

# HZIV-info

## Inhoud

p.1 Covid: PCR-test  
p.2 Op reis

p.3 Lach uw tanden bloot!  
p.4 Vaccinatie

juli  
augustus  
2021

## Covid: PCR-test

**De verplichte ziekteverzekering vergoedt bepaalde PCR-testen die in België uitgevoerd worden. De HZIV regelt de terugbetaling dan rechtstreeks met het labo en u hoeft dus niets te betalen.**

### Voorwaarden?

De opsporingstesten coronavirus in België kunnen gratis zijn als:

- uw ziekteverzekering in orde is bij de HZIV;
- u in België getest wordt in een erkend labo;
- u een CTPC-activatiecode of medisch voorschrift kunt voorleggen.

### Test wegens gezondheidsredenen

Vertoont u symptomen of moet u zich laten testen omdat u in contact kwam met een besmet persoon? Dan ontvangt u een persoonlijke activatiecode.

Deze CTPC-activatiecode (Corona Test Prescription Code) wordt per SMS verstuurd en doet dienst als medisch voorschrift.

U ontvangt een dergelijke code wanneer u uw arts geraadpleegd heeft of op het initiatief van de overheid wanneer er kans op besmetting bestaat. De code bestaat uit 16 cijfers.

Met deze code kunt u een afspraak maken in een testcentrum in uw buurt.

### Test voor een andere reden

**Opgelet!** De opsporingstesten die u zonder medisch voorschrift of activatiecode laat uitvoeren zijn in theorie betalend. Deze worden niet vergoed door de HZIV.

In de kader van een reis of een cultureel evenement vergoeden we 2 PCR-testen als ze uitgevoerd worden tussen 28 juni en 30 september 2021. Dit geldt voor wie de mogelijkheid nog niet gehad heeft zich te laten inenten en dus nog geen immuniteit verworven heeft.

De vergoeding gebeurt op basis van een speciale testcode die u via **mijngezondheid.be** kunt aanvragen.

**Opgelet!** De info uit dit artikel is sterk afhankelijk van de evolutie van de gezondheidssituatie en het geldende beleid ter bestrijding van de pandemie. Er kunnen dus wijzigingen optreden in functie van de beslissingen van de regering.



**We hebben allemaal nood aan vakantie... Met wat geluk vertrekken we op reis en kunnen we even ontsnappen aan ons vertrouwd Belgisch wisselvallig weer. Vergeet in dat geval niet, om vóór uw vertrek, het passende reisdocument aan te vragen. Uw Belgische ziekteverzekering komt namelijk niet overal tussen...**

---

EER, Australië, Noord-Macedonië of Zwitserland

---

Voor de terugbetaling van onvoorziene zorg tijdens een tijdelijk verblijf in een lidstaat van de Europese Economische Ruimte (EER)\* of Zwitserland, kunt u gebruik maken van de Europese ziekteverzekeringskaart (EZVK).

Australië en Noord-Macedonië aanvaarden deze EZVK ook. Voor Australië moet u de vergoeding echter ter plaatse aanvragen. Na uw terugkeer in België is een terugbetaling niet meer mogelijk.

---

## Buiten de EER

---

België heeft overeenkomsten inzake geneeskundige verzorging gesloten met een aantal landen:

- Algerije
- Bosnië
- Marokko
- Montenegro
- Servië
- Tunesië
- Turkije

Voor deze bestemmingen heeft u een specifiek formulier nodig dat u vóór vertrek kunt bekomen bij uw HZIV-kantoor.

De specifieke voorwaarden kunnen naargelang het land verschillen. In bepaalde gevallen moet u de datums van uw reis opgeven.

**Opgelet!** De overeenkomsten met Algerije en Marokko gelden niet voor zelfstandigen!

---

## Andere landen

---

De terugbetaling is soms mogelijk maar onder strikte en beperkende voorwaarden. Neem contact op met uw HZIV-kantoor voor meer info.

---

## Een arbeidsongeschiktheidsuitkering?

---

Gaat u met vakantie of verhuist u naar het buitenland? Vergeet dan niet de adviserend arts van uw HZIV-kantoor in te lichten.

---

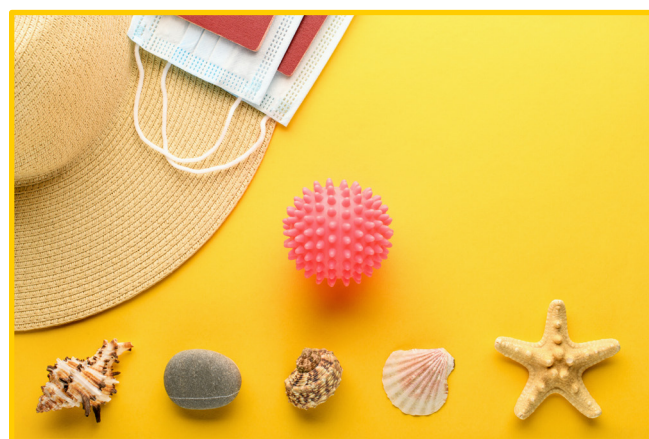
## Waarom?

