

Sherpa

Persoonlijke inzichten voor jou
en je behandelteam

Praktische handleiding voor gebruikers MS sherpa app

versie 2.6

04 maart 2025

**Gebaseerd op de 'Instructies voor gebruik V18'
(www.mssherpa.nl)**

www.mssherpa.nl



This medical device is a product of health regulation which bears, under this regulation, the CE mark

MS sherpa - De monitoring app voor het meten van MS-Symptomen

Gebaseerd op de 'Instructies voor gebruik V18'
(www.mssherpa.nl)

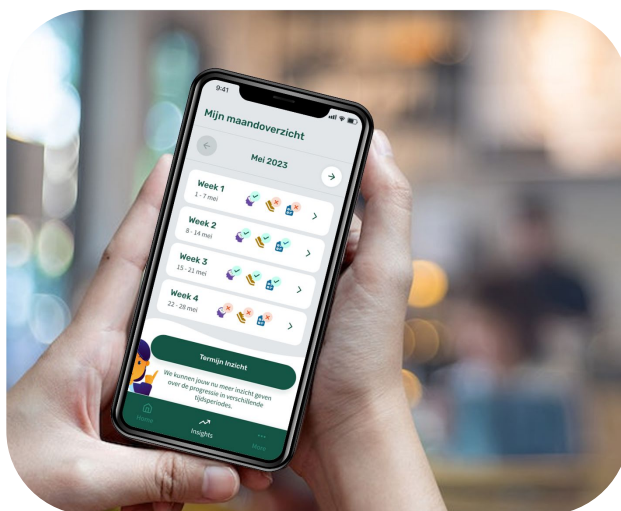
Wat is MS sherpa?

MS sherpa is een medisch hulpmiddel op uw telefoon. We meten wekelijks de symptomen die bij de ziekte multiple sclerose (MS) horen. Door de resultaten van de metingen te analyseren kunt u een goed inzicht krijgen in het verloop van MS bij u persoonlijk.

MS sherpa meet 3 dingen: uw loopvermogen, hoe snel uw hersenen informatie verwerken en de invloed van MS op uw dagelijks leven.

Als medisch hulpmiddel is MS sherpa momenteel alleen te gebruiken op voorschrift van een arts bij een deelnemend ziekenhuis of via deelname aan een klinische studie.

Disclaimer: graag herinneren wij u eraan om naast het gebruik van deze app een arts te blijven bezoeken en deze te betrekken bij het nemen van medische beslissingen.



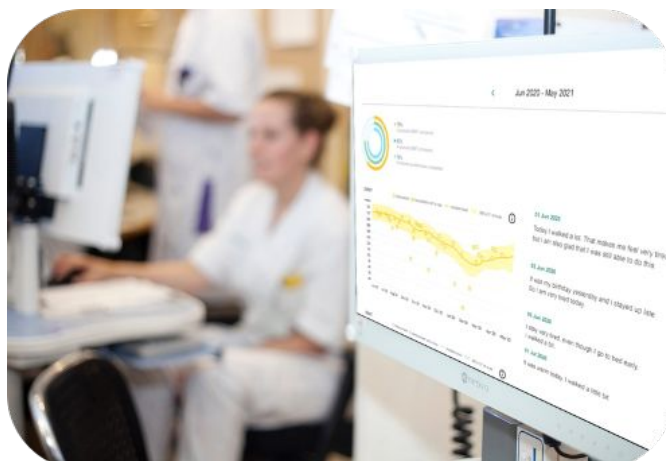
**MS Sherpa is ontwikkeld in samenwerking met patiënten,
(academische) ziekenhuizen en patiëntenorganisaties**

Hoe kan MS sherpa u helpen persoonlijke inzichten te krijgen in MS?

Het monitoren van MS gebeurt normaal in het ziekenhuis. Het nadeel hiervan is, dat dit maar een aantal keer per jaar mogelijk is. Een ander nadeel is dat u niet in uw eigen omgeving gemeten wordt. Met MS sherpa kunt u wekelijks zelf metingen in uw eigen omgeving uitvoeren. De resultaten van deze metingen kunnen u en uw behandelteam inzien in de app.

