

Ik ben 40 jaar of ouder?

Ik rook?

Ik ben sneller buiten adem dan mijn leeftijdsgenoten?

**Heeft u COPD? {rokerslong}**

Ik heb vaak hoestbuien?

Ik hoest regelmatig slijmen op?

Heeft u op minstens drie vragen **ja** geantwoord? Maak dan een afspraak bij een arts voor een spirometrietest. Zo kan u COPD tijdig opsporen. Een tijdige behandeling houdt de ziekte onder controle.

apb VET Roodkruis KIEZU Rookstop voorkomt verslechtering!


## HOE KAN BUURTTEAM HEVERLEE JE HELPEN?

- Je kan bij ons terecht voor een screening en verdere opvolging.
- Het buurtteam werkt samen voor afgestemde zorg met aandacht voor beweging, gezonde voeding, goed geneesmiddelengebruik en rookstopbegeleiding.

**Vraag er naar bij een zorgverlener van het buurtteam!**

## WIE ZIT ER IN ONS BUURTTEAM?

Lees meer op de website van Zorgzaam Leuven wie in het buurtteam van Heverlee zit.

 Zorgzame buurtteams - Buurtteam Heverlee op [www.zorgzaamleuven.be](http://www.zorgzaamleuven.be)

Zorgzaam Leuven

## ZORGZAAM BUURTTEAM HEVERLEE

SAMEN WERKEN WIJ  
AAN EEN GEZONDE  
LEVENSTIJL!



## WIE ZIJN WE?

- Jouw huisapotheker, huisarts, kinesitherapeut, verpleegkundigen en andere zorgverleners maken afspraken over de zorg voor patiënten in de buurt
- Preventie en voorlichting staan centraal
- Voor buurtteam Heverlee is rookstop een prioritaire actie in de aanpak van chronische aandoeningen zoals COPD, hartfalen, enz.
- Zorgzaam Leuven faciliteert de vorming van buurtteams om de kwaliteit van de zorg voor kwetsbare mensen (met een chronische ziekte) te verbeteren. In Groot-Leuven zijn al 8 buurtteams!



## WERELDDAG ZONDER TABAK

### WAT IS EEN ROKERSLONG?

- Je bent kortademig en hebt een piepende ademhaling
- Je hoest met fluïmen en bent snel vermoeid
- COPD is een chronische ontsteking van de luchtwegen en kan onherstelbare longschade geven

## WIL JE STOPPEN MET ROKEN?

- Stoppen met roken lukt beter onder begeleiding of in groep
- Er is terugbetaling van hulpmiddelen en rookstopsessies, je betaalt maar een deel van de kosten zelf
- In Leuven worden elk jaar groepscursussen rookstop georganiseerd. Dit kan ook in jouw buurt!
- Je kan terecht bij een erkend tabakoloog

