

Informatiebundel CZN

Over Chronisch ZorgNet

Chronisch ZorgNet is een landelijk kwaliteitsnetwerk van eerstelijnszorgverleners (fysiotherapeuten, oefentherapeuten en diëtisten) die gespecialiseerd zijn in de behandeling van patiënten met niet-overdraagbare chronische aandoeningen zoals hart- en vaatziekten, longaandoeningen en osteoporose. Het continu verbeteren van de zorg voor patiënten met chronische aandoeningen, onder andere door passende zorg en zorginnovaties, is onze missie. Hiervoor werken we nauw samen met beroeps- en patiëntenverenigingen. Door een sterke focus op leefstijl, zelfredzaamheid en regionale ondersteuning, helpen we patiënten hun gezondheid op een duurzame manier te verbeteren.

Chronisch ZorgNet-zorgverleners

Kwaliteitsnetwerk

Een deelnemer van Chronisch ZorgNet voldoet aan kwaliteitseisen die overeenkomen met de volgende voorwaarden. Onze deelnemers hebben voor de desbetreffende expertises een basisscholing gevolgd, en vergroten hun kennis via nascholingen. In de nascholingen worden nieuwe wetenschappelijke inzichten vertaald naar praktische handvatten voor onze deelnemers. Hierdoor ontvangt de patiënt altijd kwalitatief hoogwaardige, up-to-date zorg. De basis-scholingen en nascholingen sluiten aan bij de beroepsvereniging en beroepsrichtlijnen van het KNGF.

Samenwerken van Chronisch ZorgNet-zorgverleners

Chronisch ZorgNet-zorgverleners (CZN-zorgverleners) werken nauw samen om patiënten te ondersteunen bij het aannemen van een gezondere leefstijl en het behouden van de behandelvoordelen op de lange termijn. Het doel is dat bewegen, gezonde voeding en andere leefstijlmaatregelen op een prettige en haalbare manier een plek krijgen in het dagelijks leven van de patiënt.

Multidisciplinaire aanpak

- CZN-fysio- of oefentherapeut: richt zich op het verbeteren van zelfregie, ziekte-inzicht, en fysiek functioneren. Samen met de patiënt bekijken zij hoe voldoende beweging op een duurzame manier kan worden geïntegreerd in het dagelijks leven.
- CZN-diëtist: analyseert het voedingspatroon en de voedingstoestand van de patiënt. Er wordt begeleiding geboden om de voedingsinname te verbeteren en een patiëntgericht voedingsplan op te stellen.

Ondersteuning van samenwerking

- **Doctolib Connect app:** Zorgverleners kunnen veilig en efficiënt met elkaar communiceren via deze app, waardoor de onderlinge afstemming verbetert en de patiëntenzorg beter op elkaar aansluit.

- **KomPas:** is een hulpmiddel ontwikkeld om samen beslissen te ondersteunen. Op basis van behandeldata van vergelijkbare patiënten geeft KomPas een voorspelling van het te verwachten behandelresultaat, wat helpt bij het kiezen van een passende behandeling.
- **DigiH:** Elke CZN-therapeut of CZN-diëtist met een of meer van de bovenstaande specialisaties is via de Zorgzoeker van [DigiH](#) eenvoudig te vinden in de woonomgeving van de patiënt.

Expertise in gedragsverandering

Een CZN-zorgverlener is uitgebreid getraind in [motiverende gespreksvoering](#) en vaak ook in [Rookstop coaching](#), waardoor zij patiënten effectief kunnen begeleiden bij gedragsverandering en het aannemen van een gezondere leefstijl.

Kracht van doorverwijzing naar gespecialiseerde therapeuten

Zoals het bovenstaande duidelijk maakt, ben je als verwijzer verzekerd van kwalitatief hoogwaardige zorg als je verwijst naar een CZN-zorgverlener. De CZN-zorgverlener zal zorg dragen voor een passende rapportage over de voortgang van de patiënt. Met het verwijzing naar een CZN-zorgverlener volgt u de NHG-standaard voor patiënten met [symptomatisch perifeer arterieel vaatlijden](#), [COPD](#), [status na acuut coronair syndroom](#) en [osteoporose](#).

Daarnaast laat steeds meer wetenschappelijk onderzoek zien dat tijdige, passende zorg in de eerste lijn leidt tot verminderde inzet van zwaardere zorg en de frequentie en duur van ziekenhuisopnames reduceert. Dit resulteert in een betere inspanningstolerantie en kwaliteit van leven van de patiënt. Ook niet geheel onbelangrijk: deze aanpak leidt tot lagere zorgkosten op de lange termijn.

