

Preventief Medisch Onderzoek



Inhoud

1	/ Wat kunt u met deze brochure?	5
2	/ Wat is preventief medisch onderzoek?	7
2.1	Wat zegt preventief medisch onderzoek over mijn gezondheid?	7
2.2	Hoe kan preventief medisch onderzoek gedaan worden?	7
2.3	Wie voert preventief medisch onderzoek uit?	8
2.4	Wie betaalt het preventief medisch onderzoek?	8
3	/ Wat zijn de voor- en nadelen van een preventief medisch onderzoek?	11
3.1	Voordelen	11
3.2	Nadelen	12
4	/ Weet u genoeg over de ziekte of de risicofactoren waarop getest wordt?	15
4.1	Informatie over de ziekte of risicofactoren	15
4.2	Informatie over de uitslag	15
4.3	Is het onderzoek voor u bedoeld?	15
5	/ Welke regels zijn er voor artsen / aanbieders?	17
5.1	De wet: niet alles mag	17
5.2	Regels voor artsen / aanbieders	17
6	/ Is een preventief medisch onderzoek betrouwbaar?	19
6.1	Hoe betrouwbaar is de uitvoerder van het onderzoek?	19
6.2	Hoe betrouwbaar is het onderzoek?	19
6.3	Wat betekent de CE-markering bij zelftesten?	20
6.4	Hoe betrouwbaar is het laboratorium?	20
6.5	Is het onderzoek voor u bedoeld?	20
6.6	Hoe betrouwbaar is het bedrijf?	20
7	/ Alles op een rij voor uw keuze	23
8	/ Vragen die u kunt stellen aan de aanbieder van het onderzoek	27

‘Als u klachten heeft of zich zorgen maakt over uw gezondheid, kunt u altijd naar uw huisarts.’

1

Wat kunt u met deze brochure?

U kunt tegenwoordig op veel manieren uw gezondheid laten checken. Bijvoorbeeld een cholesteroltest zonder dat u hart- en vaatklachten heeft, een prostaattest zonder dat u klachten heeft, of een scan van het hele lichaam (total body scan). Dit heet preventief medisch onderzoek. Het vertelt of u een ziekte heeft. Of een verhoogd risico op een ziekte. Andere namen zijn gezondheidstest, gezondheidsonderzoek en health check. Wat zijn de voordelen en nadelen van zo'n onderzoek of test?

Deze brochure helpt u om te kiezen: zal ik wel of geen preventief medisch onderzoek doen?

2

Wat is preventief medisch onderzoek?

Preventief medisch onderzoek is een medisch onderzoek of een (zelf)test bij mensen die geen klachten hebben. U laat uw gezondheid onderzoeken zonder verwijzing van een arts of uitnodiging van de overheid.

Het doel van preventief medisch onderzoek is vroeg ontdekken of u een ziekte heeft of krijgt. Of kenmerken die de kans op ziekte vergroten. Die kenmerken heten risicofactoren. Vroeg betekent: voordat u klachten heeft.

2.1 Wat zegt preventief medisch onderzoek over mijn gezondheid?

- ▶ Er is onderzoek dat aantoont dat u een ziekte heeft of krijgt.
- ▶ Er is ook onderzoek dat niet de ziekte zelf aantoont, maar aangeeft of u persoonlijke kenmerken (risicofactoren) heeft die het risico vergroten om een bepaalde ziekte te krijgen.

2.2 Hoe kan preventief medisch onderzoek gedaan worden?

1. Zelftests op lichaamsmateriaal

Een zelftest is onderzoek van lichaamsmateriaal, bijvoorbeeld bloed, urine, ontlasting of speeksel.

- ▶ Bij sommige zelftests neemt u het lichaamsmateriaal zelf af en krijgt u direct het resultaat te zien: de doe-het-zelftest, bestemd voor thuisgebruik. Bijvoorbeeld een zwangerschapstest.
- ▶ Bij sommige zelftests neemt u het lichaamsmateriaal zelf af en stuurt u het naar een laboratorium. De resultaten krijgt u thuisgestuurd.
- ▶ Bij sommige tests laat u het lichaamsmateriaal afnemen door iemand van een laboratorium, waarna de resultaten naar u worden toegestuurd.

2. Online vragenlijsten

Op internet kunt u vragenlijsten invullen die informatie geven over bijvoorbeeld gezondheidsrisico's. Een risicotest op diabetes is een voorbeeld.

