

Wat is COPD?

Heb je net gehoord dat je COPD hebt?

In deze folder lees je wat dit is. En wie je helpen om dit te behandelen.

COPD is een ziekte van de longen.
Je longen werken steeds minder goed.
Daarom kun je minder goed ademen en krijg je minder zuurstof.
Daar kun je erg moe en benauwd van worden.
Je kunt ook een longaanval krijgen.
De benauwdheid is dan erger dan je gewend bent.



Wat zijn je klachten?

- Benauwdheid, piepende ademhaling
- Hoesten (ook een rokershoest) met slijm
- Vermoeidheid
- Kortademig bij bijvoorbeeld; traplopen, douchen en aankleden
- Verlies van gewicht



Hoe stellen we COPD vast?

Bij klachten ga je naar de huisarts.
De huisarts stelt vragen en doet extra onderzoek als dat nodig is.
Uit dat onderzoek kan komen dat je COPD hebt.



Hoe kunnen we behandelen?

De COPD zelf gaat nooit over.
We proberen samen te zorgen dat je minder klachten hebt.
Je kunt medicijnen krijgen om je beter te voelen.
Samen met de praktijkondersteuner stel je een plan op.
De huisarts en andere mensen helpen je verder.



Wat is een behandelteam?

Verschillende mensen werken samen met jou aan je behandeling.
Zij vormen jouw behandelteam. Wat doen zij?

- Ze geven advies
- Ze controleren
- Ze houden contact met elkaar over je behandeling
- Jullie beslissen samen wat voor jou het beste is



Wie zitten er in jouw behandelteam?

1. Huisarts

Na je bezoek bij de huisarts wordt soms in het ziekenhuis behandeld.
Als dat klaar is, kom je voor controles bij de huisarts.
De huisarts en praktijkondersteuner bespreken met elkaar de juiste behandeling.
de juiste behandeling.



2. Praktijkondersteuner

Met de praktijkondersteuner van je huisarts heb je het meeste contact.
De praktijkondersteuner:
-Controleert je 1 tot 2 keer per jaar
-Neemt een vragenlijst met je door
-Geeft advies en informatie over gezonder leven
-Geeft uitleg over medicijnen
-Beantwoordt je vragen
-Brenkt je in contact met een diëtiste, fysiotherapeut of apotheker
-Heeft overleg met je huisarts over hoe het met je gaat



3. Apotheker

Vaak krijg je medicijnen om de klachten te verminderen.
De apotheker:
- geeft je een inhalator (een puffer die ademen makkelijker maakt)
- geeft advies over het gebruik van de medicijnen



4. Diëtist

Bij COPD verbruikt je lichaam veel energie.
Ook verlies je spierkracht. Eet daarom voldoende eiwitten.
De diëtist weet alles over voeding. De diëtist:
- Kan je helpen met voeding waar je sterker van wordt
- Overlegt met jou hoe je je eetgewoonten kunt aanpassen



5. Fysiotherapeut

Bewegen en sporten kan moeilijk zijn als je COPD hebt.
Je wordt sneller benauwd.
Maar bewegen en sporten is wel heel belangrijk voor je spierkracht en ademhaling
De fysiotherapeut helpt je hierbij.
De fysiotherapeut geeft ook advies over het ophoesten van slijm.



Wat kan je zelf doen?

Je kunt zelf iets doen om je COPD onder controle te krijgen.
Stoppen met roken is erg belangrijk, door roken raken je longen beschadigd.
Je krijgt dan meer last van benauwdheid, hoesten en slijm.
Als je rookt, probeer dan te stoppen.
Dit kun je verder doen:



- Luister naar de adviezen van je behandelteam
- Pas je leefgewoonten aan
- Beweeg meer
- neem je medicijnen op de juiste manier in
- Stel je vragen aan de praktijkondersteuner

Wat kost de behandeling?

Je zorgverzekeraar betaalt:

- Afspraken met de huisarts
- Afspraken met de praktijkondersteuner
- Afspraken met de diëtist (maximaal 3 uur)
- Een deel van de afspraken met de fysiotherapeut



Jij betaalt soms zelf:

- Een deel van de medicijnen
- Een deel van de afspraken met de fysiotherapeut

Akkoord met gegevens delen

De huisarts, praktijkondersteuner, apotheker, diëtist en fysiotherapeut werken samen aan je behandeling.
Daarom moeten ze jouw gegevens met elkaar delen.
Als je instemt met je behandeling, dan geef je hiervoor toestemming.
Ze gaan vertrouwelijk met je gegevens om.
Ze delen jouw gegevens niet met anderen.
Dit schrijft de huisarts op in het plan voor je behandeling.



Vragen?

Heb je nog vragen na het lezen van deze folder?
Neem contact op met je praktijkondersteuner.
Je kunt ook meer informatie vinden op de website:



<https://www.thuisarts.nl/copd> of [Longpunt Nieuwegein - De Componist Nieuwegein](#)