

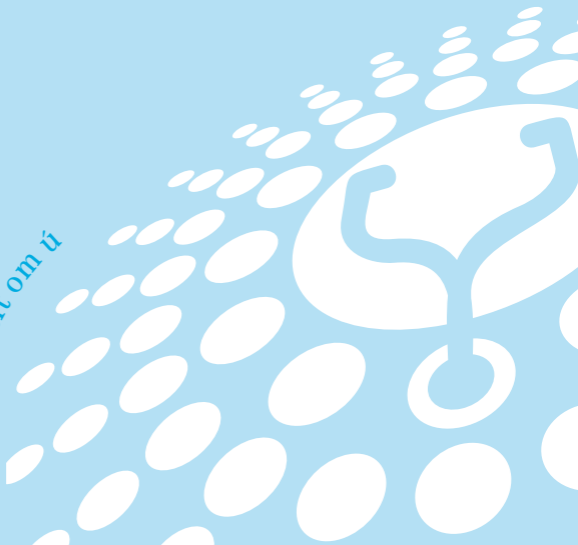


zorggroep

West-Alblasserwaard e.o.

COPD Pas

Zorg die draait om ú



Ik heb COPD

In het geval dat ik onwel word:

- bel 112
- bel voor mijn huisarts

(0031)

In het geval ik nog bij bewustzijn ben maar erg kortademig:

- Laat u mij mijn puff inhaleren
(mijn luchtwegverwijder draag ik altijd bij mij)

I have COPD

In case I become unwell:

- call 112
- call my General Practitioner:

(0031)

In case I'm still conscious and very short of breath:

- Please let me use my inhaler
(I always carry this device with me)



zorggroep

West-Alblasserwaard e.o.

De COPD Pas

De Zorggroep West-Alblasserwaard en Omstreken (ZGWA), is een regionaal eerstelijns samenwerkingsverband van huisartsen uit de regio West-Alblasserwaard, Dordrecht, Hendrik Ido Ambacht en Zwijndrecht.

De COPD Pas

De COPD Pas is een handig boekje voor mensen met COPD en voor zorgprofessionals. Iemand met COPD kan de pas gebruiken als zijn persoonlijke COPD-logboek. Voor professionals is de pas een bron van informatie die belangrijk is voor goede zorg.

Op die manier is de COPD Pas een praktische aanvulling op de Zorgstandaard COPD en de COPD Zorgwijzer. In de Zorgstandaard COPD van de Long Alliantie Nederland (LAN) staat uitvoerig beschreven waar goede zorg aan moet voldoen. Deze standaard is gebaseerd op de meest recente richtlijnen op het terrein van COPD zorg. In de COPD Zorgwijzer van Zorggroep West Ablasserwaard en Omstreken (ZGWA) staat beschreven wat iemand met COPD aan zorg mag verwachten.

De COPD zorg wordt geboden vanuit ZGWA, een netwerk van zorgprofessionals uit de regio West Ablasserwaard, Dordrecht, Hendrik Ido Ambacht en Zwijndrecht. Natuurlijk is het belangrijk dat alle betrokkenen werken met dezelfde actuele basisinformatie. De COPD Pas zorgt daarvoor.

De COPD Pas

De COPD Pas is een persoonlijk document waarin gegevens over COPD bijgehouden worden. De informatie is belangrijk voor de behandelaars: huisarts, praktijkondersteuner, COPD verpleegkundige, diëtist, fysiotherapeut, longarts en apotheker.

De patiënt is zelf verantwoordelijk voor het bijhouden van de gegevens en bepaalt zelf wie de gegevens mogen inzien.

Persoonlijke gegevens	6
Controles	10
Afspraken	20
Zorgplan	22
Gezondheidsdoelen	24
Aantekeningen	30
Verklaring termen	32
Belangrijke adressen	37

Persoonlijke gegevens

Naam

Adres

Postcode

Plaats

Tel.

Mobiel

E-mail

Geboortedatum

Huisarts

Naam

Adres

Postcode

Plaats

Tel.

Fax

E-mail

Praktijkondersteuner

Naam

Adres

Postcode

Plaats

Tel.

