordt weergegeven in aantal stappen. Elke activiteit met armbeweging zal bijdragen aan de telling.

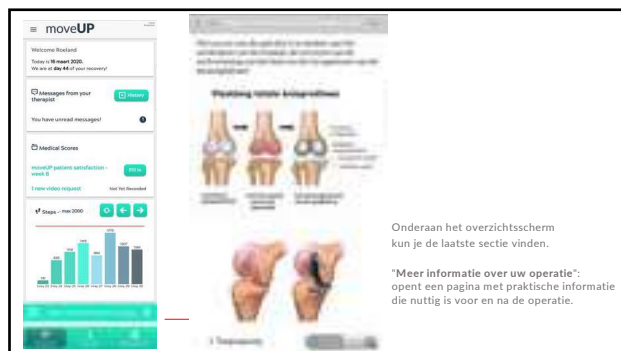
Vergeet niet om uw activiteitstracker dagelijks te synchroniseren.

18



Elke dag wordt **een gepersoniseerd stappenmaximum weergegeven** door een getal en een rode lijn.  
Dit persoonlijke stap-maximum is geen absoluut maximum, maar voorkomt overbelasting van het geopereerde gewricht en maakt de patiënt bewust van zijn eigen activiteit.

19



Onderaan het overzichtsscherm kun je de laatste sectie vinden.  
"Meer informatie over uw operatie": opent een pagina met praktische informatie die nuttig is voor en na de operatie.

20



Het middelste tabblad: "Oefeningen"

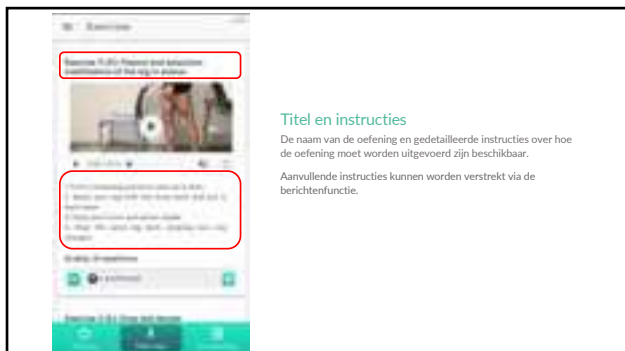
21



**De oefeningen**

In het middelste tabblad vindt u de beschikbare oefeningen. Gemiddeld zijn er dagelijks 3 tot 6 oefeningen actief. Alleen de oefeningen die die dag moeten worden uitgevoerd, worden in willekeurige volgorde getoond. De oefeningen worden aangepast aan de parameters en de feedback van de patiënt.

22



**Titel en instructies**

De naam van de oefening en gedetailleerde instructies over hoe de oefening moet worden uitgevoerd zijn beschikbaar. Aanvullende instructies kunnen worden verstrekt via de berichtenfunctie.

23



**Video**

Er is een korte video beschikbaar per oefening, die laat zien hoe de oefening moet worden uitgevoerd. Klik op het driehoekje om de video te starten. Klik op de rechthoek om de video op een volledig scherm te zien.

24



**Intensiteit en frequentie**  
 Frequentie en intensiteit worden per oefening aangegeven, b.v. 6x per dag, 1 minuut.  
 Wij raden aan het aantal voorgeschreven series en herhalingen niet te overschrijden.

25



**Melding**  
 De patiënt meldt het aantal uitgevoerde series via het + en - symbool.  
 Op die manier wordt het zorgteam op de hoogte gehouden van het aantal uitgevoerde oefeningen.

26



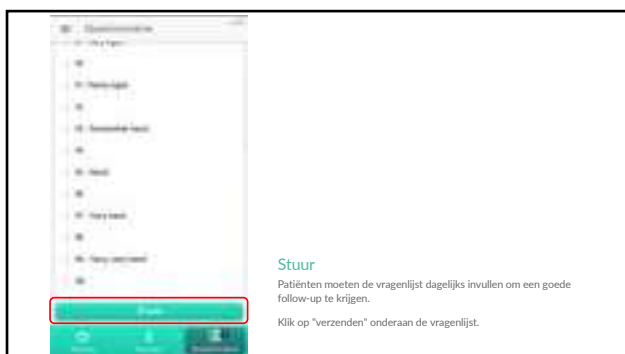
Het rechter tabblad: "Vragenlijst"

27



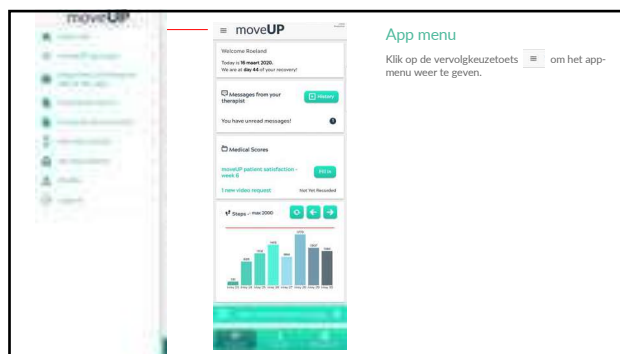
**Dagelijkse vragen**  
 Door de dagelijkse vragenlijst in te vullen, krijgt het zorgteam de nodige informatie om de patiënt zo goed mogelijk te begeleiden en op te volgen.  
 De vragenlijst is beschikbaar tussen 16.00 uur en middernacht.  
 Het invullen van de dagelijkse vragenlijst duurt ongeveer 2-3 minuten.

28



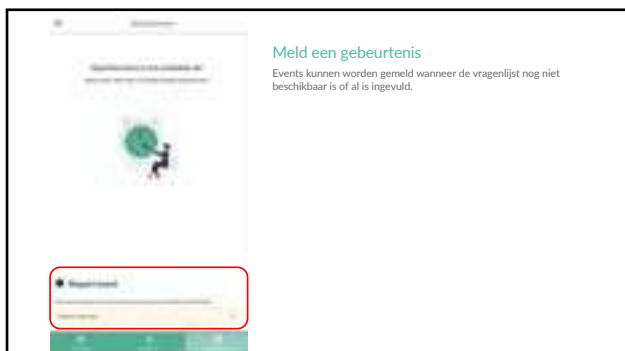
**Stuur**  
 Patiënten moeten de vragenlijst dagelijks invullen om een goede follow-up te krijgen.  
 Klik op "verzenden" onderaan de vragenlijst.

29



**App menu**  
 Klik op de vervoelkeuzetoets om het app-menu weer te geven.

30



**Meld een gebeurtenis**

Events kunnen worden gemeld wanneer de vragenlijst nog niet beschikbaar is of al is ingevuld.

31



**Meld een gebeurtenis**

Bij het melden van een event wordt een overzicht van eventtypes weergegeven. Een of meer eventcategorieën kunnen worden geselecteerd.

32



Voor elke geselecteerde categorie wordt een reeks vragen getoond die moeten worden ingevuld. Zodra alle vragenlijsten zijn beantwoord, worden de gegevens antwoorden naar de zorgverlener gestuurd.

33



**moveUP journeys**

Op deze pagina zijn alle eerdere trajecten zichtbaar. Dit is inclusief operatiegegevens, vragenlijsten en oefeningen.

34



**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.

35

# Support orthopedics – moveUP

## Hoe koppel ik uw Garmin Vivofit 4 & Withings go activiteitsmeter met de moveUP app?

**i** De volgende activiteitsmeters worden aanbevolen door moveUP om redenen van bruikbaarheid en nauwkeurigheid. U kunt elke activiteitsmeter van uw keuze gebruiken.

**i** Het koppelen van de activiteitsmeter met de moveUP app is essentieel voor uw zorgtraject. De koppeling hoeft maar één keer te gebeuren.

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



Kies "Garmin Vivofit 4" en klik op verdergaan





Doorloop alle stappen die op uw scherm verschijnen.

⚠ Let op: wanneer u de activity tracker koppelt, verschijnt er een 6-cijferige code op het scherm van de **activity tracker**.

Op sommige Android-apparaten verschijnt een pop-up op het scherm van de telefoon met een bericht dat de code vaak 1111 of 1234 is. Negeer dat bericht alsjeblieft. Het is de **6-cijferige code van het activiteitsmeter-scherm** dat u moet invoeren.





- If everything went well you will end up on this screen.
- You can click on the arrow at the left top to go back to the overview screen.



**i** Als u problemen ondervindt bij het koppelen van uw activiteitsmeter, stuur dan een e-mail naar [support@moveup.care](mailto:support@moveup.care)

Withings Go.

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

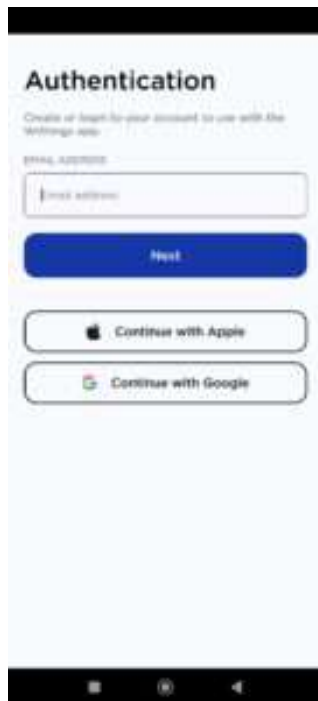
Kies "Persoonlijke activiteitsmeter"



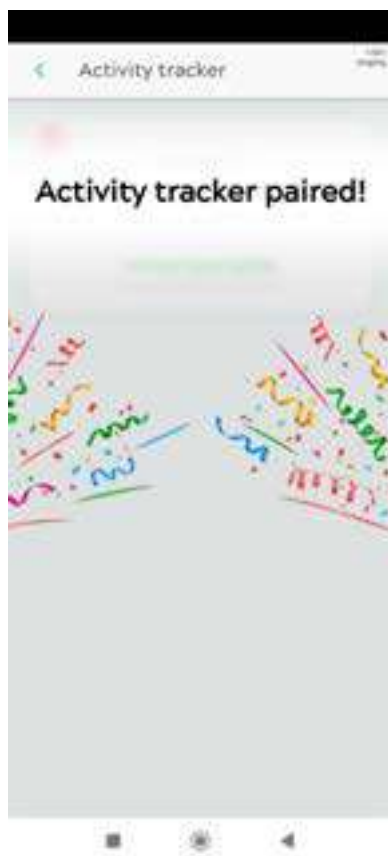
Selecteer de optie Withings



Koppel de moveUP-app met uw Withings-account. Als u twijfelt, kunt u meer informatie vinden op: <https://support.withings.com/hc/en-us/articles/214484018-Installing-my-Go->



Uw apparaat is gekoppeld met de moveUP-app.



Laatste update op maart 7, 2023


# 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 zorgteam 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.**  
Zo ziet uw zorgteam de volgende dag hoe actief u was. Zo ziet uw zorgteam de volgende dag hoe actief u was.

 Zorg ervoor dat je ten minste 100 stappen hebt gezet met je activiteitsmeter aan de pols voordat je deze probeert te synchroniseren.  
Het is niet nodig uw stappen veelvuldig te synchroniseren per dag. Eén keer per dag, na het invullen van de dagelijkse vragenlijst, is meer dan genoeg.

 De activity tracker heeft veel opties in het menu, maar we zullen ze niet gebruiken. De onderstaande instructies zijn de enige die u tijdens uw herstel zult gebruiken. Aan het einde van de behandeling, als u de activiteitsmeter wilt houden, sturen wij u een volledige handleiding per e-mail.

- Druk op de synchronisatieknop gemarkeerd in rood.



- U ziet het volgende scherm. Klik op “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 stappengegevens verschijnen in de grafiek op uw startscherm.



**i** 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.

Laatste update op februari 13, 2023

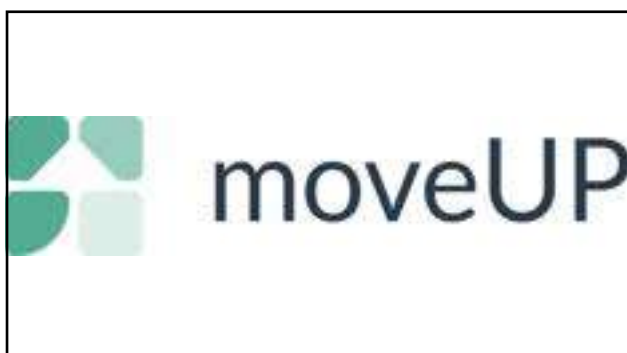




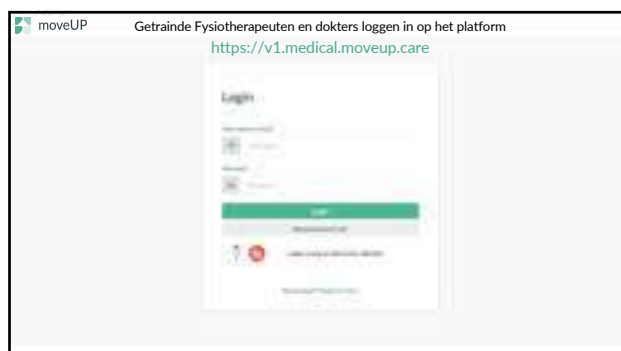
# moveUP

Healthcare Platform

CE

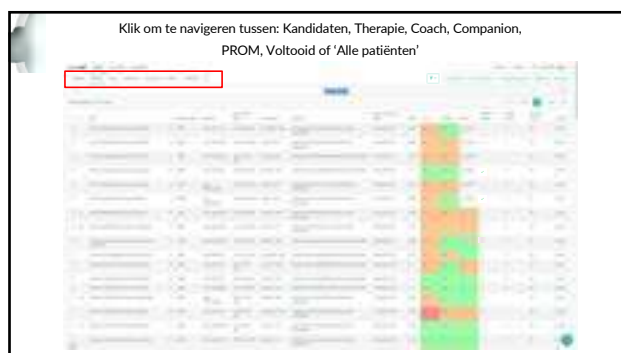
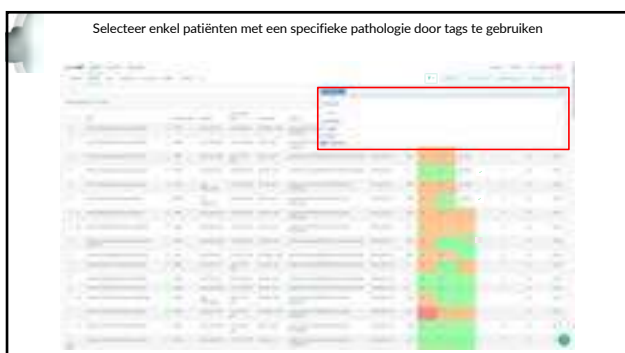
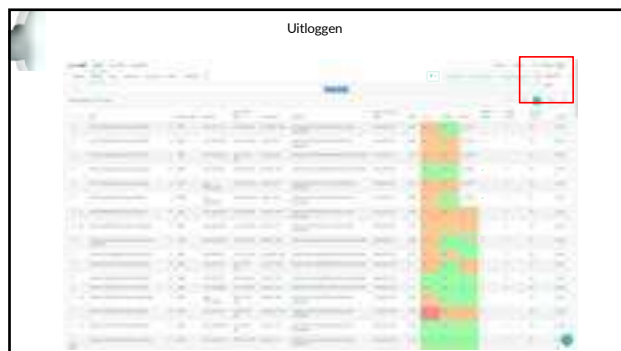


## Functionaliteiten Gezondheidszorg-platform



## Patiënten overzicht





Kandidaten

Patiënten die in afwachting zijn van een zorgplan. Ze hebben de moveUP app gedownload en zijn geregistreerd of zijn aangemaakt door een hcp.