3. Een medisch onderzoek

Dit is een onderzoek dat een zorgprofessional uitvoert. Bijvoorbeeld een echo of een longfunctieonderzoek. De zorgprofessional kan het onderzoek aanvullen met het afnemen van lichaamsmateriaal. Een medisch onderzoek vindt veelal plaats op een specifieke locatie. De resultaten ontvangt de zorgprofessional, die hij/zij met u bespreekt.

‘Preventief medisch onderzoek is een medisch onderzoek of een (zelf)test bij mensen die geen klachten hebben.’

2.3 Wie voert preventief medisch onderzoek uit?

De volgende mensen en/of organisaties kunnen een preventief onderzoek uitvoeren:

- ▶ bedrijfsarts
- ▶ huisarts
- ▶ medisch specialist
- ▶ sportarts
- ▶ apotheker
- ▶ werkgever
- ▶ verzekeraar
- ▶ privékliniek of zelfstandig behandelcentrum (ZBC)
- ▶ u zelf

Kijk of het preventief medisch onderzoek wordt vergoed door uw zorgverzekering. Of vraag het aan uw zorgverzekeraar.

2.4 Wie betaalt het preventief medisch onderzoek?

Wordt het onderzoek vergoed door uw zorgverzekeraar?

- ▶ Als u een preventief medisch onderzoek laat doen door een privékliniek of zelfstandig behandelcentrum, wordt dit meestal niet vergoed door uw zorgverzekeraar.
- ▶ Als het via uw werkgever of door uw bedrijfsarts wordt gedaan, hoeft u het meestal niet zelf te betalen.
- ▶ De huisarts doet soms ook een preventief medisch onderzoek (als u dat samen nodig vindt). Dit is dan 'normale' zorg en wordt meestal vergoed door uw zorgverzekeraar. Het kan zijn dat dit ten koste gaat van uw eigen risico.



3

Wat zijn de voor- en nadelen van een preventief medisch onderzoek?

- ▶ Een onderzoek kan u geruststellen als de uitslag gunstig is.
- ▶ Een onderzoek maakt u bewust van risico's die u loopt.
- ▶ U kunt informatie krijgen waardoor u bewust gezonder kunt gaan leven, om risico's te verlagen.
- ▶ U kunt informatie krijgen waarmee u een concretere vraag aan uw huisarts kunt stellen.
- ▶ Een ziekte kan in een vroeg stadium ontdekt worden, voordat het erger wordt.
- ▶ Niemand hoeft te weten dat u zo'n onderzoek doet: het onderzoek is anoniem.
- ▶ U hoeft meestal geen afspraak te maken.
- ▶ U kunt zelf bepalen wat u wilt laten onderzoeken en wat niet.
- ▶ U kunt zelf bepalen waar en wanneer u een test wilt doen.
- ▶ Zelf een test doen is snel en gemakkelijk.

Voordelen

‘Een preventief medisch onderzoek maakt u bijvoorbeeld bewust van de risico's die u loopt.’



- ▶ Preventief medisch onderzoek kan u confronteren met een ongunstige uitslag.
- ▶ De uitslag kan op twee manier niet kloppen:
 - De uitslag is dat u de ziekte of risicofactoren heeft en later blijkt dat dit niet klopt. Dan heeft u zich zorgen gemaakt over de uitslag, terwijl dit niet nodig was.
 - De uitslag is dat er niets aan de hand is, terwijl er toch iets mis is. Dan stelt het onderzoek u dus gerust, terwijl u eigenlijk naar de dokter moet.
(Zie ook hoofdstuk 6 over de betrouwbaarheid van preventief medisch onderzoek.)
- ▶ Er kan iets anders gevonden worden dan wat u zocht. Dit kan u ongerust maken.
- ▶ Het onderzoek kijkt alleen naar een bepaalde ziekte. Het biedt geen garantie voor uw gezondheid.
- ▶ Als u een genetische test laat doen, kan de uitslag ook belangrijk zijn voor uw familie. Vaak wordt verwacht dat u dit met uw familie bespreekt. Zie www.erfelijkheid.nl.
- ▶ Sommige beeldvormende technieken hebben een bepaald risico op kanker, doordat ze bijvoorbeeld gebruik maken van röntgenstralen. Hoewel het risico meestal klein is, is ieder onnodig risico wat betreft gezondheid een risico te veel (www.radiologen.nl).

