



HZIV-info

Jaargang 2 • nummer 2 • april-mei-juni 2004

Verantwoordelijke uitgever: Joël LIVYNS, Administrateur-generaal van de Hulpkas voor Ziekte- en Invaliditeitsverzekering
Afzendadres: Troonstraat 30A, 1000 Brussel • Tel. 02/229.35.00 • Fax 02/229.35.58 • www.hziv.fgov.be • info@caami-hziv.fgov.be
Afgiftekantoor Gent X • Dit tijdschrift verschijnt driemaandelijks • Eindredactie: Kristof EELEN

INHOUD

Focus op de gewestelijke dienst Henegouwen - Interview met Annick Donnet	blz. 1
Bereken uw ideale gewicht	blz. 2
Goedkopere voorbehoedsmiddelen voor jongeren	blz. 3
De Europese ziekteverzekeringskaart	blz. 4
Tandheelkundige verzorging: terugbetalingsvoorwaarden	blz. 5
Vergeet uw SIS-kaart niet te laten bijwerken !	blz. 6

FOCUS OP DE GEWESTELIJKE DIENST HENEGOUWEN INTERVIEW MET ANNICK DONNET



Het personeel van het kantoor te Bergen (van links naar rechts): (onder) P. Wynant, C. Maene, C. Laevens, A. Donnet, B. Lesterquy; (boven) L. Véro, S. Mahieu, L. Semoulin, P. Lampe, C. Lepoivre

Annick Donnet is gewestelijk beheerder van de gewestelijke dienst Henegouwen (zie foto). Wij hebben haar enkele vragen gesteld over haar gewestelijke dienst.

De provincie Henegouwen telt niet minder dan 12 contactpunten! Hoe verklaart u dat?

Om de behoeften van onze verzekerden beter te beantwoorden, hebben wij drie kantoren: **Bergen, Charleroi (vanaf 9 augustus 2004 hebben we het genoeg onze leden in de nieuwe kantoren te ontvangen in de Rue de la Rivelaïne 4, te Montignies-sur-Sambre)** en **Moeskroen**. Daarnaast hebben we ook nog 9 permanenties die voornamelijk in de **Région du Centre** gevestigd zijn.

Op korte termijn hebben we het voornemen nieuwe contactpunten te openen in het oosten van de provincie. Onze eerste doelstelling is een "buurtbeleid" voor onze verzekerden te ontwikkelen en samen te werken met andere openbare diensten waarmee wij regelmatig in contact komen.

Hoe verklaart u dat Franse verzekerden een belangrijk deel uitmaken van uw ledenbestand?

De meeste grensarbeiders die in België komen werken en bij de gewestelijke dienst Henegouwen ingeschreven zijn, hebben de Franse nationaliteit. Historisch gezien kan dit verklaard worden door een gebrek aan arbeidsplaatsen in Frankrijk. De dag van vandaag zijn vooral de hogere lonen in België en de vraag naar interimarissen hier een verklaring voor. Omgekeerd zijn er weinig Belgen die elke dag naar Frankrijk gaan om er hun beroep uit te oefenen.

Omdat grensarbeiders aan de wetgevingen van twee verschillende staten onderworpen zijn, hebben zij het soms moeilijk wegwijs te worden in de sociale en fiscale materie. Om hen hierbij te helpen werd een sociale permanentie in onze drie kantoren georganiseerd en een samenwerking met EURES (het Europees portaal voor beroepsmobiliteit) wordt voor de nabije toekomst overwogen.

Nuttige link: www.eureschannel.org

BEREKEN UW IDEALE GEWICHT



Onze levenswijze werkt **overgewicht en obesitas** in de hand. Overal liggen calorierijke voedingsmiddelen voor het grijpen, we bewegen ook steeds minder.

De methode om het **normale gewicht** te bepalen heet de **Body Mass Index (BMI)**. Aan de hand van een eenvoudige formule wordt het ideale gewicht van een **volwassene** (vanaf 18 jaar) bepaald.

DE BODY MASS INDEX BEREKENEN

De waarde van deze index houdt rekening met de **lengte van de persoon en met zijn gewicht**. Het lichaamsgewicht (in kg) wordt gedeeld door de lichaamslengte (in meter) in het kwadraat.

$$\text{BMI} = \frac{\text{gewicht (kg)}}{\text{lengte (m)} \times \text{lengte (m)}}$$

Bijvoorbeeld:

- Gewicht: 58 kg
- Lengte: 1,65 meter

Formule: $58 / (1,65 \times 1,65) = 21,3$

U hebt het ideale gewicht.

