



Unieke aanpak trombose

Ruim anderhalf miljoen mensen in Nederland hebben (een verhoogd kans op) trombose. Zij slikken hiervoor bloedverduunners. Een deel van de mensen staat onder behandeling bij één van de 53 trombo-diensten. TromboVitaal is zo'n dienst, maar dan wel één met een unieke aanpak in Nederland.

Als je een wondje hebt zorgt je lichaam ervoor dat je bloed gaat stollen zodat de bloeding stopt, dit is een natuurlijk, noodzakelijk proces. Bij trombose ontstaat een bloedstolsels in je bloedvat ook zonder dat er sprake is van een wondje. Dit kan bijvoorbeeld voorkomen in je been (trombosebeen), je longen (longembolie) of hersenen (beroerte). Oorzaken zijn divers, waaronder genetische aanleg waarbij je een te veel aan stollingseiwitten kan hebben die de stolling stimuleren of een te weinig aan eiwitten die de stolling remmen, situaties waarin het bloed trager stroomt zoals bedlegerigheid door ziekte, een lange vliegreis of boezemfibrilleren. Deze laatste genoemde is een onregelmatige hartslag waarbij het bloed in een deel van de boezem stil staat en de kans op stolsels groter is. Een pijnlijk, warm, rood been, plotselinge kortademigheid en pijn bij de ademhaling zijn allemaal symptomen die kunnen duiden op trombose. Gelukkig is er mee te leven, dankzij antistollingsmedicijnen ofwel bloedverduunners. Hiervoor moet je regelmatig je stollingswaarden meten. Dit kan op locatie bij een trombo-dienst, maar je kunt het ook zelf doen. En dit laatste werkt volgens Sabine Pinedo, internist-vasculair geneeskundige en oprichtster van TromboVitaal het meest effectief. Zo bleek uit een studie samen met de grootste Nederlandse zorgverzekeraar dat er 40 procent minder complicaties optreden als mensen de stollingswaarde zelf meten. Een bijkomend voordeel is dat je als patiënt de regie in eigen hand hebt waardoor je meer vrijheid hebt maar belangrijk daarbij is ook dat je altijd een dokter bij de hand hebt en niet aan je lot

bent overgelaten, begeleidde zelfzorg." TromboVitaal werkt met een online persoonlijk dossier. Patiënten meten zelf hun waarde en geven dit online door. Ze hebben volledig overzicht van hun medische gegevens en kunnen 24/7 contact hebben met één van de artsen. „Wijkt de stollingswaarde af, dan kan de arts direct actie ondernemen. Ook als je op vakantie in het buitenland bent sta je altijd in contact met een dokter in Nederland die vragen op medisch gebied kan beantwoorden." Wat TromboVitaal anders maakt dan alle andere trombo-diensten in Nederland, is dat ze nauw samenwerken met wijkverpleegkundigen en huisartsen. Zo leiden zij huisartsassistenten, praktijkondersteuners en wijkverpleegkundigen op om patiënten, die niet zelf kunnen prikken, te prikken en geven adviezen via een beveiligd portaal. Op die manier is de trombosezorg geïntegreerd in de huisartspraktijk waarbij de huisarts inzage heeft in het (stollings)dossier van een patiënt en hij samen met TromboVitaal de juiste medicatie en behandeling kan bepalen.

„Zorg op maat, regie in eigen hand daar waar het kan. Dat staat centraal in onze zorg." Voor mensen die de nieuwe generatie bloedverduunners slikken (DOAC), biedt TromboVitaal begeleiding aan in de vorm van een e-learning module. Ook daarin zijn ze uniek in Nederland. „Dit dossier houdt bijwerkingen en complicaties bij die men zelf iedere twee weken invult. Tevens krijg je een herinnering om je nieuwe tabletten bij de apotheek op te halen. En wij als artsen zijn dag en nacht online te bereiken voor adviezen en antwoord op vragen." Uit ervaring weet Pinedo dat mensen die op deze manier bezig zijn met hun ziekte, veel trouwer zijn aan hun therapie. „Treedt er een complicatie op, dan kan snel worden ingegrepen. Met trombose is goed te leven. Wel zijn er aantal zaken om rekening mee te houden. Bij een verre reis of zwanger-

schap is extra alertheid geboden. Sporten kan prima, maar contactsporten waarbij de kans op blessures groot is zoals vechtsporten, voetbal en hockey vormen een verhoogd risico op bloeding. Zorgvuldig medicijngebruik, alertheid op symptomen en nauw contact met de huisarts of stollingsarts is en blijft belangrijk."

Zorg op maat, regie in eigen hand



Sabine Pinedo
Internist-vasculair
geneeskundige
Oprichter TromboVitaal

TromboVitaal
Courbetstraat 34
1077 ZV Amsterdam
Tel: (020) 305 3003

trombovitaal