E-mail

Bij spoedgevallen contact opnemen met

Naam

Adres

Postcode

Plaats

Tel.

Mobiel

E-mail

Relatie tot drager van COPD Pas:

Longarts

Naam

Ziekenhuis

Fysiotherapeut

Naam

Tel.

Diëtist

Naam

Tel.

Apotheek

Naam

Tel.

Streefwaarde

Lengte (meters)

Gewicht (kg)

BMI (kg/m²)

21 - 25 kg/m²

Bloeddruk (mmHg, links/rechts)

≤140 mmHg systolisch

MRC

CCQ (totale score)

Exacerbatie

Ziektebelasting (licht, matig, ernstig)

FER

FEV1 (% pred., postwaarde)

FVC (% pred., postwaarde)

GOLD (I, II, III, IV)

Roken

- Nooit
- voorheen, gestopt (jaartal),pakjaren
- ja, pakjaren

Verwijzing fysiotherapeut / diëtist

Verwijzing Longarts

Datum**Datum****Datum****Datum****Waarden**

Streefwaarde

Lengte (meters)	
Gewicht (kg)	
BMI (kg/m ²)	21 - 25 kg/m ²
Bloeddruk (mmHg, links/rechts)	≤140 mmHg systolisch
MRC	
CCQ (totale score)	
Exacerbatie	
Ziektebelasting (licht, matig, ernstig)	
FER	
FEV1 (% pred., postwaarde)	
FVC (% pred., postwaarde)	
GOLD (I, II, III, IV)	
Roken	
<ul style="list-style-type: none"> • Nooit • voorheen, gestopt (jaartal),pakjaren • ja, pakjaren 	
Verwijzing fysiotherapeut / diëtist	
Verwijzing Longarts	

Datum

Datum

Datum

Datum

Waarden			

Streefwaarde

Lengte (meters)	
Gewicht (kg)	
BMI (kg/m ²)	21 - 25 kg/m ²
Bloeddruk (mmHg, links/rechts)	≤140 mmHg systolisch
MRC	
CCQ (totale score)	
Exacerbatie	
Ziektebelasting (licht, matig, ernstig)	
FER	
FEV1 (% pred., postwaarde)	
FVC (% pred., postwaarde)	
GOLD (I, II, III, IV)	
Roken	
• Nooit	
• voorheen, gestopt (jaartal),pakjaren	
• ja, pakjaren	
Verwijzing fysiotherapeut / diëtist	
Verwijzing Longarts	

Datum

Datum

Datum

Datum

Waarden

Streefwaarde

Lengte (meters)	
Gewicht (kg)	
BMI (kg/m ²)	21 - 25 kg/m ²
Bloeddruk (mmHg, links/rechts)	≤140 mmHg systolisch
MRC	
CCQ (totale score)	
Exacerbatie	
Ziektebelasting (licht, matig, ernstig)	
FER	
FEV1 (% pred., postwaarde)	
FVC (% pred., postwaarde)	
GOLD (I, II, III, IV)	
Roken	
• Nooit	
• voorheen, gestopt (jaartal),pakjaren	
• ja, pakjaren	
Verwijzing fysiotherapeut / diëtist	
Verwijzing Longarts	

Datum

Datum

Datum

Datum

Waarden

Streefwaarde

Lengte (meters)

Gewicht (kg)

BMI (kg/m²)

21 - 25 kg/m²

Bloeddruk (mmHg, links/rechts)

≤140 mmHg systolisch

MRC

CCQ (totale score)

Exacerbatie

Ziektebelasting (licht, matig, ernstig)

FER

FEV1 (% pred., postwaarde)

FVC (% pred., postwaarde)

GOLD (I, II, III, IV)

Roken

- Nooit
- voorheen, gestopt (jaartal),pakjaren
- ja, pakjaren

Verwijzing fysiotherapeut / diëtist

Verwijzing Longarts

Datum

Datum

Datum

Datum

Waarden

Afspraken

Datum	Tijd

Bij wie	Bijzonderheden

Zorgplan

Het zorgplan is een belangrijk deel van dit boekje. In dit schema wordt aangegeven wat de patiënt zelf gaat doen voor de gezondheid, want makkelijk is het niet. Samen met de zorgaanbieder beslist de patiënt welke doelen belangrijk en haalbaar zijn. Het schema gebruikt de patiënt om bij te houden hoe het gaat.