Uw BMI	Dit betekent	Wat moet u doen?
< 20	Te mager	Verdikken
20 - 25	Normaal gewicht	Proberen zo te houden
25 - 30	Overgewicht	Een beetje vermageren
> 30	Ernstig overgewicht	Veel vermageren

WELKE RISICO'S ZIJN VERBONDEN AAN OBESITAS?

De directe gevolgen van obesitas zijn een vermeerdering van de risicofactoren zoals **diabetes type 2, arteriële hypertensie en een te hoog cholesterolgehalte**.

OPLOSSING: GEZONDER LEVEN!

Om beter en gezond te leven, kunt u **voeding best evenwichtiger** samenstellen en meer **energie verbruiken**. We moeten het verbruik van zout, verzadigde vetzuren, calorierijke en gesuikerde voedingsmiddelen proberen te verminderen. Fruit en genoeg groenten eten. Regelmatig fysieke inspanningen zijn ten zeerste aanbevolen.

Nuttige link: www.medinet.be

GOEDKOPERE VOORBEHOEDSMIDDELEN VOOR JONGEREN



In België nemen elk jaar bijna **15.000 vrouwen** hun toevlucht tot een vrijwillige zwangerschapsonderbreking. **Onder hen telt men bijna 3.000 jonge meisjes van 13 tot 20 jaar.** Van de groep jonger dan 15, had bijna twee derden **geen enkel voorbehoedsmiddel noch bescherming gebruikt.**

Deze getallen zijn verontrustend. De Minister van Sociale Zaken en Volksgezondheid, Rudy Demotte, heeft besloten hierop zeer concreet te reageren.

DE DOELSTELLINGEN VAN DE REGERING

De regering wil anticonceptie toegankelijker maken. Jongeren hebben vooral nood aan **informatie** om het **belang van voorbehoedsmiddelen** te begrijpen. Om de strijd tegen ongewenste zwangerschappen aan te gaan, worden alle anticonceptiemiddelen goedkoper voor iedere jonge vrouw onder de 21 jaar.

De regering organiseert ook een informatiecampagne over **voorbehoedsmiddelen** om jongeren te sensibiliseren voor **seksueel overdraagbare aandoeningen (SOA)** zoals AIDS.

HOEVEEL BEDRAAGT DE TERUGBETALING?

Vanaf 1 mei 2004 krijgt iedere jonge vrouw onder de 21 jaar een **maandelijke korting van ongeveer 3 EUR** op de normale prijs van het **voorbehoedsmiddel van haar keuze** (pil, spiraaltje, patch, vaginale ring, implantaat).

Hiervoor moet zij met haar SIS-kaart en een medisch voorschrift naar de apotheker gaan. De apotheker zal automatisch de specifieke korting van de prijs van het anticonceptiemiddel aftrekken.

Jonge vrouwen die **geen SIS-kaart hebben** of tot de **sector van de zelfstandigen** behoren, betalen de **volle prijs** bij de apotheker. In dit geval overhandigt de apotheker een **formulier "704"** waarmee u een specifieke **terugbetaling van ongeveer 3 EUR per maand aan uw gewestelijke dienst kan vragen.** Deze maatregel is niet van toepassing voor de aankoop van condooms.

WELKE ZIJN DE MEEST GEBRUIKELIJKE ANTICONCEPTIEMIDDELEN?

De meest gebruikte anticonceptiemiddelen (pil, spiraaltje en condoom) voorkomen ongewenste zwangerschappen. Bovendien is het **condoom** een middel om **zich tegen AIDS en andere seksueel overdraagbare aandoeningen te beschermen.**

Momenteel kan men **AIDS nog niet genezen.** De **geneesmiddelen** die voor deze ziekte voorgeschreven worden, **verhinderen enkel dat de ziekte zich verder ontwikkelt.**

DE NOODPIL

De noodpil mag **niet verward worden met een doeltreffend anticonceptiemiddel.** Zij voorkomt enkel een ongewenste zwangerschap na onbeschermd seksuele contacten. Het **gebruik** van deze noodpil moet **uitsluitend** beperkt blijven tot **noodsituaties** waarbij de gebruikelijke anticonceptie gefaald heeft.

Als een jonge vrouw **onder de 21 jaar** een noodpil aan de apotheker vraagt en deze **door de arts voorgeschreven** is, is de pil volledig **gratis.** Zij kan ook zonder medisch voorschrift door de apotheker afgeleverd worden, maar dan betaalt de jonge vrouw wel de **volle prijs.** De apotheker geeft haar dan het formulier 704, zodat ze op vertoon ervan, volledig terugbetaald wordt door haar gewestelijke dienst.

CONCLUSIE

Om een korting van ongeveer **3 EUR per maand** te genieten **op alle voorbehoedsmiddelen,** moet een jonge vrouw naar de apotheker gaan met een medisch voorschrift en haar SIS-kaart. De apotheker zal automatisch de specifieke korting van de prijs van het anticonceptiemiddel aftrekken. Kinderen van zelfstandigen en jonge vrouwen die geen SIS-kaart hebben krijgen van de apotheker een formulier 704, dat ze aan de gewestelijke dienst moet bezorgen voor terugbetaling.

De **noodpil** is volledig gratis.

MEER INFO?

- De website van de campagne over voorbehoedsmiddelen: **www.laura.be**
- Meer info over anticonceptie enz.: **www.sensoa.be**

In uw gewestelijke dienst vindt u **folders** over voorbehoedsmiddelen.

DE EUROPESE ZIEKTEVERZEKERINGSKAART

Vanaf 1 juni 2004 vervangt de Europese ziekteverzekeringskaart het formulier E111. Dit document moest u afhalen om te genieten van de toegankelijkheid en de terugbetaling van de geneeskundige verzorging tijdens een tijdelijk verblijf in een van de lidstaten van de Europese Economische Ruimte. **Alle formulieren E111 die voor 1 juni 2004 afgeleverd zijn, blijven geldig tot hun vervalddag en ten laatste tot 31 december 2004.**

WAT ZIJN DE VERSCHILLEN MET EEN FORMULIER E111?

De Europese kaart is individueel en wordt uitgereikt op naam. Elk gezinslid dat in het buitenland wenst te verblijven, moet een eigen kaart hebben.

De geldigheidsduur van deze kaart is niet beperkt tot de duur van het verblijf. U moet dus niet telkens een nieuwe kaart aanvragen als u naar het buitenland terugkeert. Vóór de vervalddag kunt u de kaart meerdere keren gebruiken in verschillende landen.

WIE KRIJGT ER EEN EUROPESE VERZEKERINGSKAART?

Elk lid van de HZIV (gerechtigde of persoon ten laste) die zijn bijdrage betaald heeft, kan een Europese kaart krijgen.

Opgelet: in België kunt u deze Europese kaart niet gebruiken. Zij wordt **alleen uitgereikt aan leden die tijdelijk in het buitenland zullen verblijven**. U kunt uw kaart aanvragen bij uw gewestelijke dienst.

IN WELKE LANDEN IS DEZE KAART GELDIG?

De Europese kaart is geldig in de lidstaten van de **Europese Economische Ruimte** (Cyprus, Denemarken, Duitsland, Estland, Finland, Frankrijk, Griekenland, Hongarije, Ierland, IJsland, Italië, Letland, Liechtenstein, Litouwen, Luxemburg, Malta, Nederland, Noorwegen, Oostenrijk, Polen, Portugal, Spanje, Tsjechië, Slowakije, Slovenië, Verenigd Koninkrijk, Zweden).

De Europese kaart wordt ook in **Zwitserland** aanvaard.

WELKE VERSTREKKINGEN ZIJN GEDEKT DOOR DE EUROPESE KAART?

De Europese kaart geeft recht op **alle verstrekkingen die gedurende het verblijf medisch noodzakelijk zijn**, rekening houdend met de aard van de verstrekkingen en de voorziene duur van het verblijf.

De voorwaarde dat het om dringende hulp moet gaan, is niet meer vereist. De zorgverstrekkers van het gastland moeten het "noodzakelijke" karakter van de verzorging die u vraagt inschatten.

Voor zelfstandigen dekt de kaart enkel de verstrekkingen bij hospitalisatie.