MS sherpa maakt het mogelijk om:

- ✓ Zelf thuis metingen uitvoeren zonder dat u hiervoor naar het ziekenhuis hoeft te komen
- ✓ Deze drie testen te doen:
 - Een looptest
 - Een denктаak
 - Een vragenlijst met persoonlijke notities
- ✓ Meerwaarde te bieden door persoonlijke inzichten op basis van wekelijkse testen
- ✓ Uw resultaten over de tijd zelf terug te zien in de app. Ook uw behandelaar kan deze resultaten zien.



Aanmelden en inloggen bij MS sherpa

Van uw arts of onderzoeker heeft u een mail met een activatielink gekregen. Houd hiervoor ook uw spambox in de gaten. Hieronder leest u hoe u uw account kunt activeren.

Welkom bij MS sherpa!

Volg onderstaande stappen om uw account te activeren en de app te installeren

1. Activeren van uw account

Om uw account te gebruiken moet u een wachtwoord instellen. Dit kan via de activatie link die u per mail hebt gekregen. Bewaar dit wachtwoord goed, u heeft deze nodig om MS sherpa te gebruiken.



2. App downloaden op uw telefoon

Scan de QR code met je camera en download de app vanuit de Android of App store



3. Inloggen op de app

Met uw e-mailadres en uw zelf gekozen wachtwoord kunt u in het eerste scherm van de app inloggen. U kunt de app nu gebruiken.

Indien u problemen heeft met uw account, aarzel dan niet contact met ons op te nemen via support@mssherpa.nl

Instructies voor de looptest



- Open de looptest op de app. Ga naar buiten en loop 2 minuten. Stop uw telefoon in uw broekzak.
- Loop in een rechte lijn zo snel en ver mogelijk. Denk aan uw veiligheid. Het is niet de bedoeling dat u rent.
- Deze instructies kunt u ook terug vinden in de app.

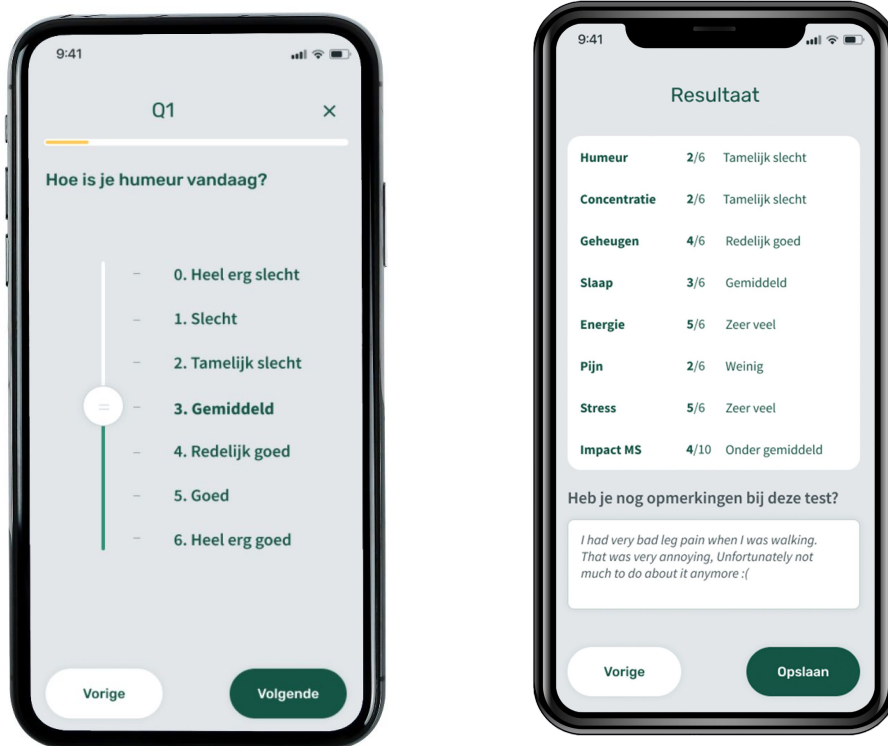
Instructies voor de denктаak

- Open de test voor het denkvermogen op uw app. Zorg dat u in een rustige ruimte zit, waar u niet gestoord wordt.
- De eerste symbolen zijn om te oefenen, vervolgens begint de echte test
- Voer de test zo snel en zo goed mogelijk uit.
- Deze instructies kunt u ook terug vinden in de app.