Motivatie

Het is handig om van tevoren goed na te denken waarom de patiënt de leefstijl wil veranderen. Als hij/zij weet waarom de risicofactoren aangepakt moeten worden, is het makkelijker om het plan vol te houden. Hieronder schrijft de patiënt zijn/haar motivatie op.

In het zorgplan op de volgende pagina's schrijft de patiënt op waar hij/zij de komende tijd aan wil werken:

- De risicofactor(en) (bijv. roken).
- Wat hij/zij wil bereiken (bijv. binnen drie maanden stoppen met roken).
- Hoe hij/zij dat gaat doen.
- Van wie hij/zij steun en advies krijgt (bijv. van de zorgaanbieder of bijv. een cursus stoppen met roken).
- Wanneer begint hij/zij met het plan en wanneer wordt er bekeken hoe het gaat (evaluatiemoment).

Gezondheidsdoelen vaststellen. Hoe doet de patiënt dat?

1. Vaststellen van de doelen:

- Stelt doelen vast (of persoonlijke streefwaarden) die niet te moeilijk zijn.
- Stelt doelen die niet te ver weg zijn en die bij elkaar passen.

2. Hoe wil hij/zij de doelen gaan bereiken:

- Wat is de motivatie?
- Waaruit bestaat de verandering?
- Hoe past het in het dagelijks leven?

3. Volhouden:

- Niet zomaar opgeven; een terugval is normaal!
- De tijd gunnen.

4. Vraag om steun of advies

- Aan de zorgaanbieder.
- Aan de omgeving.
- Aan organisaties die verder kunnen helpen.

5. De beloning:

- Een beloning in het vooruitzicht stellen als het doel behaald is.

Gezondheidsdoelen

Hier aankruisen wat van toepassing is:

roken

ongezond eten

teveel alcohol

te weinig bewegen

Doel (of persoonlijke streefwaarde). Wat wil hij/zij bereiken?

Hoe gaat hij/zij dat doen?

te hoge bloeddruk

onzorgvuldig medicijngebruik

overgewicht

psychosociale problemen

teveel stress

*Welke steun of welk advies
heeft hij/zij nodig?*

Begindatum

Evaluatiemoment. Hoe gaat het?

Gezondheidsdoelen

Hier aankruisen wat van toepassing is:

roken

ongezond eten

teveel alcohol

te weinig bewegen

Doel (of persoonlijke streefwaarde). Wat wil hij/zij bereiken?

Hoe gaat hij/zij dat doen?

te hoge bloeddruk

onzorgvuldig medicijngebruik

overgewicht

psychosociale problemen

teveel stress

*Welke steun of welk advies heeft hij/
zij nodig?*

Begindatum

Evaluatiemoment. Hoe gaat het?

Gezondheidsdoelen

Hier aankruisen wat van toepassing is:

roken

ongezond eten

teveel alcohol

te weinig bewegen

Doel (of persoonlijke streefwaarde). Wat wil hij/zij bereiken?

Hoe gaat hij/zij dat doen?

te hoge bloeddruk

onzorgvuldig medicijngebruik

overgewicht

psychosociale problemen

teveel stress

*Welke steun of welk advies heeft hij/
zij nodig?*

Begindatum

Evaluatiemoment. Hoe gaat het?

Gezondheidsdoelen

Hier aankruisen wat van toepassing is:

roken

ongezond eten

teveel alcohol

te weinig bewegen

Doel (of persoonlijke streefwaarde). Wat wil hij/zij bereiken?

Hoe gaat hij/zij dat doen?

te hoge bloeddruk

onzorgvuldig medicijngebruik

overgewicht

psychosociale problemen

teveel stress

*Welke steun of welk advies heeft hij/
zij nodig?*

Begindatum

Evaluatiemoment. Hoe gaat het?



Verklaring termen

De onderwerpen die regelmatig bij de controles aan de orde komen worden hieronder kort toegelicht.