Voor huisartsen betekent verwijzen naar een CZN-zorgverlener korte, betrouwbare lijnen en zorg die aansluit bij het dagelijks functioneren van de patiënt, zoals ook in deze [Factsheet COPD](#) wordt toegelicht.

Behandeling van symptomatisch perifeer arterieel vaatlijden (sPAV)

Door een gespecialiseerde fysio- of oefentherapeut

De behandeling van perifeer arterieel vaatlijden door een gespecialiseerde CZN-therapeut bestaat uit het doorlopen van het [Zorgpad sPAV](#). Dit is een intensief traject van een jaar. Het doel is om de loopafstand te vergroten, gerelateerde gezondheidsrisico's te verminderen en de kwaliteit van leven te verbeteren. Daarbij wordt rekening gehouden met comorbiditeit van de patiënt en/of andere beperkingen. De frequentie van behandelingen neemt geleidelijk af gedurende de behandelperiode. De patiënt oefent ook thuis zelfstandig met bewegen. Tijdens de sessies wordt niet alleen fysiek getraind, maar wordt de patiënt ook begeleid naar een gezondere leefstijl.

Door een gespecialiseerde diëtist

Bij de behandeling van een patiënt met perifeer arterieel vaatlijden geeft een CZN-diëtist een voedingsadvies op maat. De diëtist houdt daarbij rekening met de gewoonten en behoeften van de patiënt. Een voedingsadvies voor een patiënt met perifeer arterieel vaatlijden richt zich vaak op zoutbeperking en (indien nodig) vochtbeperking. Daarnaast kijkt de diëtist o.a. naar de cholesterolwaarden in het bloed (LDL en HDL), glucose en de nierfunctie. Patiënten met perifeer arterieel vaatlijden hebben een verhoogd risico op de ontwikkeling van DM type II en nierfalen en met een gezonde leefstijl worden de risico's beperkt.

Behandeling van longaandoeningen

Door een gespecialiseerde fysio- of oefentherapeut

De behandeling van COPD door een gespecialiseerde CZN-longtherapeut bestaat uit het doorlopen van het Zorgpad COPD. Op basis van zowel de lichamelijke beperkingen die het gevolg zijn van COPD, als de psychische gevolgen van de aandoening, zoals angst, benauwdheid en omgaan met de ziekte, wordt een passend behandelplan geschreven met in het bijzonder aandacht voor leefstijl. Denk bijvoorbeeld aan het inzetten op stoppen met roken, goed en consequent gebruik van medicatie, gezonde voeding en bewegen als vast onderdeel van het dagelijks leven.

Andere longaandoeningen

Naast COPD-patiënten, kunnen ook andere longpatiënten terecht bij een gespecialiseerde CZN-longtherapeut voor bewegtherapie en leefstijlbegeleiding, zoals patiënten met astma, interstitiële of restrictieve longaandoeningen. De patiëntengroep met longziekten is divers, met elk een andere oorzaak of beloop. Naast bewegtherapie bij longaandoeningen, kan een CZN-longtherapeut ook training bieden vóór en na longtransplantaties en training bieden tijdens de palliatieve fase van longaandoeningen.

Door een gespecialiseerde diëtist

Een CZN-diëtist richt zich bij de behandeling van een patiënt met COPD op het gewicht van de patiënt en de eiwitinname voor voldoende spiermassa. Het uitgangspunt van de behandeling is altijd om zo goed mogelijk aan te sluiten op het dagelijks leven van de patiënt, de behoeften van de patiënt en een effectieve behandeling van de aandoening.

Tussen de 20 en 35% van de patiënten is ondervoed als gevolg van de aandoening. Een diëtist bekijkt samen met de patiënt hoe op een gezonde manier het gewicht kan toenemen. Als de patiënt ook bewegtherapie krijgt van een longtherapeut kan extra energie nodig zijn om meer te kunnen bewegen en is vaak een hogere inname van eiwitten nodig om spiermassa op te bouwen. Overgewicht in combinatie met COPD komt ook voor. In dat geval werkt de diëtist samen met de behandelde therapeut aan gewichtsafname zonder verlies van spiermassa.

De diëtist onderzoekt altijd eerst of het eetpatroon van de patiënt aangepast kan worden om het gewenste resultaat te behalen. Is dat niet voldoende, dan kan drinkvoeding een uitkomst zijn.

