



De warme
ontmoetingsplek
in Dubbeldam

Android



Apple iPhone



Stap-voor-stap digitaal wijzer

Je digitale vangnet:
het medische ID
kan je leven redden

Dubbeldammers voor Dubbeldammers

Verenigingsgebouw 'De Kooi', Gravensingel 108 3319 ET Dordrecht | 06 - 58 87 44 77

dubbeldammersvoordubbeldammers@gmail.com | www.dvdubbeldammers.nl



© 2025 Dubbeldammers voor Dubbeldammers.

De teksten in deze wijzer zijn met zorg geschreven door DvD.
Wil je een tekst overnemen? Neem dan even contact met ons
op via dvddigitaal@proton.me. Vermeld altijd de bron.

Heb je een tip of een correctie voor ons?

Zie je een spelfout, onjuiste informatie of heb je een suggestie om deze wijzer te verbeteren?
We horen het graag! Samen zorgen we ervoor dat de informatie van ons correct is.
We passen de tekst zo snel mogelijk aan. Stuur je mail naar dvddigitaal@proton.me

Het medische ID kan je leven redden

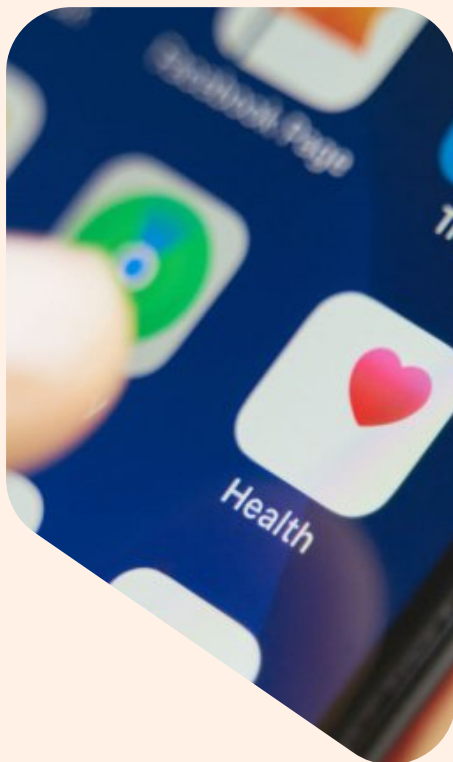
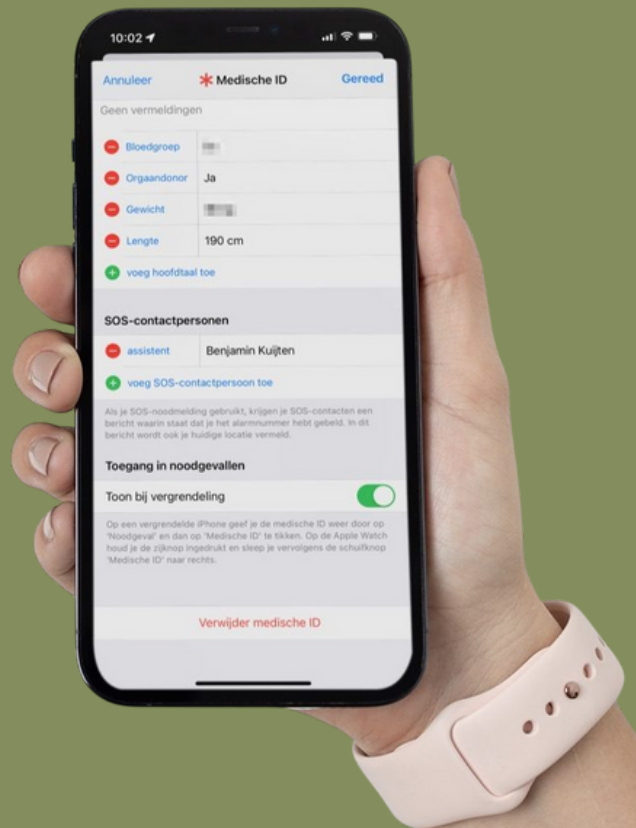
Je digitale vangnet

Stel je voor dat je aan het fietsen bent in de Biesbosch of aan het wandelen over de dijk in Dubbeldam. Plotseling word je onwel.

