****

***Voorbeeldbrief (1)***

Datum

Onderwerp: Uitnodiging controle afspraak diabetes/ COPD/ hart- en vaatziekten/ Astma zorg

Geachte heer/ mevrouw,

*Inleiding*Voor patiënten met diabetes/ COPD/ hart- en vaatziekten/ Astma is het belangrijk om regelmatig bij de huisarts en praktijkondersteuner op controle te komen. Als diabetes/COPD/ hart- en vaatziekten/ Astma patiënt wordt u daarom door uw huisarts uitgenodigd voor in ieder geval een aantal controles per jaar.

*Uitnodigingen*
Uit onze gegevens blijkt dat u de laatste periode niet meer bent verschenen op de controleafspraak. Ook is het niet gelukt om telefonisch contact met u te krijgen.

*Het belang van controle*

Diabetes is een chronische stofwisselingsziekte die consequenties heeft voor het gehele lichaam. Diabetes is niet te genezen, maar wel goed te behandelen. De behandeling van diabetes moet ervoor zorgen dat uw bloedglucosewaarden niet te hoog worden. Uw bloed mag niet te veel glucose bevatten. Als deze waarde goed is, zult u geen last hebben van problemen als dorst, wazig zien, vermoeidheid en veel plassen en heeft u minder kans op complicaties. Wel kunt u op den duur last krijgen van andere klachten, vooral als u al langer diabetes heeft. Deze problemen kunnen voorkomen op verschillende plaatsen in het lichaam. Complicaties van diabetes zijn: hart- en vaatziekten, problemen met de ogen, de zenuwen, de voeten en de nieren. Voor alle complicaties geldt: als ze op tijd worden ontdekt, kunnen ze beter worden behandeld. Daarom is het belangrijk dat er op tijd wordt gecontroleerd of u complicaties heeft.

Of

Astma is een chronische aandoening aan de luchtwegen (in de longen). Normaal zijn de luchtwegen wijd genoeg om gemakkelijk in-en uit te ademen. Bij astma zijn de luchtwegen overgevoelig voor bepaalde prikkels. Als reactie op deze prikkels trekken de spiertjes rond de luchtwegen samen. Het slijmvlies langs de binnenkant van de luchtwegen raakt ontstoken: het zwelt op en produceert meer slijm. Hierdoor worden de luchtwegen nauwer.

Klachten door astma zijn meestal goed te behandelen. Medicijnen kunnen astma niet genezen. Bij zorgvuldig gebruik van medicijnen kunnen de klachten wel verminderen of lang wegblijven. Door irriterende prikkels zoveel mogelijk te vermijden, voldoende lichaamsbeweging en gebruik van medicijnen kunt u ervoor zorgen dat u zo weinig mogelijk last heeft van uw astma.

Of

COPD is een chronische longziekte. De luchtwegen zijn blijvend vernauwd. Daardoor werken de longen steeds minder goed. U krijgt vaak last van hoesten, benauwdheid en slijm in de luchtwegen. Met de jaren wordt het moeilijker om genoeg lucht te krijgen. Een stukje wandelen bijvoorbeeld kost dan steeds meer moeite.

De vernauwing van de luchtwegen komt door een blijvende ontsteking, bijna altijd door jarenlang roken. De schade is onherstelbaar. COPD is een afkorting voor het Engelse Chronic Obstructive Pulmonary Disease. Vroeger werd dit vaak chronische bronchitis of longemfyseem genoemd. Er bestaat geen behandeling, waardoor COPD overgaat. U kunt wel klachten verminderen door u te houden aan een aantal leefregels en door medicatie te gebruiken. U kunt zich dan geleidelijk beter voelen.