Therapie

Patiënten met een actief Therapie zorgplan voor of na de operatie.

Coach

Patiënten met een actief Coach zorgplan voor of na de operatie.

Companion

Patiënten met een actief Companion zorgplan voor of na de operatie.

PROM

Patiënten die nog medische vragenlijsten zullen ontvangen voor follow-up op lange termijn op specifieke tijdstippen (bv. 3m - 6m ...).

Voltooid

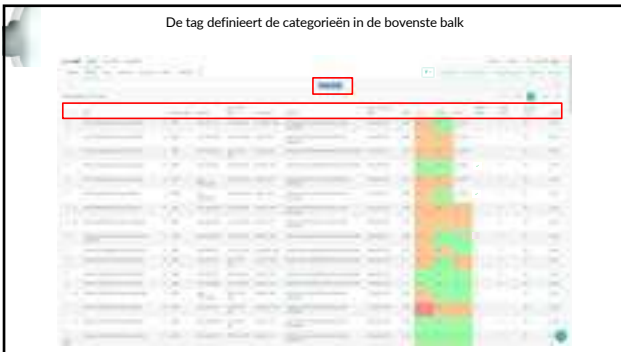
Patiënten die hun lange termijn follow-up afmaakten.

Alle

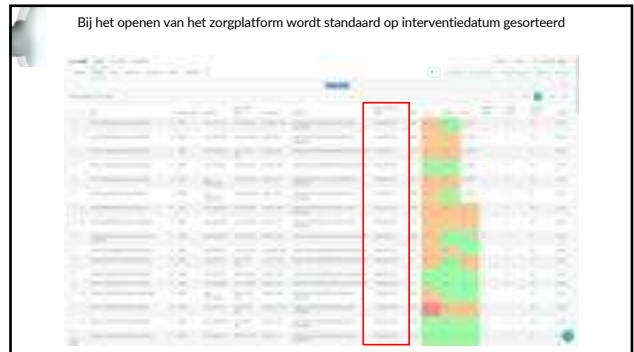
Alle patiënten.



De tag definieert de categorieën in de bovenste balk



Bij het openen van het zorgplatform wordt standaard op interventiedatum gesorteerd



Kleurencodes en meldingen geven patiënten aan die meer aandacht vereisen



Ongelezen berichten worden weergegeven



Kijk voor welke interventie de patiënt wordt behandeld



Kijk wanneer de patiënt werd geopereerd



1ste lijn evaluatie

-1 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

Medewerking door de patiënt wordt gevisualiseerd in het patiëntenoverzicht

Medewerking voor de laatste 2 dagen  
 Geen medewerking > 2 days  
 Geen medewerking > 7 days

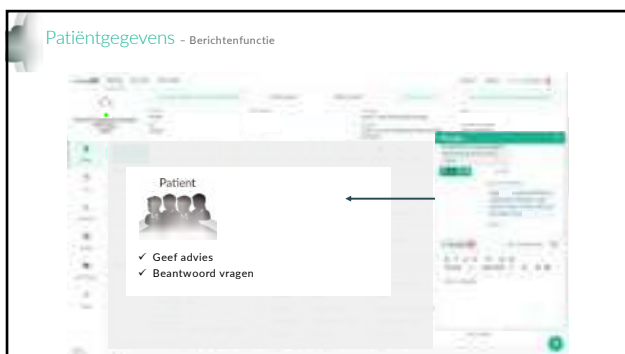
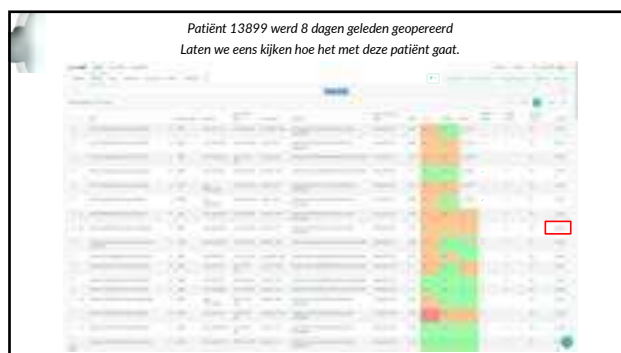
Contact - support@moveup.care

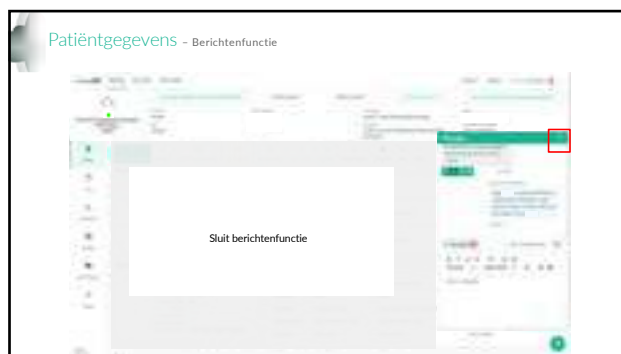
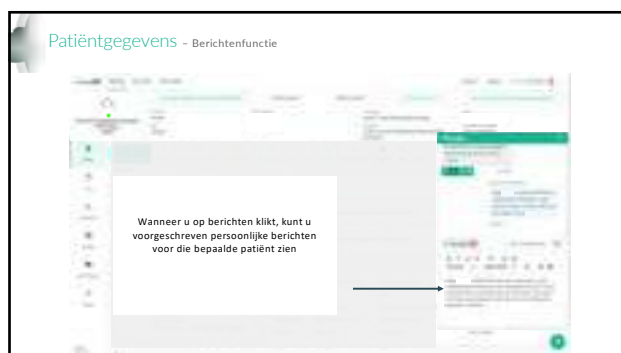
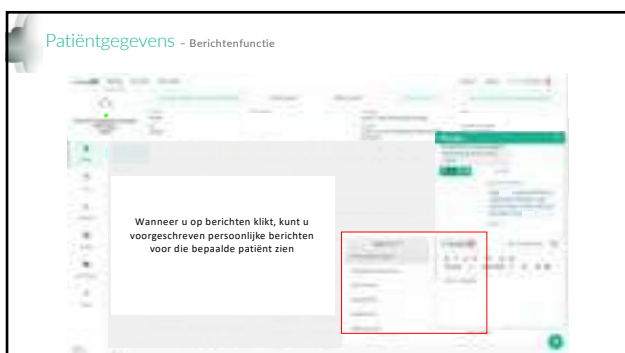
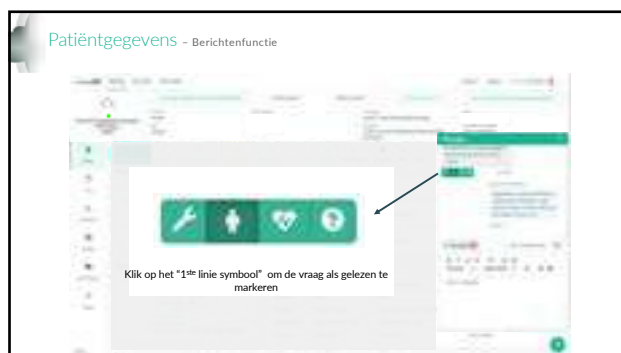
Ondersteuning nodig? Aarzel niet om contact op te nemen met moveUP! →

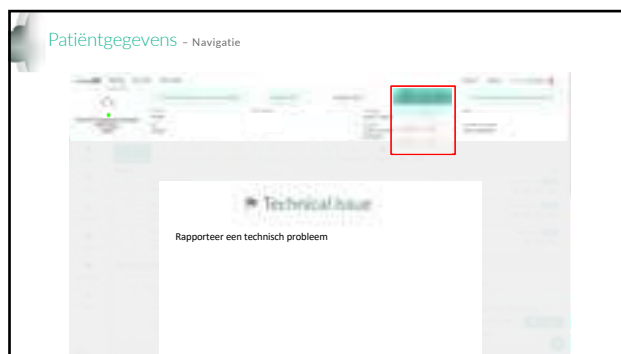
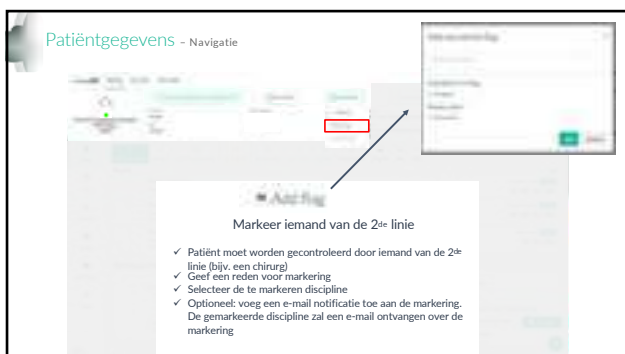
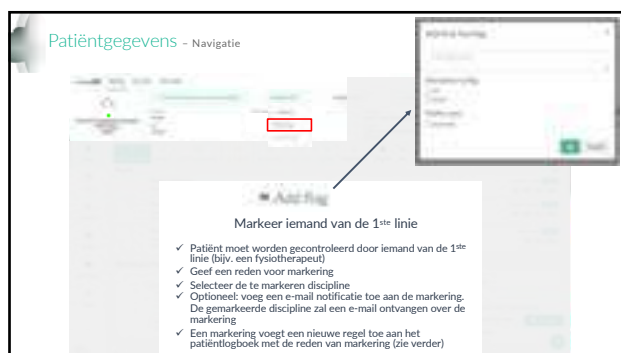
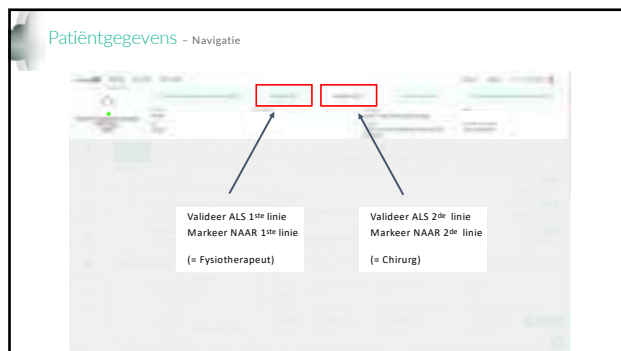
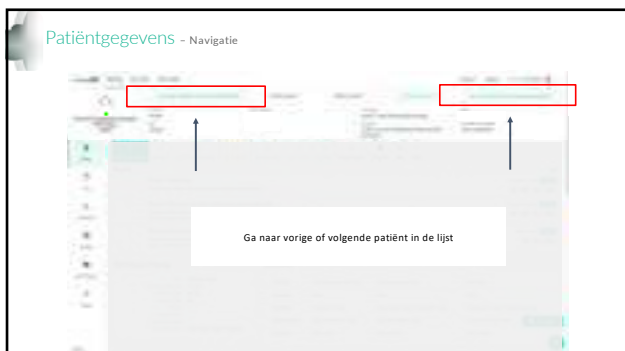
- Activated kan 2 dingen betekenen: of de patiënt heeft zichzelf geregistreerd met een code via de app of hij is gemarkeerd als onmiddellijk geactiveerd in onboarding.
- Not activated: patiënten die zichzelf nog niet hebben geregistreerd via de app en niet zijn gemarkeerd als onmiddellijk geactiveerd.

Gegevens kunnen worden geëxtraheerd door ze naar een csv-bestand te exporteren

Mail templates kunnen via e-mail worden verzonden

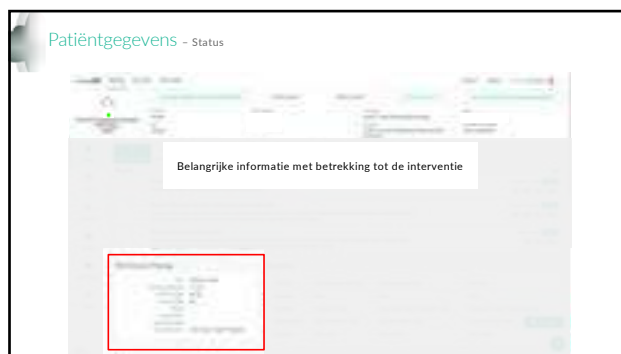
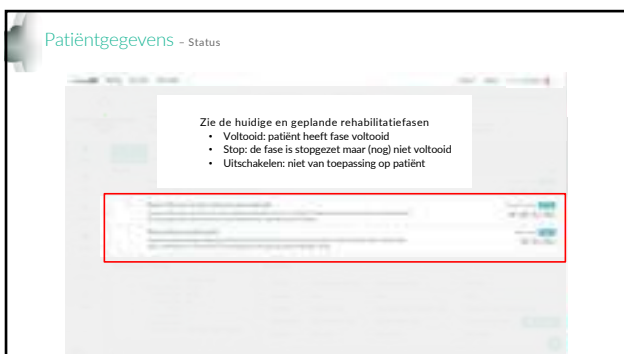
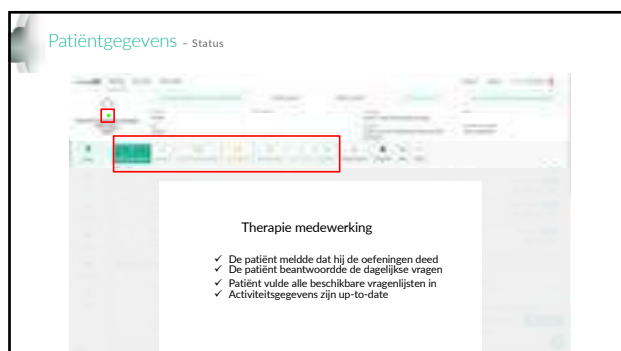
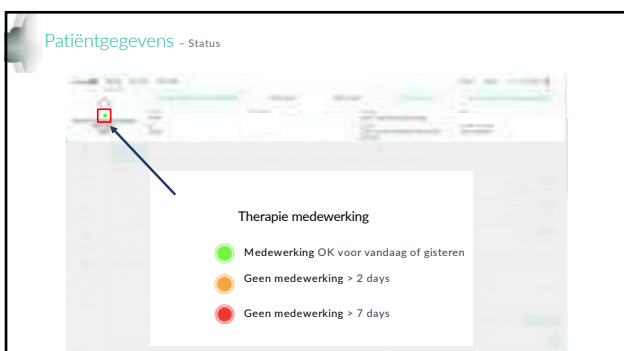
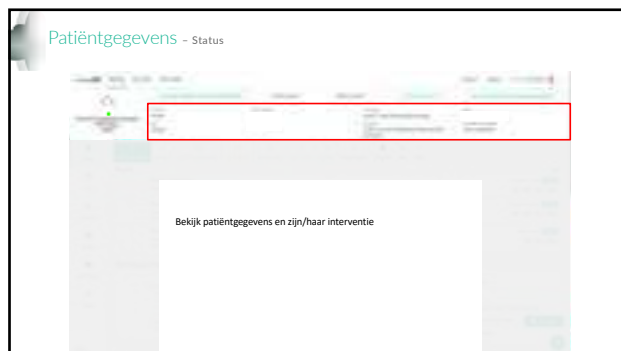


