

# *Het **O**besitasplatform*

U hebt misschien al een eindeloze reeks diëten uitgeprobeerd. De tijdschriften en het internet staan er immers bol van. Misschien bent u zelfs al eens langsgeweest bij een arts of een diëtist? Jammer genoeg bestaan er geen wondermiddeltjes om van die overtollige kilo's af te raken en mislukte pogingen aaneenrijgen, weegt vaak zwaar op het gemoed.

Uw BMI verminderen en dus afslanken is een zaak van lange adem die voortdurend inspanningen vergt. De Onafhankelijke Ziekenfondsen zijn zich goed bewust van de moeilijkheden en de aanzienlijke investering, zowel qua tijd als qua kosten. Daarom stellen we twee mogelijke scenario's voor, elk met specifieke voordelen en vergoedingen, die u de nodige hulp en ondersteuning moeten bieden om uw poging tot een goed eind te brengen, namelijk de multidisciplinaire aanpak en de individuele aanpak. Het is aan u om uit te maken welke van de twee het beste overeenstemt met uw doelstellingen, uw levenswijze en uw motivatie.

## DE MULTIDISCIPLINAIRE AANPAK

### Samen sterk

De strijd tegen obesitas is lang en loopt niet over rozen. Waarom zou u dus niet een gespecialiseerd team inschakelen? De Onafhankelijke Ziekenfondsen hebben een overeenkomst gesloten met een aantal centra (verbonden aan een ziekenhuis) die zich toespitsen op de multidisciplinaire behandeling van obesitas. U wordt er begeleid en behandeld door artsen, diëtisten, psychologen, kinesitherapeuten en andere gezondheidsprofessionals.

Aangezien het gewichtsprobleem vanuit verschillende oogpunten wordt benaderd, krijgt u zowel advies over voeding als een gepersonaliseerd beweegprogramma en een psychologische analyse van uw eetgedrag.

Bovendien kennen wij een vergoeding toe om u wat financiële ruggeleuning te geven.

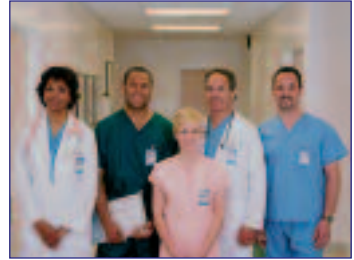
Zoals u ziet, wordt al het mogelijke gedaan om uw inspanningen te belonen en met succes af te ronden!

Op de website van uw ziekenfonds vindt u een lijst met de multidisciplinaire centra waarmee we een overeenkomst hebben gesloten. Bij elk centrum staan de contactgegevens en de samenstelling van het team vermeld. U kunt die lijst uiteraard ook opvragen in uw ziekenfondskantoor. Bij elk centrum vindt u ook informatie over de samenstelling van het multidisciplinaire team.

## HET VOORDEEL VAN EEN MULTIDISCIPLINAIRE BEHANDELING

---

Obesitas is een erg complex probleem en voeding vormt slechts het topje van de ijsberg. Om aardig wat kilo's voorgoed kwijt te raken, moet er op verschillende terreinen ingegrepen worden. Vandaar ook het nut van een multidisciplinaire behandeling, waarbij een beroep wordt gedaan op diverse specialisten.



### Een coördinerende arts

De coördinerende arts staat aan het hoofd van de groep. Hij coördineert de bilans, de resultaten en de behandeling en hij stelt verslagen op voor de huisarts. Met algemene vragen kunt u steeds bij hem terecht.

### Een diëtist

Bij het woord 'diëtist' denken velen al meteen aan strenge en onverbiddelijke controles op de weegschaal. Dat vooroordeel schetst echter een totaal verkeerd beeld van de zaak: een diëtist streeft er immers in de eerste plaats naar om mensen op de juiste manier te leren omgaan met voeding en om hen vertrouwd te maken met gevarieerde, maar evenwichtige menu's die zijn afgestemd op hun energieverbruik. De diëtist leert u verstandig inkopen te doen, de informatie op de etiketten te ontcijferen en een expert te worden van de lichte keuken.



### Een psycholoog

Samen met de psycholoog zoekt de patiënt naar de achterliggende redenen van zijn eetgedrag. De psycholoog probeert inzicht te krijgen in de leefwereld van de patiënt om te begrijpen hoe belangrijk eten is. De psycholoog biedt de nodige morele steun en bouwt mee aan de motivatie van de patiënt.

### Een kinesitherapeut

De kinesitherapeut werkt een programma op maat uit om u terug aan het bewegen te krijgen. Daarbij houdt hij uiteraard rekening met uw fysieke mogelijkheden, zodat u alles rustig op uw eigen tempo kunt doen. Soms zal de kinesitherapeut ook relaxatie voorstellen, of aquagym, enz.

## **VERGOEDINGEN TOEGEKEND DOOR DE ONAFHANKELIJKE ZIEKENFONDSEN**

---

Er zijn verschillende vergoedingen, gespreid over de volledige duur van de multidisciplinaire behandeling.

### **VOOR DE EVALUATIEBILANS**



U ontvangt een forfaitaire vergoeding van **50 euro** als de coördinerende arts van het centrum een attest uitschrijft als bewijs dat er 3 evaluatiebilans voor u zijn opgesteld. Dat gebeurt in principe bij het begin van de behandeling, om te weten waarop het multidisciplinaire team zich moet toespitsen.

### **VOOR DE BEHANDELING**



Na afloop van de behandeling ontvangt u een forfaitaire vergoeding van **175 euro**, op voorwaarde dat de behandeling afgerond wordt binnen 12 maanden na het opstellen van de evaluatiebilans.

Met andere woorden: zodra de bilans zijn opgesteld, hebt u 12 maanden de tijd om de behandeling te doorlopen.

### **VOOR HET TOEZICHT OP EEN VERMINDERING VAN DE BMI**



Als uw BMI vermindert en als u zich na afloop van de behandeling gedurende een jaar laat opvolgen door het centrum, ontvangt u een forfaitaire vergoeding van **45 euro**. De opvolging omvat 4 toezichtsraadplegingen, waarvoor de coördinerende arts van het centrum een attest zal uitschrijven.

### **VOOR HET BEHOUDEN VAN EEN VERMINDERING VAN DE BMI**



Bij obesitas heeft zelfs een gering gewichtsverlies al zichtbaar positieve effecten op de gezondheid. Als u er dus in slaagt om uw BMI te verminderen en de nieuwe BMI gedurende minstens een jaar te behouden, ontvangt u een cadeaucheque ter waarde van **40 euro**.

## MAAR OOK...



### VOOR HEELKUNDIGE INGREPEN

Wie een heelkundige ingreep (bariatrisch en/of plastisch) heeft moeten laten uitvoeren als gevolg van obesitas, zal zien dat het niet evident is om daarna een stabiel gewicht te behouden. Vooral niet als u er alleen voor staat... Daarom is de forfaitaire vergoeding van **45 euro** ook voor die mensen bestemd. Ze moeten zich dan wel laten opvolgen, ten laatste vanaf 6 maanden na de ingreep.



### KOM OP, VOLHOUDEN!

Als de multidisciplinaire behandeling niet het gewenste resultaat oplevert (vermindering van uw BMI), zal de coördinerende arts u wellicht een behandeling met geneesmiddelen voorschrijven. Als dat het geval is, ontvangt u na het eerste jaar van de behandeling een forfaitaire vergoeding van **100 euro**. Het moet dan wel gaan om farmaceutische specialiteiten op basis van sibutramine en orlistat..

#### Wie heeft recht op die vergoedingen?

De multidisciplinaire aanpak van het Obesitasplatform richt zich tot alle leden van de O.Z. die bijdragen tot de aanvullende verzekering en die voldoen aan de volgende criteria:...