De Europese kaart dekt u alleen als u ziek wordt in het buitenland. **Als u naar het buitenland gaat om er verzorgd te worden, moet u vooraf de toelating van de adviserend geneesheer van uw gewestelijke dienst vragen (formulier E112).**

IN HET BUITENLAND ZONDER KAART?

Als u uw Europese kaart verloren of vergeten bent, kunt u een vervangend bewijs ontvangen, waarvan de geldigheid beperkt is tot de duur van het verblijf.

U ontvangt hetzelfde getuigschrift als u **om dwingende redenen geen tijd had om uw kaart vóór uw vertrek aan te vragen**.



Voor bijkomende informatie kunt u steeds terecht bij uw **gewestelijke dienst** of op het nummer 02/504.66.66 van onze daartoe ingerichte telefooncentrale.

WELKE PRINCIPES BLIJVEN ONVERANDERD T.O.V. HET FORMULIER E111?

Door deze kaart voor te leggen wordt u gelijkgesteld met de verzekerden van het land van verblijf.

Het plaatselijke tarief is van toepassing. Hoeveel dat bedraagt, hangt bijgevolg af van het bezochte land, de aard van de verpleeginrichting of de verstrekker.



Tandheelkundige verzorging kan in 5 groepen opgedeeld worden: raadplegingen, conserverende verzorging, preventieve verzorging, orthodontische behandelingen en tandprothesen.

Omwille van uw tariefzekerheid raden wij u aan om een beroep te doen op een **geconventioneerde** tandarts, die de overeengekomen tarieven zal toepassen. Niet-geconventioneerde tandartsen kunnen vrij hun honoraria bepalen.

DE RAADPLEGINGEN

Een **raadpleging** is een mond-tandonderzoek van de patiënt in de praktijkkamer van de tandheelkundige met het oog op een diagnose of de behandeling van een aandoening.

Hoeveel u terugbetaald krijgt, hangt af van de volgende factoren.

- Gaat het om een **dringende** raadpleging in de spreekkamer van de tandarts of om een **gewone** raadpleging?
- Vond de raadpleging plaats in het **kabinet** van de tandarts of **bij de zieke thuis** op schriftelijke aanvraag van de arts?
- Is de tandarts **geconventioneerde** of niet?

CONSERVERENDE VERZORGING

De **conserverende verzorging** betreft behandelingen zoals:

- tandvullingen (cariës...);
- opbouw van de tandkroon;
- verwijderen van wortels enz.

PREVENTIEVE VERZORGING

Er zijn 3 soorten preventieve verzorging.

- **Mondonderzoek:** bepaalt de verzorging die u nodig heeft. Het mondonderzoek kan één keer per semester uitgevoerd worden (tot de 18de verjaardag) of één keer per kalenderjaar (van 18 t.e.m. 50 jaar).
- **Verwijderen van tandsteen:** de afzetting van tandsteen tegengaan. Tandsteen bezorgt ons vaak talrijke ongemakken (tandvleesontstekingen, uitvallende tanden). Het bedrag van de vergoeding hangt af van uw leeftijd en of u vorige jaar naar de tandarts geweest bent.
- **Verzegelen van groeven en putjes:** uw gewestelijke dienst vergoedt het verzegelen van groeven en putjes tot uw 14de verjaardag.

ORTHODONTISCHE BEHANDELINGEN

Bij **orthodontische behandelingen** worden de forfaitaire bedragen terugbetaald voor het aanbrengen van orthodontische apparaten en het volgen van een regelmatige behandeling.

Vóór de 14^{de} verjaardag van uw kind (behalve uitzonderingen) moet u een aanvraag tot tegemoetkoming indienen bij de adviserend geneesheer. De terugbetaling van de orthodontische behandeling wordt ten laatste op zijn/haar 22^{ste} verjaardag stopgezet, behalve in uitzonderlijke gevallen.

TANDPROTHESEN

Bent u 50 jaar of ouder, dan hebt u recht op een tegemoetkoming **voor een prothese**. Deze leeftijdsgrens geldt ook voor alle bijkomende interventies op bestaande prothesen (herstelling, toevoeging van een of meerdere tanden...)

Indien u voldoet aan de leeftijdsvoorwaarde, dient u zich, om een tegemoetkoming te genieten, bij uw gewestelijke dienst aan te melden met:

- een behoorlijk ingevuld **getuigschrift voor verstrekte hulp** van de tandheelkundige die de prothese gemaakt en geplaatst heeft;
- de bijlage (**bijlage 41**) van het getuigschrift voor verstrekte hulp uitgereikt door de tandarts voor een prothese.

De vernieuwing van een prothese wordt pas toegestaan na zeven jaar (te rekenen vanaf de datum waarop een vorige prothese is geplaatst). Slechts een ingrijpende anatomische wijziging kan tot de vernieuwing van een prothese leiden vóór het verstrijken van de termijn, aan de hand van een formulier "41 ter" voor akkoord uitgereikt door de adviserend geneesheer aan het RIZIV.

TARIEVEN VAN DE GECONVENTIONEERDE TANDARTSEN VANAF 1 APRIL 2004

1. Raadplegingen

Geconventioneerd tarief	Terugbetaling		Remgeld	
	Rechthebbenden zonder voorkeurregeling	Rechthebbenden met voorkeurregeling	Rechthebbenden zonder voorkeurregeling	Rechthebbenden met voorkeurregeling
In de spreekkamer van een licentiaat in de tandheelkunde of een tandarts die een bekwaamheidsgetuigschrift heeft				
17,58 EUR	13,33 EUR	17,58 EUR	4,25 EUR	0,00 EUR
Bij de zieke thuis, door een licentiaat in de tandheelkunde of een tandarts die een bekwaamheidsgetuigschrift heeft				
24,40 EUR	18,30 EUR	24,40 EUR	6,10 EUR	0,00 EUR

Dag van de raadpleging	Geconventioneerd tarief	Terugbetaling		Remgeld	
		Rechthebbenden zonder voorkeurregeling	Rechthebbenden met voorkeurregeling	Rechthebbenden zonder voorkeurregeling	Rechthebbenden met voorkeurregeling
Bijkomend honorarium voor een dringende raadpleging in de spreekkamer van een tandheelkundige					
Zaterdag, zondag, feestdag van 8u tot 21u	7,59 EUR	5,70 EUR	7,59 EUR	1,89 EUR	0,00 EUR
Van 18 tot 50 jaar	16,45 EUR	12,34 EUR	16,45 EUR	4,11 EUR	0,00 EUR

2. Preventieve behandelingen

Geconventioneerd tarief	Terugbetaling		Remgeld per kwadrant	
	Rechthebbenden zonder voorkeurregeling	Rechthebbenden met voorkeurregeling	Rechthebbenden zonder voorkeurregeling	Rechthebbenden met voorkeurregeling
Verwijderen van tandsteen (vóór de 18^{de} verjaardag) indien de rechthebbende vorig jaar een tandarts bezocht heeft				
11,33 EUR	8,50 EUR	11,33 EUR	2,83 EUR	0,00 EUR
Verwijderen van tandsteen (vóór de 18^{de} verjaardag) indien de rechthebbende vorig jaar geen tandarts bezocht heeft				
11,33 EUR	0,85 EUR	1,13 EUR	10,48 EUR	10,20 EUR
Verzegelen van groeven en putjes tot de 14^{de} verjaardag				
11,33 EUR	10,20 EUR	11,33 EUR	1,13 EUR	0,00 EUR

Leeftijd	Geconventioneerd tarief	Terugbetaling		Remgeld	
		Rechthebbenden zonder voorkeurregeling	Rechthebbenden met voorkeurregeling	Rechthebbenden zonder voorkeurregeling	Rechthebbenden met voorkeurregeling
Preventief mondonderzoek					
Tot 18 jaar	18,89 EUR	15,38 EUR	18,89 EUR	3,51 EUR	0,00 EUR
Van 18 tot 50 jaar	50,49 EUR	47,36 EUR	50,49 EUR	3,13 EUR	0,00 EUR

VERGEET UW SIS-KAART NIET TE LATEN BIJWERKEN!

Als uw gewestelijke dienst contact met u opneemt om uw SIS-kaart te laten bijwerken, reageert u best **zo snel mogelijk**.

Om de terugbetalingen zo vlot mogelijk te laten verlopen, moet uw SIS-kaart uw reële rechten inzake geneeskundige verzorging weergeven.

Als dat niet zo is, loopt u het risico dat u achteraf bedragen moet terugbetalen die u ten onrechte betaald werden.