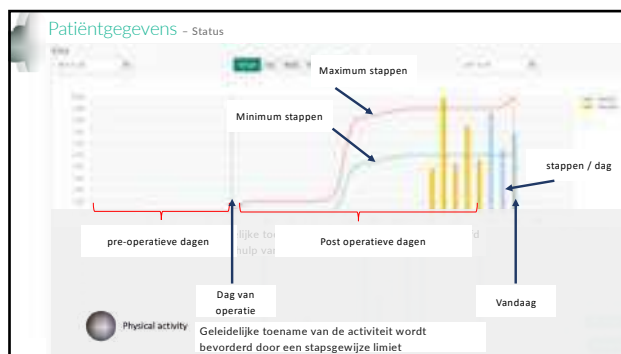
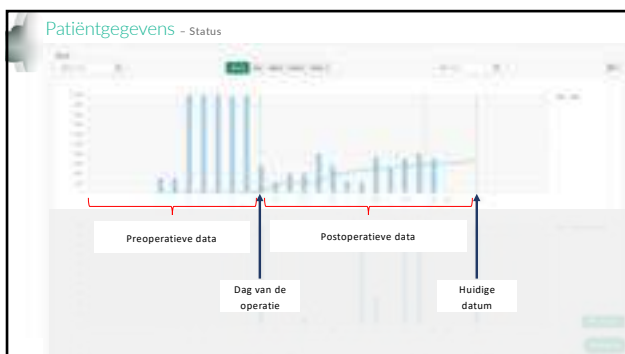
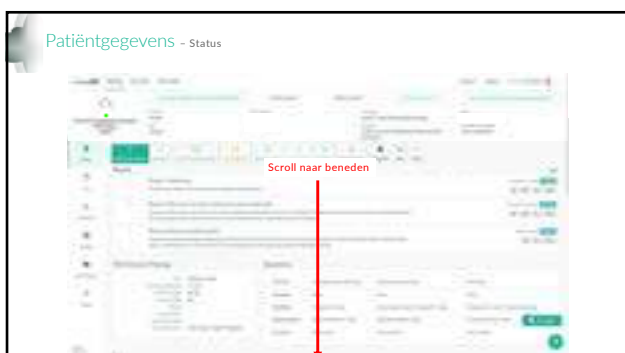
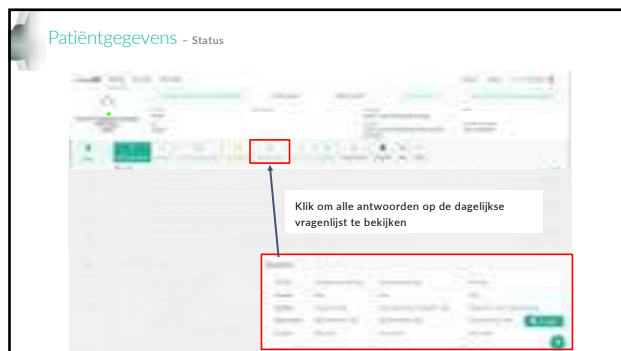
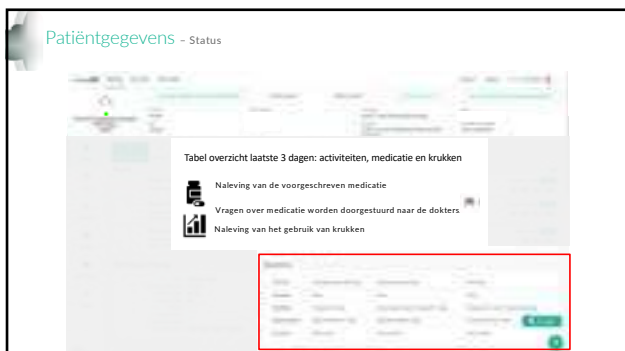


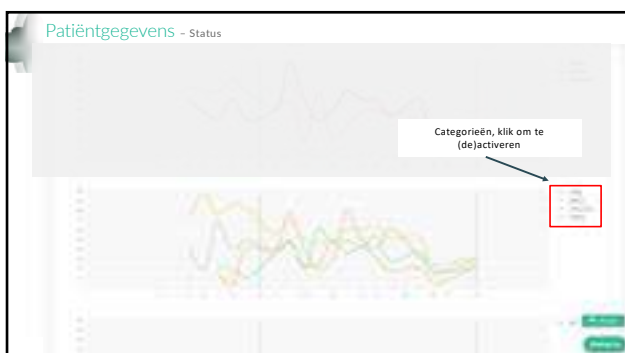
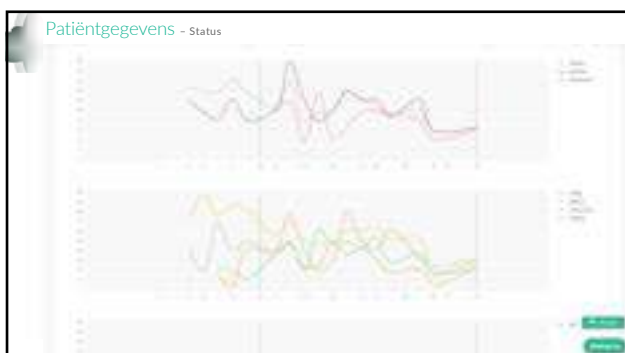




# Patiëntgegevens - Status



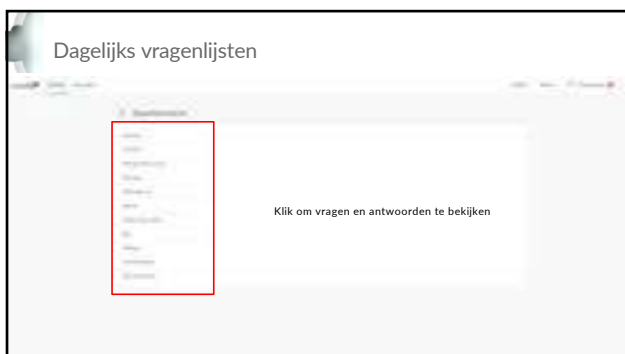
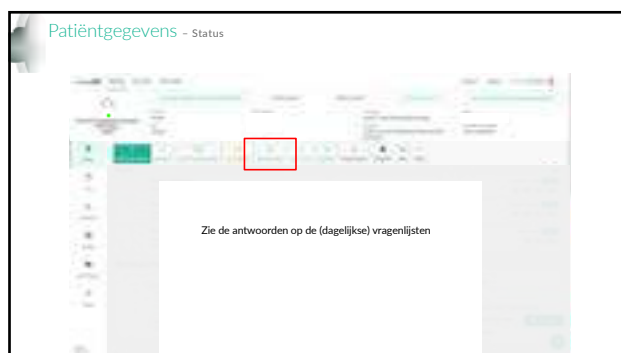
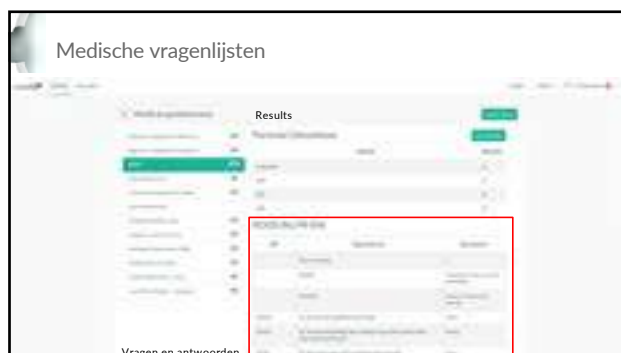
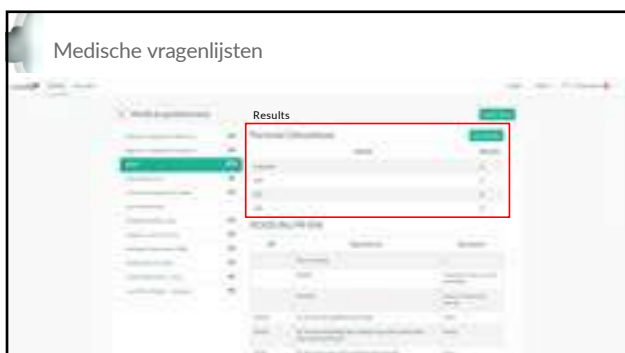


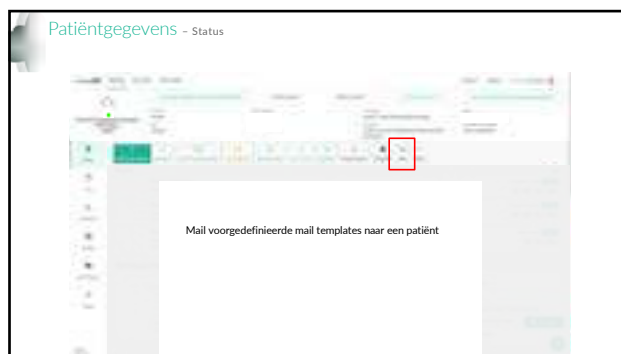
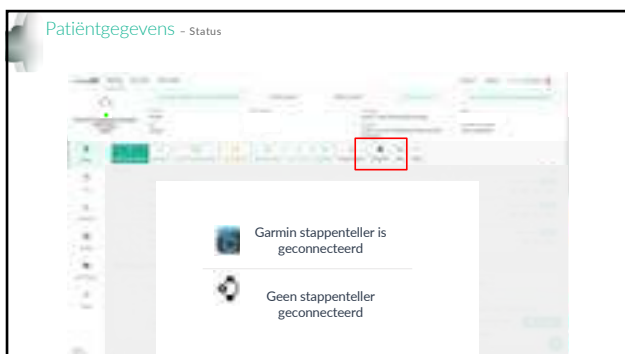
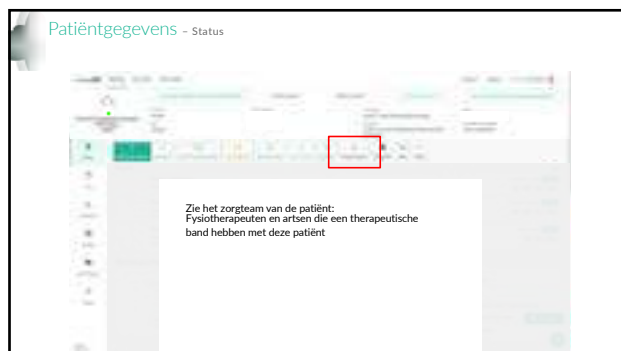
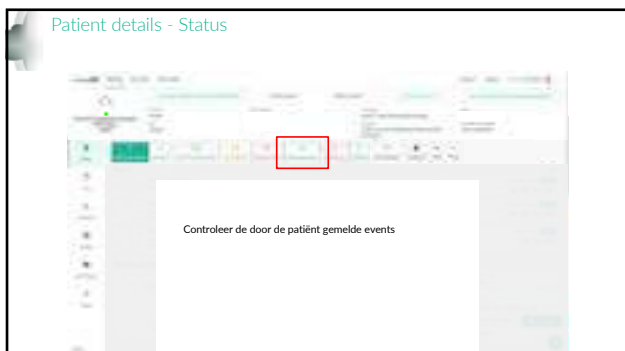


- Anamnese
- Vragenlijsten
- Preoperatieve gegevens
- ...

Zie de antwoorden van de medische vragenlijsten

Klik om de resultaten, vragen en antwoorden te zien





# Patiëntgegevens - Logboek

Patiëntgegevens - Logboek



Patiëntgegevens - Logboek



# Patiëntgegevens - Rapport

Patiëntgegevens - Rapport Dit is een verslag voor de patiënt/medicus dat wordt gebruikt om de belangrijkste mijlpalen en medische scores van de patiënt mee te delen, alsook de evolutie van de patiënt tijdens zijn behandeling met moveUP.



Het rapport kan worden gedownload in pdf formaat. Daarvoor hoeft 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".

**Patient details** Rapport

Het 'Proof of engagement' Rapport verzamelt de betrokkenheid van het zorgteam aan de patiënt enerzijds en de naleving van de patiënt anderzijds. Het doel van het rapport is de activiteit te kunnen bewijzen voor terugbetaling. Daarom wordt rekening gehouden met twee belangrijke variabelen:

1. Tijd besteed door de zorgverlener door actief te zijn op de patiënt specifieke pagina's en door (gelogd) te bellen naar de patiënt.
2. Acties van de patiënt in de app onderverdeeld in: antwoorden op dagelijkse vragenlijsten, verzonden berichten en synchronisatie van de activiteitsmeter.

Een exportknop kopieert de weergegeven tabel naar een excel-bestand

**Patient details** Proof of engagement rapport

In deze schuifbalk kunt u het tijds kader selecteren waarin u de acties wilt zien

Om te weten te komen wat elke kolom betekent, kunt u op het vraagteken naast de naam boven de tabel klikken.

**Patient details** Proof of engagement rapport

Onderaan vindt u een wekelijks/maandelijks rapport dat de acties van een bepaalde week of maand samenvat, voor facturatie doeleinden.

**Patiëntgegevens**  
 -  
**Zorgplan**  
 behandeling van een patiënt aanpassen

**Patient details - Care plan** Oefeningen

**Patient details - Care plan** Oefeningen

Patient details - Care plan Oefeningen

Zie de oefeningen voor vandaag  
Beschrijving, frequentie en intensiteit  
aanpassen

Patient details - Care plan Oefeningen

Pas het dagelijkse bericht aan dat in  
het oefenschema wordt weergegeven

Patient details - Care plan Oefeningen

Bekijk en bewerk het oefeningsschema

Het gestandaardiseerde oefenschema kan  
worden uitgebreid met extra oefeningen die  
geen deel uitmaken van de in het zorgplan  
vastgelegde oefeningen.

Patient details - Care plan

Een gestandaardiseerd oefenschema wordt gepersonaliseerd op basis van de behoeftes van de patiënt

Blauw vinkje betekent dat de  
oefening geactiveerd is

Grijze vinkjes betekent dat de  
oefening niet is geactiveerd

Patient details - Care plan

Een gestandaardiseerd oefenschema wordt gepersonaliseerd op basis van de behoeftes van de patiënt

Er is een planningsfunctie om oefeningen over een langere  
periode te plannen  
(Klik op *Advanced settings*)

- Start day/End day:
  - Start day = de dag van de cel waarop u hebt geklikt
  - End day= Vul de dag in waarop u deze oefening  
wilt beëindigen
- Repeat invoerveld:
  - Kies hoe de oefening zich zal herhalen tot de  
einddag
- Intensity/ Frequency START:
  - Dit is de waarde waarop de patiënt zal beginnen
- Intensity/Frequency TARGET:
  - Dit is de waarde waarop de patiënt zal eindigen.  
Bv. Startdag=10, Einddag=20, Intensiteit start= 1,  
Intensiteit doel=10 => Op dag 15 zal de intensiteit  
automatisch berekend worden en in dit geval op 5  
rezet worden.

Patient details - Care plan

Een gestandaardiseerd oefenschema wordt gepersonaliseerd op basis van de behoeftes van de patiënt

Het oefenschema kan worden gefilterd met behulp van de  
labelfilter dropdown bovenaan.



