

## Samenwerkingsverband

De zorgverleners van ons samenwerkingsverband zijn gediplomeerd en geschoold in de preventie van hart- en vaatziekten. Wij bieden u begeleiding aan de hand van de nieuwste inzichten.

## Multidisciplinair overleg

Regelmatig overleggen de huisarts, praktijkondersteuner, apotheker, diëtist en fysiotherapeut over patiënten met een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. Als één van uw behandelaars daarbij uw situatie specifiek wil bespreken, dan kan hij/zij uw dossier inbrengen. Dat wordt vooraf met u besproken.

## Toestemming

Als u instemt met de gezamenlijke preventie van hart- en vaatziekten, dan geeft u de zorgverleners in dit samenwerkingsverband de toestemming om uw medische gegevens over de preventie in te zien.

Onze zorgverleners gebruiken die gegevens om de behandelingen goed op elkaar af te stemmen. Wij respecteren het medisch beroepsgeheim. Dat betekent dat we vertrouwelijk met uw gegevens omgaan en die niet zullen delen met derden. Uw huisarts legt uw beslissing over het wel of niet delen van uw gegevens over de preventie van hart- en vaatziekten vast in het behandelplan.



**Knooppunt  
Ketenzorg**

*De zorgverleners van ons samenwerkingsverband werken regionaal samen aan goede, betaalbare en voorspelbare zorg in Knooppunt Ketenzorg. We hebben hierover samenwerkingsafspraken gemaakt met de regionale ziekenhuizen.*

*Onze zorg bij*  
**Preventie hart-  
en vaatziekten**



# Preventie hart- en vaatziekten

**Preventie van hart- en vaatziekten richt zich voornamelijk op het voorkomen van een hartinfarct, een beroerte, een vernauwing van de kransslagaders, slagaders in de benen en van een verwijding van de buikslagader.**

**Bij deze aandoeningen of hoge bloeddruk of een hoog cholesterolgehalte is er sprake van een verhoogd risico op hart- en vaatziekten.**

## Vaststelling risico en behandeling

De huisarts of de praktijkondersteuner<sup>1</sup> stelt vast of u een verhoogd risico heeft op het (opnieuw) krijgen van hart- en vaatziekten. Dat gebeurt door het stellen van vragen, meten van de bloeddruk en bloedonderzoek.

Als u een verhoogd risico heeft, dan krijgt u leefstijladviezen zoals stoppen met roken, meer bewegen, voedingsadviezen en beter op gewicht komen. Eventueel krijgt u medicijnen om uw bloeddruk en/of uw cholesterol te verlagen.

## Huisarts

Nadat bij u een verhoogd risico op hart- en vaatziekten is vastgesteld, bespreekt u met uw huisarts de verdere gang van zaken. Uiteraard heeft u daarin een beslissende stem. Kiest u voor maatregelen om hart- en vaatziekten zo veel mogelijk te voorkomen, dan gaat u volgens afspraak naar de praktijkondersteuner.

## Praktijkondersteuner

<sup>1</sup> Waar praktijkondersteuner staat, kan ook praktijkverpleegkundige worden gelezen.

Uw centrale aanspreekpunt is de praktijkondersteuner. Deze is opgeleid om patiënten met een verhoogd risico op hart- en vaatziekten te begeleiden.

De praktijkondersteuner:

- geeft voorlichting over het voorkomen van hart- en vaatziekten;
- bespreekt het individuele behandelplan met betrekking tot leefstijladviezen en medicijngebruik en de controlefrequentie;
- voert minimaal eenmaal per jaar controle uit van uw bloeddruk en gewicht en regelt dat er eenmaal per jaar een bloedonderzoek plaatsvindt;
- verwijst zo nodig naar de diëtist, fysiotherapeut of apotheker;
- geeft informatie over medicijnen.

## Apotheker

De apotheker levert u de genees- en hulpmiddelen. Ook controleert de apotheker of u de voorgeschreven geneesmiddelen samen met andere geneesmiddelen mag gebruiken. De resultaten van die controle geeft de apotheker door aan u en uw huisartsenpraktijk. Als u in overleg met uw praktijkondersteuner uw bloeddruk zelf wilt meten, kan de apotheker u adviseren over betrouwbare bloeddrukmeters.

## Diëtist

Voeding is een belangrijk onderdeel van leefstijl. Nadat bij u van een verhoogd risico op hart- en vaatziekten vastgesteld werd, is het wenselijk dat u naar de diëtist gaat voor dieetadvies op maat. De diëtist begeleidt u bij het aanpassen van uw voedingsgewoonten, zodat die passen bij uw voorkeuren en activiteiten.

Gezonde, gevarieerde voeding helpt bij het verbeteren van onder andere het gewicht of het verlagen van het cholesterolgehalte.

## Fysiotherapeut

Elke dag bewegen is gunstig voor het cholesterolgehalte in uw bloed, uw bloeddruk en uw gewicht. Wanneer nodig of gewenst, kan de fysiotherapeut u helpen met het verbeteren van uw uithoudingsvermogen en het ontwikkelen van een actievere leefstijl.

## Uw inspanning

De eerste stap is het aanpassen van uw leefstijl door aanpassingen in uw voeding, streven naar gewichtsvermindering en, als dit mogelijk is, meer lichaamsbeweging.

Als het effect van het aanpassen van uw leefstijl niet voldoende is, kan uw huisarts geneesmiddelen voorschrijven, bijvoorbeeld bloeddrukverlagers of cholesterolverlagers.

## Kosten

De kosten van de huisarts, de praktijkondersteuner en de diëtist worden vergoed uit de basisverzekering en vallen niet onder het eigen risico. De overige kosten van behandelingen en medicijnen zijn terug te vinden via uw zorgverzekeraar.