

## Zorgteam

Binnen het zorgprogramma werken meerdere zorgverleners samen om u zorg op maat te bieden. De samenstelling van het zorgteam is afhankelijk van uw behandeling en uw situatie. Het zorgteam bestaat uit:

- **Huisarts**  
Stelt de diagnose en schrijft medicatie voor.
- **Praktijkondersteuner**  
Uw eerste aanspreekpunt. Coördineert het zorgprogramma, draagt bij aan de diagnosestelling, geeft voorlichting, voert een programma uit om te stoppen met roken en is verantwoordelijk voor de controle-afspraken.
- **Apotheek**  
Leverd en bewaakt de medicatie.
- **Diëtist**  
Adviseert en ondersteunt u bij een “dieet op maat”
- **Fysiotherapeut**  
Biedt een groepsgewijs en individueel beweegprogramma aan.
- **Psychologische zorg**  
Begeleiding bij vermindering van stress, andere psychische klachten of materiële problemen.
- **Wijkverpleging**  
Ondersteuning thuis o.a. voor hulp bij medicatiegebruik.

## Uw mening telt

Heeft u klachten of opmerkingen met betrekking tot het Zorgprogramma Hart- en Vaatziekten, dan horen wij dat graag. Met behulp van uw feedback kunnen wij verbeteringen doorvoeren en u en anderen beter van dienst zijn. Aarzel niet om contact met ons op te nemen via: [info@zorginhouten.nl](mailto:info@zorginhouten.nl).

## Zorg in Houten

Het Zorgprogramma Hart- en Vaatziekten is ontwikkeld door Zorg in Houten. Deze stichting wordt gevormd door de vijf Medische Centra in Houten en Schalkwijk. Zorg in Houten zet zich in voor een goede samenwerking tussen de verschillende zorgverleners. Dit maakt het mogelijk om u meer en betere zorg te bieden. Kijk voor meer informatie op: [www.zorginhouten.nl](http://www.zorginhouten.nl).

2016.06/MCS



## Zorgprogramma (risico op) Hart- en Vaatziekten

- Wat zijn Hart- en Vaatziekten?
- Hoe ziet het zorgprogramma eruit?
- Welke behandelingen zijn er?
- Zorgteam

## Wat zijn Hart- en Vaatziekten?

Een hart- of vaatziekte is een ziekte aan het hart of de bloedvaten, waaronder een hartinfarct, pijn op de borst of een beroerte. Met dit zorgprogramma worden de risicofactoren voor hart- en vaatziekten aangepakt. Werken aan een gezonde leefstijl is hierin de sleutel. Denk daarbij aan stoppen met roken, gezonde voeding, voldoende beweging en vermindering van stress.

### Wat zijn risicofactoren?

Risicofactoren dragen bij aan het ontwikkelen van een hart- of vaatziekte of dat een hart- of vaatziekte zich herhaalt. De drie belangrijkste risicofactoren zijn: een te hoge bloeddruk, een te hoog cholesterol gehalte en roken. Andere factoren die een rol kunnen spelen zijn: hart- en vaatziekten in de familie, een te hoog glucosegehalte, ongezonde eetgewoonten, te weinig lichaamsbeweging, overgewicht en stress.

### Zorgprogramma Hart- en Vaatziekten

Het Zorgprogramma Hart- en Vaatziekten is ontwikkeld om de risicofactoren voor hart- en vaatziekten aan te pakken. De zorgverleners werken samen om de zorg zoveel mogelijk aan te laten sluiten op uw behoeften en wensen. Samen met u komen we tot een behandelplan dat past bij uw situatie.

## Hoe ziet het zorgprogramma eruit?

### **Aanpassen leefstijl**

Eerst wordt er in de huisartsenpraktijk gekeken of u één of meer van de drie belangrijkste risicofactoren heeft. Wanneer dit op het spreekuur blijkt, dan zal de huisarts u adviseren een risicoschatting te laten maken door de praktijkondersteuner. Staat u reeds onder controle voor een te hoge bloeddruk of een te hoog cholesterolgehalte? Of heeft u al een hart- of vaatziekte? Dan voert de praktijkondersteuner jaarlijks een controle uit om de voortgang te monitoren.

### **Risicoschatting**

De risicoschatting bestaat uit vragen over mogelijke klachten die u ondervindt en vragen over uw leefstijl. Daarnaast wordt er lichamelijk en laboratorium-onderzoek gedaan. De schatting van uw risico op het krijgen van hart- en vaatziekten wordt met u besproken. U kunt daarbij aanvullend vragen stellen en extra informatie krijgen. Mocht u een serieus risico lopen, dan bekijken we samen hoe uw risico verminderd kan worden.

## Welke behandelingen zijn er?

### **Aanpassen Leefstijl**

Mogelijk zijn aanpassingen in uw leefstijl zinvol. Bij een gezonde leefstijl hoort goede voeding, voldoende beweging en niet roken. Gezamenlijk wordt gekeken naar welke informatie en ondersteuning u nodig heeft. Het verminderen van uw risico's op hart- en vaatziekten kan plaatsvinden onder begeleiding of op eigen kracht. De praktijkondersteuner kan u hierbij helpen en begeleiden.

### **Behandeling met medicijnen**

Wanneer behandeling met medicijnen nodig is, dan schrijft uw apothekhoudend huisarts u de juiste medicijnen voor. De apothekhoudend huisarts houdt hierbij rekening met eventuele andere medicatie die u gebruikt. Vragen over uw medicatie kunt u stellen aan de assistentes, de praktijkondersteuner of de huisarts.

### **Begeleiding**

Het verminderen van de risico's op hart- en vaatziekten betekent dat u uw manier van leven moet aanpassen. Een gedragsverandering kan heel wat van u vragen. Uw huisarts of praktijkondersteuner helpen u hierbij. Op advies van de huisarts is het mogelijk om aanvullende begeleiding te krijgen van o.a. diëtist, fysiotherapeut of wijkverpleegkundige.

### **Controle**

Tijdens de controleafspraken worden uw ervaringen besproken en gekeken in hoeverre uw aanpak een vermindering van uw risico op hart- en vaatziekten oplevert. Uw bloeddruk wordt gemeten en zo nodig wordt er bloed geprikt.

### **Eerste aanspreekpunt**

Uw huisarts is verantwoordelijk voor de diagnose en voortgang van de behandeling. De praktijkondersteuner is uw eerste aanspreekpunt. Gedurende de behandeling houden de praktijkondersteuner en de huisarts nauw contact met de andere zorgverleners om zo uw ontwikkeling te monitoren.

### **Samenwerken**

Alle zorgverleners werken volgens de professionele standaarden van hun eigen beroepsgroep. Door samen te werken en informatie te delen verbeteren wij de samenhang in onze zorg. Zo kunt u rekenen op een team van zorgverleners dat weet wat u nodig heeft en die van elkaar weten wat ze doen.

### **Informatie delen**

Om u goed te behandelen is het belangrijk dat zorgverleners onderling gegevens uitwisselen. Dit zijn persoonlijke en/of medische gegevens die nodig zijn voor uw behandeling. Wij hechten hierbij veel waarde aan uw privacy. Daarom verstrekken wij alleen gegevens als dit in het belang van uw behandeling is en alleen wanneer u hiervoor toestemming geeft. Op deze manier streven wij naar een zorgvuldige en vertrouwelijk omgang met uw persoonlijke informatie.