**Patient details - Care plan**  
 Een gestandaardiseerd oefenschema wordt gepersonaliseerd op basis van de behoeftes van de patiënt

Bij het selecteren van een label in de dropdown worden de weergegeven oefeningen gefilterd op basis van de geselecteerde labels. De volgende filteropties zijn beschikbaar

- **Activated exercises:** Toont alleen oefeningen die momenteel actief zijn in het patiëntenschema
- **Standard exercises:** Toont alleen oefeningen die deel uitmaken van het standaardschema van het zorgplan.
- **Extended exercises:** Toont alleen oefeningen die deel uitmaken van de uitgebreide oefeningenlijst van het zorgplan.
- **List of labels enabled for the care plan (eg. Balance, Endurance, ...):** Toont alleen oefeningen die overeenkomen met de geselecteerde labels.

**Patient details - Care plan Step goal**

**Patient details - Care plan Step goal**

Naar vorige en komende dagen navigeren

**Patient details - Care plan Step goal**

Bekijk en beheer het stappenmaximum

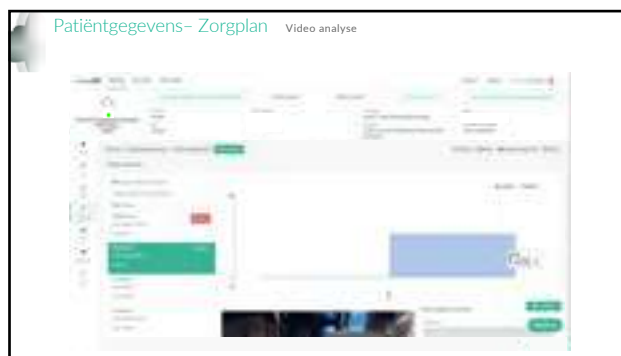
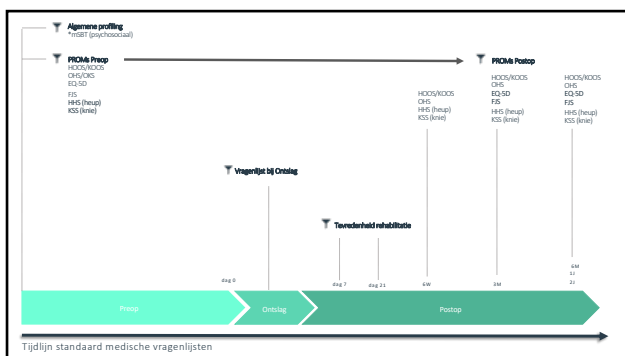
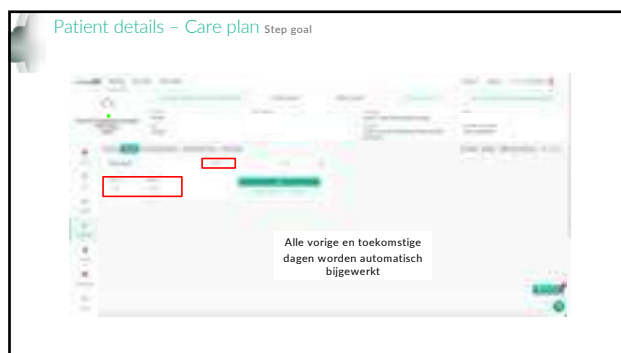
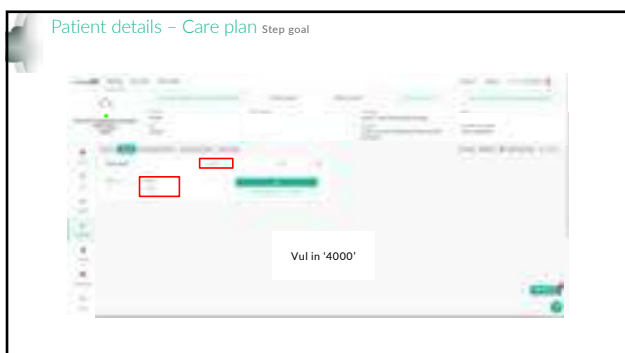
**Patient details - Care plan Step goal**

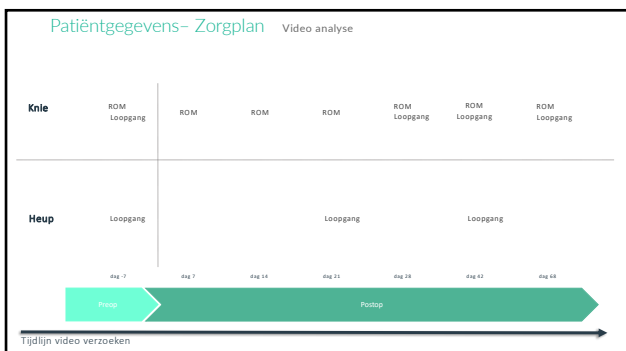
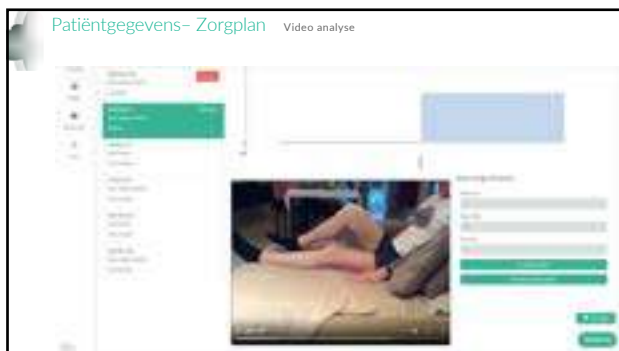
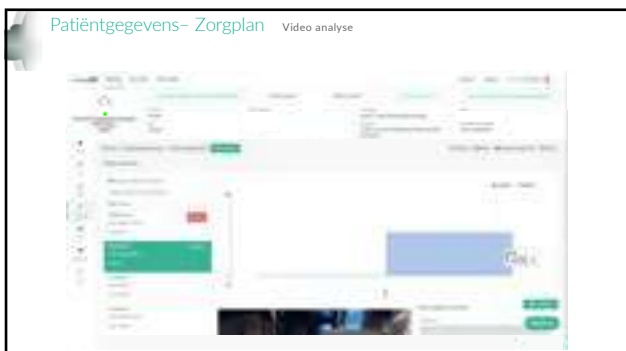
Door op "Opslaan" te klikken, kunt u het aantal stappen voor die dag aanpassen (voorbeeld: dag 5)

**Patient details - Care plan step goal**

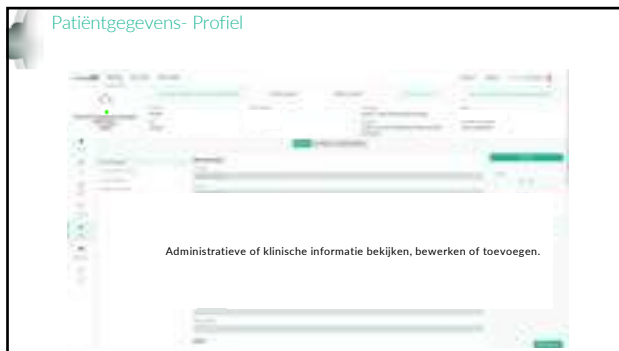
Door te klikken op "Save & update previous + future days" kunt u het aantal stappen voor de vorige en toekomstige dagen aanpassen. Op deze manier kunt u bijvoorbeeld het aantal stappen voor de komende 10 dagen aanpassen.

U gaat bijvoorbeeld 10 dagen verder (in dit geval navigeert u naar dag 15) en stelt bijv. het stapmaximum in op 4000. Dan stijgt het aantal stappen progressief tot 4000 op dag 15. (Zie volgende dia's)

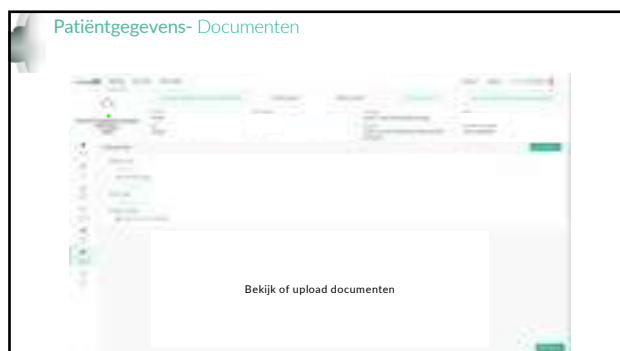




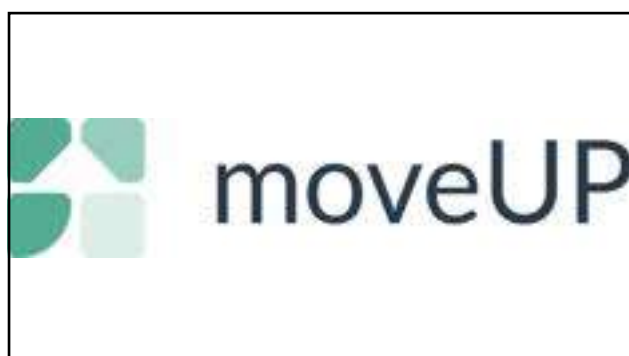
# Patiëntgegevens - Profiel

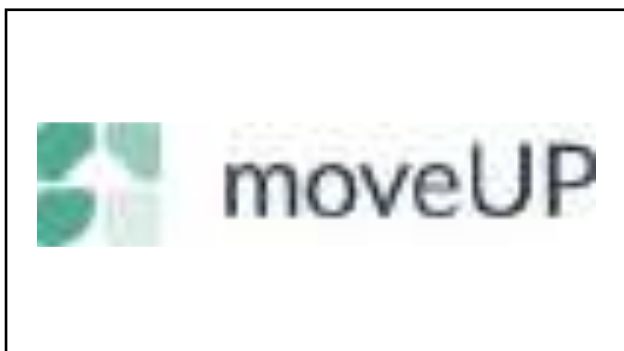


## Patiëntgegevens - Documenten



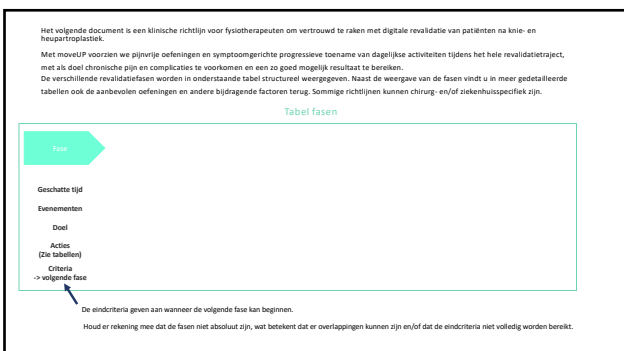
## Patiëntgegevens - Overig





# KLINISCHE RICHTLIJNEN VOOR FYSIOTHERAPEUTEN

## Digitaal revalidatietraject voor knie- en heupartroplastiepatiënten



Met behulp van een digitaal traject verzamelt moveUP relevante informatie met als doel het verbeteren van datagestuurde, evidence-based revalidatie en het resultaat. Momenteel verzamelt moveUP meer dan 400 datapunten per patiënt. Deze dataverzameling resulteert op zowel lange termijn als korte termijn in (direct) gewin in protocoolontwikkeling en optimalisatie van het patiententraject.

#### Gewin/voordelen op lange termijn van digitale monitoring

- voortdurende verbetering van protocollen via big data-analyse (bv. Nearest neighbour)

Op lange termijn zal de kwaliteit van de zorg verbeteren wanneer de informatie voor duizenden en duizenden patiënten wordt verzameld en grondig wordt geanalyseerd. Dit zal leiden tot nieuwe benchmarkingwaarden. In sommige gevallen kunnen zij ook op korte termijn bijdragen.

#### Direct gewin/voordelen van digitale monitoring

- optimalisatie van de standaard zorg
- Een van de directe voordelen van digitale monitoring en zorg zijn de mogelijkheden tot objectivering en visualisering van informatie en gegevens die in de standaardzorg ontbreken.
- Nieuwe klinische gegevens kunnen de kwaliteit van de zorg verbeteren zodra u ze gebruikt en zodra u er rekening mee houdt.

In een vorige module heeft u geleerd hoe de vele datapunten worden vastgelegd en hoe u deze kunt terugvinden in het zorgplatform. In deze module gaat u dieper in op de klinische aanbevelingen die met de digitale revalidatie van MoveUP gepaard gaan.

Voor we beginnen, volgt hier een korte samenvatting van wat precies wordt bedoeld met de direct gewin:



**Direct gewin** - bv. visualisatie van door patiënt gerapporteerde parameters: gewrichtswarmte, zwelling

- De door de patiënt gerapporteerde warmte en zwelling van het geopereerde gewricht kunnen u nuttige inzichten verschaffen over het genezingsproces.
- Zie hieronder een afname van de door de patiënt gerapporteerde zwelling (groen).

**Direct gewin** - bv. inzicht in de activiteit van de patiënt, vastgelegd door een activity tracker die om de pols wordt gedragen

**Inzicht in preoperatieve activiteitsniveaus**

**Inzicht in postoperatieve activiteitsniveaus**

- Welk activiteitsniveau bereikt de patiënt?
- Verhoogt de patiënt geleidelijk zijn/haar activiteit?
- Volgt de patiënt het geadviseerde stappen maximum?
- ...

**Direct gewin** - bv. rekening houden met dagelijkse activiteiten, medicijngebruik en krukken

**Tabeloverzicht laatste 3 dagen: activiteiten, medicatie en krukken**

- Controleer de naleving van de voorgeschreven medicatie
- Vragen over medicatie worden doorgestuurd naar de dokters
- Naleving van het gebruik van krukken
- Advies geven over overgang 2 -> 1 -> 0 krukken
- Kijk welke activiteiten de patiënt al heeft opgepakt

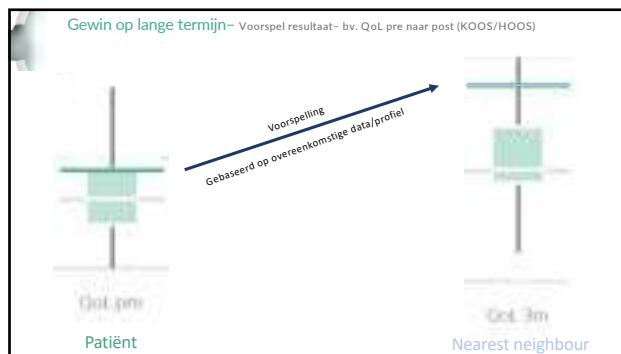
**Escalatie naar 2<sup>de</sup> lijn artsen**

- Foto van de wonde
- Alarmerende of atypische parameters
- Hoge pijnniveaus en mogelijkheid om medicatie aan te passen
- Niet-naleving van medicatie-inname
- Vragen omtrent medicatie
- Extra motivatie
- ...

De markering wordt automatisch gerapporteerd in het patiëntenlogboek:

**Direct gewin** - Volg het bewegingsbereik van uw patiënt in de loop van de tijd

**Direct gewin** - Evalueer specifieke PROM antwoorden



# Kniet artroplastie

Totale knie  
Uni knie

Voorbereiding	Ziektehistorie Bescherming post-operatieve knie	Terugkeer naar dagelijkse activiteit	Terugkeer naar normale levensstijl
<b>Geschatte tijd</b>	Dag 0 - 11	Dag 7 - 60	Dag 35 - ...
<b>Evenementen</b>	Chirurgie Ziektehistorie Afvoer Eerste week thuis Verwijderen van nietjes	Eerste postoperatieve consult Week 6 PROMs evaluatie Auto rijden	Tweede postoperatieve consult Maand 3 PROMs evaluatie Rug en het werk Auto rijden
<b>Doel</b>	Bescherming post-operatieve knie Complicaties voorkomen Pijn- en symptoombestrijding Bemiddelingsprognose Kniebeweging binnen pijngrenzen	Geleidelijke afname van de pijn <2/10 Geleidelijk stoppen van medicatie Toename van pijnvrije basiskracht ROM 0-90° week 4 Genormaliseerd looppatroon Basis evenwicht / coordinatie	ROM 0 - 130° week 8 Bereikt volledige ROM 0 knrukken Terugkeer functionele kracht
<b>Acties (zie tabellen)</b>	Informeren en ondersteunen van de patiënt Toetsen houden op het gebruik van knrukken Toetsch houden op medicatie inname Voorstellen van pijnvrije oefeningen Controle activiteitsniveau Controle de wond. Check mobiliteit	Informeren en ondersteunen van de patiënt Omschakeling 4 knrukken -> 10 knrukken Diffractieschema aanpassen Wraag foto's van wond/hand Non-standaard oefeningen toevoegen	Diffractieschema aanpassen Volg normale progressie op Non-standaard oefeningen toevoegen Afhouding revalidatie
<b>Criteria -&gt; volgende fase</b>	Bescherming en educatie (informatie) Pijn- en symptoombestrijding	Een minimum aan / geen pijn Een minimaal gevoel van warmte van de knie  Pijnstillende medicatie gestopt of beperkt tot incidentele inname van WHO type 1 medicatie Geen NSAID's meer.	Voor sommige oefeningen is toestemming van de chirurg nodig, bv. autorijden, fietsen, jagers,...

Fasen knie

Voorbereiding	Ziektehistorie Bescherming post-operatieve knie	Terugkeer naar dagelijkse activiteit	Terugkeer naar actieve levensstijl
<b>Medicatie</b>	NSAID 2/dag - 2 weken Bloedverdünnende medicatie	PK WHO 1 NSAID 1/dag - 2 weken	Stop PK Geen NSAID
<b>Mobiliteit</b>	Pijnvrije mobiliteitsoefeningen zonder forceren	ROM 0° - 90° week 4 Focus op volledige extensie	ROM 0° - 130° week 8 Volledig ROM
<b>Knrukken</b>	2 knrukken	2 of 1 knruk	Geen knrukken.
<b>Home-trainer</b>	Geen home-trainer	Home-trainer geen weerstand	Home-trainer met weerstand
<b>Fietsen</b>	Auto	Niet fietsen Rijden (als het veilig is)	Fietsen na goedkeuring van de chirurg

Tabel knie: oefeningen

Voorbereiding	Ziektehistorie Bescherming post-operatieve knie	Terugkeer naar dagelijkse activiteit	Terugkeer naar normale levensstijl
<b>Activiteit</b>	1. Preop gemiddelde < 4000: • Max stappen 1000/dag 2. Preop gemiddelde 4000-5000: • Max stappen 1500/dag 3. Preop gemiddelde > 5000: • Max stappen 2000/dag	Geleidelijke verhoging tot 50-100% preop stappen <u>Postieve evaluatie</u> +100-200 stappen / dag <u>Negatieve evaluatie</u> a. Stappen verhoging met stappen b. Verminderen in Max stappen	Geleidelijke verhoging tot 75% - 100% of > preop stappen <u>Postieve evaluatie</u> +10000 stappen / dag <u>Negatieve evaluatie</u> a. Stappen verhoging met stappen b. Afname in Max stappen
<b>Medicatie</b>	NSAID 2/dag - 2 weken Bloedverdünnende medicatie	PK WHO 1 NSAID 1/dag - 2 weken	Stop PK Geen NSAID
<b>Mobiliteit</b>	Pijnvrije mobiliteitsoefeningen zonder forceren	ROM 0° - 90° week 4 Focus op volledige extensie	ROM 0° - 130° week 8 Volledig ROM
<b>Knrukken</b>	2 knrukken	2 of 1 knruk	Geen knrukken.
<b>Home-trainer</b>	Geen home-trainer	Home-trainer geen weerstand	Home-trainer met weerstand
<b>Fietsen</b>	Auto	Niet fietsen Rijden (als het veilig is)	Fietsen na goedkeuring van de chirurg

Tabel knie: Activiteit - Medicatie (zie addendum) - ROM - ... \*Check voor toestemming chirurg of autoverzekering





Terugkeer naar dagelijkse activiteit → ✓ Minimale pijn  
✓ Pijnstilling gestopt of beperkt gebruik → Terugkeer naar normale levensstijl

### CRITERIA

- ✓ Een minimum aan / geen pijn
- ✓ Een minimaal gevoel van warmte van de knie
- ✓ Pijnstillende medicatie gestopt of beperkt tot incidentele inname van WHO type 1 medicatie
- ✓ Geen NSAID's meer.
- ✓ voor sommige oefeningen chirurgische goedkeuring, bijv. rijden, fietsen, lunges,...

Overgang Terugkeer naar dagelijkse activiteit → Terugkeer naar actieve levensstijl

### Terugkeer naar normale levensstijl

is een 1<sup>ste</sup> postoperatieve fase.

- Focus op functionele verterende oefeningen.

**Oefeningen:** Zoals de oefeningen terug in de tabel. Vraag gemiddeld de oefeningen één voor één toe, terwijl u de parameters van de patiënt in de grafiek of tabel nauwkeurig volgt. Vergoet niet oefeningen die vooral focus op warmte zijn. Een draaibare wand oefening? Nog wordt geïmplementeerd.

Vóór het begin van de functionele verterende oefeningen pijn, warmte en zwelling zijn stabiel en op een laag niveau. Medicatie is beperkt of gestopt. Tijds en na de functionele verterende oefeningen moeten deze parameters stabiel blijven op een minimum niveau. Er mag geen toename zijn van de medicatie-inname te verhogen.

Tijdens deze fase kan het nodig zijn om het eind van een stap te lag.

**Activiteit:** Stimuleer een gemiddeld tempo van acties. Geef aanbevelingen over lichaamsactiviteit in het algemeen.

**De beschikbare:** In deze fase is er vaak behoefte aan geruststelling over een normale progressie. Wijzen op het feit dat de meeste patiënten een positieve evolutie zien tot 1 jaar na de operatie.

**Gegevens:** Controleer het gangbaar van het tot been en de eventuele verandering tijdens de videoanalyse. Controleer de compensatie.

**Verwachtingen:** Terwijl zwelling en pijn tot een minimum zijn gereduceerd, moet de mobiliteit zich rond week 8-10 hebben ontwikkeld tot 0-110°. Bedank dat de haakbe RM sterk afhangt van de mobiliteit van de patiënt voor de operatie.

**Staf de realisatie af:** Door te controleren of aan alle verwachtingen is voldaan. U kunt de tevredenheid en het resultaat van de patiënt controleren bij de maand 3 PROM afspraak.

### Gemeenschappelijke acties: Terugkeer naar normale levensstijl

Oefeningen	Berichten	Kijk op
Aangepaste oefenschema bepaalde oefeningen vermijden of uitstellen	<b>Vragen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoe was het 3m consult?</li> <li>• Hoeveel pijn is er vandaag na de laatste oefening(en)?</li> <li>• Zijn er bewegingsrestricties die nog moeilijk/pijnlijk zijn?</li> </ul>	Evalueer de respons bij hogere belasting
Functionele kracht	<b>Feedback</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juiste timing 1-10 0 kraken</li> <li>• PROM's 3 maanden</li> </ul>	Video's ROM Video's lopen Tevredenheid van de patiënt
	<b>Stimuleren</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terug aan het werk</li> <li>• Volledige A&amp;O opname</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Functionele ROM (110° + volledige extensie)</li> <li>• Normaal looppatroon</li> </ul>

Acties Terugkeer naar actieve levensstijl

### APPROACH knie arthroplastiek

**Prep dag 0 tot dag 1**  
Functionele kracht & mobiliteit: Abdrukke, quadroops oefening, isometrische glutaeus oefening, horizontale, knie extensie houding (uitgezet aan de rug en het profiel van de patiënt)

**Chirurgie - deuren sluiten dag 0 tot dag 5**  
Pijnstilling (PCA) en stoppen  
Verhoging en circulatie

**Symptoomcontrole, pijnstilling en mobiliteit: dag 0 tot dag 21**  
Vermindering zwelling en pijn, volledige extensie, 0° flexie  
Pijnstilling (PCA) en stoppen

**Basis kracht en mobiliteit: dag 7 tot dag 10**  
Voorkomen van over- en onderbelasting en opbouw van ACL  
Basis kracht: Zwaarste leentje, miks squat ...

**Functionele kracht vanaf dag 35**  
Lage belasting tot hogere belasting  
Functionele kracht: Efficiënte beenstand, squats, lunges, knieling

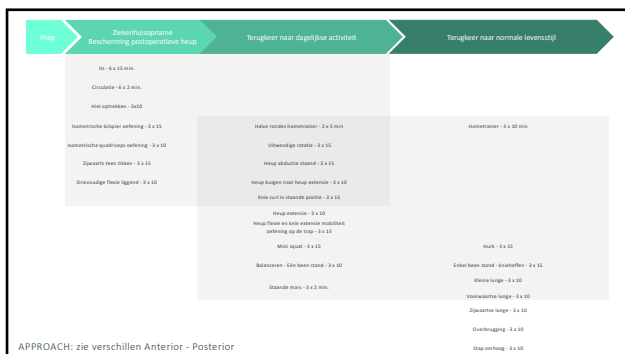
# Heup artroplastie

Anterior protocol

- DAA
- ALA

Posterior protocol

Voorbereiding	Ziektebeheersing Bescherming postoperatieve heup	Terugkeer naar dagelijkse activiteit	Terugkeer naar normale levensstijl
<b>Geschatte tijd</b>	Dag 0 - 21	Dag 10 - 60	Dag 35 - ...
<b>Evenementen</b>	Chirurgie Ziekenhuisverblijf Alleen Eerste week thuis Verwijderen van riets	Eerste postoperatieve consult ...	Tweede postoperatieve consult Terug aan het werk Auto rijden
<b>Doel</b>	Bescherming postoperatieve heup Complicaties voorkomen Pijn- en symptoombestrijding Proprioceptie	Geleidelijk geen pijn meer < 2/10 Geleidelijk stoppen met medicatie Basis kracht Gemiddeld looppatroon Voorkomen/minimaliseren van leestijp Basis evenwicht / balans	Volledig ROM 0 kraken Functionele kracht
<b>Acties (Zie tabellen)</b>	Informerend en ondersteunen van de patiënt Toesicht houden op het gebruik van krullen Toesicht houden op medicatie inname Zorg voor pijnvrije oefeningen Controler activeringsniveau Controler de wand. Loopcontrole	Opvragen en ondersteunen van de patiënt Advies 2 kraken -> 1/0 kraken Basis evenwicht	Defenschema aanpassen
<b>Criteria -&gt; volgende fase</b>	Pijn- en symptoombestrijding Bescherming en educatie	Een minimum aan / geen pijn Pijnstillende medicatie gestopt of beperkt tot incidentele inname van WHO type 1 medicatie	Voor activiteiten is toestemming van de chirurg nodig, bv. autorijden, fietsen, lunges,...
<b>Fasen heup</b>		Geen NSAID's meer.	



## Verschillen chirurgische aanpak

### Anterior protocol

! Meer kans op heup flexor irritatie

- Vermijd externe voorbij 20 graden
- Vermijd externe rotatie van meer dan 50 graden

**Anterieure benadering in het dagelijkse oefenschema:**

Minder aandacht voor heup flexor oefeningen in de acute fase, bijv:

- Drievoudige flexie (zonder heup) 3x8: d7-d11-d15-d19 - ...
- Heup flexie naar extensie 3x8: d9-d13-d17-d21 - ...

Meer focus op abductor- en gluteus-oefeningen, bijv:

- Zijwaarts teen tikken (3x15): d5-d7-d9
- Abductie (3x15): d11-d13-d15-...
- Mini squat (3x10): d30-d32-d34-...

### Posterior protocol

! Meer kans op abductor zwakte en/of irritatie

- Vermijd heupbuiging voorbij 90 graden
- Vermijd interne rotatie voorbij neutraal
- Vermijd adductie voorbij neutraal

**Posteriore benadering in het dagelijkse oefenschema:**

Meer focus op heup flexor oefeningen, bijv:

- Drievoudige flexie (zonder heup) 3x10: d5-d7-d9-d11 - ...
- Heup flexie naar extensie 3x10: d6-d8-d10-d12-...

Minder aandacht voor abductor- en gluteus-oefeningen in de acute fase, bijv:

- Zijwaarts teen tikken (3x10): d7-d11-d13
- Abductie (3x10): d15-d17-d19-...
- Mini squat (3x10): d14-d16-d18-...

Voorbereiding	Ziekenhuisopname Bescherming postoperatieve heup	Tenue naar dagelijkse activiteit	Tenue naar normale levenswijze
Activiteit	1. Preop gem. < 4000 Max stappen 1000/dag 2. Preop gem. 4000- 1000 Max stappen 1500/dag 3. Preop gem. > 1000 Max stappen 2000/dag Vanaf dag 5: + 100 stappen/dag	Gelidelijke verhoging tot 50-100% preop stappen <b>Postieve evaluatie</b> +100-200 stappen / dag <b>Negatieve evaluatie</b> a. Stoppen verhoging max stappen b. Vermindering in Max stappen	Gelidelijke verhoging tot 75% - 100% of > preop stappen <b>Postieve evaluatie</b> +100-200 stappen / dag <b>Negatieve evaluatie</b> a. Stoppen verhoging Max stappen b. Afname in Max stappen
Medicatie	PK WHO 1 - 2 NSAID 2/dag - 2 weken Bloedverdünnende medicatie	PK WHO 1 NSAID 1/dag - 2 weken	Geen PK Geen NSAID
Mobiliteit	Pijnvrije mobiliteitsoefeningen zonder forceren	Pijnvrije mobiliteitsoefeningen zonder forceren	Pijnvrije mobiliteitsoefeningen zonder forceren
Krukken	2 krukken	2 of 1 kruk	Geen krukken.
Hometrainer	Geen hometrainer	Hometrainer geen weerstand	Hometrainer met weerstand
Fietsen			Fietsen na goedkeuring van de chirurg
Auto		Rijden (als het veilig is) *Check voor toestemming chirurg of autoverzekering	

Tabel heup: Activiteit - Medicatie (\* zie addendum) - Krukken - ...

