



Zorg op maat voor COPD & Astma

Waarom ontvangt u deze folder?

Bij u is de chronische ziekte COPD of Astma vastgesteld. Om zo goed mogelijk met uw ziekte om te gaan, bent u onder behandeling van uw huisarts en praktijkondersteuner. Samen met u bekijken zij hoe uw ziekte het beste behandeld kan worden en wat er gedaan kan worden om eventuele klachten te verminderen en erger te voorkomen. Uw huisarts is aangesloten bij HONK Ketenzorg. In deze folder leest u wat HONK Ketenzorg precies is, welke zorg u kunt krijgen en wat u zelf kunt doen.

COPD en Astma

COPD en Astma zijn luchtwegaandoeningen. Bij COPD zijn uw longen beschadigd. De afkorting COPD staat voor chronische obstructieve longziekte en is een verzamelnaam voor:

- ◆ Chronische bronchitis waarbij de vertakkingen (bronchiën) van uw luchtpijp naar uw longen steeds ontstoken zijn, waardoor uw lichaam meer slijm aanmaakt en ademen lastiger is.
- ◆ Longemfyseem waarbij er langzaam longblaasjes verloren gaan waardoor u het benauwd kunt krijgen.

Astma is een chronische ontsteking van de longen. Uw longen kunnen geprikkeld worden door stoffen waar u gevoelig voor bent, zoals bijvoorbeeld rook, uitlaatgassen, huisstofmijt of huisdieren. Hierdoor kunt u benauwd worden of gaan hoesten.

*** Voor meer informatie over COPD en Astma verwijzen wij u naar de patiëntvereniging: www.longfonds.nl ***

HONK Ketenzorg

Uw huisartsenpraktijk is aangesloten bij "HONK Ketenzorg". HONK Ketenzorg faciliteert huisartsenpraktijken en werkt samen met andere zorgverleners in de keten om ervoor te zorgen dat patiënten met een chronische ziekte de meest optimale zorg ontvangen. Zo hebben wij gespecialiseerde kennis en ondersteunen uw huisartsenpraktijk in de dagelijkse organisatie en uitvoering van de zorg die u nodig heeft. De zorg die u ontvangt is gebaseerd op landelijke behandelrichtlijnen. In deze richtlijnen wordt de best mogelijke zorg beschreven die huisartsen kunnen geven aan mensen met een chronische ziekte zoals u. Dat doen zij samen met de praktijkondersteuner en de praktijkassistente.



Ons doel: risicofactoren verlagen

De begeleiding die u krijgt is gericht op het verminderen van uw klachten en het voorkomen dat uw ziekte verergert.

Wat doet HONK Ketenzorg?

Wij zetten ons op de volgende manieren in om die kwaliteit van zorg voor mensen met een chronische ziekte te realiseren én continu te verbeteren:

- ◆ We sluiten samenwerkingsovereenkomsten af met zorgverleners en zorgverzekeraars over de uitvoering van zorg en verzorgen de financiële afwikkeling en administratie.
- ◆ We ondersteunen zorgverleners inhoudelijk met scholing, informeren over de nieuwste medische inzichten en behandelmethodes en stellen behandelrichtlijnen beschikbaar.
- ◆ We maken regionale afspraken met betrokken zorgverleners over te leveren zorg en ondersteuning. Denk bijvoorbeeld aan duidelijke verwijz- en terugverwijsafspraken naar paramedici of specialisten uit het ziekenhuis.

Verschillende zorgverleners

Bij HONK Ketenzorg draait alles om een optimale samenwerking tussen zorgverleners om u de totale zorg te bieden die u nodig heeft. Want dit gaat verder dan de zorg van uw huisarts alleen:

- ◆ Binnen de huisartsenpraktijk is uw huisarts verantwoordelijk voor uw behandeling. In de uitvoering van uw behandeling zult u voornamelijk contact hebben met de praktijkondersteuner (POH). De POH is ook uw eerste aanspreekpunt voor vragen. Daarnaast kan de praktijkassistente in een deel van uw behandeling assisteren.
- ◆ Wanneer de huisarts of praktijkondersteuner daar aanleiding toe ziet kunnen zij andere zorgverleners die zijn aangesloten bij HONK Ketenzorg inschakelen bij uw behandeling. Denk daarbij aan specialisten uit het ziekenhuis, apothekers, diagnostische centra, diëtisten, fysiotherapeuten en stoppen-met-rokeninstanties. De praktijkondersteuner stemt de zorg die u nodig heeft met hen af en zorgt er zo voor dat u op de meest optimale manier ondersteund wordt.

