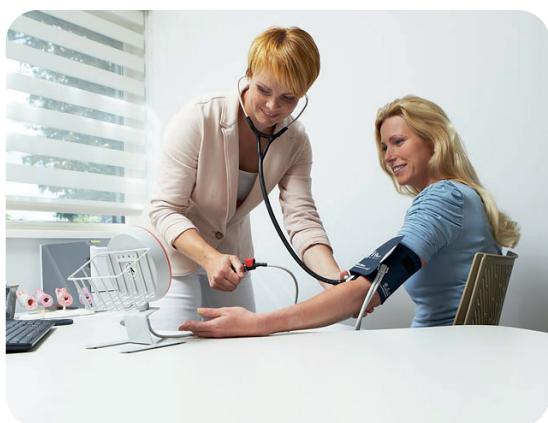




PATIËNTENFOLDER

Zorgprogramma CVRM (CardioVasculair RisicoManagement)



Uw huisarts heeft u verteld dat u in aanmerking komt voor het zorgprogramma CVRM omdat u een verhoogd risico heeft op het ontwikkelen van een hart- en vaatziekte of omdat bij u een hart- en vaatziekte is geconstateerd. In deze folder kunt u lezen wat het zorgprogramma CVRM inhoudt en wat u kunt verwachten. Het zorgprogramma CVRM betreft u actief bij uw behandeling en u leert beter om te gaan met (het risico op) aandoeningen. Zo krijgt u meer controle over uw lichaam en over uw leven.

Voor wie is het zorgprogramma bedoeld?

Het zorgprogramma CVRM is speciaal ontwikkeld voor mensen vanaf 18 jaar met (een verhoogd risico op het ontwikkelen van) een hart- en vaatziekte. Het zorgprogramma richt zich voornamelijk op (het voorkomen van) hart- en vaatziekten die worden veroorzaakt door slagaderverkalking, zoals een beroerte (herseninfarct), een hartinfarct of zogenaamde etalagebenen. Uw huisarts en praktijkondersteuner hebben met u besproken om aan dit zorgprogramma mee te doen. Deelname is vrijwillig. U bepaalt samen of uw deelname wel of niet gewenst is.

Wat houdt het zorgprogramma in?

Doet u mee aan het zorgprogramma? Dan stelt u samen met uw huisarts of praktijkondersteuner een gezondheidsplan op. Dit plan beschrijft uw behoefte aan zorg, gericht op uw wensen en persoonlijke doelen. Hierbij kunt u denken aan verandering van leefstijl, controles, bloedonderzoek, bloeddrukmetingen of stoppen-met-rokenbegeleiding. De behandelingen zijn onderling zorgvuldig op elkaar afgestemd. Zo ontvangt u de allerbeste zorg.

Welke zorgverleners kunnen bij uw zorg betrokken zijn?

Binnen het zorgprogramma is de praktijkondersteuner uw belangrijkste aanspreekpunt. Hij of zij is de coördinator van uw zorg. Afhankelijk van wat u nodig heeft komt u in contact met andere zorgverleners. Dit is in ieder geval de huisarts en indien nodig gewenst ook een cardioloog, vasculair internist, diëtist, fysiotherapeut of leefstijlcoach.

De zorgverleners kennen uw medische situatie en gezondheidsplan. Ze zijn op de hoogte van de nieuwste medicijnen en behandelmethodes. Samen met u werken deze betrokken zorgverleners als één team samen aan het verbeteren van uw gezondheid en levenskwaliteit.

Welke zorg biedt het zorgprogramma u?

Minimaal eenmaal per jaar heeft u contact met de praktijkondersteuner. Daarnaast kunnen er, afhankelijk van uw individuele situatie, extra controles ingepland worden met de praktijkondersteuner, huisarts of praktijkassistente. Tijdens het contactmoment (op de praktijk, telefonisch of via e-mail) bespreekt u o.a. uw wensen en persoonlijke doelen, algemene gezondheid, medicijngebruik, klachten, leefstijl, risicofactoren, bloeddruk en gewicht. Dit alles vindt u terug in uw gezondheidsplan. In het

zorgprogramma wordt u tevens geholpen om eigen regie te nemen over uw eigen gezondheid. Zo biedt het programma de mogelijkheid om zelf uw bloeddruk, pols en gewicht te meten en te interpreteren.

Leefstijlprogramma Gezond voor hart en vaten

Wanneer u een verhoogd risico hebt op het ontwikkelen van een hart- en vaatziekte krijgt u het advies om deel te nemen aan het leefstijlprogramma Gezond voor hart en vaten. Gezond voor hart en vaten bestaat uit 4 groepsbijeenkomsten verdeeld over 3-4 maanden en wordt verzorgd door een leefstijlcoach. In deze bijeenkomsten wordt aandacht besteed aan: gezonde voeding, meer bewegen, slapen en stress en er is een terugkombijeenkomst. U krijgt inspiratie voor aanpassingen in uw leefstijl en met kleine stapjes werkt u naar uw doelen. Tijdens de bijeenkomsten wordt ook veel aandacht besteed aan het zelf meten van de bloeddruk, pols en het gewicht.

