

Zorgplan CVR

Inhoudsopgave

1. Zorgplan
2. Meegegeven Voorlichtingsmateriaal
3. Meegegeven overzichten zelfhulpmogelijkheden
4. Eigen aantekeningen

Zorgplan CVR

1. Patiëntgegevens

- Naam:.....
- Geboortedatum:.....
- Geslacht: m/v
- Adres:.....
- Telefoonnummer overdag:.....
- Telefoonnummer mobiel:.....
- BSN nummer:.....
- Verzekeraar:.....
- Registratienummer:.....

2. Overzicht chronische aandoeningen/zorgprogramma's

Chronische aandoening	Chronische aandoening Ja/nee	Zorgprogramma Ja/nee
Diabetes		
CVR/HVZ		
COPD		
Astma		
Depressie		
Angst		

3. Risicoprofiel CVR

Risicofactoren	Ja/Nee	Opmerkingen
Hoge bloeddruk		
Hoog cholesterolgehalte		
Verhoogde glucosewaarde		
Roken		
Ongezonde voedingsgewoonten		
Te hoog alcoholgebruik		
Onvoldoende lichaamsbeweging		
Overgewicht		
HVZ in familie		
Stress		

Andere opmerkingen:

4. Doelen zorgprogramma

Doel	Startdatum	Realisatie Ja/Nee	Einddatum
Hb < 140 mmHg			
TC < 6,5 mmol/l			
Niet-Roken			

5. Aanpak

- Advies hulpverleners

Adviezen	Ja/nee
Roken	
Gezonde voeding	
Matig alcoholgebruik	
Voldoende bewegen	
Vermindering Psychische klachten	
Medicatie	

- Keuze patiënt (aankruisen)

Keuze Patient	Niet	Zelf	Begeleiding	Volgorde
Roken				
Gezonde voeding				
Matig alcoholgebruik				
Voldoende bewegen				
Vermindering Psychische klachten				

6. Meetwaarden

Meet-element	Normen	Screening	Controle Dd.....	Dd	Dd	Dd	Dd	Dd
Roken	Niet-roken							
Voeding	Richtlijn gezonde voeding							
Alcoholgebruik	Vrouwen < 7 EH per week Mannen < 14 EH per week							
Lichamelijke beweging	NNGB (min. 5 dg/wkmatig-intensief)							
Psychologische	- Stress ≤ 10 - Angst ≤ 8 - Depressie ≤ 2 - Somatisatie ≤ 10							
Lengte								
Gewicht								
Middelomtrek	< 88 cm vrouwen en < 102 cm mannen							
BMI	BMI < 25 kg/m							
Bloeddruk	SBD < 140 mmHg							
TC	< 6,5 mmol/l							
HDL-chol	Mannen 0,9 - 1,7 mmol/l Vrouwen 1,1 - 2,0 mmol/l							
LDL-chol	< 4,5 mmol/l							
Triglyceriden	< 2,2 mmol/l							
Glucose nuchter	Capillair ≤ 5,6 mmol/l Veneus ≤ 6,1 mmol/l							
Kreatine	Mannen 62-80 μmol/l Vrouwen 62-106 μmol/l							
GFR	Mannen > 90 ml/min Vrouwen > 80 ml/min							
Albumine	< 20 mg/l							
Albumine/kreatine ratio	Mannen 2,5 mg/mmolkreatinine Vrouwen 3,5 mg/mmolkreatinine							
Kalium	3,0 – 5,0 mmol/l							

6. Medicatie

- Voorgeschreven medicatie

Stofnaam	Merknaam	Reden voorschrijven	Startdatum	Startdatum HHS	Bijwerkingen	Stopdatum	Stopreden

- Ophalen medicatie

Ophaaldatum medicatie	Wel/niet verschenen	Opmerkingen

- Gebruik zelfzorgmiddelen

Middel	Sterkte	Gebruik (hoe vaak)

- Contra-Indicaties

Medicijn	Interacties	Bekende bijwerkingen	Allergieën

- Vragen

Vraag	Datum	Reactie

- Notities

7. Leefstijlmodule Roken

- Persoonlijke doelen en realisatie

Persoonlijke streefdoelen	Startdatum	Einddatum	Realisatie Ja/nee	Evt. voortijdige stopreden	Evt. verwijzing naar

- Consulten

Aantal Consulten	Telefonisch/spreekuur	Datum	Tijd	Wel/niet verschenen	Opmerkingen/opdrachten
Consult 1					
Consult 2					
Consult 3					
Consult 4					
Consult 5					
Consult 6					

- Vragen en notities

8. Leefstijlmodule gezonde voeding

- Persoonlijke doelen en realisatie

Persoonlijke streefdoelen	Startdatum	Einddatum	Realisatie Ja/nee	Evt. voortijdige stopreden	Evt. verwijzing naar

16

- Meetwaarden

Zie 6.

