

u daarbij. Met de diëtist kunt u uw voedingspatroon bespreken en hij/zij kan u zo nodig adviseren. Afhankelijk van uw wensen of problemen kunnen er vervolgspraken gemaakt worden. **Zorroo** werkt samen met de diëtisten van Thebe en ABC diëtisten.

**De fysiotherapeut** is deskundig op het gebied van bewegen. Hij adviseert over activiteiten die klachten kunnen voorkomen, over verantwoorde manieren om met bewegingsoefeningen uw conditie te verbeteren en hij kan op basis van uw persoonlijke capaciteiten heel gericht beweegprogramma's opstellen. Voor patiënten met COPD is het belangrijk om regelmatig te bewegen. Door te bewegen kunt u ervoor zorgen, dat uw klachten afnemen. Uw conditie verbetert, uw (ademhalings)spiers worden sterker en u vergroot uw longinhoud. Na afloop van het programma bij uw fysiotherapeut, is het belangrijk, dat u uw conditie op peil houdt bij b.v. een sportclub of fitnesscentrum bij u in de buurt.

**De apotheker.** De apotheker bewaakt of uw medicijnen wel goed met elkaar gecombineerd kunnen worden. Met vragen over de werking en/of bijwerkingen van de verschillende medicijnen kunt u bij hem/haar terecht. Als u veel medicijnen gebruikt is het verstandig om jaarlijks een afspraak te hebben met uw apotheker. Ook kan de apotheker of de apothekersassistente u instrueren over het inhaleren van medicijnen.

**De maatschappelijk werker.** Mogelijk ondervindt u emotionele of sociale problemen, waarbij de huisarts, praktijkverpleegkundige en/of

directe omgeving u niet voldoende tot steun kunnen zijn. Dit kan te maken hebben met b.v. acceptatie van uw ziekte, verwerking van verlies van gezondheid, relatieproblemen die u door uw ziekte gekregen hebt of problemen op het werk. De huisarts verwijst u dan door naar de maatschappelijk werker of de 1e lijns psycholoog, die soms zitting heeft op de huisartsenpraktijk.

### **Kwaliteit/verantwoording.**

**Zorroo** heeft afspraken gemaakt met de andere zorgverleners, die een bijdrage leveren aan de COPD-ketenzorg. Deze afspraken zijn vastgelegd in een (voorlopige) Zorgstandaard van de Stichting Ketenzorg COPD, die opgericht is door het Astma Fonds. In deze folder zijn niet alle facetten van COPD aan bod gekomen en waarschijnlijk zijn nog niet al uw vragen beantwoord. Daarom is het van belang dat u alles wat nog niet helemaal duidelijk is, opschrijft en dit lijstje bij de volgende controle voorlegt aan de praktijkondersteuner of uw huisarts. Als u dat prettig vindt kunt u gerust samen met uw echtgeno(o)t(e), partner of familielid komen.

Als u meer wilt lezen, kunt u ook de volgende sites raadplegen:

- ▶ [www.astmafonds.nl](http://www.astmafonds.nl)
- ▶ [www.astmapatientenvereniging.nl](http://www.astmapatientenvereniging.nl)  
(*patiëntenvereniging voor mensen met astma of COPD*)
- ▶ [www.lcmb.nl](http://www.lcmb.nl) (*lotgenotencontract Midden-Brabant*)
- ▶ [www.astmacopdnieuws.nl](http://www.astmacopdnieuws.nl)
- ▶ [www.luchtpunt.nl](http://www.luchtpunt.nl)

Voor meer informatie over de zorggroep Regio Oosterhout & Omstreken verwijzen we u naar de website [www.zorroo.nl](http://www.zorroo.nl).

# **Zorroo ondersteunt u met COPD**

**U ontvangt deze folder omdat **Zorroo** u wil informeren op welke wijze de COPD-zorg in uw regio georganiseerd is. Zo weet u precies welke zorgverleners een bijdrage leveren aan de behandeling van COPD.**

**Zorroo staat voor Zorggroep Regio Oosterhout & Omstreken. Wij zijn een organisatie die – samen met uw huisarts en andere zorgverleners – de zorg voor patiënten met een chronische ziekte wil optimaliseren. Zodat u, als patiënt, een zo gezond en prettig mogelijk leven leiden.**

**In het kort:** Uw eigen rol bij de behandeling van COPD is heel belangrijk. De huisarts is uw hoofdbehandelaar. Samen met de praktijkondersteuner zorgt hij of zij voor een behandelplan en vinden er controles plaats van uw COPD. De COPD-verpleegkundige van Zorroo kan daarbij ondersteunen. Minstens éénmaal per jaar wordt u uitgenodigd voor een longfunctie-onderzoek (spirometrie) in de huisartspraktijk, het ziekenhuis of bij de SHL. Daarnaast kunnen de diëtiste, de fysiotherapeut, de apotheker en mogelijk ook het maatschappelijk werk betrokken zijn bij de ondersteuning en zorg voor u en uw COPD.