U krijgt van ons een herinnering op uw telefoon als het tijd is om de volgende test uit te voeren

Vragenlijst en notities



Met de vragenlijst kunt u zelf bijhouden hoe uw MS klachten zich ontwikkelen. De vragenlijsten zijn een aanvulling op de metingen.

Met notities kunt u zelf opmerkingen of bijzonderheden toevoegen bij de test. Bijvoorbeeld een verstoring tijdens de test.

Uw resultaten worden opgeslagen en zijn te zien in het 'inzichten' scherm

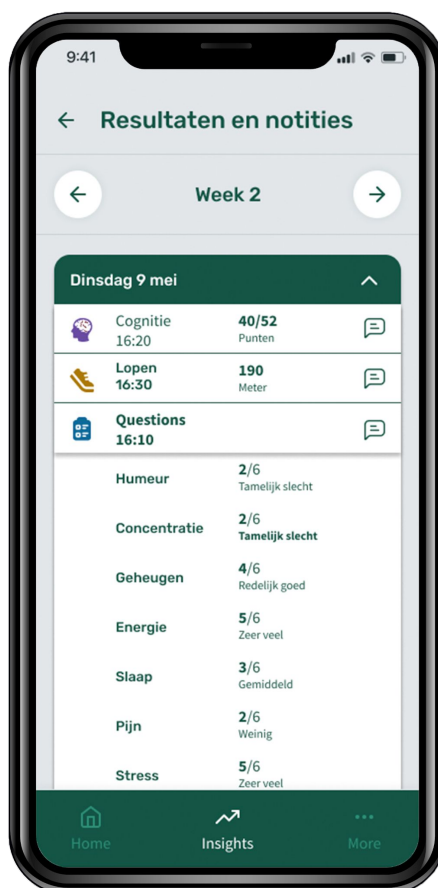
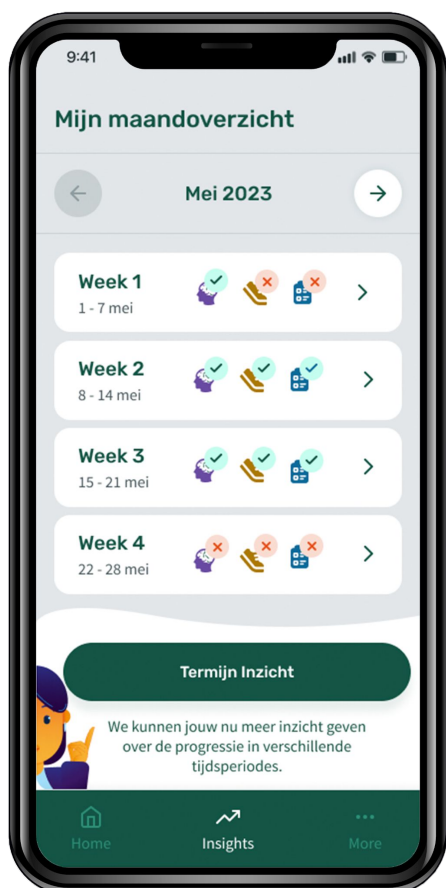
MS sherpa is beschikbaar in het Nederlands, Duits en Engels

Weergave van de resultaten

De resultaten van de testen en vragenlijsten zijn beschikbaar in het resultatenscherm.

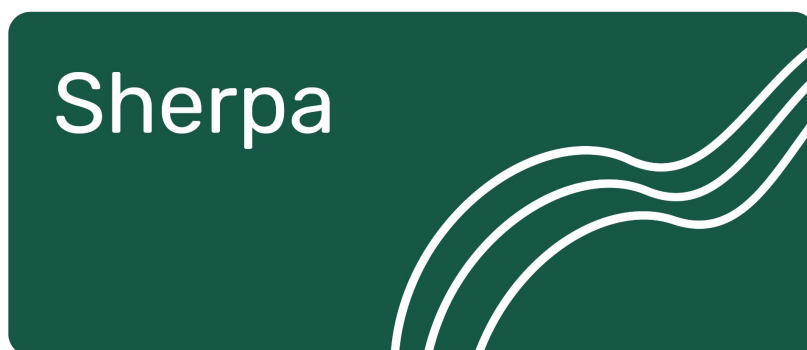
Door de tests vaak te doen hopen we verandering in de ziekteactiviteit vast te stellen.