- Consulten

Aantal Consulten	Datum	Tijd	Wel/niet verschenen	Opmerkingen/opdrachten
Consult 1				
Consult 2				
Consult 3				
Consult 4				
Consult 5				
Consult 6				

- Vragen en notities

9. Leefstijlmodule matig alcoholgebruik

- Persoonlijke doelen en realisatie

Persoonlijke streefdoelen	Startdatum	Einddatum	Realisatie Ja/nee	Evt. voortijdige stopreden	Evt. verwijzing naar

18

- Meetwaarden

Zie 6.

- Consulten

Aantal Consulten	Datum	Tijd	Wel/niet verschenen	Opmerkingen/opdrachten
Consult 1				
Consult 2				
Consult 3				
Consult 4				
Consult 5				
Consult 6				

- Vragen en notities

10. Leefstijlmodule Voldoende bewegen

- Persoonlijke doelen en realisatie (tabel nog roteren)

Persoonlijke streefdoelen	Startdatum	Einddatum	Realisatie Ja/nee	Evt. voortijdige stopreden	Evt. verwijzing naar

20

- Meetwaarden

Zie 6.

- Consulten

Aantal Consulten 1^e blok	Datum	Tijd	We/niet verschenen	Opmerkingen/opdrachten
Consult 1				
Consult 2				
Consult 3				
Consult 4				
Consult 5				
Consult 6				

Aantal Consulten 2^e blok	Datum	Tijd	Wel/niet verschenen	Opmerkingen/opdrachten
Consult 1				
Consult 2				
Consult 3				
Consult 4				
Consult 5				
Consult 6				

Aantal Consulten 3^e blok	Datum	Tijd	Wel/niet verschenen	Opmerkingen/opdrachten
Consult 1				
Consult 2				
Consult 3				
Consult 4				
Consult 5				
Consult 6				

- Vragen en notities

11. Leefstijlmodule Psychische klachten

- Persoonlijke doelen en realisatie

Persoonlijke streefdoelen	Startdatum	Einddatum	Realisatie Ja/nee	Evt. voortijdige stopreden	Evt. verwijzing naar

24

- Meetwaarden

Zie 6.

- Consulten

Aantal Consulten	Datum	Tijd	Wel/niet verschenen	Opmerkingen/opdrachten
Intake				
Consult 1				
Consult 2				
Consult 3				
Consult 4				
Consult 5				
Consult 6				
Consult 7				
Consult 8				

Consult 9				
Consult 10				

- Vragen en notities

12. Controleafspraken praktijkondersteuners

- Afspraken

Datum	Tijd	Verschenen Ja/nee	Opmerkingen

27

- Meetwaarden

Zie 6.

- Vragen en notities

13. Meegegeven voorlichtingmateriaal (bij boeken: aanbevolen)

Voorlichtingsmateriaal	Datum
<p>Algemeen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brochure Werken aan vitale vaten (Nederlandse Hartstichting) • NHG patiëntenbrief Verlagen van uw risico op hart- en vaatziekten • NHG patiëntenbrief Hoge Bloeddruk • Folder Zorgprogramma CVR Houten • Gezamenlijke folder van hulpverleners met aanbod 	
<p>Stoppen met Roken</p> <ul style="list-style-type: none"> • Patiënteninformatie Stoppen met Roken (uit: Zorgstandaard Vasculair Risicomanagement – Platform Vitale Vaten) • Nederland stopt met roken; door Paulien Dekker/Wanda de Kanter; ISBN 978 90 72219 32 9 • NHG patiëntenbrief Als u gestopt bent • NHG patiëntenbrief Adviezen en hulpmiddelen • Effecten van het stoppen met roken • Stoppen met roken: willen en kunnen – voor patiënten die er over denken om te stoppen • Brochure Uitdrukkelijk voor rokers - voor rokers die (nog) niet willen stoppen (Nederlandse Hartstichting) 	
<p>Lichaamsbeweging</p> <ul style="list-style-type: none"> • Patiënteninformatie Meer lichaamsbeweging (uit: Zorgstandaard Vasculair Risicomanagement – Platform Vitale Vaten) • NHG patiëntenbrief Bewegingsadviezen • Bewegen doet wonderen (Nederlandse Hartstichting) 	