Of

Primaire preventie van hart- en vaatziekten. Om na te gaan of u een verhoogd risico heeft op hart- en vaatziekten, kijkt uw huisarts welke risicofactoren bij u een rol spelen. Het overzicht van uw risicofactoren noemen we uw eigen risicoprofiel. Uw huisarts kan daarmee in een tabel opzoeken hoe groot de kans is dat u binnen tien jaar een hartvaatziekte krijgt of aan een hart- en vaatziekte overlijdt. De huisarts zoekt op wat het risico is voor de groep waar u bij hoort. De huisarts let hierbij met name op uw geslacht, leeftijd, op uw bloeddruk, uw cholesterol en of u rookt. Het gaat om een schatting van het risico, en niet om een zekerheid. Het komt bijvoorbeeld voor dat iemand met een hoog risico toch heel oud wordt. Omgekeerd kan iemand met een laag risico toch een hartinfarct krijgen. Bekende hart- en vaatziekten zijn: angina pectoris (pijn op de borst), een hartinfarct en een beroerte. U heeft hier meer kans op als u rookt, bij een hoge bloeddruk, diabetes mellitus, een hoog cholesterol, overgewicht en/of veel stress. Uw huisarts/praktijkondersteuner kan met deze risicofactoren een risicoprofiel voor u maken. Hiermee kan de huisarts opzoeken hoe groot de kans wordt geschat dat u binnen 10 jaar een hart- of vaatziekte krijgt of aan een hart- of vaatziekte overlijdt. U kunt uw risico sterk verlagen leefstijlaanpassing en/of medicatie. Binnen de controles CVRM worden de risicofactoren opgespoord en behandeld.

Of

Secundaire preventie van hart- en vaatziekten. U heeft een hart of vaatziekte (gehad) en u wordt behandeld om de verhoogde kans op hart en vaataandoeningen zo sterk mogelijk te verlagen. Bij een verhoogd risico op hart- en vaatziekten kunnen medicijnen die uw bloeddruk of cholesterolgehalte verlagen zinvol zijn. Hoe hoger uw geschatte risico op hart- en vaatziekten en hoe hoger uw bloeddruk of cholesterolgehalte, hoe groter de kans is, dat u baat heeft bij deze medicijnen. Om dit risico te verlagen is het heel erg belangrijk om gezond te leven. Dat kan betekenen dat u bepaalde leefgewoontes moet veranderen. Graag bespreken we met u welke maatregelen mogelijk zijn om uw risico op hart- en vaatziekten te verlagen. Daarmee maken we samen met u een plan voor de verdere aanpak van uw risicofactoren.

Bovenstaande is de reden dat uw huisarts en praktijkondersteuner u adviseren om regelmatig op controle te komen in de praktijk zodat u op al deze punten gecontroleerd kunt worden en er tijdig ingegrepen kan worden als dat nodig is.

*Afspraak maken*

U kunt een afspraak maken op het spreekuur van de praktijkondersteuner via de assistente of online of het patiënten portaal MijnGezondheid.net.

*Afzien van controle*

Als u toch besluit om af te zien van de controle, verzoeken wij u om in de bijgevoegde verklaring aan te geven, wat daarvan de reden is. De praktijk zal u dan verder niet meer uitnodigen. Wij respecteren uw keuze en zullen ketenzorg stoppen. U ontvangt altijd reguliere huisartsenzorg, maar dan op uw eigen initiatief.

Op het moment dat u daarna besluit u toch weer aan te melden, kan dat altijd bij de huisarts of praktijkondersteuner. Over een jaar nemen wij in elk geval weer contact met u op om te vernemen of uw keuze is veranderd.

*Altijd welkom*

Wij vinden het belangrijk om te benadrukken dat u in de tussentijd altijd van harte welkom blijft om bij al uw gezondheidsvragen – en klachten contact op te nemen met onze huisartsenpraktijk. Uw keuze om wel of niet deel te nemen aan het ketenzorgprogramma heeft hierop geen invloed.

Als u over deze brief of de controles nog vragen heeft kunt u altijd een afspraak maken bij uw huisarts of praktijkondersteuner voor nadere toelichting of uitleg.

Met vriendelijke groet,

...... ......., praktijkondersteuner .............. , huisarts,

Telefoonnummer en andere contactgegevens

**NB: Als u de bijgevoegde verklaring niet invult en geen contact met ons opneemt, gaan we er van uit dat u er bewust voor kiest om geen gebruik te maken van de controles als onderdeel van het ketenzorgprogramma.**

**ALLEEN INVULLEN BIJ NIET MEER WILLEN DEELNEMEN AAN HET OPROEPSYSTEEM VOOR DE** diabetes/COPD/ hart en vaatziekten/ Astma **CONTROLE**

Naam:

geboortedatum:

Ik wil **NIET MEER** uitgenodigd worden voor de diabetes/COPD/ hart en vaatziekten/Astma controles

Reden:

Datum Handtekening

Gaarne dit formulier retourneren aan uw huisarts.