

## Controle en behandeling van COPD in de huisartsenpraktijk

Om u beter te kunnen ondersteunen bij uw chronische ziekte zoals, diabetes mellitus type 2, Astma, COPD of hart- en vaatziekten, werken uw hulpverleners samen. Zij maken goede afspraken met u en met elkaar. Die afspraken worden zorgprogramma's of ketenzorg genoemd. De groep hulpverleners wordt een zorggroep genoemd. De zorggroep waarbij uw hulpverleners werken, heet KIEK (kwaliteit in de eerstelijns keten). Zorggroep KIEK heeft een aantal huisartsen en zorgverleners gecontracteerd. Deze kunt u vinden op de website [www.gcdeakkers.nl](http://www.gcdeakkers.nl)

### Wat is COPD?

COPD is een chronische longaandoening die beschadiging en vernauwing van de luchtwegen geeft waardoor iemand regelmatig klachten kan hebben van hoesten en/of kortademigheid. Iemand kan COPD hebben in een lichte mate waarbij weinig of geen hinder wordt ondervonden tot een zeer ernstige mate waarbij iemand zo kortademig is dat zelfs binnenshuis bewegen als zwaar wordt ervaren.

Roken is de belangrijkste oorzaak voor COPD. Niet roken kan klachten voorkomen. Stoppen met roken kan helpen de afname van de longfunctie te vertragen.

Luchtwegverwijdende medicijnen kunnen de klachten van COPD verminderen.

De ziekte COPD verandert uw leven. U wordt dagelijks aan uw ziekte herinnerd, door de klachten, doordat u medicijnen moet gebruiken of omdat het moeilijk is om uw leefstijl aan te passen. Het kan moeilijk zijn omdat u hieraan moet wennen. Vaak lukt dit beter als u weet wat u hier zelf aan kunt doen.

### Wat kunt u zelf doen?

**Zelfmanagement** is uw persoonlijke vermogen om de kwaliteit van uw leven te verhogen door bewust keuzes te maken die kunnen leiden tot vermindering van de

ziektelast. Zelfmanagement wil zeggen dat u uw eigen signalen leert kennen, uw eigen grenzen stelt en zelf oplossingen leert vinden die uw gezondheid ondersteunen. U bent dus zelf de spil van het behandelteam.

Het veranderen van leefgewoonten vraagt veel van u. Een aantal dingen die u al jaren gewend bent om op een bepaalde manier te doen, kunt u veranderen. Denk hierbij aan anders omgaan met voedingsgewoonten en zorgen voor meer lichaamsbeweging.

Het zelf aanpakken van deze leefgewoonten houdt in dat u:

- Zelf uw doelen kiest om uw leefstijl te verbeteren;
- Samen met de praktijkondersteuner een individueel zorgplan bespreken;
- Zelf in regie bent voor het uitvoeren van uw doelen;
- Zelf beslissingen neemt, in overleg met uw hulpverlener, over uw behandeling.

Uw inzet is dus essentieel voor het bereiken van een goed resultaat. De tijd tussen de consulten in is daarom belangrijker dan de consulten zelf. Alles is erop gericht om u zo goed mogelijk te ondersteunen bij het zelf werken aan uw doelen voor een gezonde leefstijl.

### De betrokkenen zorgverleners: Huisarts

De huisarts stelt de diagnose en bespreekt met u welke mogelijkheden er zijn voor begeleiding, bijvoorbeeld door de praktijkondersteuner. De huisarts verwijst u op indicatie naar bijvoorbeeld een diëtist, fysiotherapeut of longarts.

### Praktijkondersteuner (POH)

De POH neemt longfunctietesten af en bespreekt deze met u en met de huisarts. De praktijkondersteuner begeleidt u bij het omgaan met de dagelijkse last van COPD. Zij is hierbij uw adviseur en coach. Zij

geeft zo nodig adviezen met betrekking tot het therapietrouw kunnen zijn, het gebruik van uw inhalators en prikkels die de COPD kunnen verergeren. Verder biedt zij begeleiding bij het stoppen met roken en kan zij hulp vragen bij de verwerking van het hebben van een chronische aandoening.

De gemaakte afspraken worden vastgelegd in een individueel zorgplan. Hierin wordt beschreven welke doelen u wil bereiken, welke beslissingen zijn genomen en waaruit de begeleiding bestaat.