Voorbereiding	Ziekenhuisopname Bescherming postoperatieve heup	Tenue naar dagelijkse activiteit	Tenue naar normale levenswijze
Activiteit	Hoge activiteit > 50% preop Fietzen	Hoge activiteit > 100% preop Fietzen	Springen lopen Zwaarbelaste activiteiten of sporten -> afhankelijk v chirurg
Oefeningen	Pijn veroorzakende oefeningen Oefeningen met zwaar weerstand Rechte Been strekken (S&R)	Pijn veroorzakende oefeningen Oefeningen die pijn veroorzaken na de executie	Pijn veroorzakende oefeningen Oefeningen die pijn veroorzaken na de executie
Mobiliteit	Repetitieve heupbuiging a. Te groot bewegingsbereik b. POSTERIEUR niet doen: Heupbuiging > 90° Eksorotatie > neutraal Adductie > middellijn	a. Te groot bewegingsbereik b. POSTERIEUR niet doen: Heupbuiging > 90° Eksorotatie > neutraal Adductie > middellijn	a. Pijnlijke excessive ROM
Krukken	Geen gebruik van krukken	Geen gebruik van krukken bij disfunctioneel (hinkend) looppatroon of voor lange afstanden	Geen gebruik van krukken met disfunctioneel (hinkend) looppatroon
Pijn	Pijnveroorzakende bewegingen of oefeningen	Pijnveroorzakende bewegingen of oefeningen	Pijnveroorzakende bewegingen of oefeningen
Slaap	Slaapen op de niet geopereerde en/of geopereerde zijde (afhankelijk van de chirurg)	Slaapen op de niet geopereerde en/of geopereerde zijde (afhankelijk van de chirurg)	

Tabel heup: Don'ts - Contra-indicaties

## Ziekenhuisopname en bescherming na operatie heup

In een aantal postoperatieve fase:

- Nadruk op bescherming van de postoperatieve heup en voorlichting van de patiënt voor het dit te doen: de patiënt moet de voorgeschreven medicatie innemen, krukken gebruiken, te liggen en voortdurend in rust en mobiliteit van het geopereerde been
- Syringapomp controle: Schief en naar een pijn, warmte en zwelling onder controle te krijgen
- Mobiliteit moet lage belasting. Lage belasting en licht mobiliteitsoefeningen worden gebruikt, waarbij de patiënt wordt geïnstrueerd om pijn te registreren bij bewegingen zonder belasting en registratie van pijn te veranderen
- Attentie:
  - Heup Anterieur bescherming: zie tabel don'ts
  - Heup Posterior bescherming: zie tabel don'ts

**Wat is...**

**Oefeningen:** De de oefeningen in de tabel: de nadruk ligt op bloedvloeiende en licht mobiliteitsoefeningen. Bloedstroomoefeningen helpen postoperatief bloed en zwelling af te voeren en spiermassa te voorkomen. Het is belangrijk oefeningen te oefenen met een goede houding van de heup. Oefeningen tegen weerstand of die pijn, zwelling, rigiditeit en warmte uitlokken, moeten worden vermeden, van liggen en fietsen na een goed registratie in activiteit wordt gegeven door een fysiotherapeut, geneeskundige of orthopedisch chirurg (na overleg met de arts).

**De belasting van krukken:** wordt gebruikt om de patiënt voor te lichten, te motiveren, bezigheidsaan te te pakken en volgen te bewaken.

**Het gebruik van krukken:** moet onder toezicht staan. Krukken zijn belangrijk om zwaar te voorkomen en de belasting op de heup te verminderen, zodat de wond deen de tijd krijgen om te genezen en verrijking wordt voorkomen.

**Slapen:** Controleer het geprojecteerde van het voet been en de neutrale positie van de voet tijdens de video's.

**Wat is...**

1 Een patiënt in rust in de heup op zijn onder controle te krijgen? 2 Een arts kan een aantal geprojecteerde om advies te geven over medicatie. De meeste heuppatiënten wordt geadviseerd te beginnen met step 5 pijnstilling van de WHO. Stop 2 pijnstillers/kuurden tijdig. Het is belangrijk dat de patiënt de voet pijn voorkomt.

3 Een patiënt moet een 'vrije vlag' 7-10. Het is belangrijk om een bloeddruk, foto van wonden, maagproblemen, medische van krukken, postoperatieve mobiliteit, bezak van heuurt, medicatie, adductie.

4 Wat de voorontslag betreft: er moet een foto van de wond na verwijdering van de heupbandage worden gemaakt. De meeste wonden worden geneesd. De wonden worden verwijderd vanaf 14 dagen tot 21 dagen postoperatief. Totdat de wonden zijn verwijderd, moet de wond worden afgedekt met een pleister. In de wonden worden wonden van de patiënt tot de dag dat wonden worden verwijderd (na uitdrukkelijk vermeld door de chirurg). Levensgevaarlijke wonden worden gereinigd en er wordt pleister toegevoegd. De pleister toevoegen moet elke dag worden veranderd.

## Veelvoorkomende acties: Ziekenhuisopname & Bescherming postoperatieve heup

Oefeningen	Berichten	Kijk op
Standaardschema	<b>Vragen</b>	Therapie Naleving
Hoge activiteit -> geen behoefte meer aan bloedstroomoefeningen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Heeft de operatie gepijn?</li> <li>Bereikt de heup?</li> <li>Verwijzing reëtic?</li> <li>Heeft het med de oefeningen?</li> </ul>	Foto herkomst Zwelling Warmte
	<b>Feedback</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pijn is onder controle</li> <li>Patient heeft problemen 's nachts</li> <li>Warmte, stijfheid, zwelling...</li> <li>Omschakeling van 2 -&gt; 1 kruk: veilig en pijnloos?</li> </ul>	Gebruik van krukken Inname van geneesmiddelen Dagelijkse activiteit en maximaal aantal stappen
	<b>Stimuleren</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Om te bewegen</li> <li>Naleving van de stappen</li> <li>Aanzwering van het gebruik van krukken</li> <li>Lang &amp; verhoging</li> </ul>	

Acties Ziekenhuisopname en bescherming na operatie heup

Bescherming post-operatieve heup

- ✓ Bescherming en educatie
- ✓ Pijn- en symptoombestrijding

Terugkeer naar dagelijkse activiteit

**CRITERIA**

- ✓ De patiënt houdt zich aan de postoperatieve revalidatierichtlijnen.
- ✓ De patiënt vond een evenwicht tussen regelmatige basisoefeningen met lage belasting en rust om de postoperatieve pijn en zwelling te verminderen/bedwingen.
- ✓ Overgang naar de volgende fase wordt geadviseerd wanneer de patiënt controle heeft over de postoperatieve klachten.

Overgangsfase bescherming postoperatieve heup -> Terugkeer naar dagelijkse activiteit

### Terugkeer naar dagelijkse activiteit

In een tweede postoperatieve fase.

- Schreef naar een voortvurende vermindering van symptomen en pijn, terwijl WHO type 1-3 medicatie het een minimum wordt beperkt, naast het verhogen van de belasting door nieuwe oefeningen en het toestaan van hogere activiteit.
- Nu is een duidelijk overzicht heeft van de evolutie van de patiënt tijdens de eerste postoperatieve periode, kort u de patiënt helpen het juiste evenwicht te vinden tussen rust en activiteit.

**Attentie:**

- Heup Actieve beweging: zie tabel daarboven.
- Heup Actieve beweging: zie tabel daarboven.

**Wat?**

**Oefeningen:** Dank de oefeningen terug in de tabel. Personaliseer ze (verwijzen of uitsluiten) in het oefenprogramma op basis van de dagelijkse parameters. Bij moeheid (gevoel) in gewoontevrije oefeningen gebruiken de gelijke modaliteiten. Daarom moet bij het herbeginnen van nieuwe oefeningen nog steeds een positieve ontwikkeling merkbaar zijn en mag het uitvoeren van de oefeningen geen pijn, warmte en/of zwelling uitlokken. Volg en monitor het postoperatieve fase wordt nog steeds aangehouden en doorzetteren volledig onder controle te krijgen.

**Heup Actieve:** Concentreer je op de bewegingen, procedureer de voorste rechte heup.

Pijn is de laatste voor de eerste herontdekking, vermijd tijdelijk oefeningen die pijn in de ben verstoren.

**Activiteit:** Behandeling in activiteit wordt nog steeds gegeven door een dagelijks, gepersonaliseerd stappen maximum.

- Tijdens een positieve evolutie mag de patiënt zijn activiteit verhogen met 100-200 stappen/dag.
- Tijdens een negatieve evolutie moet de patiënt de pijn actieve behoudens blijven of meer rust nemen (vermindering van de activiteit).
- Vermijd passiviteit tijdens de hele revalidatie (zie tabel ter referentie).

**De beschermfunctie** wordt nog steeds vaak gebruikt om de patiënt te motiveren, zijn bereikbaarheid te laten en vragen te beantwoorden.

**het gebruik van krullen:** De overgang van 2 naar 1 en van 1 naar geen krullen moet geleidelijk en veilig verliezen.

**gangstroom:** Controleer het gangstroom van heel tot teen en de neutrale voetpositie tijdens videoanalyse. Controleer de kracht van de abductoren of compensaties.

**Naar de dagelijkse verandering en vitaliteit van gangstroom, wordt tijdens deze fase de patiënt gevolgd door postoperatieve PRCM-verandering, vergelijking van voor tot na de operatie kan worden gemaakt. Monitoreren de reacties en geeft feedback van de patiënt in de meest gezonde (vermindering van normale progressie uitbreiden. Natuurlijk is er nog ruimte voor verbetering, de eerste patiënt kan nog een evolutie tot 1 jaar na de operatie.**

### Gemeenschappelijke acties: Terugkeer naar dagelijkse activiteit

Oefeningen	Berichten	Kijk op
<p><b>Aanpak oefenprogramma:</b> Vragen of uitstellen van fase 2 oefeningen</p> <p><b>Basiselementen:</b> Proprioceptie Mobilisatie</p> <p>Oefeningen uitstellen de pijn, stijfheid en zwelling doen toenemen</p>	<p><b>Vragen:</b> • Hoe was het eerste postoperatieve consult?</p> <p><b>Feedback:</b> • Geleidelijke toename van oefeningen en activiteit • Tijdelijke medicatie verlaagd tot of en/of gebruik van WHO type 1 medicatie voor aanvang volgende revalidatieoefeningen • geruststelling en rust bij ups en downs • PRCM resultaten • Timing 2 = 1 / 0/ruiken • Opvang naar een uitstekend resultaat</p> <p><b>Stimuleren:</b> • Geleidelijke opbouw van basiskracht en ACL zonder pijn • Minder RCM in ACL</p>	<p><b>Reactive op aanpak van het oefenprogramma</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Moe</li> <li>• Geleidelijke toename van activiteit/behandeling met afname van symptomen en pijn</li> </ul> <p><b>PRCM:</b> prep u week 6</p> <p><b>Gangstroom</b></p>

Acties Terugkeer naar dagelijkse activiteit

Terugkeer naar dagelijkse activiteit

- ✓ Minimale pijn
- ✓ Pijnstilling gestopt of beperkt gebruik

Terugkeer naar normale levensstijl

**CRITERIA**

- ✓ Een minimum aan / geen pijn
- ✓ Een minimaal gevoel van stijfheid en zwelling van de heup
- ✓ Pijnstillende medicatie gestopt of beperkt tot incidentele inname van WHO type 1 medicatie
- ✓ Geen NSAID's meer.
- ✓ voor sommige activiteiten chirurgische goedkeuring, bv. rijden, fietsen, langes...

Overgang Terugkeer naar dagelijkse activiteit -> Terugkeer naar actieve levensstijl

### Terugkeer naar actieve levensstijl

In een 3e postoperatieve fase.

- focus op functionele versterkende oefeningen.

**Oefeningen:** Voeg geleidelijk de oefeningen één voor één toe, terwijl u de parameters van de patiënt in de grafiek of tabel nauwkeurig volgt.

Voordat met de functionele versterkende oefeningen wordt begonnen, zijn pijn, warmte en zwelling stabiel en tot een minimum beperkt. De medicatie is beperkt of gestopt. Tijdens en na de functionele versterking moeten deze parameters stabiel blijven en/of tot een minimum worden beperkt. Er mag ook geen behoefte meer zijn aan (extra) medicatie.

Tijdens deze fase kan koelen met ijs nog nuttig zijn aan het eind van een drukke dag.

**Activiteit:** Stimuleer een geleidelijke toename van activiteit.

**De beschermfunctie:** In deze fase is er vaak behoefte aan geruststelling over een normale progressie. Wijzen op het feit dat de meeste patiënten een positieve evolutie zien tot 1 jaar na de operatie.

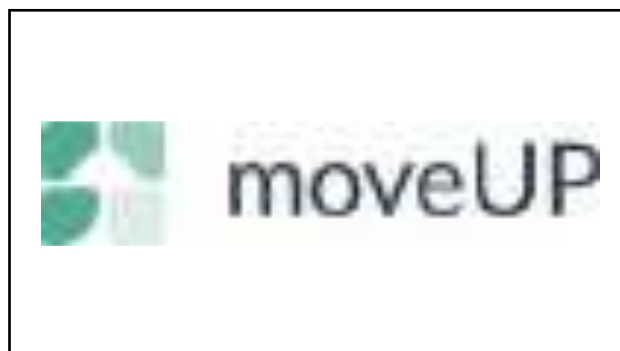
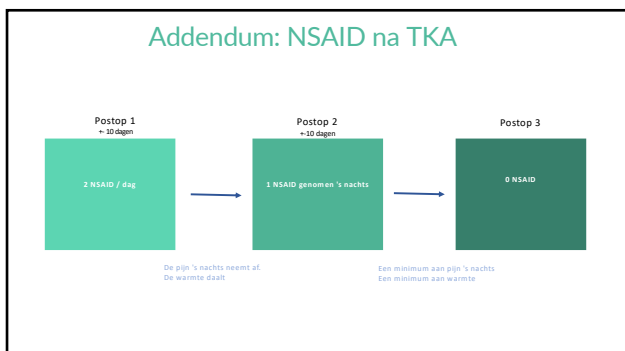
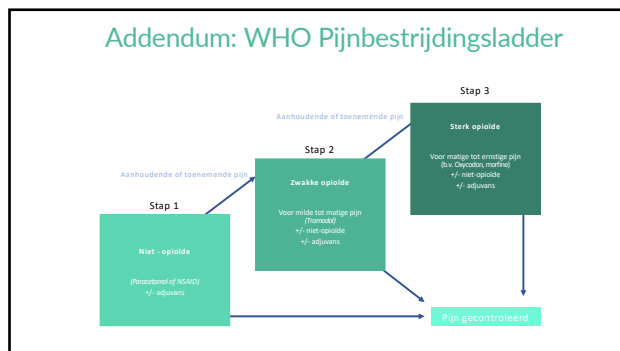
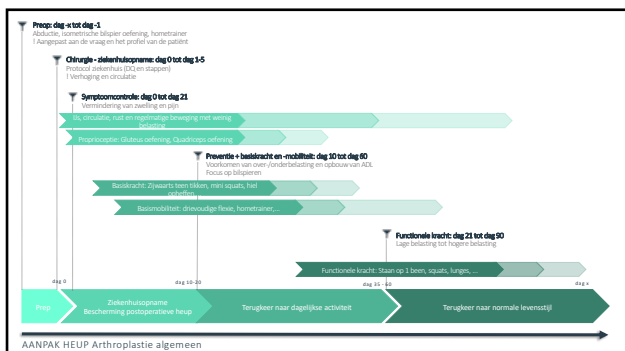
**Gangstroom:** Controleer het gangstroom van heel tot teen en de neutrale voetpositie tijdens videoanalyse. Controleer de kracht van de abductoren of compensaties.