**Uzelf.** Als u COPD hebt, dan bent u een belangrijke zorgverlener voor uzelf. Uw actieve inzet kan ervoor zorgen, dat uw klachten afnemen en dat uw conditie verbetert. Alle deelnemende zorgverleners zien het als een gezamenlijke taak om u hierin te ondersteunen. Kortom: u staat er niet alleen voor. Voor vragen, voorlichting, hulp en advies aangaande de behandeling van COPD kunt u altijd terecht bij uw huisarts en/of de praktijkondersteuner. Overigens kan de ziekte zélf niet verbeterd of genezen worden. Wél kan, soms mede afhankelijk van het stadium waarin de ziekte verkeert, het ziekteproces stopgezet worden. Niet-roken speelt daarbij een belangrijke rol.

**Uw huisarts** is hoofdbehandelaar. Hij is de eerste zorgverlener waar u naar toe gaat met uw klachten. De huisarts probeert er samen met u achter te komen wat er aan de hand is en wat voor u de beste behandeling is. Hij schrijft medicatie voor, geeft leefstijladvies en indien nodig, verwijst hij u door naar andere zorgverleners van het COPD-team of naar de longarts. Ook zal hij

aandacht schenken aan mogelijke complicaties van uw ziekte, b.v. luchtweginfecties. De huisarts werkt samen met de praktijkondersteuner en kan een aantal taken overdragen aan haar. De huisarts blijft medisch eindverantwoordelijk voor de behandeling van uw COPD.

**De praktijkondersteuner** ondersteunt u bij de zorg voor uw COPD in het dagelijks leven. Vaak verricht zij het eerste longfunctieonderzoek (spirometrie) en zal ze u nog een aantal vragen stellen met betrekking tot uw ziekte. Samen met u stelt zij een persoonlijk behandelplan op. In dit plan kunnen verschillende zaken aan de orde komen zoals stoppen met roken, bewegen en voeding. Het doel van dit behandelplan is om uw klachten te verminderen en uw kwaliteit van leven te verbeteren.

De praktijkondersteuner zal u hierin begeleiden. Zij geeft informatie over uw ziekte, hoe om te gaan met uw ziekte en zal u attent maken op informatiebijeenkomsten, cursussen of andere activiteiten op het gebied van COPD. Ook adviseert zij u over de wijze waarop u uw medicijnen het beste kunt nemen.

De taken van de praktijkondersteuner kunnen per praktijk verschillen. Het is ook mogelijk dat de doktersassistent een aantal taken van de praktijkondersteuner overneemt.

De huisarts en praktijkondersteuner hebben regelmatig overleg zodat de huisarts goed op de hoogte blijft.

**Spirometrie.** Na het gesprek besluit de arts al dan niet verder onderzoek te doen. Het vervolgonderzoek bestaat meestal uit het longfunctieonderzoek. Dit wordt ook wel een

spirometriemeting genoemd. Daarbij wordt de hoeveelheid lucht gemeten, die u na rustig diep inademen maximaal kunt uitademen in een apparaat. Dat is een graadmeter voor de inhoud van uw longen. Om na te gaan in hoeverre uw luchtwegen vernauwd zijn, wordt ook gemeten hoeveel lucht u in één seconde kunt uitblazen. Dit onderzoek wordt vaak uitgevoerd door de praktijkondersteuner. Wanneer de huisarts de diagnose COPD bij u vaststelt zal er minimaal éénmaal per jaar, afhankelijk van uw persoonlijke situatie, longfunctie (spirometrie) worden gemeten.

**De longarts** maakt deel uit van het zorgtraject in de 1e lijn. Hij kan op diverse gebieden de huisarts ondersteunen. Zo zal de huisarts u verwijzen naar een longarts wanneer nader onderzoek gewenst is. De longarts heeft de mogelijkheid om in het ziekenhuis uitgebreider onderzoek te doen. Hij kan bijvoorbeeld kijken hoe goed de longen werken door ander longfunctieonderzoek te doen, hoe u longen reageren op prikkels of inspanning of dat er sprake is van een andere longaandoening dan COPD. De bevindingen van de onderzoeken worden teruggesapporteerd aan de huisarts. De longarts en de huisarts hebben regelmatig contact met elkaar.

**De diëtist.** Als je COPD hebt, kan je snel gewicht verliezen doordat je lichaam meer energie nodig heeft om adem te halen. Vaak zijn mensen met COPD kortademig en eten daardoor te weinig. Het is daarom belangrijk dat u voldoende voedingsstoffen binnenkrijgt, niet alleen om uw energie op peil te houden maar ook om geen spiermassa te verliezen. Een diëtiste helpt