### **Dietist**

Bij ernstige COPD ontstaat gewichtsverlies door de grote inspanning die de hele dag geleverd wordt. Met gewichtsverlies verzwakken ook de ademhalingspijpen. Bij sterke benauwdheid kan eten een te grote inspanning voor u zijn. Hierdoor kunt u afvallen. Ook overgewicht kan COPD ongunstig beïnvloeden. De diëtist kan u adviseren over aangepaste voeding om uw gewicht op peil te houden.

### **Fysiotherapeut**

In beweging blijven is belangrijk. Door meer te bewegen kan de COPD niet verbeterd worden maar de kortademigheid bij inspanning kan wel afnemen. U kunt u weer actiever voelen. Bij ernstige COPD heeft de fysiotherapeut een aangepast beweegprogramma. Het beweegprogramma wordt (meestal) vergoed via de aanvullende zorgverzekering. De vergoeding valt niet onder de zorg van zorggroep KIEK.

### **Apotheek**

De medewerkers van de apotheek spelen een grote rol in de verstrekking, voorlichting en inname van de luchtwegmedicatie.

### **Longarts**

Wanneer de diagnose COPD niet zeker is, de COPD plots is verergerd of wanneer u onvoldoende reageert op behandeling, verwijst de huisarts naar de longarts. De longarts kan de behandeling (tijdelijk) overnemen. Bij een verwijzing vanuit de huisartsenpraktijk naar de specialist voor

een (tijdelijke) overname van uw behandeling, wordt de hoofdbehandelaar de specialist. De specialist valt niet onder de zorg van zorggroep KIEK.

### **Welke afspraken heeft zorggroep KIEK gemaakt met de zorgverzekeraar?**

De zorggroep en de betrokken hulpverleners hebben afspraken gemaakt met de zorgverzekeraar over de betaling van uw zorgprogramma vanuit de basisverzekering.

Hieronder volgt een overzicht van de vergoeding van onderzoeken en behandelingen:

- Bloedonderzoek bij het laboratorium valt onder het eigen risico;
- Beweegprogramma's via de fysiotherapeut worden alleen vergoed vanuit de aanvullende verzekering;
- Gesprekken met de huisarts en/of praktijkondersteuner en longfunctieonderzoek worden volledig vergoed en vallen niet onder het eigen risico;
- Dietist wordt volledig vergoed mits er een verwijzing is vanuit zorggroep KIEK. De kosten vallen niet onder het eigen risico;
- Medicatie valt onder het eigen risico.

### **Wat zijn de voordelen van deze aanpak?**

Deelname aan een ketenzorg verhoogt de kwaliteit van de zorg. De zorg en behandelafspraken zijn zoveel mogelijk afgestemd op uw specifieke situatie. U heeft één persoon als aanspreekpunt voor het gehele zorgprogramma: de praktijkondersteuner.

### **Wat doet u als u ontevreden bent over uw behandeling?**

De hulpverleners van de zorggroep doen natuurlijk hun uiterste best om u zo goed mogelijk te begeleiden. Mocht u toch niet tevreden zijn, horen wij dit graag. Meld het zo snel mogelijk aan de betreffende hulpverlener. Als u toch een klacht blijft houden over een onderdeel van het zorgprogramma, kunt u uiteraard de

klachtenprocedure opvragen bij de  
betreffende hulpverlener of de manager  
van het gezondheidscentrum. Zie  
[www.gcdeakkers.nl](http://www.gcdeakkers.nl)

Voor meer informatie over de  
huisartsenpraktijk: [www.gcdeakkers.nl](http://www.gcdeakkers.nl) en  
[www.huisartsenpraktijkvogelenzang.nl](http://www.huisartsenpraktijkvogelenzang.nl)

Voor meer informatie rondom COPD kunt  
u de volgende websites raadplegen:

[www.longfonds.nl](http://www.longfonds.nl)

[www.luchtpunt.nl](http://www.luchtpunt.nl)

[www.stivoro.nl](http://www.stivoro.nl)

[www.thuisarts.nl](http://www.thuisarts.nl)

[www.inhalatorgebruik.nl](http://www.inhalatorgebruik.nl)

[www.nhg.nl](http://www.nhg.nl)