**Sluit de revalidatie af:** Door te controleren of aan alle verwachtingen is voldaan. U kunt de tevredenheid en het resultaat van de patiënt controleren bij de maand 3 PRCM afname.

### Gemeenschappelijke acties: Terugkeer naar normale levensstijl

Oefeningen	Berichten	Kijk op
<p><b>Functionele versterking</b></p>	<p><b>Vragen:</b> • Hoe was het laatste consult? • Hoe ver ben je verwijderd van je doelen (verwachtingen)? • Zijn er belangrijke activiteiten die nog moeilijk/peinlijk zijn?</p> <p><b>Feedback:</b> • juiste timing 1 = 0/ruiken • PRCM 3 maanden</p> <p><b>Stimuleren:</b> • Terug aan het werk. • Volledig ACL operatie</p>	<p>Video's lopen</p> <p>Tevredenheid van de patiënt</p> <p>• Functionele RCM • Normaal loopstroom</p>

Acties Terugkeer naar actieve levensstijl



# Support orthopedics – moveUP

## Hoe registreer je een nieuwe patiënt op het moveUP platform?

- ✔ Onboarding is het proces van het registreren en starten van een nieuwe patiënt in het moveUP-platform. Na het registreren van een patiënt in het platform kan een uitnodigingsmail worden verstuurd. In deze e-mail ontvangt de patiënt alle benodigde informatie om de moveUP-applicatie te installeren en te activeren.

## Nieuwe patiënt aanmaken in de onboarding functionaliteit

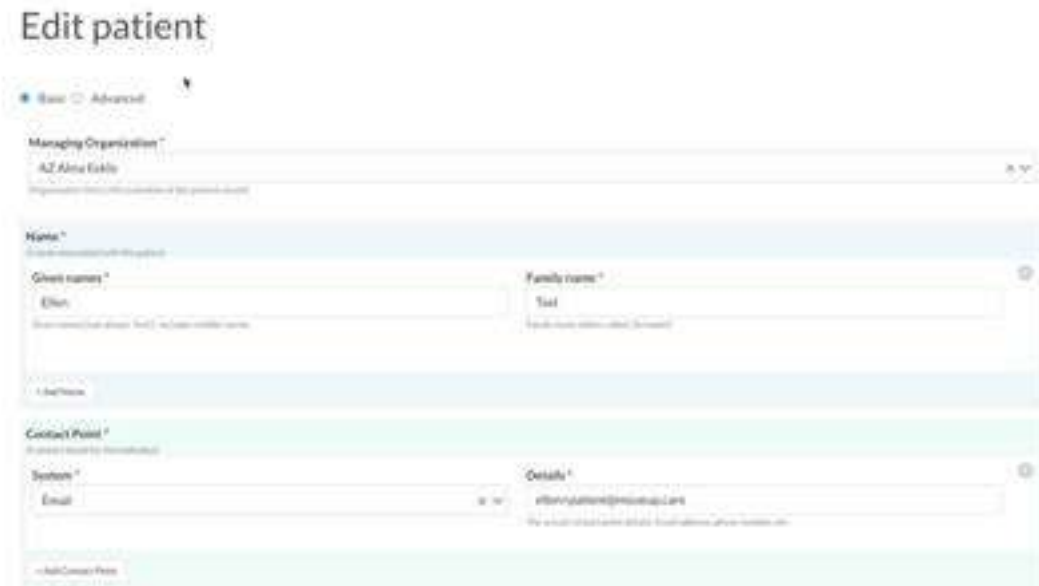
- Surf naar: <https://patient-onboarding-admin.moveup.care>.
- Vul uw inloggegevens van moveUP in en klik op 'Log in'
- Klik op "Nieuwe patiënt".



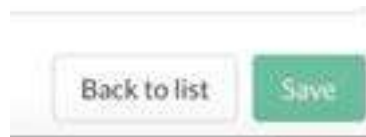
*Nieuwe patiënt aanmaken*

## 2. Vul de gegevens van de patiënt in

- Vul de gegevens van de patiënt in.
- Klik op 'opslaan'.



*Patiëntgegevens bewerken*



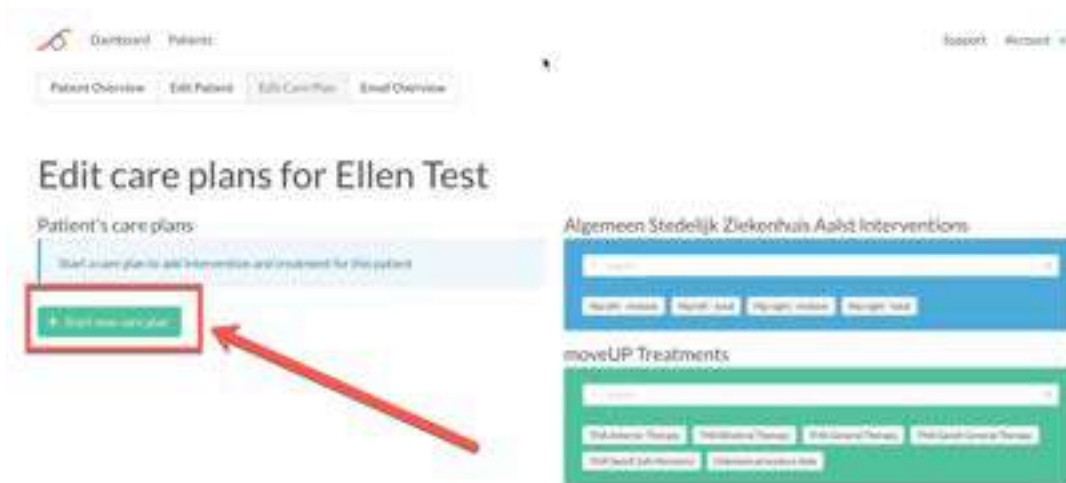
*Patiëntgegevens opslaan*

- ⓘ Er kan slechts één account aan een e-mailadres worden gekoppeld. Het is niet mogelijk om een e-mailadres dat al bekend is in de moveUP-database opnieuw te gebruiken, bijvoorbeeld: hetzelfde e-mailadres hergebruiken voor het account van een partner of ouder.

## Een nieuw zorgplan aan de patiënt toevoegen

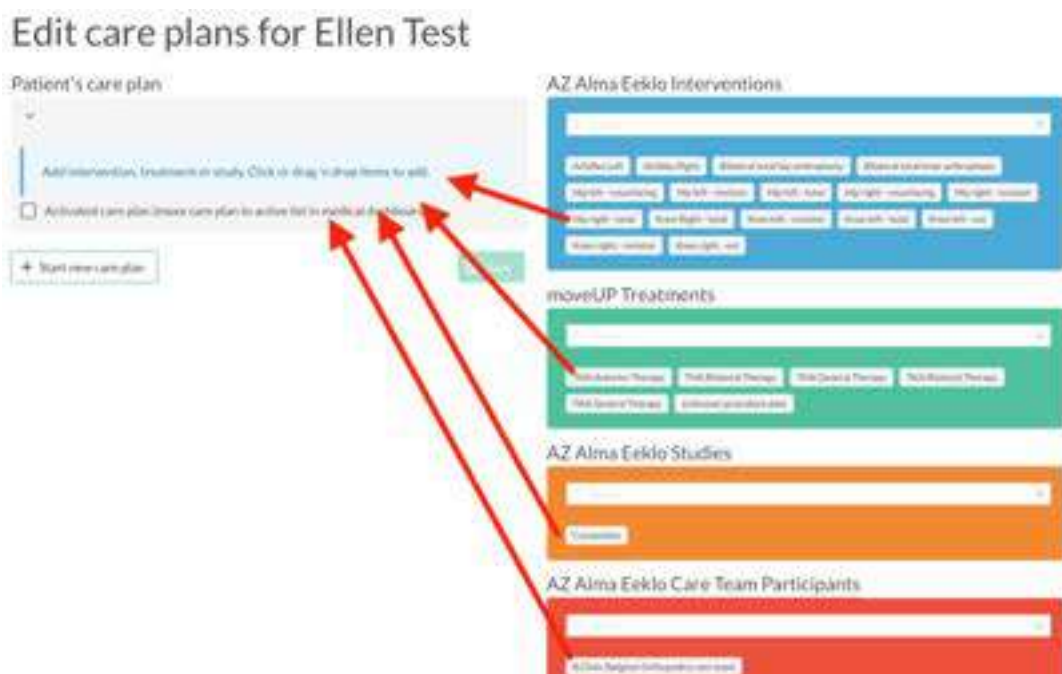
- ✓ Een zorgplan is een cruciaal onderdeel van het digitale zorgtraject van uw patiënt. Een zorgplan bepaalt wat er voor uw patiënt zichtbaar wordt in de moveUP-applicatie, bijvoorbeeld: type oefeningen, informatiemodules, berichtfunctionaliteit, enz. Een zorgplan bestaat meestal uit een interventie, een moveUP-behandeling en (een) zorgteam(s).

- Het tabblad “edit care plan” wordt automatisch geopend na het invoeren van de gegevens van de patiënt.
- Klik op “Start nieuw zorgplan”.



*Maak een nieuw zorgplan*

- Sleep een interventie naar het zorgplan
  - Vul de datum van de ingreep (operation date) en de arts (surgeon) in



*Slepen en neerzetten om een zorgplan te maken*



# Edit care plans for Ellen Test

*Voeg type interventie, datum van interventie en arts toe*

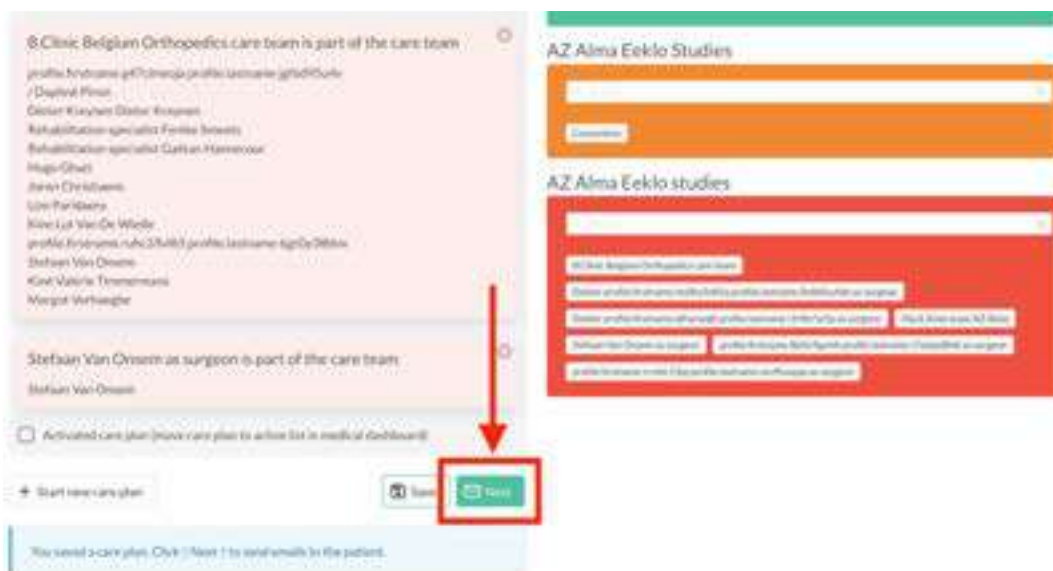
- Sleep een moveUP-behandeling.
  - **OPMERKING:** De startdatum van de behandeling wordt automatisch ingesteld op de datum van vandaag als u deze niet invult. In de meeste gevallen is het niet nodig om een datum vast te stellen. Dit gebeurt alleen als de interventie- of interventiedatum nog niet bekend is.
- Sleep een studie indien van toepassing
- Sleep de leden van het zorgteam
- Klik op 'opslaan'.

- ✓ Deelnemers aan het zorgteam bepalen welke zorgverleners toegang hebben tot het account van de patiënt op het moveUP-platform. Het type moveUP-zorgverlenersaccounts bepaalt tot welke gegevens deze zorgverlener toegang heeft. Iemand met een ondersteunende rol (bijvoorbeeld: moveUP-ondersteunend personeel) heeft geen toegang tot dezelfde gegevens als bijvoorbeeld de behandelend chirurg.

Deelnemers aan het zorgteam worden automatisch toegevoegd op basis van het type interventie, maar het is mogelijk om indien nodig handmatig een zorgverlener toe te voegen aan of te verwijderen uit het zorgteam van de patiënt.

## E-mails naar patiënten sturen

- Zodra een zorgplan is opgeslagen, klik op de knop “Next”.



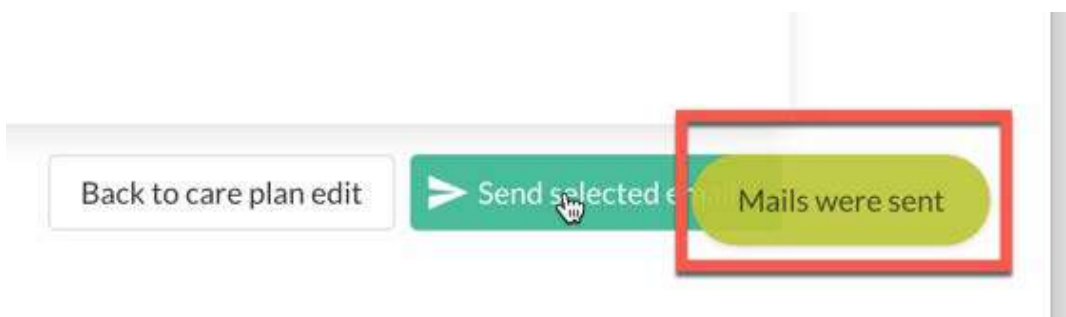
*Klik op 'Volgende'*

- 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



*E-mail template voorstel*

- U zult gedurende enkele seconden het bericht “mails were sent” zien, zodat u weet dat de mails met succes zijn verzonden.



*Bevestigingsmail(s) verzonden*

## Wat gebeurt er nu?

De patiënt ontvangt een **uitnodigingsmail** met

- **Instructies voor het installeren van moveUP**— Met een korte introductie van moveUP, informatielink over prijzen en instructies voor het installeren van moveUP met inloggegevens, en een link naar de snelstartgids.

Indien de moveUP behandeling van uw patiënt ook gebruik maakt van **een activity tracker**, ontvangt de patiënt een tweede e-mail met :

- **Link om activity tracker te bestellen** en bevestig zijn/haar abonnement— Met een bestelformulier voor de activity tracker.

Laatste update op februari 13, 2023

# Support orthopedics – moveUP

## Hoe de behandeling van een patiënt met moveUP stoppen?

Om de follow-up van uw patiënt te stoppen, zijn er **twee belangrijke stappen** te volgen.