Je bent niet meer aanspreekbaar en kunt geen informatie geven aan de hulpdiensten.

Je mobiel is vergrendeld met een code. In zo'n cruciaal moment is de juiste informatie binnen handbereik van de hulpverleners.

Dit is waar het medische ID op je mobiel een levensreddende functie wordt, die je kunt instellen op een iPhone én een Android mobiel. Je kunt belangrijke medische informatie en noodcontacten opslaan, deze is dan toegankelijk zelfs als je niet bij bewustzijn bent.



Wat is het medische ID precies?

Het medische ID is een functie binnen de standaard 'Gezondheid' app op iPhones en onder 'Veiligheid en noodsituaties' op de meeste Android-toestellen. Hier kunnen gegevens worden opgeslagen die van belang zijn voor hulpverleners, zoals:

- Naam en leeftijd: De identificatie-informatie.
- Medische aandoeningen: Denk aan diabetes, epilepsie, astma of een hartziekte.
- Allergieën: Vermeld allergieën voor medicijnen, maar ook voor voedsel (bijvoorbeeld noten) of insectenbeten.
- Medicijngebruik: Een lijst van alle medicijnen die je dagelijks gebruikt, inclusief de dosering.
- Bloedgroep en orgaandonor status: Ziekenhuizen testen de bloedgroep altijd zelf, maar het kan alvast een aanwijzing geven. Je status als orgaandonor is zeer belangrijk om te vermelden.

Naast medische informatie kun je ook SOS-contactpersonen toevoegen. Dit zijn de mensen die door hulpdiensten direct gebeld kunnen worden om hen te informeren over de situatie en om hen gerust te stellen. Het medische ID is zo ontworpen dat de hulpverleners deze gegevens kunnen inzien zonder je telefoon te ontgrendelen. Je andere vertrouwelijke gegevens blijven veilig en afgeschermd.



WAAROM IS HET ZO BELANGRIJK?

De meeste mensen die zich gezond voelen denken dat een medisch ID niet nodig is. Dit is een misvatting. Een medisch ID is juist bedoeld voor iedereen. Een ongeluk gebeurt sneller dan je denkt en kan zelfs de fitste sporter overkomen. Een medisch ID kan dan het verschil maken. Door de juiste informatie te verstrekken, winnen hulpdiensten kostbare tijd. Ze kunnen meteen de juiste behandeling starten, rekening houdend met je allergieën en medicijngebruik. Die paar seconden of minuten tijdwinst kunnen het verschil maken tussen leven en dood.



Essentiële informatie om toe te voegen

Hieronder vind je een aantal tips om je medische ID zo zorgvuldig mogelijk in te vullen:

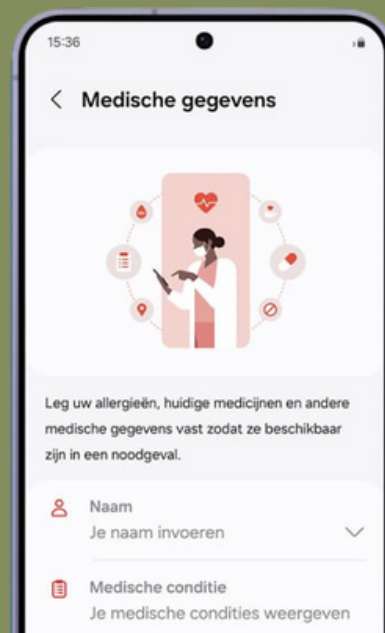
- Wees specifiek: In plaats van 'Medicijnallergie', schrijf je 'Penicilline-allergie'.
- Houd het actueel: Een medisch ID is geen eenmalige taak. Als je van medicatie verandert, een nieuwe diagnose krijgt of van noodcontacten wisselt, update je je gegevens direct.
- Kies de juiste noodcontacten: Kies mensen die altijd bereikbaar zijn. Denk aan een partner of een familielid. Je kunt meerdere contacten toevoegen.
- Gebruik duidelijke taal: Schrijf de informatie in een taal die iedereen begrijpt. Vermijd medische afkortingen.

SLIMME TIPS EN VEELGEMAAKTE FOUTEN

Om het medische ID zo effectief mogelijk te maken, zijn er een paar zaken waar je op moet letten. Vergeet niet om 'Toon bij vergrendeling' aan te zetten. Als je dit niet doet, is je medisch ID niet zichtbaar zonder de code van je telefoon. Voeg ook een recente foto toe. Een duidelijke foto helpt hulpverleners je sneller te identificeren. Vraag daarnaast een vriend of familielid om je medische ID te controleren om te kijken of alle informatie duidelijk is. Controleer de gegevens op je telefoon, zo weet je zeker dat je gegevens altijd kloppen.

IN NEDERLAND ZIJN HULPDIENTEN GETRAINDE OM TE ZOEKEN NAAR EEN MEDISCH ID

Ambulancepersoneel weet waar ze moeten kijken op zowel iPhones als Android-toestellen om de informatie te vinden. Je medisch ID vult je patiëntendossier in het ziekenhuis niet aan, maar het geeft wel direct bruikbare informatie in de eerste, meest kritieke fase van een noodsituatie. Het bespaart tijd en kan de eerste zorg ter plaatse aanzienlijk verbeteren.



Apple
Gezondheid



Google Fit

Hoe stel je het medische ID in? Doorloop de volgende stappen
Het instellen van je medische ID is een taak die je in minder dan vijf minuten kunt doen.

Voor iPhone-gebruikers:

1. Open de Gezondheid-app.
2. Tik rechtsonder in de app op 'Medische ID'.
3. Tik op 'Wijzig' om je gegevens in te voeren. Vul je informatie zo compleet mogelijk in.
4. Kies je SOS-contactpersonen door op 'Voeg SOS-contactpersoon toe' te tikken.
5. Scrol naar beneden en zorg dat de optie 'Toon bij vergrendeling' is ingeschakeld. Zonder deze instelling kunnen hulpverleners je medische ID niet zien.
6. Tik op 'Gereed' om de alles op te slaan.

Voor Android-gebruikers:

1. Open de Instellingen-app op je toestel.
2. Zoek en tik op 'Veiligheid en noodsituaties'. De naam van deze optie kan per merk telefoon verschillen.
3. Ga naar 'Medische gegevens'.
4. Vul al je gegevens in. Hier kun je ook je noodcontacten toevoegen.
5. Controleer of de functie actief is door te kijken of de optie 'Weergeven op vergrendelscherm' is ingeschakeld.

In ons **Digitaal Spreekuur** kunnen we je persoonlijk uitleg geven

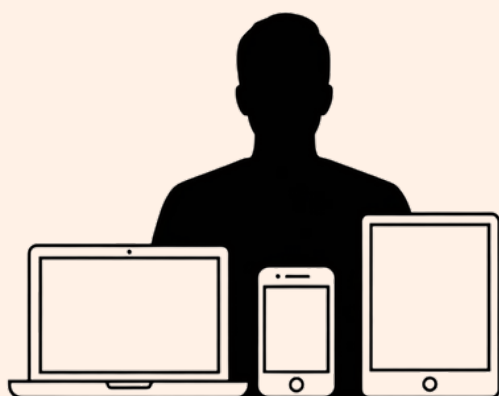
Op de dinsdag- en donderdagochtend van 11:00 - 12:00 uur in Verenigingsgebouw 'De Kooi'

Wil je na het lezen van deze wijzer
naar het digitaal spreekuur van DvD komen,
voor meer informatie of hulp?

Je bent welkom op ons digitaal spreekuur,
op dinsdag en donderdag van 10:00 – 12:00 uur



We bekijken samen welke hulp het beste past.
Zo helpen we om de digitale wereld toegankelijk
te maken. Dat is hulp op maat, voor jou.



Dubbeldammers voor Dubbeldammers

Verenigingsgebouw 'De Kooi'
Gravensingel 108 3319 ET Dordrecht

06 - 58 87 44 77 | NL 33 RABO 03 29 49 92 46
dubbeldammersvoordubbeldammers@gmail.com

 &  dubbeldammersvoordubbeldammers
www.dvdubbeldammers.nl



Stap-voor-stap digitaal wijzer

**Je digitale vangnet:
het medische ID
kan je leven redden**

www.dvdubbeldammers.nl | dvddigitaal@proton.me