



HKIV-Info

Inhalt

S.1 Bluthochdruck

S.2 Der medizinische Dienst ist für Sie da!

S. 3 Es ist Sommer. Die Zecken sind zurück!

S.4 Vergessen Sie nicht zum Zahnarzt zu gehen!

S.4 myHKIV: auch online zu Ihren Diensten!

Mai
Juni
2024

Bluthochdruck

Hoher Blutdruck ist nach dem Rauchen die wichtigste Todesursache in Belgien. Etwa 15.000 Menschen sterben jährlich an den Folgen von hohem Blutdruck. Hier finden Sie einige nützliche Infos zu dieser Erkrankung.

Was ist Bluthochdruck?

Bei Bluthochdruck übt das Blut einen anormal hohen Druck auf die Wände der Adern aus, so dass das Herz schneller pumpen muss.

Warum ist Bluthochdruck gefährlich?

Offt sind auch keine oder nur wenig Symptome spürbar, so dass das Problem erst (zu) spät erkannt wird. Bluthochdruck kann jedoch zu Schäden am Gehirn, am Herzen, an den Augen, den Blutgefäßen und Nieren führen.

Risikofaktoren

Jeder kann unter Bluthochdruck leiden, doch das Alter, der Cholesterin, Übergewicht, Diabetes, Rauchen und selbst eine familiäre Veranlagung können eine Rolle spielen.

Vorbeugung

Die einzige Weise, hohen Blutdruck zu vermeiden oder zu bekämpfen, ist eine gesunde Lebensweise oder die Verwendung blutdrucksenkender Arzneimittel.

Tipps

- Vermeiden Sie Übergewicht
- Mäßigen Sie Ihren Alkoholkonsum
- Nehmen Sie wenig Salz zu sich
- Vermeiden Sie zu fette Nahrung
- Bewegen Sie sich ausreichend
- Rauchen Sie nicht
- Verringern Sie Ihren Stress durch Entspannung



Der medizinische Dienst ist für Sie da!

Jedes HKIV-Büro verfügt über einen medizinischen Dienst. Er beurteilt Ihre Arbeitsunfähigkeit und entscheidet, ob sie anerkannt wird und Sie möglicherweise Anspruch auf Leistungen haben. Er ist auch an das Wiedereingliederungsprogramm beteiligt.

Die Arbeitsunfähigkeit melden

Der medizinische Dienst verfolgt Ihre Arbeitsunfähigkeit. Jede Krankheit, die Sie an der Arbeit hindert, sollte daher unverzüglich gemeldet werden. Gemeinsam mit Ihrem Arzt füllen Sie daher das „Formular vertraulich“ aus.

Wenn sich Ihre Situation ändert, müssen Sie den medizinischen Dienst darüber informieren. Tun Sie dies so schnell wie möglich, denn Sie riskieren eine Geldstrafe!

Verfolgung

Der medizinische Dienst wird Ihre Akte weiterverfolgen, um eine fundierte Entscheidung zu treffen.

Während dem ersten Jahr der Arbeitsunfähigkeit werden Sie mehrmals von dem Vertrauensarzt eingeladen. Wenn Sie länger als ein Jahr arbeitsunfähig sind, werden Sie seltener einberufen. Ihr Krankheitsbild wird in jedem Fall berücksichtigt.

Bringen Sie immer alle relevanten medizinischen Unterlagen mit.

Wenn die Einladung für Sie nicht durchführbar ist, wenden Sie sich vorher an Ihren medizinischen Dienst. Wenn Sie nicht erscheinen, werden Ihre Leistungen ausgesetzt. Eine Aussetzung kann nur durch einen triftigen Grund aufgehoben werden.

Sie können auch per E-Mail oder Telefon kontaktiert werden.

Der Vertrauensarzt oder ein medizinischer Assistent kann auch einen Besuch bei Ihnen zu Hause abstellen. Eine solche gezielte und unangekündigte Kontrolle wird auf Antrag des LIKIV durchgeführt.