- ▶ Als de uitslag is dat u (verhoogd risico op) een ziekte heeft, leidt dit soms tot (vervelende) vervolgonderzoeken. Bijvoorbeeld bij een MRI kan op de gemaakte beelden iets afwijkends worden gevonden. Het kan dan lastig zijn te zeggen wat het precies is. Om dit dan toch duidelijk te krijgen, is er soms verder onderzoek nodig. Bijvoorbeeld andere beeldvorming, maar vaak zal er ook weefsel moeten worden verkregen, met een biopsie of zelfs een operatie. Deze procedures zijn niet zonder risico en waren misschien wel nooit nodig geweest omdat het achteraf niets bijzonders blijkt te zijn.
- ▶ U moet misschien een beslissing nemen of u wel of geen behandeling wilt. Een behandeling kan bijwerkingen of risico's hebben.
- ▶ Het kan zijn dat u het (vervolg) onderzoek zelf moet betalen.
- ▶ Wilt u binnenkort een verzekering of hypotheek afsluiten? Als u een verzekering of hypotheek wilt afsluiten, moet u vragen over uw gezondheid naar waarheid beantwoorden. Het kan zijn dat het daardoor moeilijker of duurder wordt om de verzekering of hypotheek af te sluiten.

‘Preventief medisch onderzoek confronteert u soms ook met een ongunstige uitslag.’

4

Weet u genoeg over de ziekte of de risicofactoren waarop getest wordt?

Het is verstandig om na te denken over de ziekte of de risicofactoren waarop getest wordt, voordat u wel of niet kiest voor een preventief medisch onderzoek. De uitslag kan gevolgen hebben voor uw leven.

4.1 Informatie over de ziekte of risicofactoren

Zorg dat u genoeg weet over de ziekte of over de risicofactoren, voordat u de test laat doen. Op websites van patiëntenorganisaties of artsorganisaties staat meestal betrouwbare informatie. Kijk bijvoorbeeld op www.thuisarts.nl. Ga ook na of u risicofactoren heeft die de kans op de ziekte vergroten. Komt een bepaalde ziekte bijvoorbeeld in uw familie voor? Rookt u?

4.2 Informatie over de uitslag

Zorg voordat u een test laat doen dat u weet wat de uitslag met u persoonlijk doet. Bedenk ook wat u met de uitslag gaat doen. Kunt u deze gebruiken om uw gezondheid te verbeteren? Informeer van tevoren wat u kunt doen als blijkt dat u een ziekte heeft of een verhoogd risico op een ziekte. Als blijkt dat u een ziekte heeft, gaat u waarschijnlijk naar een arts. Vaak krijgt u een behandeling. Als blijkt dat u een verhoogd risico heeft op een ziekte, kunt u meestal meer onderzoek laten doen. Vaak krijgt u advies om gezonder te gaan leven. Het vervolgonderzoek of de behandeling kunnen ook risico's of bijwerkingen hebben.

4.3 Is het onderzoek voor u bedoeld?

Sommige onderzoeken zijn alleen voor mannen of alleen voor vrouwen. Of voor mensen van een bepaalde leeftijd. Of voor mensen met klachten over hun gezondheid. Het is onverstandig om een test te doen die niet voor u bedoeld is. Want de test is dan minder betrouwbaar. (Zie ook hoofdstuk 6, *Is een preventief medisch onderzoek betrouwbaar?*)

5

Welke regels zijn er voor artsen / aanbieders?

5.1 De wet: niet alles mag

In Nederland is er een wet die zegt dat bepaald onderzoek alleen gedaan mag worden met een speciale vergunning van de Minister van Volksgezondheid. Dit geldt voor:

- ▶ onderzoek met ioniserende straling (CT-scan, röntgenfoto, dexameting);
- ▶ onderzoek naar kanker;
- ▶ onderzoek naar ziekten of aandoeningen waarvoor geen behandeling mogelijk is. Sommige preventief medische onderzoeken worden om deze reden aangeboden in Nederland, maar uitgevoerd in het buitenland, bijvoorbeeld een bodyscan.

5.2 Regels voor artsen / aanbieders

Waaraan moeten artsen zich houden als ze preventief medisch onderzoek aanbieden en uitvoeren? Dat staat in de richtlijn van de artsenfederatie KNMG. Deze richtlijn kunt u bekijken op www.knmg.nl/pmo.

1. Het moet duidelijk zijn welke ziekte of risicofactoren het onderzoek probeert op te sporen.
2. Het moet duidelijk zijn voor wie het onderzoek is bedoeld (de doelgroep).
3. De voordelen van het onderzoek moeten groter zijn dan de mogelijke lichamelijke en psychische nadelen.
4. De aanbieder en/of uitvoerder heeft afspraken met erkende zorgaanbieders over het doorverwijzen van mensen voor verder onderzoek.
5. Cliënten die niet tot de doelgroep van het onderzoek horen of te hoge medische risico's lopen, krijgen van de arts/aanbieder het advies om geen onderzoek te doen/laten doen.
6. De aanbieder onderhoudt een kwaliteitssysteem voor de werkomgeving, materiaal, hulpmiddelen en apparatuur.

Deze richtlijn geldt niet voor:

- ▶ preventief medisch onderzoek waar een vergunning voor nodig is;
- ▶ onderzoek dat onderdeel is van het Nationaal Programma Bevolkingsonderzoek;
- ▶ onderzoek dat mensen zelf (dus zonder hulp van een arts/verpleegkundige/laboratorium) kunnen doen en waarvan mensen de resultaten zelf kunnen aflezen. Dit geldt bijvoorbeeld voor een zwangerschapstest.

6

Is een preventief medisch onderzoek betrouwbaar?

‘Het is goed om te weten dat geen enkel onderzoek 100% betrouwbaar is.’

Het is belangrijk te weten hoe betrouwbaar het preventief medisch onderzoek is. De betrouwbaarheid van een preventief medisch onderzoek hangt af van:

- ▶ de persoon die het onderzoek uitvoert;
- ▶ het onderzoek zelf;
- ▶ het laboratorium dat lichaamsmateriaal onderzoekt;
- ▶ het feit of u wel of niet tot de doelgroep van het onderzoek behoort;
- ▶ het bedrijf dat het onderzoek aanbiedt.

6.1 Hoe betrouwbaar is de uitvoerder van het onderzoek?

In Nederland moeten artsen, apothekers en laboratoriumpersoneel voldoen aan strenge wettelijke kwaliteitseisen en beroepsnormen.

6.2 Hoe betrouwbaar is het onderzoek?

Een preventief medisch onderzoek is betrouwbaar als zoveel mogelijk mensen met de ziekte of risicofactoren worden gevonden. Dit wordt ook de gevoeligheid of sensitiviteit van een onderzoek genoemd.

Ook moet het onderzoek een goed onderscheid maken tussen mensen met en zonder de ziekte of risicofactoren. Dit wordt ook de selectiviteit of specificiteit van een onderzoek genoemd. Hoe selectiever het onderzoek, hoe beter alleen de mensen met de ziekte of risicofactoren worden gevonden.

De betrouwbaarheid hangt overigens niet altijd alleen af van het onderzoek zelf. Bij infecties bijvoorbeeld kan het moment waarop u de test uitvoert belangrijk zijn (u kunt bijvoorbeeld een infectie hebben, maar er kan een bepaalde tijd overheen gaan voordat die infectie is aan te tonen). Een goede verpakking, op de juiste wijze verstuurd en een goede afname zijn ook belangrijk.

Bij het testen op seksueel overdraagbare aandoeningen (soa's) is de keuze van de test van belang. Een persoon is bijvoorbeeld niet hiv-geïnfecteerd, maar heeft misschien wel chlamydia en/of gonorroe. Ook de plaats van het lichaam waar de test wordt gedaan, is van belang. Als bijvoorbeeld een soa-test aangeeft dat er geen genitale infectie is, kan er nog wel een infectie anaal of in de mond zijn. (Zie www.soa aids.nl)

6.3 Wat betekent de CE-markering bij zelftesten?

Een zelftest mag in Europa door een fabrikant op de markt gebracht worden als het voldoet aan wettelijke eisen. Een test die aan deze eisen voldoet, is te herkennen aan de CE-markering. Niet alle testen die (via internet) worden aangeboden, hebben een CE-markering.

6.4 Hoe betrouwbaar is het laboratorium?

Een medisch laboratorium in Nederland met een goed kwaliteitsbeleid krijgt van het CCKL een keurmerk. Het CCKL is de Stichting voor de bevordering van de kwaliteit van het laboratoriumonderzoek en voor de accreditatie van laboratoria in de gezondheidszorg. Laboratoria met dit keurmerk vindt u op www.cckl.nl

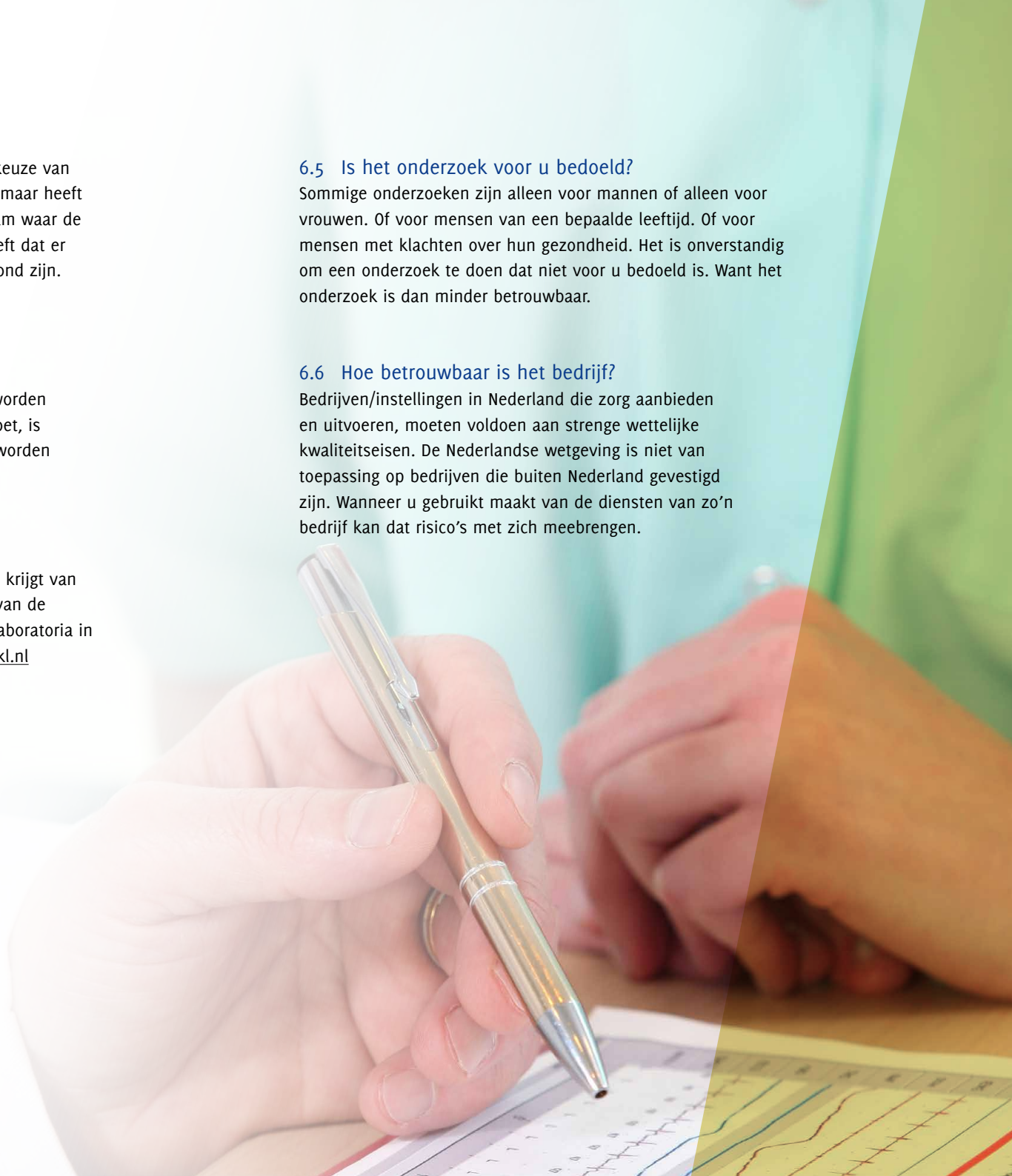
'Bij testen op soa's is ook de plaats van het lichaam waar de test wordt gedaan van belang.'

6.5 Is het onderzoek voor u bedoeld?

Sommige onderzoeken zijn alleen voor mannen of alleen voor vrouwen. Of voor mensen van een bepaalde leeftijd. Of voor mensen met klachten over hun gezondheid. Het is onverstandig om een onderzoek te doen dat niet voor u bedoeld is. Want het onderzoek is dan minder betrouwbaar.

6.6 Hoe betrouwbaar is het bedrijf?

Bedrijven/instellingen in Nederland die zorg aanbieden en uitvoeren, moeten voldoen aan strenge wettelijke kwaliteitseisen. De Nederlandse wetgeving is niet van toepassing op bedrijven die buiten Nederland gevestigd zijn. Wanneer u gebruikt maakt van de diensten van zo'n bedrijf kan dat risico's met zich meebrengen.



7

Alles op een rij voor uw keuze

1. Uw persoonlijke motivatie

Bedenk wat u van het onderzoek verwacht. U kunt verschillende redenen hebben om een preventief medisch onderzoek te laten doen. Bedenk wat voor u de reden is, want een medisch onderzoek heeft voor- en nadelen. Bijvoorbeeld:

- ▶ U denkt dat u gezond bent en u wilt weten of dit klopt.
- ▶ U bent ongerust over uw gezondheid. Bijvoorbeeld door uw leeftijd of leefstijl.
- ▶ Iemand in uw familie of omgeving is ziek of iemand in uw familie heeft een verhoogd risico op een ziekte.
- ▶ U heeft gebrek aan vertrouwen in de gewone (reguliere) gezondheidszorg.
- ▶ Is er een andere reden?

2. Hoe denkt u over het onderzoek?

- ▶ U denkt dat u het onderzoek goed aankunt.
- ▶ U heeft vertrouwen in het onderzoek. Denk aan de volgende vragen:
 - Wordt op het juiste moment getest (met name bij infecties)?
 - Wordt op de juiste plaats getest (met name bij soa's)?
 - Heeft de test een CE-markering?
- ▶ U bent bereid om zelf de kosten voor het onderzoek te betalen, als uw verzekeraar het niet vergoedt.
- ▶ Als de uitslag is dat u een verhoogd risico of de ziekte heeft, kan dat u ongerust maken.
- ▶ Als u genetisch onderzoek laat doen, is de uitslag ook belangrijk voor uw familieleden.
- ▶ Als u het onderzoek of test zelf (gedeeltelijk) uitvoert, let erop dat u de instructies goed begrijpt en opvolgt.

3. Is de uitvoerder van het onderzoek of test een Nederlandse medisch beroepsbeoefenaar?

In Nederland moeten artsen, apothekers en laboratoriumpersoneel voldoen aan strenge wettelijke kwaliteitseisen en beroepsnormen.

4. Is het laboratorium betrouwbaar?

Is het een Nederlands medisch laboratorium met een CCKL-keurmerk?

5. Behoort u tot de doelgroep?

Is het preventief medisch onderzoek ook voor u bedoeld?

6. Kent u de nadelen van een preventief medisch onderzoek of test?

Kent u de nadelen van een preventief medisch onderzoek in het algemeen?
En van het onderzoek dat u wilt doen in het bijzonder?

7. Hoe denkt u over de ziekte of de risicofactoren waarop getest wordt?

- ▶ Als u een verhoogd risico heeft, wilt u dat weten?
- ▶ Als u een ziekte heeft, wilt u dat weten?
- ▶ U denkt dat iemand met de ziekte of risicofactoren een goed leven kan hebben.

Kijk ook op de website van de patiëntenorganisatie of een artsenorganisatie, bijvoorbeeld www.thuisarts.nl van de Nederlandse huisartsen.

8. Weet u wat de uitslag betekent?

Zorg dat u weet wat de uitslag betekent, voordat u het onderzoek of test laat doen. Stel uzelf de volgende vragen:

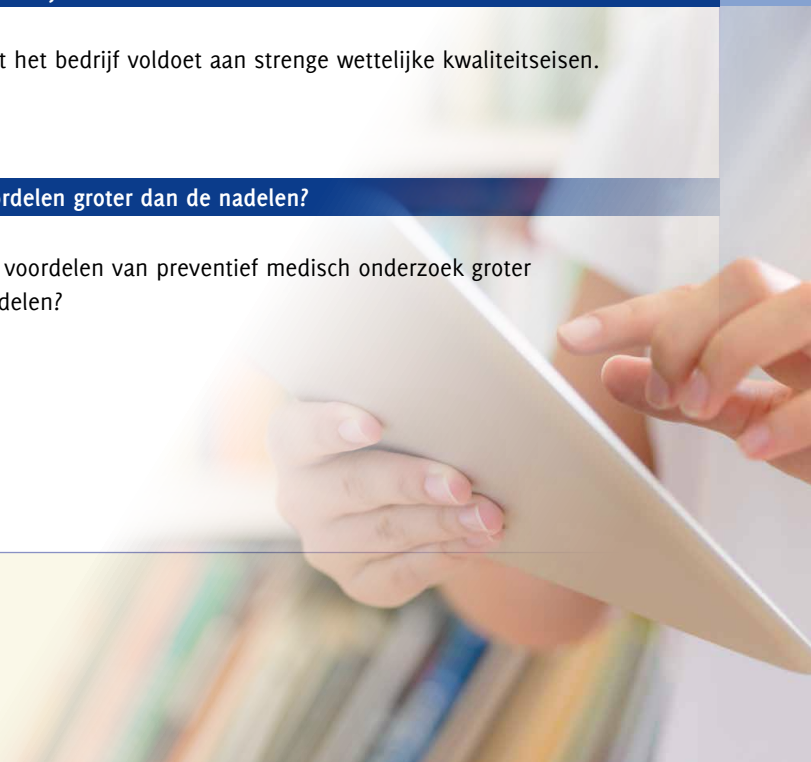
- ▶ Weet u wat u gaat doen, als blijkt dat u een verhoogd risico of de ziekte heeft?
- ▶ Bent u bereid om vervolgonderzoek te laten doen, als dat nodig is?
- ▶ Weet u welke bijwerkingen of risico's het vervolgonderzoek kan hebben?
- ▶ Bent u bereid om uw leefstijl aan te passen, als blijkt dat u een verhoogd risico heeft?
- ▶ Bent u bereid om een behandeling te ondergaan, als blijkt dat u de ziekte heeft?
- ▶ Weet u hoe werkzaam de behandeling is?
- ▶ Weet u welke bijwerkingen of risico's de behandeling kan hebben?

9. Is het een bedrijf in Nederland?

Dan weet u dat het bedrijf voldoet aan strenge wettelijke kwaliteitseisen.

10. Zijn de voordelen groter dan de nadelen?

Vindt u dat de voordelen van preventief medisch onderzoek groter zijn dan de nadelen?



8

Vragen die u kunt stellen aan de aanbieder van het onderzoek

- ▶ Welke ziekte wordt er onderzocht? Of welke risicofactoren?
- ▶ Hoe lang duurt het onderzoek? Wie voert het uit? Waar gebeurt het onderzoek?
- ▶ Wat zijn de risico's van het onderzoek?
- ▶ Wat is het resultaat van het onderzoek? Vertelt het of ik een ziekte heb? Of een verhoogd risico op een ziekte?
- ▶ Wanneer, van wie en hoe (mondeling, schriftelijk) krijg ik de uitslag?
- ▶ Bij wie kan ik terecht met vragen over de uitslag?
- ▶ Hoe betrouwbaar is het onderzoek?
- ▶ Wat gebeurt er met de uitslag?
Aan wie worden de gegevens doorgegeven?
Is het zeker dat mijn gegevens niet bij anderen terecht komen, zonder mijn toestemming?
- ▶ Wat zijn de mogelijke vervolgstappen na de uitslag?

Colofon

Deze informatie is gebaseerd op de KNMG Multidisciplinaire Richtlijn 'Preventief Medisch Onderzoek' uit 2013.

De KNMG Multidisciplinaire Richtlijn ‘Preventief Medisch Onderzoek’ is ontwikkeld voor zorgverleners en aanbieders van preventief medisch onderzoek. Hierin staan aanbevelingen voor de kwaliteit van preventief medisch onderzoek. Deze aanbevelingen zijn gebaseerd op betrouwbaar wetenschappelijk onderzoek en de mening en ervaring van de werkgroep die de richtlijn geschreven heeft.

De richtlijn is tot stand gekomen in een werkgroep van vertegenwoordigers uit de beroepsgroep, zorgverzekeraars, vertegenwoordigers van patiënten en aanbieders, onder leiding van het CBO en TÜV Rheinland Nederland en met financiële steun van ZonMw.



www.knmg.nl/pmo

Als u deze qr-code met uw mobiele telefoon scant, komt u terecht op de KNMG-website waar de publicatie staat.

Versie april 2015

Opmaak inHuisstijl, Den Bosch

Contactgegevens KNMG Postbus 20051 3502 LB Utrecht - (030) 282 38 00 - www.knmg.nl

Overname van teksten uit deze publicatie is toegestaan onder vermelding van de volledige bronvermelding.

Aantekeningen