Gecombineerde leefstijlinterventie Cool

De gecombineerde leefstijlinterventie Cool (Coaching op Leefstijl) is een intensief leefstijlprogramma dat gericht is op duurzame gedragsverandering. Als u gemotiveerd bent om aan de slag te gaan met het verbeteren van uw leefstijl, kan u met de praktijkondersteuner of huisarts bespreken of u in aanmerking komt voor Cool. Het leefstijlprogramma Cool duurt 2 jaar en wordt verzorgd door een leefstijlcoach. U kijkt samen met de leefstijlcoach welke veranderingen in uw leefstijl een groot effect kunnen hebben. U bespreekt met de leefstijlcoach wat u wil en kan. Door samen te kijken naar wat haalbaar is en in kleine stapjes te denken is de kans op succes het grootst.

Medicatiecontrole

Uw huisarts stelt uw medicatie vast. Dit gebeurt soms in overleg met de cardioloog of vasculair internist. Uw huisarts of apotheker bewaakt de

medicatie-instellingen en licht het gebruik van medicijnen toe. De frequentie van de controle hangt o.a. af van uw gezondheid en medicijngebruik.

Bloedonderzoek en bloeddrukmetingen

Het eerstelijns diagnostisch centrum of de huisartsenpraktijk voert minimaal 1x per jaar een bloedonderzoek uit. Daar ontvangt u jaarlijks automatisch 1 of meerdere oproepbrieven van. De resultaten van uw bloedonderzoek bespreekt u met de praktijkondersteuner tijdens het contactmoment. De praktijkondersteuner zal u ook vragen welke waarden de bloeddruk thuis heeft of zal op de praktijk uw bloeddruk meten. Incidenteel kan het voorkomen dat er een 24 uren bloeddrukmeting of een 30 minuten bloeddrukmeting wordt afgesproken.

Hartfilmpje

Als uw klachten daar aanleiding toe geven kan de huisarts besluiten om een hartfilmpje te laten maken. Dit kan de huisarts helpen in het duiden van uw klachten.

Diëtetiek, stoppen-met-rokenbegeleiding, fysiotherapie en leefstijlcoach.

Een gezonde leefstijl heeft een positief effect op het voorkomen of stabiliseren van hart- en vaatziekten. Bij een gezonde leefstijl kunt u denken aan gezonde voeding, voldoende beweging, niet roken en een goede mentale gezondheid. Als u begeleiding nodig heeft bij het bereiken van een gezonde leefstijl kan uw praktijkondersteuner u in contact brengen met een leefstijlcoach, diëtist, stoppen met roken coach of fysiotherapeut. Zij kunnen u individueel of door middel van de groepscursus, Gezond voor hart en vaten of Cool verder helpen bij het bereiken van een gezonde leefstijl.

Wie heeft dit zorgprogramma ontwikkeld?

PoZoB ontwikkelde samen met aangesloten huisartsen en zorgverleners het zorgprogramma CVRM. PoZoB sluit de contracten met uw zorgverzekeraar en zorgt voor de betaling van de zorgverleners. Als u meer wilt weten over PoZoB, kijk dan op www.pozob.nl.

Hoe wordt deze zorg vergoed?

Bent u verzekerd? Dan heeft u recht op zorg. Uw basisverzekering vergoedt de meeste zorg binnen het zorgprogramma. Omdat PoZoB de zorg heeft gecontracteerd met uw zorgverzekeraar ziet u op de rekening van uw zorgverzekeraar 'PoZoB' staan. Als u hierover meer wilt weten, kijk dan op www.pozob.nl/patienten naar het filmpje over dit onderwerp.

Zorg die niet vergoed wordt binnen het zorgprogramma

Bloedonderzoek en fysiotherapie zijn geen vaste onderdelen van het zorgprogramma. Bloedonderzoek wordt door uw basisverzekering vergoed (de kosten worden eerst van uw eigen risico afgetrokken). Afhankelijk van uw aanvullende zorgverzekering kunt u in aanmerking komen voor vergoeding van fysiotherapie. Als u aan bepaalde voorwaarden voldoet, worden leefstijlprogramma's via een leefstijlcoach volledig vergoed vanuit de basisverzekering zonder dat uw eigen risico gebruikt wordt. De praktijkondersteuner kan u precies uitleggen hoe dit zit.

Uw privacy. Geeft u toestemming voor het delen van uw gegevens?

Alleen met uw toestemming kunt u deelnemen aan goed georganiseerde zorg in een zorgprogramma van PoZoB. Wilt u meer weten over privacy? Vraag de algemene zorgprogramma folder aan of kijk op: www.pozob.nl/patienten/privacy.

Niet tevreden?

Als u een klacht heeft over een van uw zorgverleners, dan kunt u dit het beste eerst bespreken met die persoon. Komt u er met hem of haar niet uit, mail dan naar klachtenpunt@pozob.nl of bel naar PoZoB: **040-2306920**.

Meld uw klacht bij SKGE

PoZoB is aangesloten bij de Stichting Klachten en Geschillen Eerstelijns zorg (SKGE). Heeft u vragen of wilt u een klacht indienen?

Mail: info@skge.nl of bel SKGE (088- 0229100 op ma t/m do van 09.00 tot 17.00 uur). Of kijk op <https://www.skge.nl>.