Wiedereingliederung

Nach 10 Wochen der Arbeitsunfähigkeit erhalten Sie einen Fragebogen. Sie müssen den Fragebogen ausfüllen. Andernfalls kann es zu einer obligatorischen Einladung kommen.

Neben der Beurteilung Ihres Gesundheitszustands wird der Vertrauensarzt auch Ihre Fähigkeit zur Rückkehr an den Arbeitsplatz beurteilen. Gemeinsam kann ein Aktionsplan erstellt oder eine Überweisung an den Wiedereingliederungskordinator vorgenommen werden. Der Aktionsplan kann die (teilzeitliche) Wiederaufnahme der Arbeit, eine Schulung oder eine Überweisung an einen Arbeitsvermittlungsdienst,... beinhalten.

Wenn der Sprung zur regulären Arbeit zu groß ist, kann eine Freiwilligentätigkeit eine Lösung sein. Melden Sie uns Ihre Pläne jedes Mal, bevor Sie eine Arbeit aufnehmen.

Zusätzliche Aufgaben

Neben der Arbeitsunfähigkeit bearbeitet der medizinische Dienst auch Anträge auf geplante medizinische Versorgung im Ausland, Anträge auf Intervention durch das Besondere Solidaritätsfonds und Anträge auf Intervention im Gesundheitswesen.

Nehmen Sie Kontakt zu uns auf

Wenden Sie sich immer im Voraus an Ihren medizinischen Dienst, wenn Sie arbeitsunfähig sind und reisen oder Ihre Arbeit wieder aufnehmen möchten oder spezielle Fragen haben.



Es ist Sommer. Die Zecken sind zurück!

Eine Zecke ist ein kleines braun-schwarzes, spinnenartiges Tier, das die Größe eines Stecknadelkopfs aufweist und sich von Blut ernährt. Zecken treffen wir in Wäldern, auf Wiesen und in Stadtparks an. Zecken befallen Tiere und Menschen, die sich in ihrer unmittelbaren Nähe aufhalten.

Vorsicht vor der Lyme-Borreliose

Wenn Sie von einer Zecke gebissen wurden, können Sie an Lyme-Borreliose erkranken. Diese Krankheit verursacht Probleme mit den Gelenken und können auch neurologische oder Herzprobleme verursachen. Es gibt jedoch keinen Grund zur Panik: 90% der Zecken sind nicht befallen und eine befallene Zecke überträgt nicht automatisch die Krankheit. Wenn die Krankheit darüber hinaus rechtzeitig festgestellt wird, kann sie mit Antibiotika erfolgreich behandelt werden. In Belgien sind lediglich ca. 10% der Zecken von dieser Krankheit befallen.

Zecken leben in waldreichen Umgebungen und sind vor allem von Juni bis Oktober aktiv.

Wie entfernt man eine Zecke?

Wenn Sie von einer Zecke gebissen wurden, müssen Sie diese so schnell wie möglich entfernen, um die Erkrankungsgefahr zu begrenzen.

- Versuchen Sie, den Kopf der Zecke mit einer Pinzette oder mit 2 Fingern zu fassen zu bekommen.
- Drehen und ziehen Sie diesen vorsichtig heraus, um die Zecke zu entfernen (stellen Sie sicher, dass kein Teil der Zecke unter Haut zurück bleibt).
- Desinfizieren Sie die Wunde mit Alkohol, sterilisieren Sie die Pinzette, indem Sie diese eine Zeitlang in warmes Wasser tauchen und waschen Sie sich die Hände.

- Haben sie die Zecke nicht vollständig heraus bekommen? Dann konsultieren Sie einen Arzt, um die Zecke entfernen zu lassen.

Woran erkennt man Lyme-Borreliose?

Bei der Lyme-Borreliose gibt es drei Stadien (die jedoch nicht notwendigerweise alle auftreten).

- 3 Tage bis 3 Monate nach dem Biss: An der Bissstelle erscheint ein roter Fleck, der allmählich größer wird. Die Rötung kann mit Grippe-symptomen einhergehen (Kopfschmerzen, Müdigkeit, Fieber usw.).
- Einige Wochen oder Monate nach dem Biss: Starke Müdigkeit, Schmerzen in den armen oder Beinen, Doppelt-Sehen, Herzrhythmusstörungen.
- Monate oder sogar Jahre nach dem Biss: Gelenkschmerzen oder -schwellung (Arthritis) in Höhe des Knies, neurologische Krankheiten, chronische Hautkrankheiten in Höhe der arme und/oder Beine.

Eine infizierte Person wird eines oder mehrere Symptome aufweisen.

Wie schützen Sie sich?

Hier einige Vorsichtsmaßnahmen, um Bissen vorzubeugen:

- Tragen Sie Kleidung, die Arme und Beine bedeckt (am besten in hellen Farben);
- Kontrollieren Sie nach jeder Wanderung im Wald oder am Waldrand Ihre Haut;
- Schützen Sie die unbedeckten Körperstellen mit einem Insektenschutzmittel;
- Bleiben Sie auf den Wegen, um zu vermeiden, dass Ihre Haut in direkten Kontakt mit hohem Gras, Sträuchern, Farn usw. kommt.

Stress, Einsamkeit, Angst...

Ein unangenehmes Gefühl darf sich nicht festsetzen

[sprichdarueber.be](https://www.sprichdarueber.be)



Vergessen Sie nicht zum Zahnarzt zu gehen!

Vergessen Sie Ihren jährlichen Zahnarztbesuch nicht, wenn Sie im nächsten Jahr eine bessere Erstattung erhalten möchten.

Welche Pflege?

Folgende Leistungen werden von der HKIV erstattet:

- Konsultationen: jährliche Munduntersuchung, klassischer Besuch
- Vorbeugende Behandlungen: Zahnsteinentfernung
- Pulpektomie: Nervenbehandlung eines Zahns
- Zahnfüllung: Behandlung von Karies

Welche Tarife?

Die offiziellen Tarife erhalten Sie in Ihrem HKIV-Büro oder auf unserer Website www.hkiv.be (Rubrik Tarife).

Wenn Sie den Zahnarzt wenigstens einmal im Jahr besuchen, wird Ihre Zahnpflege besser erstattet (Zahnpflegeverlauf)! Wenn Sie in diesem Jahr noch nicht bei Ihrem Zahnarzt waren, vereinbaren Sie so bald wie möglich einen Termin!

Für Jugendliche

Für Jugendliche unter 18 Jahren kann diese Betreuung sogar völlig kostenlos sein.

Im Rahmen des Drittzahlersystems müssen Sie, wenn Ihr Zahnarzt nicht die offiziellen Sätze anwendet, nur den Aufschlag zahlen, den Ihr Zahnarzt zusätzlich zu den offiziellen Sätzen berechnet.



myHKIV: auch online zu Ihren Diensten!

Unsere Website stellte schon früher zahlreiche Informationen über Krankenversicherungs- und Gesundheitsthemen bereit. Es war schon möglich, online zu bestellen:

- Anmeldeformulare;
- Vignetten;
- Umschläge;
- eine europäische Krankenversicherungskarte.

Mit der Einführung von myHKIV wird es möglich, Ihre eigene Akte teilweise selbst zu verwalten.

Sie können in Zukunft:

- Ihre Kontaktdaten einsehen und ändern;
- Ihre Rückerstattungen einsehen;
- die Daten Ihrer Allgemeinen Medizinischen Akte (AMA) einsehen;
- Ihren Anspruch auf Höchstrechnung prüfen;
- den Versand Ihrer Quittungen verwalten.

Wir werden die Möglichkeiten dieses neuen Services in Zukunft noch erweitern und verbessern. Sie erfahren alle Neuigkeiten in einer der folgenden Ausgaben Ihrer vertrauten Mitgliederzeitschrift HKIV-Info.

