

# So funktioniert TelePress

## 1. Aufklärungsgespräch in der Praxis

Ihr Arzt erklärt Ihnen das Programm und prüft, ob TelePress für Sie geeignet ist.

## 2. Sie erhalten Ihr Messgeräte-Set

- Moderne Blutdruckmanschette
- Tablet zur automatischen Datenübertragung
- Ausführliche Bedienungsanleitung

## 3. Persönliche Schulung

Ihr Arzt oder die Netzwerk-Nurse zeigt Ihnen, wie Sie die Geräte richtig bedienen – direkt in der Praxis oder per Videoanruf.

## 4. Tägliche Messung zu Hause (12 Wochen)

Sie messen einmal täglich Ihren Blutdruck. Die Werte werden automatisch an das Telemedizin-Zentrum übermittelt.

## 5. Professionelles Monitoring im Hintergrund

Das TMZ-Team überwacht Ihre Werte täglich. Bei Bedarf werden Medikationsanpassungen über die Netzwerk-Nurse mit Ihnen besprochen.

## 6. Abschlussgespräch nach 12 Wochen

Ihr Arzt führt eine Video-Visite mit Ihnen durch und bespricht die Ergebnisse.

### Wichtige Hinweise zur Messung

Für zuverlässige Messergebnisse bitte beachten:

- Ruhen Sie 3-5 Minuten vor jeder Messung
- Setzen Sie sich bequem hin, der Arm sollte auf Herzhöhe liegen
- Messen Sie möglichst zur gleichen Tageszeit
- Messen Sie mindestens 5x pro Woche

### Ihre Teilnahme ist freiwillig

Sie können jederzeit ohne Angabe von Gründen und ohne Nachteile für Ihre medizinische Behandlung aus dem Programm aussteigen. Die Qualität Ihrer ärztlichen Versorgung bleibt in jedem Fall gewährleistet.

### Interesse geweckt?

#### Sprechen Sie Ihren Hausarzt oder Kardiologen an!

Gemeinsam prüfen wir, ob TelePress für Sie die richtige Lösung ist. Wir beantworten gerne alle Ihre Fragen und begleiten Sie auf dem Weg zu besseren Blutdruckwerten.

### Ihre Partner für digitale Gesundheit



Gefördert durch die Kassenärztliche Vereinigung Bayerns (KVB)

[www.muenchner-aerzte.com](http://www.muenchner-aerzte.com)



Herausgeber: Münchner Ärzte Praxisnetz West und Umgebung e.V., August-Exter-Straße 4, 81245 München | Foto: actimi GmbH, stockadobe.com



# TelePress

## Ihre Blutdruck-einstellung bequem von zu Hause

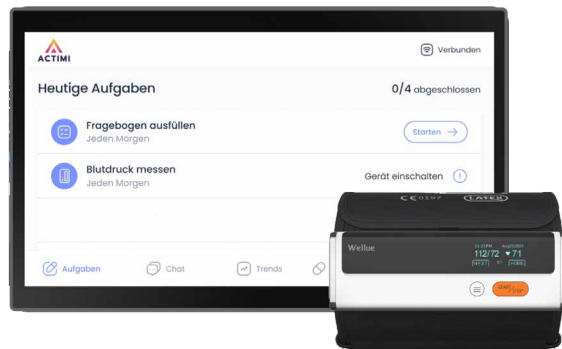
Eine innovative Kooperation des Praxisnetzes Münchner Ärzte mit dem TUM Klinikum Rechts der Isar

*Gemeinsam für Ihre Gesundheit –  
Modern. Persönlich. Professionell.*

## Was ist TelePress?

Bluthochdruck ist eine der häufigsten chronischen Erkrankungen und einer der wichtigsten Risikofaktoren für Schlaganfall und Herzinfarkt. Mit TelePress wollen wir Ihren Blutdruck frühzeitig und stabil in den Zielbereich bringen – mit moderner Telemedizin.

TelePress ist ein innovatives Programm zur vollständig digitalen Blutdruckeinstellung über 12 Wochen, das Ihnen ermöglicht, Ihren Blutdruck professionell einstellen zu lassen – bequem von zu Hause aus, aber mit enger fachärztlicher Überwachung.



### Sie werden von einem erfahrenen Team betreut:

- **Ihre Hausärzte und Kardiologen im Praxisnetz Münchner Ärzte** – Ihre persönlichen Ansprechpartner, die jederzeit die Gesamtverantwortung tragen
- **Das Telemedizin-Zentrum (TMZ) am TUM Klinikum Rechts der Isar** – überwacht Ihre Werte täglich und stimmt sich mit Ihrer Hausärztin oder Hausarzt ab
- **Eine speziell geschulte Netzwerk-Nurse** – koordiniert die Kommunikation und begleitet Sie aktiv



## Ihre Vorteile auf einen Blick



### Mehr Zeit für Sie

Weniger ungeplante Praxisbesuche – mehr Zeit für Sie und andere wichtige Termine



### Bessere Ergebnisse

70% der Teilnehmer erreichen eine signifikante Blutdrucksenkung (mind. 10 mmHg)



### Einfache Handhabung

Sie messen bequem zu Hause, Ihre Werte werden täglich geprüft



### Professionelle Betreuung

Das TMZ überwacht Ihre Werte täglich und reagiert bei Auffälligkeiten frühzeitig



### Ihre Eigenverantwortung

Digitales Vorgehen stärkt Ihre Therapietreue und Ihr Gesundheitsbewusstsein



### Sicher & datenschutzkonform

100% verschlüsselte Datenübertragung nach DSGVO

## Ihre Betreuung – Sicher und kompetent

Die Betreuung erfolgt gemeinsam durch Ihre Hausarztpraxis im Praxisnetz Münchner Ärzte, das Telemedizinzentrum des TUM Klinikums Rechts der Isar und die Netzwerk-Nurse.

Ihr Hausarzt oder Kardiologe bleibt Ihr zentraler Ansprechpartner bei allen medizinischen Fragen und behält jederzeit die medizinische Gesamtverantwortung.

Das TMZ-Team überwacht Ihre Daten täglich (Montag bis Sonntag), wertet sie fachärztlich aus und reagiert bei Auffälligkeiten – in enger Abstimmung mit Ihrem Hausarzt.

Die Netzwerk-Nurse koordiniert die Kommunikation, begleitet Sie aktiv und sendet Ihnen wöchentlich einen Symptom- und Medikationsplan.

Der Zugriff auf Ihre Daten erfolgt ausschließlich durch autorisiertes medizinisches Personal. Selbstverständlich können Sie Ihre Einwilligung jederzeit widerrufen.

**Wichtig: TelePress ist kein Notfallsystem. Bei akuten gesundheitlichen Beschwerden kontaktieren Sie bitte sofort Ihren Arzt oder den Rettungsdienst (112).**