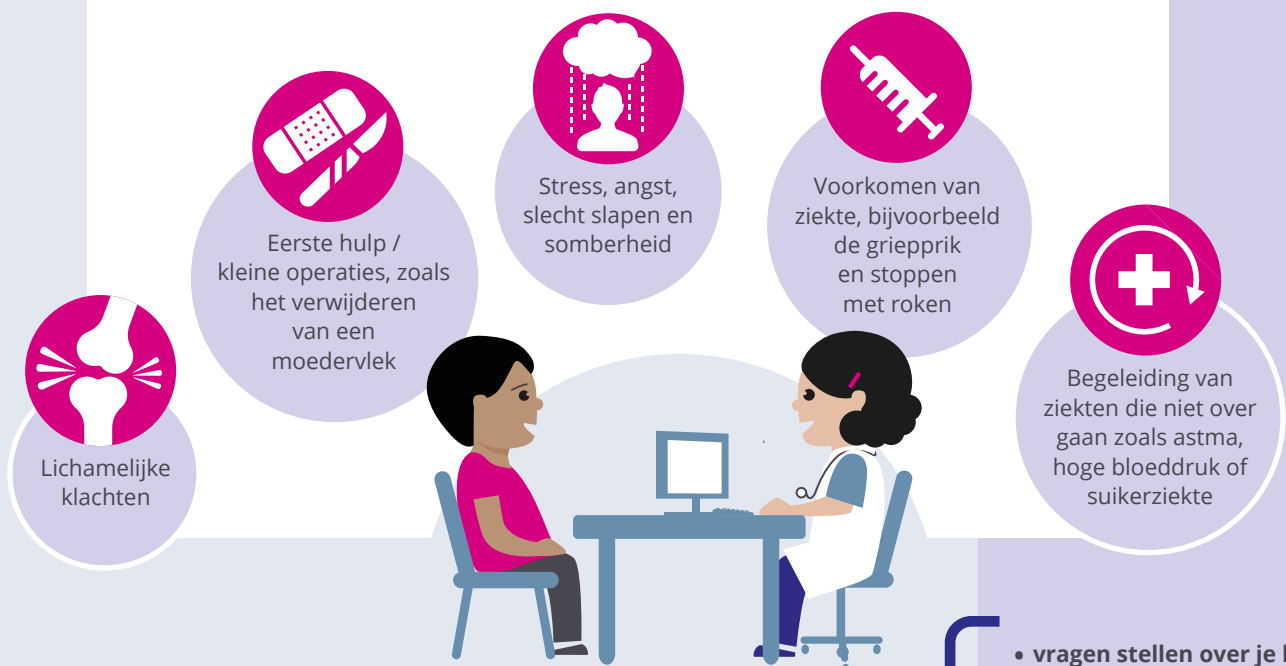


# Als je ziek bent in Nederland

Versie voor arbeidsmigranten



## Waarmee kan je huisarts je helpen?



### Kosten

- Als je in Nederland woont of werkt, moet je verplicht een zorgverzekering afsluiten. De zorgverzekering vergoedt de zorg die je krijgt van de huisarts.
- De huisarts kan nagaan of je verzekerd bent. Neem daarvoor altijd je legitimatiebewijs en BSN mee.
- Voor bloedonderzoek, scans, medicijnen of een afspraak bij een andere hulpverlener moet je soms wel (bij)betalen.

### Hoe vind je een huisarts?

- Via de gemeente
- Via [www.kiesuwhuisarts.nl](http://www.kiesuwhuisarts.nl)
- Via [www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)

Wat doet de huisarts tijdens de afspraak?

- vragen stellen over je klacht
- lichamelijk onderzoek
- advies geven
- als nodig:
  - bloedonderzoek, scans
  - medicijnen voorschrijven
  - verwijzen naar een andere hulpverlener zoals:
    - dietist, fysiotherapeut, tandarts, verloskundige
    - de specialist in het ziekenhuis

Je voelt je ziek



## Wat kun je zelf doen?

- Gezond leven, bewegen en gezondheidsadviezen opvolgen ([Thuisarts.nl](http://Thuisarts.nl) of [moetiknaardedokter.nl](http://moetiknaardedokter.nl))
- Gezond eten ([voedingscentrum.nl](http://voedingscentrum.nl))
- Actief blijven

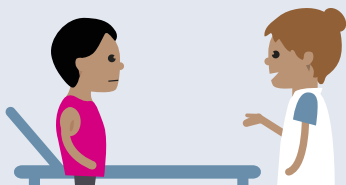


HUISARTSENPRAKTIJK +

Je wilt een hulpverlener spreken

## Doktersassistente

- Vraagt naar jouw klachten via de telefoon en beoordeelt de ernst daarvan
- Is medisch opgeleid en mag zelf advies geven
- Heeft een eigen spreekuur voor kleine behandelingen
- Bepaalt of je een afspraak met een hulpverlener nodig hebt



## Verpleegkundige / Praktijkondersteuner

- Heeft een eigen spreekuur voor lichamelijke klachten
- Mag onderzoeken aanvragen en medicijnen voorschrijven samen met de huisarts



## Praktijkondersteuner Geestelijke Gezondheid

- Heeft een eigen spreekuur voor klachten als stress, angst en somberheid
- Mag onderzoeken aanvragen en medicijnen voorschrijven samen met de huisarts

## Huisarts

Wat is de huisarts?

De huisarts is de **eerste** dokter waar je naartoe gaat met klachten of ziekte in Nederland

De huisarts heeft een speciale vervolgopleiding gevolgd

Per afspraak wordt **1 klacht** behandeld. Maak een dubbele afspraak als je meer tijd nodig hebt



Soms zie je dus de huisarts niet.  
De huisarts is dan wel altijd op de hoogte.



De huisarts kan **jouw** klachten meestal zelf behandelen of je nu kind of volwassene bent



De huisarts vraagt vaak om jouw mening en laat je meedenken

De huisarts wil goed rekening houden met wat jij nodig hebt

De huisarts weet welke vervolgonderzoeken nodig zijn  
De huisarts verwijst je door als je naar de specialist in het ziekenhuis moet



## Tolken

Om de juiste hulp te krijgen, moet de huisarts je goed kunnen begrijpen

Daarom kan de huisarts soms een professionele tolk inschakelen. Je huisarts beoordeelt op welk moment dit nodig is

Professionele tolken hebben een speciale opleiding gehad om de dokter goed te helpen. Gebruik daarom liever geen familie of vrienden als tolk



Met medewerking van:  
**HollandZorg**

**PHAROS**  
EXPERTISENTERUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN