

## Wat is het Longpunt?

In 2010 ging het Longfonds van start met één Longpunt in Groningen, inmiddels zijn er ruim veertig in Nederland. Tijdens de groepsbijeenkomst kunnen mensen met een longziekte, hun partners en mantelzorgers elkaar ontmoeten in hun eigen regio. Vaste bezoekers zijn er erg enthousiast over. 'Ik leer er dingen die je niet van je arts of apotheker hoort', zei een van hen vorig jaar in LONGWIJZER. Anderen gaven aan zich echt beter te voelen dankzij alle informatie die ze er krijgen. Als rapportcijfer gaven ze een dikke 8+.

De Longpuntgroepen komen steeds samen op dezelfde plek in de regio, op hetzelfde tijdstip. Elke keer geeft een deskundige een presentatie over een onderwerp dat veel longpatiënten bezighoudt. Voeding bijvoorbeeld, het innemen van medicijnen of hoe je veilig sport met een longziekte. En er zijn Longpuntmedewerkers aanwezig om vragen te beantwoorden. Zoals longconsulenten: gediplomeerd verpleegkundigen met een aanvullende specialistische opleiding over astma en COPD.

### Buiten de spreekkamer

De Longpunten willen artsen, verpleegkundigen en andere zorgverleners uit de regio zo veel mogelijk betrekken bij de bijeenkomsten. Ze werken samen met de vrijwilligers om van ieder Longpunt een succes te maken. Dat dat lukt, zit 'm er onder andere in dat bezoekers de zorgverleners 'buiten de spreekkamer', in een minder beladen sfeer dus, tegenkomen. Daarnaast zijn de bijeenkomsten erg gezellig.

### Op zoek naar een Longpunt in uw buurt?

Kijk op [longfonds.nl/inuwbuurt](http://longfonds.nl/inuwbuurt)

## Om de tafel met...

### een Longverpleegkundige bij Longpunt

Je ontmoet er anderen met een longziekte, kunt tips uitwisselen, leert veel over omgaan met je ziekte en het is nog gezellig ook. Redenen genoeg om naar het Longpunt te komen. Er komen er steeds meer. Dankzij enthousiaste medewerkers als longverpleegkundige Wilma Buesink.

#### Waarom werkt u mee aan het Longpunt?

Longverpleegkundige Wilma Buesink van het Longpunt De Achterhoek locatie Doetinchem: 'Ik vind het belangrijk om te weten wat er leeft bij patiënten. Bij de bijeenkomsten van het Longpunt hoor je precies met wat voor vragen mensen zitten. Daar kun je als hulpverlener voortaan meer aandacht aan schenken. Zelf vind ik het ook heel prettig dat ik zie wie er allemaal betrokken zijn bij de zorg rondom een patiënt. Bij het Longpunt kan ik sparren met deze mensen in mijn netwerk, zoals diëtisten en fysiotherapeuten.'

#### Hoe bepalen jullie het programma voor de bijeenkomsten?

'Met de mensen van de Longpunten Winterswijk en Zutphen – waarmee we samenwerken – zijn we om de tafel gegaan. Hier waren ook zorgverleners uit alle drie de regio's bij, zoals longverpleegkundigen van de thuiszorg en longartsen van de drie ziekenhuizen. Vanuit iedere regio nodigden we ook twee vrijwilligers uit: patiënten en leden van het Longfonds. Samen kwamen we tot vier thema's, een voor elke kwartaalbijeenkomst van het Longpunt. Later dit jaar nodigden we apothekers uit voor het thema inhalatiemedicatie, vervolgens komt een fysiotherapeut langs en in het najaar gaat de longverpleegkundige in op de vraag: wat kunt u als patiënt zelf doen in het ziekteproces?'



*'Er is tijd om diep in te gaan op wat de ziekte betekent voor iemands dagelijks leven'*

Wilma Buesink,  
Longverpleegkundige



#### Longpunt Doetinchem bestaat nog maar kort. Was de eerste bijeenkomst direct een succes?

'Zeker, er kwamen meer mensen dan verwacht: bijna tachtig! Tijdens deze bijeenkomst was onze gastspreker een longarts uit het ziekenhuis. Hij beantwoordde de meest uiteenlopende vragen uit de zaal. Je zag dat mensen zich goed hadden voorbereid: sommigen hadden een vragenlijstje bij zich. Aan het eind van de middag deelden we aan de bezoekers gesponsorde zuurstofplantjes uit. Toen we er twintig over bleken te hebben, brachten we die naar de longafdeling in het ziekenhuis. Dat vonden ze daar heel leuk.'

#### Waarin is het Longpunt anders dan het longspreekuur?

'Op het spreekuur draait het vooral om het uitwisselen van praktische informatie. We doen bijvoorbeeld inhalatie-instructie en meten de longfunctie. Tijdens een Longpuntbijeenkomst hoor ik heel andere verhalen van patiënten dan tijdens het spreekuur. Er is echt tijd om dieper in te gaan op de vraag wat de ziekte betekent voor iemands dagelijks leven. Het is goed als patiënten hun ervaringen kunnen delen met elkaar en met zorgverleners. Dat inspireert vaak: als er aan tafel iemand naast je zit die een lagere longfunctie heeft dan jij, maar die zich wel goed voelt doordat hij veel beweegt, zet dat soms ook aan tot meer bewegen. Het belang van bewegen bespreek ik natuurlijk ook op het spreekuur, maar mensen nemen vaak meer aan van elkaar. Ze zien dan dat iets in de praktijk werkt en dat werkt motiverend. Het draait om herkenning en erkenning.'

#### Worden er andere vragen gesteld dan tijdens het longspreekuur?

'Ja. Wij zorgverleners merken dat patiënten die het Longpunt bezoeken, beter zijn voorbereid, 'slimmere' vragen stellen en meer kennis hebben over hun ziekte. Door de open sfeer tijdens het Longpunt stellen bezoekers soms vragen die ze in de spreekkamer niet durven voor te leggen. Vragen over gevoelige onderwerpen als het accepteren van je ziekte, voor jezelf opkomen, relaties, verlies van werk en inkomen, en soms rouw. Dat is goed, want zo kan de zorgverlener patiënten nog beter begeleiden. Longpunt is dus vooral 'bruggen slaan'.'