

## 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 hebben de huisarts, praktijkondersteuner, apotheker, diëtist en fysiotherapeut overleg over patiënten met een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. Als één van uw behandelaren uw situatie specifiek wil bespreken in het overleg dan kan hij/zij uw dossier inbrengen. Vooraf is er dan overleg met u.

## Toestemming

Als u instemt met de gezamenlijke preventie van hart- en vaatziekten dan geeft u toestemming dat de zorgverleners in dit samenwerkingsverband uw medische gegevens over de preventie kunnen inzien.

Onze zorgverleners gebruiken deze gegevens om de behandeling goed op elkaar af te stemmen. Wij kennen het medisch beroepsgeheim. Dit betekent dat wij vertrouwelijk met uw gegevens omgaan. Wij zullen dit niet delen met derden. Uw huisarts legt uw beslissing over het wel of niet delen van gegevens over de preventie op 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. Wij hebben hierover samenwerkingsafspraken gemaakt met de regionale ziekenhuizen.*

## Contact

Huisartsenpraktijk

(naam) (telefoonnummer)

(naam) (telefoonnummer)

(naam) (telefoonnummer)

Apotheker

(naam) (telefoonnummer)

Diëtist

(naam) (telefoonnummer)

Fysiotherapeut

(naam) (telefoonnummer)

*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.**

**Als er sprake is van hoge bloeddruk of een hoog cholesterol of één van deze aandoeningen, dan is er sprake van een verhoogd risico.**

## Vaststelling risico en behandeling

De huisarts of de praktijkondersteuner<sup>1</sup> stellen vast of u een verhoogd risico hebt op het (opnieuw) krijgen van hart- en vaatziekten. Dit 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 te verlagen 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 de hart- en vaatziekten zo veel mogelijk te voorkomen, dat gaat u volgens afspraak naar de praktijkondersteuner.

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

## Praktijkondersteuner

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 m.b.t. leefstijladviezen en medicijngebruik en de controlefrequentie;
- voert minimaal één maal per jaar controle uit van uw bloeddruk en gewicht en regelt dat er één maal per jaar een bloedonderzoek plaatsvindt;
- verwijst zo nodig naar de diëtist, fysiotherapeut of apotheker;
- geeft informatie over medicijnen.

## Apotheker

De apotheek levert u de genees- en hulpmiddelen. Ook controleert de apotheek of de voorgeschreven geneesmiddelen samen mogen met andere geneesmiddelen die u gebruikt. De resultaten van deze controle koppelt de apotheek terug aan u en uw huisartsenpraktijk. Als u in overleg met uw praktijkondersteuner uw bloeddruk zelf wilt meten, kan de apotheek u adviseren over betrouwbare bloeddrukmeters.

## Diëtist

Voeding is een belangrijk onderdeel van leefstijl. Na het ontdekken van een verhoogd risico op hart- en vaatziekten is het wenselijk dat u naar de diëtist gaat voor een dieetadvies op maat. De diëtist begeleidt u bij het aanpassen van uw voedingsgewoonten, zodat deze passen bij uw

voorkeuren en activiteiten. Gezonde, gevarieerde voeding helpt bij het verbeteren van onder andere het gewicht of het verlagen van het cholesterol.

## 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.