Wat mag u verwachten: persoonsgerichte zorg op maat

Periodiek overleg

U ontvangt minimaal 1 keer per jaar een oproep van uw huisartsenpraktijk. Tijdens dit periodiek overleg checkt uw huisarts of praktijkondersteuner uw gezondheid en bespreekt deze uitkomsten (en mogelijk die van aanvullend onderzoek) met u. Daarnaast bespreekt u hoe het met u gaat, uw medicatie, en uw begeleiding door de andere zorgverleners. Op basis hiervan stelt de huisarts of praktijkondersteuner samen met u doelen en acties op in een persoonlijk behandelplan. De doelen en acties zijn daarbij gebaseerd op landelijk gestelde richtlijnen en streefwaarden, en afgestemd op uw persoonlijke wensen en verwachtingen. U als patiënt staat hierbij centraal. Wilt u uw favoriete sport bijvoorbeeld weer kunnen beoefenen? Of wilt u graag weer activiteiten ondernemen met uw (klein)kinderen? Wellicht heeft u (andere) medicatie nodig, aanvullende specialistische zorg of is een verandering in uw leefstijl noodzakelijk. In uw behandeling staat centraal dat u zo goed mogelijk leert omgaan met uw ziekte, wat u zelf kunt doen en hoe uw huisarts of praktijkondersteuner u daarbij kan ondersteunen.



Longfunctieonderzoek

Uw huisarts of praktijkondersteuner kan een longfunctieonderzoek (spirometrie) uitvoeren wanneer dit nodig is. De resultaten van dit onderzoek en de door u ingevulde vragenlijst laten zien hoe uw chronische aandoening zich ontwikkelt. Dit vormt mede de basis voor uw verdere behandeling.

Aanvullend onderzoek

Naast het periodiek overleg en het longfunctieonderzoek kan uw huisarts of praktijkondersteuner u bij specifieke klachten doorverwijzen voor aanvullend onderzoek. Denk bijvoorbeeld aan het maken van een thoraxfoto (longfoto) of het doen van bloedonderzoek.



5

Medicatie

Bij de behandeling van uw klachten kunnen inhalatiemiddelen worden voorgeschreven. Er zijn 2 soorten inhalatiemiddelen:

- ◆ luchtwegverwijders welke zorgen voor het verminderen van benauwdheid, en
- ◆ inhalatiesteroïden (ICS) welke de ontsteking in de luchtwegen verminderen en deze beschermen tegen prikkels.

Uw huisarts of praktijkondersteuner bepaalt samen met u of en welke medicatie u in uw geval het beste kunt gebruiken.

Wat kunt u zelf doen: werken aan uw eigen gezondheid

6 In overleg met uw huisarts of praktijkondersteuner kunt u ook zelf een bijdrage leveren aan uw gezondheid. Misschien moet u daarvoor een aantal gewoontes laten vallen en deze vervangen door andere (gezondere) gewoontes. Stoppen met roken is daar een voorbeeld van. Mocht u nog roken, dan is stoppen een belangrijke risicoverlagende factor. Daarnaast is het belangrijk om voldoende te bewegen en gezond te eten. Uw huisarts of praktijkondersteuner kan u helpen om uw leefstijl aan te passen. Samen met u kijkt hij of zij wat uw behoeftes en wensen zijn en adviseert u over hoe u uw gewenste doelen kunt bereiken, welke begeleiding (van andere zorgverleners) u eventueel kunt gebruiken en maakt hierover afspraken met u.

*** Op onze website vindt u handige tips wat u zelf kunt doen om uw gezondheid te verbeteren ***

Let op: Wilt u aan uw eigen gezondheid werken door uw leefstijl aan te passen? Doe dit dan altijd in overleg met uw huisarts of praktijkondersteuner, zodat het verantwoord gebeurt.



Zorgvuldig omgaan met uw medicijnen

Voor een optimale werking is het belangrijk dat u uw medicijnen op de juiste manier inneemt, zoals afgesproken met uw huisarts of praktijkondersteuner. Lees daarom goed de bijsluiter en neem bij vragen of bijwerkingen altijd contact op met uw huisarts of apotheek. Zij kunnen u adviseren en een inhalatie-instructie geven. Tot slot is het belangrijk om uw medicijnen niet te veranderen of te stoppen zonder eerst uw huisarts of praktijkondersteuner te raadplegen.