Behandeling hartaandoening

Door een gespecialiseerde fysio- of oefentherapeut

Een belangrijk deel van hartrevalidatie bij niet-complexe hartpatiënten is het beweegprogramma dat onder begeleiding van een gespecialiseerde fysio- of oefentherapeut wordt uitgevoerd. Een cardioloog en/of verwijzend hartrevalidatiecoördinator bepaalt op basis van de criteria in de [NVVC-praktijkrichtlijn niet-complexe hartpatiënten](#) of een patiënt door een CZN-therapeut met de specialisatie Hartrevalidatie behandeld kan worden.

Het beweegprogramma duurt gemiddeld 12 weken en is gericht op fysieke training en de mogelijke belemmeringen hiervoor. De patiënt streeft in dit programma persoonlijke doelen na zoals:

- Overwinnen van angst voor inspanning
- Optimaliseren van het inspanningsvermogen
- Leren kennen van fysieke grenzen en omgaan met fysieke beperkingen
- Ontwikkelen en onderhouden van een actieve en gezonde leefstijl
- Positief beïnvloeden van overige risicofactoren (zoals roken, stress, overgewicht en slaap)
- Optimaliseren van de werkhervatting

Tijdens de behandeling kunnen verschillende trainingsvormen worden ingezet, waaronder krachttraining, functionele training, training van het uithoudingsvermogen, ontspanning en sport en spel. De patiënt werkt onder begeleiding van de therapeut aan herstel, zelfredzaamheid en leefstijlverbetering, zodat de behandeling een duurzaam effect heeft.

Door een gespecialiseerde diëtist

Bij de behandeling van een patiënt met een hartaandoening geeft een CZN-diëtist voedingsadvies op maat. De diëtist houdt daarbij veel rekening met de gewoonten en behoeften van de patiënt.

Een voedingsadvies voor een patiënt met een hartaandoening, richt zich vaak op zoutbeperking en (soms op) vochtbeperking. Daarnaast kijkt de diëtist o.a. naar de cholesterolwaarden in het bloed (LDL en HDL), glucose en de nierfunctie. Deze waarden zeggen veel over de risico's op hart- en vaatziekten, maar ook over diabetes type 2 en nierfalen. Patiënten met hartaandoeningen hebben een verhoogd risico deze aandoeningen te ontwikkelen. Met een gezonde leefstijl worden de risico's beperkt.

Behandeling Osteoporose en een verhoogd val- en fractuurrisico

Door een gespecialiseerde oefen- of fysiotherapeut

Een CZN-therapeut met de specialisatie Osteoporose, vallen en breken, richt de behandeling op meer en veilig bewegen, een betere balans, een grotere botbelasting, het fractuurrisico verlagen en leefstijlbegeleiding.

Bij de start van de behandeling wordt een valrisico-analyse gemaakt. Fracturen worden meestal veroorzaakt door een val. Aan de hand van de analyse kan bekeken worden hoe het valrisico verkleind kan worden, bijvoorbeeld met behulp van een valpreventietraining, balansoefeningen of het versterken van bepaalde spieren.

De valrisico-inschatting zorgt voor een goede basis van het persoonsgerichte beweeg- en leefstijlbegeleiding. De therapeut stelt hiervoor samen met de patiënt een plan op dat goed past bij de persoonlijke voorkeuren van de patiënt. Veilig en meer bewegen zijn daarbij belangrijk, net als een gezonde leefstijl, en worden zoveel mogelijk geïntegreerd in het dagelijks leven van de patiënt. Dit helpt niet alleen fracturen te voorkomen, maar zorgt er ook voor dat een patiënt actief en langer mobiel blijft.

Door een gespecialiseerde diëtist

Voeding heeft invloed op de botsterkte en dus op de aandoening Osteoporose en een verhoogd fractuurrisico. Een passend voedingspatroon kan verergering van de aandoening afremmen. De CZN-diëtist richt zich daarin op de inname van calcium. Daarnaast bekijkt de diëtist of het gehalte van de vitamines B, D en K op orde zijn. De patiënt krijgt voedingsadviezen passend bij de aandoeningen en eventueel kan een vervolgspraak worden ingepland. De afspraak met een diëtist kan het best ingepland worden aan het begin van het behandeltraject bij een in osteoporose, vallen en breken gespecialiseerde fysio- of oefentherapeut.