

## Wat kunt u zelf doen?

Het is natuurlijk belangrijk dat u zoveel mogelijk zelf meewerkt aan de behandeling van uw chronische ziekte. Het gaat immers om u! Bovendien komt een actieve opstelling uw gezondheid ten goede, dat is bewezen. De ene keer gaat dit wat beter dan de andere keer. Daarom staan wij klaar om u te ondersteunen als dat nodig is.

### Uw medische dossier

Mijn GezondheidsPlatform is een online hulpmiddel. U komt hier via de website van uw huisarts of rechtstreeks via [www.mijngezondheidsplatform.nl](http://www.mijngezondheidsplatform.nl). Mijn GezondheidsPlatform geeft toegang tot een deel van uw eigen medisch dossier. U kunt er zelf gezondheidsdoelen opstellen, zoals een streefgewicht of een bepaalde bloeddruk. Samen met de zorgverleners houdt u de voortgang bij

en als u wilt, kunt u gebruikmaken van online coaches.

### Praktijkwebsite

Meer informatie over de zorgprogramma's vindt u op de website van uw huisartspraktijk onder 'chronische ziekten'. Op deze website kunt u ook herhaalrecepten aanvragen.

### Bescherming medische gegevens

Uw medische gegevens moeten goed worden beschermd. Sinds 1 januari 2013 geldt de zogenaamde 'Opt-in regeling'. Die bepaalt dat uw medische gegevens niet langer automatisch beschikbaar zijn voor andere zorgverleners. Wilt u er zeker van zijn dat ook na 1 januari de noodzakelijke informatie kan worden uitgewisseld, neem dan contact op met uw huisarts. Het is belangrijk om dit te doen, om ervoor te zorgen dat uw samenwerkende zorgverleners goed op de hoogte zijn van uw gezondheidssituatie en de medicijnen die u gebruikt.

Dat helpt fouten in de zorg te voorkomen.

### Wordt deze zorg vergoed?

Doorgaans wel. Met de zorgverzekeraars zijn afspraken gemaakt over de betaling van zorg bij chronische aandoeningen. Dit kan per zorgverzekeraar verschillen en hangt soms ook af van uw polis. Op onze website [www.dohnet.nl](http://www.dohnet.nl) vindt u een overzicht van de verzekeraars waarmee wij afspraken hebben. Ook kunt u informatie opvragen bij uw zorgverzekeraar of huisarts.

### Klachtenregeling

Voor onze klachtenregeling willen wij u doorverwijzen naar de website van onze zorggroep [www.dohnet.nl](http://www.dohnet.nl)

### Vragen?

Als u vragen heeft, kunt u altijd contact opnemen met uw huisarts of praktijkondersteuner.



We spreken van een chronische aandoening als een ziekte niet volledig te genezen is, dus blijvend is, of als er een belangrijk gezondheidsrisico blijft bestaan. Voorbeelden zijn diabetes, astma, COPD, hart- en vaatziekten of een te hoge bloeddruk.

## Omgaan met een chronische aandoening

Bij een chronische ziekte bent u aangewezen op een langdurige, soms zelfs levenslange behandeling.

Belangrijk hierbij is dat u zelf zoveel mogelijk grip houdt op uw leven met die aandoening. Daarnaast is behandeling nodig om verergering van de ziekte of toename van de klachten te voorkomen. **Goed voor uzelf zorgen en goede zorg krijgen, daar gaat het om. Wij kunnen daarbij helpen.**

### Goede zorg door samenwerking

Uw huisartspraktijk maakt deel uit van zorggroep DOH. Binnen DOH werken huisartsen samen met elkaar, maar ook met praktijkondersteuners, diëtisten, fysiotherapeuten, apothekers, psychologen, podotherapeuten, pedicures, medisch specialisten en diagnostische centra. Zij verdelen onderling taken en stemmen de zorg goed op elkaar af. Als het nodig is, wisselen ze patiënteninformatie uit. Dit gebeurt alleen met uw toestemming! Door de samenwerking krijgt u steeds de zorg die u op dat moment nodig heeft.

Uw huisarts blijft voor u de belangrijkste contactpersoon.

### Zorggroep DOH

Zorggroep DOH bestaat uit 15 huisartspraktijken met totaal 70 huisartsen in Eindhoven en omgeving. Alle praktijken hebben 't kwaliteitskeurmerk van het Nederlands Huisartsen Genootschap. DOH maakt zorgprogramma's op maat en organiseert de samenwerking tussen uw huisartspraktijk en de andere zorgverleners. DOH sluit met deze partijen

contracten. Daarnaast verzamelt DOH voortdurend kwaliteitsinformatie over de geleverde zorg, om deze steeds verder te verbeteren. Uw huisartspraktijk weet welke andere zorgverleners in de zorgprogramma's meedoen. U vindt deze informatie ook op de praktijkwebsite.

## Zorgprogramma's op maat

Op dit moment heeft DOH zorgprogramma's voor mensen met diabetes, astma, COPD, (verhoogd risico op) hart- en vaatziekte en depressie. Daarnaast is er een programma voor kwetsbare ouderen. Elk zorgprogramma beschrijft precies hoe de betrokken zorgverleners rond een bepaalde chronische aandoening met elkaar én met u samenwerken. En wat u daarvan mag verwachten. Alle zorgprogramma's zijn gebaseerd op landelijke richtlijnen en nauw afgestemd met uw zorgverzekeraar.

### Zo werkt een zorgprogramma

Wij nodigen u regelmatig uit om het spreekuur te bezoeken. Vaak wordt er tevoren een bloedonderzoek of een ander onderzoek verricht. U bespreekt met de praktijkondersteuner of met de huisarts hoe het met u gaat; de uitkomsten van de onderzoeken spelen hierbij een rol. Samen maakt u, op basis van de onderzoeken, een plan van aanpak.

Hierin staan afspraken over medicijngebruik en leefstijl (bv. voeding, bewegen, stoppen met roken). Maar ook over het inschakelen van andere zorgverleners en over uw eigen inzet. Tenslotte worden er vervolgspraken gepland. Uw zorgverlener registreert de belangrijkste gegevens en afspraken in uw 'individueel zorgplan'. U kunt dit mee naar huis nemen om alles nog eens rustig door te lezen. Het is ook mogelijk om uw zorgplan thuis online te raadplegen.