7

Het gesprek met uw huisarts of praktijkondersteuner goed voorbereiden

Het is belangrijk om uw bezoek aan de huisarts of praktijkondersteuner voor te bereiden. Wat wilt u weten en waar heeft u hulp bij nodig? Als u daar zelf voorafgaand aan het gesprek een goed beeld van heeft, kunt u ervoor zorgen dat u antwoord krijgt op uw vragen en het duidelijk is welke ondersteuning en begeleiding u wilt. U kunt hiervoor gebruik maken van de aangehechte gesprekskaart.



Ga bijvoorbeeld bij uzelf na:

- ◆ Wat zijn mijn vragen? Wat wil ik weten, zeggen of doen voordat het overleg is afgelopen?
- ◆ Wat vind ik belangrijk in het leven en wat zijn mijn gezondheidsdoelen?
- ◆ Welke medicijnen gebruik ik en wat zijn mijn vragen daarover?
- ◆ Welke invloed heeft mijn huidige manier van leven op mijn ziekte? En kan ik wellicht begeleiding gebruiken om dit te verbeteren?

Vergoedingen

De verschillende medisch noodzakelijke behandelingen die u ontvangt vanuit HONK Ketenzorg worden in principe vergoed door uw verzekering. Zo worden voor COPD patiënten de huisartsgeneeskundige zorg (inclusief longfunctie onderzoek) en eventuele verwijzingen naar een diëtist of fysiotherapeut voor beweegadvies volledig vergoed vanuit uw basisverzekering. Deze komen niet ten laste van uw eigen risico. Voor astma patiënten wordt alleen de huisartsgeneeskundige zorg (inclusief longfunctieonderzoek) volledig vergoed.

Eventueel aanvullend onderzoek (zoals een thoraxfoto of bloedonderzoek) valt niet standaard binnen de zorg van HONK Ketenzorg. De vergoeding hiervan voor zowel COPD als astma patiënten is afhankelijk van uw verzekering. Raadpleeg hiervoor uw zorgverzekeraar.

Huisartsen Organisatie Noord-Kennemerland (HONK)

De huisartsen in de regio Noord-Kennemerland hebben zich verenigd in een coöperatie: HONK (Huisartsen Organisatie Noord-Kennemerland). HONK faciliteert de huisartsenpost en ondersteunt huisartsenpraktijken bij het leveren van geestelijke gezondheidszorg, ouderenzorg en zorg aan patiënten met een chronische ziekte. HONK Ketenzorg is een onderdeel van HONK.

Kwaliteitsverantwoording

We werken continu aan een betere zorgkwaliteit. Ons kwaliteitsverantwoordingsysteem is gecertificeerd door een onafhankelijke instantie en voldoet daarmee aan de eisen van de geldende standaard voor Zorg en Welzijn. Daarnaast leggen wij verantwoording af aan zorgverzekeraars en rapporteren we op landelijk verplichte indicatoren over de kwaliteit van de geleverde zorg. Deze kwaliteitsrapportages zijn anoniem en op geaggregeerd niveau (uw zorgverzekeraar krijgt geen inzicht in uw persoonlijke gegevens).

Privacy

Wij gaan vertrouwelijk om met uw gegevens, in overeenstemming met de wetten en regels rondom de privacy van patiënt gegevens. Meer informatie hierover vindt u in onze folder over privacy- en persoonsgegevens. Mocht u bezwaar hebben tegen het delen van uw gegevens dan kunt u dat aangeven bij uw huisarts en via het formulier in deze folder.

Contact HONK Ketenzorg

Hertog Aalbrechtweg 5a
1823 DL, Alkmaar

Telefoon: 072 527 27 00

Email: info@honk.nu

Website: www.honk.nu

GESPREKSKAART

◆ Datum volgende afspraak:

◆ De volgende onderwerpen bespreekt mijn zorgverlener graag met mij tijdens de volgende afspraak:

◆ De volgende onderwerpen bespreek ik graag met mijn zorgverlener tijdens de volgende afspraak:

◆ Wat wil ik de komende periode bereiken:

◆ Dit doe ik door middel van:

◆ De doelen en acties evalueren mijn zorgverlener en ik op de volgende datum:

WERKEN AAN EIGEN GEZONDHEID

Welke onderwerpen wilt u graag bespreken met uw zorgverlener?

MELD U AAN VOOR HET
STOPPEN MET ROKEN
PROGRAMMA VAN HONK

BLU
ROOKVRUJ!



SLAPEN/RUST



SOCIALE CONTACTEN



VOEDING



BEWEGEN



ROKEN



ALCOHOL



STRESS



MEDICATIE



GEWICHT



ONTSPANNING/HOBBY'S



ZIEKTEBEELD



INTIMITIEF/SEKSUALITEIT