<p>Gezonde voeding/gewichtsvermindering</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vragen over voeding? Vraag het de diëtist • Patiënteninformatie Gezonder eten (uit: Zorgstandaard Vasculair Risicomanagement – Platform Vitale Vaten) • Patiënteninformatie Afvallen en op gewicht blijven (uit: Zorgstandaard Vasculair Risicomanagement – Platform Vitale Vaten) • Patiënteninformatie Lagere bloeddruk (uit: Zorgstandaard Vasculair Risicomanagement – Platform Vitale Vaten) • Patiënteninformatie Lager cholesterolgehalte (uit: Zorgstandaard Vasculair Risicomanagement – platform Vitale Vaten) • NHG patiëntenbrief Voedingsadvies bij een hoog cholesterol • Te hoog cholesterolgehalte (Nederlandse Hartstichting) • NHG patiëntenbrief Adviezen bij overgewicht • Koken naar hartenlust (Nederlandse Hartstichting) • Over Gewicht (Nederlandse Hartstichting) • Dieet bij overgewicht (voedingscentrum) • Kopen is kiezen (Nederlandse Hartstichting) • De schijf van vijf (Voedingscentrum) • Folders voedingscentrum (diversen) 	
<p>Minder alcoholgebruik</p> <ul style="list-style-type: none"> • Patiënteninformatie Minder alcohol drinken (uit: Zorgstandaard Vasculair Risicomanagement – Platform Vitale Vaten) • NHG-patiëntenbrief Minderen • NHG-patiëntenbrief Minderen of stoppen • NHG-patiëntenbrief Stoppen • NHG-patiëntenbrief Verandering overwegen • NHG-patiëntenbrief Volhouden 	

<p>Psychologische klachten</p> <ul style="list-style-type: none"> • Patiënteninformatie Minder Stress (uit: Zorgstandaard Vasculair Risicomanagement – Platform Vitale Vaten) • Informatie over psychische problemen, oorzaken, gevolgen en behandelingen via www.fondspsychischegezondheid.nl • Omgaan met burnout door C. Karsten • Niet meer bij de les door P. Fokkens • Ruimte voor jezelf door F. Sterk en S. Swaen 	
<p>Farmacotherapie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hoge bloeddruk (KNMP) • Patiënteninformatie Zorgvuldig medicijnen gebruiken (uit: Zorgstandaard Vasculair Risicomanagement – Platform Vitale Vaten) • NHG patiëntenbrief Cholesterolverlagers: eerste keus simvastatine • Cholesterolverlagers: vragen en antwoorden (DGV) 	

14. Tips betrouwbare bronnen voor informatie en zelfhulpmogelijkheden

Algemeen (algemene informatie en verschillende leefstijlterreinen)

- Informatielijn Nederlandse Hartstichting: 0900 - 3000 300
- www.hartstichting.nl
- www.vitalevaten.nl

Stoppen met roken

- Informatielijn Stivoro 0900 9390
- Verwijzing naar www.stivoro.nl

Lichaamsbeweging

- Nederlands Instituut Sport en Bewegen 0318 490 900
- www.30minutenbewegen.nl
- www.beweegzoeker.nl

Gezonde voeding/gewichtsvermindering

- informatielijn Voedingscentrum 070 - 306 88 88
- www.voedingscentrum.nl
- www.dieetinzicht (uitgebreid)

Matig alcoholgebruik

- Alcohol Infolijn 0900 500 20 21
- www.alcoholinfo.nl
- www.drinktest.nl

Stressreductie

- www.vgct.nl(ontspanningsoefeningen)
- www.nuevenniet.com (o.a. stress-o-meter)

15. Contactlijst hulpverleners Medisch Centrum Leebrug

Hulpverleners	Telefoon	Ja/nee
Praktijkondersteuner <ul style="list-style-type: none"> • A.Zwiers • W..... 	Via telefoonnummer van uw huisarts	
Huisartsen <ul style="list-style-type: none"> • Mw. N.F.M.Baars-Aertsen • Mw. M.A. de Leeuw • Mw. M.I.L. Rutgers • Dhr. J.N.J.Sleijffers • Mw. L. Tychon • Mw. R. Jonkheijm 	030 63 90 750 030 63 81 381 030 63 72 117	
Apotheek <ul style="list-style-type: none"> • Dhr. C.J.T.M. Bongarts • Dhr. B.C. Drost 	030 63 43 881	
Fysiotherapeuten <ul style="list-style-type: none"> • Dhr. W.Abers • Mw. J. ten Boer - van Bergen • Dhr. C. Roggeband • Dhr. F. Thomas 	030 2040204	
Diëtisten <ul style="list-style-type: none"> • Mw. J. Donk • Mw. M. ten Winkel 	06 29 05 74 53 06 19 87 95 38	
Psychologen <ul style="list-style-type: none"> • Mw. G. Hermsen • Mw. N. van der Ven 	06 44 62 89 27 06 23 44 68 80	
Sociaal Psychiatrisch Verpleegkundigen A. Willemse		
Anderen		