Lichamelijk onderzoek:

1. Bloeddruk:

Een verhoogde bloeddruk kan leiden tot beschadiging van de bloedvatwand en kan op lange termijn leiden tot een hart- of vaatziekte.

2. BMI:

De body-mass index (BMI) is een index die de verhouding tussen lengte en gewicht bij een persoon weergeeft. De BMI wordt veel gebruikt om een indicatie te krijgen of er sprake is van over- of ondergewicht. Bij COPD kan ondergewicht voorkomen: $BMI < 21 \text{ kg/m}^2$.

Vragenlijsten:

3. MRC:

De MRC Dyspnoe scorelijst is een praktische en gevalideerde lijst om de mate van benauwdheid bij inspanning zoals een COPD patiënt die zelf ervaart te scoren.

4. CCQ:

De CCQ scorelijst is een lijst om de kwaliteit van leven bij een COPD patiënt eenvoudig in kaart te brengen.

5. Ziektelast:

De ziektelast wordt bepaald aan de hand van de totale gezondheidstoestand van de patiënt. Hierbij wordt gekeken naar de aandoening, de klachten, de beperkingen en de kwaliteit van leven van de patiënt.

Longfunctie-onderzoek:

6. FEV1:

De hoeveelheid lucht die in de 1e seconde met kracht (geforceerd) is uitgeademd, vanuit volledige inademing.

7. FVC:

De maximale hoeveelheid lucht gemeten na een krachtige (geforceerde) uitademing.

8. FEV1/FVC (FER):

Een verhoudingsgetal dat aangeeft of er sprake is van een obstructie. Bij een FEV1/FVC (FER) < 70% spreken we van een obstructie.

Zenuwbanen:

9. % pred. (postwaarde):

De waarde FVC en FEV1 wordt aangegeven in procenten van voorspeld. Met 'postwaarde' wordt de waarde aangegeven die gemeten wordt na het inhaleren met een kortwerkende luchtwegverwijder.

Deze COPD Pas is uitgegeven door Zorggroep West Alblas-serwaard en omstreken (ZGWA).

De teksten van deze COPD Pas zijn op zorgvuldige wijze tot stand gekomen. Desondanks kan deze uitgave onjuistheden bevatten. Aan de (ingevulde) tekst kunnen geen rechten worden ontleend en ZGWA kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele handelingen die de lezer verricht naar aanleiding van informatie in dit document.

Zorggroep West Alblasserwaard en Omstreken (ZGWA) is een samenwerkingsverband van huisartsen in de regio West Alblasserwaard, Dordrecht, Hendrik Ido Ambacht en Zwijndrecht. Kwaliteit van zorg staat voor deze huisartsen hoog in het vaandel. Samen met andere gespecialiseerde zorgaanbieders vormen zij een netwerk dat zorg levert aan mensen met COPD. Met praktijkondersteuners, long verpleegkundigen, diëtisten, fysiotherapeuten, apothekers, longartsen, SHL-Groep en diverse andere professionals leveren zij COPD zorg volgens de zorgstandaard COPD.

Belangrijke organisaties en adressen

Zorggroep West Alblasserwaard en Omstreken

Een regionaal eerstelijns samenwerkingsverband van huisartsen uit de regio West Alblasserwaard, Dordrecht, Hendrik Ido Ambacht en Zwijndrecht. Kijk voor meer informatie op www.zgwa.nl

Long Alliantie Nederland

De LAN is in Nederland het aanspreekpunt op het gebied van chronische longaandoeningen. Kijk voor meer informatie op www.longalliantie.nl

Astma Fonds

Het Astma Fonds behartigt de belangen van mensen met astma en COPD. Kijk voor meer informatie op www.astmafonds.nl

Aantekeningen

*Vraag uw apotheek om een
uitdraai van uw medicijnpaspoort
en bewaar dat hier.*

Deze COPD Zorgwijzer is mede mogelijk gemaakt door:

- **Innovatiefonds van het geïntegreerde klinisch chemisch Laboratorium van het Albert Schweitzer Ziekenhuis**

Zorggroep West Ablasserwaard en Omstreken

Espenhof 2b

3355 BM Papendrecht

Tel. 078-6427916

www.zgwa.nl