### Inhoudsopgave



1. Stop actieve follow-up in het tabblad “Care plan”
2. Vul het stopformulier in
3. Optioneel: Pas de oefeningen voor de patiënt aan als u ze wilt personaliseren
  - Personaliseer algemene oefeningen boodschap voor patiënt
  - De beschikbare oefeningen personaliseren voor een patiënt

## 1. Stop actieve follow-up in het tabblad “Care plan”

1. Ga naar het tabblad Care plan

2. Klik op “Stop active follow up” in de rechter bovenhoek van het Care plan tabblad.



3. De volgende pop up zal verschijnen

## Stop active follow up ✕

Stopping the active follow up will move the patient to the PROM stage. Personalisation of exercises after stop active follow-up can be done in the tab 'care plan'. If exercises are not personalised, The patient will receive an overview with all exercises performed during his/her rehab.

### Message Yes

The message below will be send to the patient using the messaging function of the app:

**B I U G** **»** **≡ ≡** **Normal** **+** **Sans Serif** **+** **T<sub>x</sub>** **🔗** **📎**

Dear Test,

You have already traveled a fine road in the first phase of your rehabilitation. Given the good progress in your recovery, the active follow up by your medical team will be stopped. Keep in mind that recovering from such an operation takes up to one year or more. The next weeks and months you will certainly continue to experience improvements.

Always take in mind the following important guidelines during next phases of your recovery:

Do not be afraid to try anything, but do not force it.  
Always build up gradually and listen to your body.  
Feel free to take a break or slow down temporarily if you notice that the joint is giving you trouble.


If you keep doing this, you will certainly continue to evolve positively.

Best regards,


HCP test

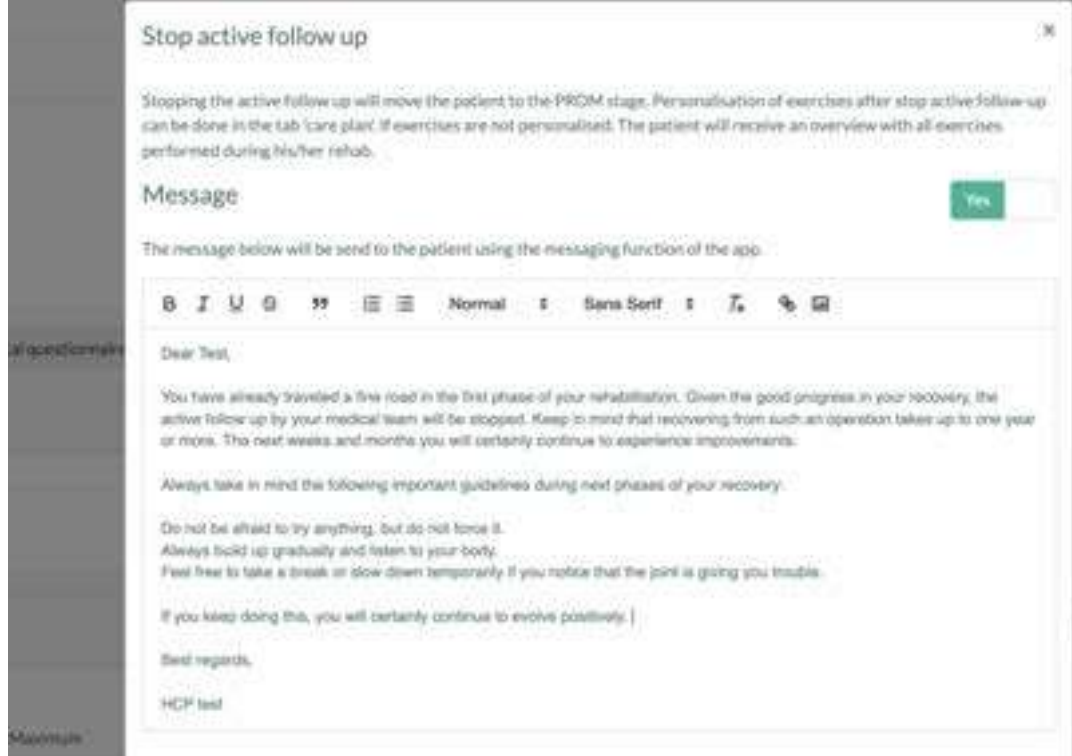
### Email Yes

The email below will be send to the patient.



4. Een standaard bericht wordt ingesteld op “Yes” en daaronder kunt u het bericht lezen dat naar de patiënt wordt gestuurd wanneer u onderaan op “Stop” klikt. U kunt dit bericht ook bewerken als u het wilt personaliseren. Als u geen bericht wilt verzenden, kunt u deze functie op “No” zetten.

 De boodschap is bedoeld voor een patiënt die het goed doet aan het einde van zijn revalidatie. In geval van opt-out, vroegtijdige beëindiging van de follow-up, enz. moet dit bericht echt worden aangepast of uitgeschakeld.



5. Bovendien wordt standaard een e-mail met administratieve informatie naar de patiënt gestuurd (bv. hoe terugbetaling en facturering worden geregeld, hoe de activiteitsmeter moet worden teruggestuurd, enz.) Als u deze e-mail niet wilt verzenden, kunt u hem uitschakelen.



6. Klik op "Stop".



✓ De patiënt wordt niet langer vermeld op het tabblad "Therapy". U vindt hem nu in het tabblad "PROM" of ook in het tabblad "All".

i In geval van opt-out, vroegtijdige beëindiging van de follow-up of als uw patiënt geen e-mails van moveUP meer wil ontvangen, moet u zijn follow-up afronden. De patiënt verschijnt in het tabblad "Completed".

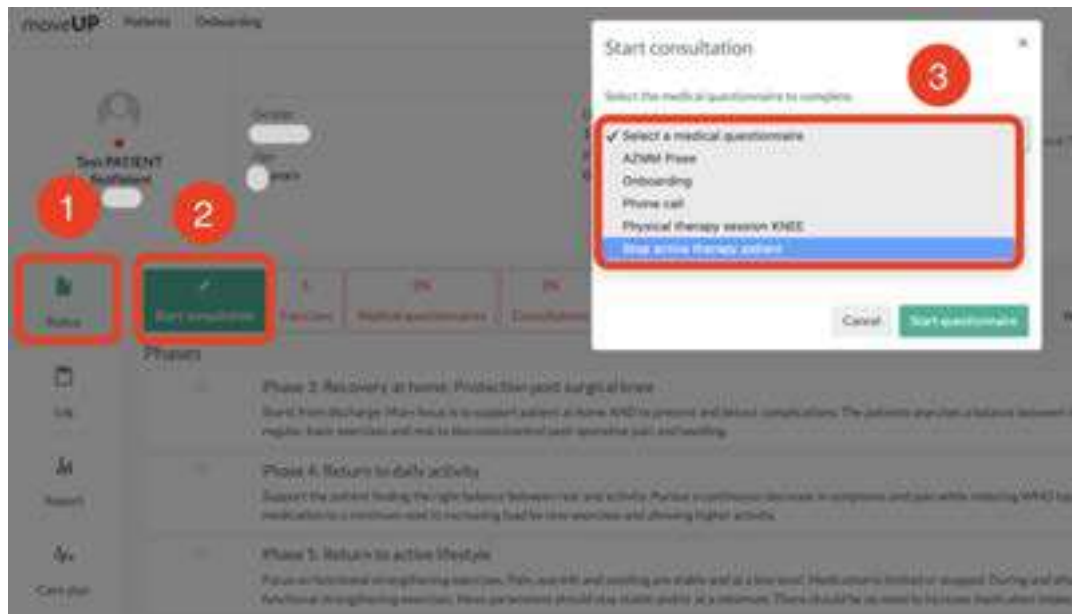




## 2. Vul het stopformulier in

Om het formulier in te vullen:

1. Ga naar het statustabblad
2. Klik op “start consultation”
3. Kies “Stop active therapy patient”



### 3. Optioneel: Pas de oefeningen voor de patiënt aan als u ze wilt personaliseren

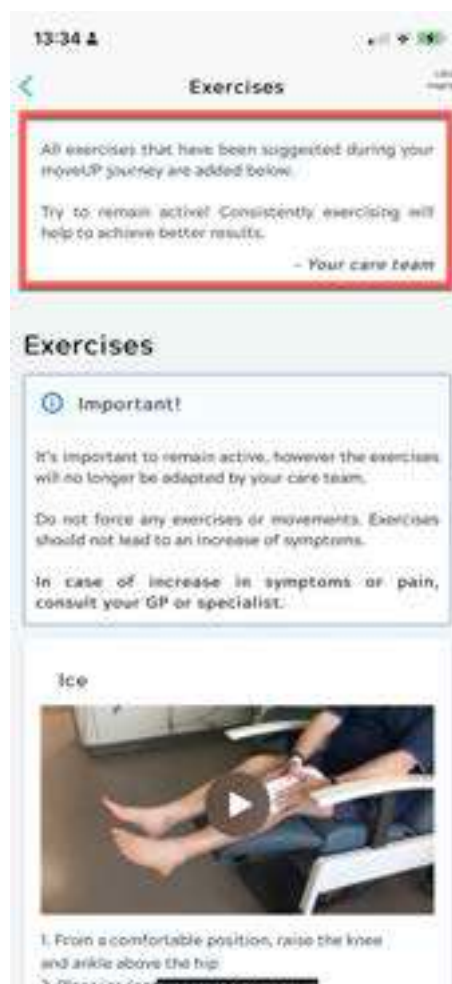
Wanneer de actieve follow-up is stopgezet, willen wij nog steeds dat de patiënt toegang heeft tot de oefeningen die hij tijdens zijn revalidatie heeft uitgevoerd. De patiënt krijgt standaard een overzicht van deze oefeningen te zien.

### Personaliseer algemene oefeningen boodschap voor patiënt

Als u het bericht dat de patiënt in zijn app ziet wilt personaliseren, kunt u dit doen door uw bericht toe te voegen in het medisch dashboard in het tabblad zorgplan.



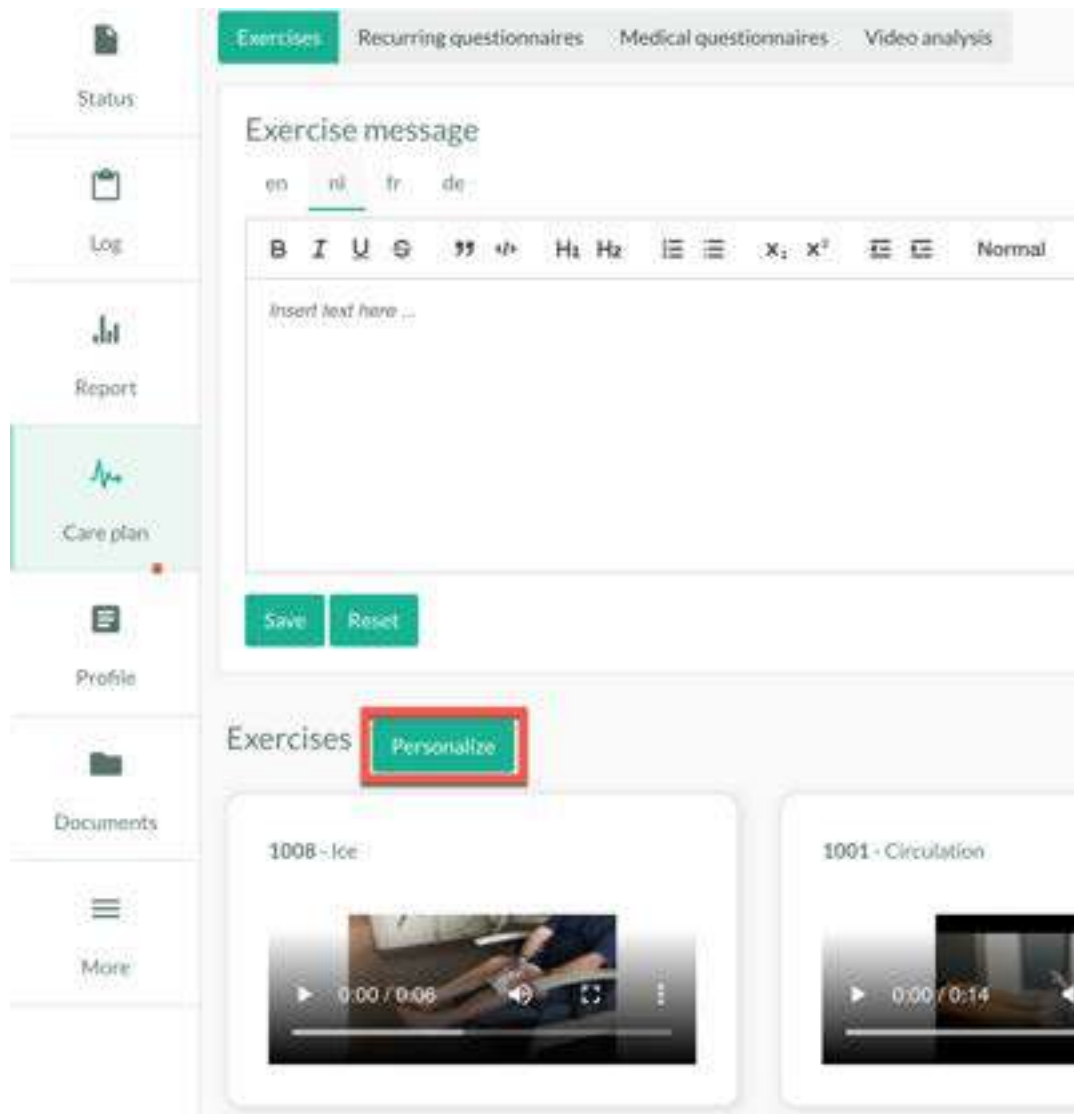
De patiënt zal dit bericht als volgt zien in de app:



## De beschikbare oefeningen personaliseren voor een patiënt

Om ervoor te zorgen dat de patiënt de best mogelijke ervaring heeft, probeert u te personaliseren welke oefeningen de patiënt te zien krijgt (standaard zijn het alle oefeningen die tijdens de actieve follow-up actief waren). Het is ook mogelijk een bericht in te voeren met betrekking tot de specifieke oefeningen.

Om de oefeningen te personaliseren klikt u op “personalize” in het zorgplan tabblad.



Om de beschikbare oefeningen te veranderen kunt u:

- Oefeningen toevoegen: klik op de + (1)
- Verwijder oefening: klik op de x (2)
- Persoonlijk bericht toevoegen aan een oefening: klik op edit (3)



In het pop-up menu dat verschijnt kunt u een persoonlijke boodschap typen die bij die oefening hoort:

## Add exercise



### Patient app preview

#### Ice



1. Froos a comfortable position, raise the knee and ankle above the hip
2. Place ice (not directly on the skin!)
3. Ice is important to reduce swelling, warmth and pain.

### Available exercises



Message:

**B I U** Normal

Sans Serif

Type a message

Add

Cancel

De patiënt zal dit bericht zien in het oefenoverzicht.

### Drop and dangle



1. Sit high enough so your feet are not touching the ground. Sit for a minute or so before starting the exercise.
2. Gently dangle your leg back and forth within your comfort zone.
3. This exercise should be relatively painless.



Michel De Wandelaer

This is a message to the patient!

Laatste update op februari 13, 2023