- ouder zijn dan 18 jaar,
- een BMI hebben hoger dan of gelijk aan 25,
- een Globaal Medisch Dossier hebben,
- een beroep doen op een multidisciplinair centrum waarmee de Onafhankelijke Ziekenfondsen een overeenkomst hebben gesloten.

#### Wat moet u doen?

U hoeft alleen maar aan te kloppen bij uw ziekenfonds om een specifiek aanvraagformulier te krijgen. Laat dat formulier invullen door de coördinerende arts van het multidisciplinaire centrum en bezorg het dan terug aan uw ziekenfonds.

**Alle vergoedingen worden slechts één keer per drie jaar toegekend!**

## DE INDIVIDUELE AANPAK

Op eigen houtje en op eigen tempo

Bij dit programma neemt u de touwtjes zelf in handen, weliswaar met advies van een erkende diëtist.

Het is dus 'lichter' dan een multidisciplinaire behandeling in een gespecialiseerd centrum.

## **VERGOEDINGEN TOEGEKEND DOOR DE ONAFHANKELIJKE ZIEKENFONDSEN**

### **→ VOOR DE RAADPLEGING BIJ DE DIËTIST!**

U ontvangt een vergoeding van **15 euro** als u langsgaat bij een erkende diëtist. Per jaar worden maximaal 2 raadplegingen vergoed.

### **→ VOOR HET BEHOUD VAN EEN VERMINDERING VAN DE BMI**

Als u erin slaagt om uw BMI te verminderen en de nieuwe BMI gedurende minstens een jaar te behouden, wat bevestigd moet worden door:

- een erkend diëtist of
- Weight Watchers

dan ontvangt u een cadeaucheque ter waarde van **25 euro**.

Dit voordeel wordt slechts één keer per drie jaar toegekend.

#### **Wie komt in aanmerking?**

De voordelen zijn bestemd voor leden van de Onafhankelijke Ziekenfondsen, ouder dan 18 jaar, die bijdragen tot de aanvullende verzekering en die een BMI hebben **hoger dan of gelijk aan 25 kg/m<sup>2</sup>**.

#### **Wat moet u doen?**

U hoeft alleen maar aan te kloppen bij uw ziekenfonds om een specifiek aanvraagformulier te krijgen. Laat dat formulier invullen door de zorgverlener en bezorg het dan terug aan uw ziekenfonds.

**Als u opteert voor de individuele aanpak, dan raden wij u ten stelligste aan om vooraf uw doelstellingen en verwachtingen te bespreken met een arts.**

#### **Overstappen van een multidisciplinaire behandeling naar een individueel programma**

Als de multidisciplinaire behandeling niet beantwoordt aan uw verwachtingen, kunt u na het opstellen van de evaluatiebilans ook gewoon opteren voor advies van een diëtist. In dat geval krijgt u een vergoeding voor de diëtetische raadplegingen.

## NUTTIGE ADRESSEN EN WEBSITES



### **Obesitas Forum**

Gespstraat 68 – 70  
1070 Anderlecht  
Tel. 02 788 38 91 of 02 788 38 96  
obesitas@pr-ide.be  
www.obesitasforum.be

### **Vlaamse Vereniging van Voedingsdeskundigen en Diëtisten**

Vergote Square 43  
1030 Brussel  
Tel. 02 380 80 98  
diëtisten@skynet.be  
www.vvd.be

**De portaal-site van de FOD Volksgezondheid**  
<http://portal.health.fgov.be/Mangepatou/game.html>

[www.boldnet.be](http://www.boldnet.be) : Belgische Vereniging  
voor Obese Patiënten

[www.nubel.com](http://www.nubel.com)

[www.gezondgewicht.be](http://www.gezondgewicht.be)

[www.kilowatch.be](http://www.kilowatch.be)

[www.healthandfood.be](http://www.healthandfood.be)



# Onafhankelijke Ziekenfondsen

de Landsbond van de Onafhankelijke Ziekenfondsen groepeert:

