

Controle en behandeling van Astma 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

Wat is Astma?

Astma is een chronische ontsteking van de luchtwegen, wat leidt tot een hyperreactiviteit of overdreven prikkelbaarheid van de luchtwegen. Het gevolg is dat de luchtwegen samentrekken en vernauwen bij prikkels die bij andere mensen geen reactie veroorzaken. Astma is genetisch overdraagbaar door ouders en kan op elke leeftijd ontstaan.

Er zijn diverse vormen van Astma zoals allergisch Astma, niet allergisch Astma en inspanningsastma. Met een RAST test (bloedonderzoek) kan een allergie op honden, katten, boom- en graspollen, huisstofmijt en schimmels opgespoord worden.

Stoppen met roken kan helpen de afname van prikkels te verminderen.

Luchtwegverwijdende en luchtweg beschermende medicijnen kunnen de klachten van Astma verminderen.

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 opstelt;
- 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 fysiotherapeut of longarts.

Praktijkondersteuner (POH)

De POH neemt longfunctietesten af en bespreekt deze met u en met de huisarts. De POH begeleidt u bij het omgaan met de dagelijkse last van Astma. 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 Astma 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. Indien nodig kan een gespecialiseerde longverpleegkundige betrokken worden bij de behandeling.

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.

Fysiotherapeut

In beweging blijven is belangrijk. Door meer te bewegen kan de longinhoud verbeterd worden en de kortademigheid bij inspanning afnemen. U kunt u weer actiever voelen. Bij ernstige Astma 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 Astma niet zeker is, de Astma 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;
- 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.qcdeakkers.nl Voor meer informatie over de huisartsenpraktijk: www.qcdeakkers.nl en www.huisartsenpraktijkvogelenzang.nl

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

- www.longfonds.nl
- www.luchtpunt.nl
- www.stivoro.nl
- www.thuisarts.nl
- www.inhalatorgebruik.nl
- www.nhg.nl