Uw behandelteam heeft ook inzicht in uw resultaten en eventuele veranderingen. U kunt dit overzicht gebruiken om gezamenlijk te komen tot het beste behandeladvies.



Belangrijk om te onthouden

1. Probeer de tests elke keer onder dezelfde omstandigheden door te voeren. Zo kunnen we de tests beter met elkaar vergelijken.
2. De tests geven een weergave van uw loopvermogen en informatieverwerking, ze zijn geen training of wedstrijd.
3. Uw behandelteam kan de resultaten van de tests, de vragenlijsten en uw notities inzien, maar doet dit met name vlak voor of tijdens een poliklinische afspraak. Uw resultaten worden dus niet constant in de gaten gehouden.
4. Het kan zijn dat u nieuwe klachten of een verergering van uw MS klachten krijgt. Neem dan contact op met het ziekenhuis waar u onder behandeling bent.
5. Wat de resultaten op het dashboard precies betekenen weten we nog niet goed. Samen met de MS centra doen we hier onderzoek naar. Resultaten van onderzoek worden wetenschappelijk gepubliceerd en vindt u terug op onze website.



Veelgestelde vragen

1. Op welke telefoon kan ik MS sherpa gebruiken?

De minimale eisen om MS sherpa te gebruiken zijn versie 9,0 voor Android telefoons en 14.0 voor iOS.

2. Hoe krijg ik de laatste updates?

De app krijgt regelmatig een update, net als ieder andere app krijgt u deze automatisch of moet u voor gebruik de update doorvoeren. Bij grote wijzigingen ontvangt u tevens een email van ons met aanvullende informatie. Uw gegevens worden bij iedere update bewaard.

3. Wie heeft er toegang tot mijn medische gegevens?

De gegevens die worden verzameld zijn voor u en uw behandelteam. Alle persoonlijke informatie wordt behandeld conform de algemene verordening gegevensbescherming (AVG) en onze privacy en beveiligings- richtlijnen, conform aan de ISO 27100 en NEN7510 standaarden.

4. Hoe kan ik mijn persoonlijke informatie inzien?

Als u uw persoonlijke informatie wilt inzien, kunt u dit opvragen via onze customer support (support@mssherpa.nl). U kunt ook contact met ons opnemen als u uw persoonlijke informatie uit onze database wilt laten verwijderen.

5. Is MS sherpa veilig en klinisch gevalideerd?

MS sherpa is in de klinische omgeving gevalideerd door samenwerkingen met verschillende klinieken, academische partners en personen met MS. MS sherpa is CE gecertificeerd en voldoet aan de standaarden voor een medisch hulpmiddel

6. Wat moet ik doen als ik mijn wachtwoord kwijt ben?

In het inlogscherp van de app kunt u wachtwoord vergeten selecteren. U krijgt dan een e-mail toegestuurd waarmee u opnieuw uw wachtwoord kunt instellen

7. Kan ik stoppen met het gebruiken van MS sherpa?

Als u wilt stoppen met het gebruiken van MS sherpa, kunt u dit doorgeven aan uw zorgverlener. Hij of zij zal dan uw account op inactief zetten. Daarna kunt u de app verwijderen van uw telefoon.

Sherpa Team

Onze missie is om mensen met MS te ondersteunen met persoonlijke inzichten. Ons team bestaat uit professionals van verschillende achtergronden en nationaliteiten. Een mix van met name ontwikkelaars, wetenschappers en mensen met een medische achtergrond



Eric Brenninkmeijer
CEO / business
Digital health & strategy



Sonja Cloosterman
CCO / PhD



Damir Ramic
CTO / MSc



Laura Anhorn
Business development
MSc



David Stolwijk
UX Designer
Sherpa front-end

Wij werken iedere dag keihard om een betere gezondheid voor iedereen simpel en bereikbaar te maken. Voor jou én je behandelteam.

Partners van MS sherpa





**We zijn op een missie om
gepersonaliseerde behandelingen te
ondersteunen op basis van echte
gegevens en individuele doelen.**

*Sherpa
Transistorweg 7
6534 AT Nijmegen*



www.mssherpa.nl