

## Lijst hulpbronnen buiten Tilburg University:

- **Huisarts**
  - De huisarts is altijd het eerste aanspreekpunt en tevens de poortwachter voor alle medische hulp buiten de universiteit. De huisarts kan ook gericht door verwijzen naar een specialist / therapeut / organisatie die hulp bieden passend bij de hulpvraag van de (student)patiënt.
  - Voor lichtere psychische problemen kun je vaker gewoon terecht bij de huisarts. Huisartsen hebben daarvoor vaker een praktijkondersteuner GGZ of psycholoog binnen de praktijk.
  - Meer informatie: <https://www.tilburguniversity.edu/nl/studenten/snelgids/huisarts>
- **De zorgverzekering (check de dekking)**
  - Sinds 1 januari 2014 kun je voor de behandeling van psychische klachten terecht bij je huisarts. Deze hulp valt onder je basisverzekering. Kan de huisarts jou niet verder behandelen, dan verwijst hij of zij jou door naar de Basis GGZ of gespecialiseerde GGZ. Je zorgverzekeraar vergoedt deze behandelingen. Let er daarbij wel op dat de voorwaarden voor vergoeding per zorgverzekeraar kunnen verschillen. Soms is er voor bepaalde behandelingen toestemming van de verzekeraar nodig om vergoeding te ontvangen.
  - Er geldt geen eigen bijdrage meer voor psychologische hulp. Wel moet je eerst een verwijsbrief van de huisarts hebben om behandeling door een psycholoog vergoed te krijgen.
  - Ook moet je er rekening mee houden dat de kosten voor de behandeling voor psychische problemen verrekend worden met je eigen risico.
  - Als je terecht kunt bij een praktijkondersteuner of psycholoog die aan de praktijk van je huisarts is verbonden, krijg je de kosten hiervoor altijd vergoed uit de basisverzekering en hoef je geen eigen risico te betalen.
  - Als de huisarts je doorverwijst naar basis- of gespecialiseerde GGZ-instelling of behandelaar, check dan eerst bij je zorgverzekeraar met welke behandelaars deze een contract heeft afgesloten. Als de behandelaar geen contract heeft met je zorgverzekeraar, kan het voorkomen dat je de kosten niet of maar voor een deel vergoed krijgt. Maar of de behandelaar nu wel of niet gecontracteerd is, je eigen risico wordt wel aangesproken.
  - Alle noodzakelijke zorg binnen de basis GGZ en gespecialiseerde GGZ wordt vergoed via de basisverzekering. Er moet wel worden voldaan aan de onderstaande voorwaarden:
    - Er is sprake van een vastgestelde diagnose (stoornis) volgens de DSM V. Psychische klachten alleen zijn niet voldoende om gebruik te maken van verzekerde zorg.
    - Doorverwijzing moet geschieden via een huisarts, bedrijfsarts, jeugdarts, medisch specialist, of arts voor verstandelijk gehandicapten
    - In de verwijsbrief moet duidelijk staan wie is verwezen en waarom.
    - Er moet duidelijk aangegeven worden welke soort psychologische zorg nodig is (basis of gespecialiseerde GGZ).
    - Een verwijzing is één jaar geldig.
    - Voor vervolghandelingen die vallen onder dezelfde diagnose is in de meeste gevallen geen nieuwe verwijsbrief nodig. Tenzij de behandeling voor meer dan één jaar wordt onderbroken.

- Voor de actuele en volledige voorwaarden kun je terecht bij je eigen verzekeraar.
- **Info over Basis GGZ (5-12 gesprekken) en Specialistische GGZ (>12 gesprekken)**
  - Basis GGZ: Bij lichte tot matige geestelijke gezondheidsproblemen of chronische (stabiele) problematiek zal de huisarts je doorverwijzen naar de basis GGZ. De behandeling binnen de basis GGZ gebeurt door psychiaters, (vrijgevestigde) psychotherapeuten, klinisch psychologen en GZ-psychologen.
  - Specialistische GGZ: Patiënten met ernstige psychische problemen worden behandeld binnen de gespecialiseerde GGZ. Hier kun je naar worden doorverwezen door de huisarts. Die behandeling wordt net als bij de basis GGZ uitgevoerd door psychiaters, (vrijgevestigde) psychotherapeuten, klinisch psychologen en GZ-psychologen. Je kunt ook behandeld worden door een basispsycholoog. Die kan geen hoofdbehandelaar zijn, maar mag wel als medebehandelaar patiënten behandelen in opdracht van de hoofdbehandelaar.
- **BIG-register (goed om op te letten)**
  - BIG staat voor: Beroepen in de Individuele Gezondheidszorg. De Wet BIG geeft regels voor beroepen in de gezondheidszorg en beschermt patiënten tegen ondeskundig en onzorgvuldig handelen. Het BIG-register is een onderdeel van de Wet BIG.
  - Het BIG-register is een Nederlands register, waarin het basisberoep is opgenomen van personen die werkzaam zijn in een aantal beroepsgroepen in de gezondheidszorg. Het BIG-register geeft duidelijkheid over de bevoegdheid van een zorgverlener. Iedereen kan het BIG-register raadplegen.
  - In het BIG-register kunt u zien of uw zorgverlener bevoegd is zijn of haar beroep uit te oefenen volgens de kwaliteitseisen die in Nederland gelden. Heeft een zorgverlener een specialisme, dan wordt dat getoond. Daarnaast toont het BIG-register of een zorgverlener een tuchtrechtelijke maatregel opgelegd heeft gekregen.