---

Voor bepaalde landen is de **voorafgaande** toestemming van de adviserend arts vereist. Meld daarom het land en de periode van uw verblijf. Met de toestemming van de adviserend arts kunt u met vakantie zonder u zorgen te maken over uw uitkeringen.

Het is belangrijk dat we op de hoogte zijn van uw afwezigheid om een medische controle te plannen. Valt een controle bijvoorbeeld samen met uw afwezigheid, dan kan de controle eventueel verplaatst worden.

Op deze manier mist u geen enkele controle en loopt u niet het gevaar uw recht op uitkeringen te verliezen.



\*Leden van de EER: Bulgarije, Cyprus, Denemarken, Duitsland, Estland, Finland, Frankrijk, Griekenland, Hongarije, Ierland, IJsland, Italië, Kroatië, Letland, Liechtenstein, Litouwen, Luxemburg, Malta, Nederland, Noorwegen, Oostenrijk, Polen, Portugal, Roemenië, Slowakije, Slovenië, Spanje, Tsjechië en Zweden.

# Lach uw tanden bloot!

**Goede tanden vereisen goede zorgen Om uw tanden te beschermen neemt u het best zo snel mogelijk goede gewoontes aan.**

## Uw voeding

Alles begint met de keuze van uw voeding.

Vermijd tandbedervende voeding, zoals snacks en gesuikerde dranken (snoep, frisdrank). Ze veroorzaken zuuraanvallen die de tanden beschadigen en de kans op cariës verhogen.

Andere voedingsmiddelen hebben daarentegen positieve gevolgen voor uw tanden: eet regelmatig fruit en verse groenten om uw tandvles en uw tanden te versterken. Drink bij voorkeur water als u dorst hebt.

Gun uw tanden ten slotte ook wat rust door niet meer dan 5 keer per dag te eten.

## Regelmatig verzorgen

Definitieve tanden groeien niet meer terug als ze uitvallen. Draag er bijgevolg zorg voor, zodat je ze zo lang mogelijk kan houden.

2 goede gewoontes helpen u hierbij:

- Poets uw tanden minstens 2 keer per dag.
  - gedurende minimum 3 minuten;
  - gebruik tandpasta met fluoride;
  - vervang uw tandenborstel elke 3 maanden;
  - gebruik flos tegen tandplak.

- Laat uw tanden minstens een keer per jaar door uw tandarts nakijken.

Hij zal de toestand van uw tanden onderzoeken en waar nodig onmiddellijk ingrijpen (tandsteen verwijderen, gaatjes opvullen, ...)

## Afspraak bij de tandarts

Wacht niet tot u geveld wordt door tandpijn om hem/haar een bezoekje te brengen.

Een bezoek overslaan kan namelijk snel pijnlijk worden.

En? Wanneer is uw afspraak?



## Op reis? Bestel tijdig uw EZVK!

Gaat u op reis? Vergeet dan niet om een Europese Ziekteverzekeringskaart aan te vragen voor bestemmingen binnen de EER.

U kunt deze kaart gratis bekommen bij uw HZIV-kantoor of ze online aanvragen op onze website: [www.caami-hziv.fgov.be/nl/bestellingen-voor-leden](http://www.caami-hziv.fgov.be/nl/bestellingen-voor-leden)

Wij wensen u alvast een zorgeloze vakantie.

**Door de pandemie praat men veel over vaccins. Men zou bijna vergeten dat niet alles over Covid-19 gaat! Er zijn ook andere ziektes die op afstand kunnen worden gehouden door vaccins zoals bijvoorbeeld mazelen, bof of rode hond. Sommige vaccins zijn trouwens verplicht.**

**Een kleine herinnering om de goede kanten van een klein spuitje te (her)ontdekken.**

## Wat is een vaccin?

Een vaccin is een preventief medicijn om een ziekte te vermijden.

Een vaccin bevat een kleine hoeveelheid dode of verzwakte microben. Deze microben verplichten ons verdedigingssysteem (immuunsysteem) te reageren zonder de ziekte op te wekken.

Zich laten vaccineren is een niet-offensieve microbe in ons organisme laten opnemen. De microbe zal ons niet echt ziek maken maar ons immuunsysteem zal er als verdediging op reageren door het aanmaken van specifieke antilichamen.

Als u daarna besmet wordt met de echte microbe zal ons immuunsysteem deze herkennen en kunnen neutraliseren vóór de ziekte zich kan ontwikkelen.

Soms is er een levenslange bescherming, bij andere vaccins verdwijnt een deel van de antilichamen na verloop van tijd. Men moet zich dan opnieuw laten vaccineren (rappel-vaccin) om voldoende antilichamen te behouden.

## Groepsimmunititeit?

Zich laten vaccineren is zichzelf beschermen tegen een reeks ziektes met eventueel zware complicaties. Dankzij vaccinatie vermijdt men uitbraak van ziektes en vermindert men het risico op besmetting van andere personen.

Bepaalde personen mogen geen vaccins ontvangen, bijvoorbeeld omdat ze een zwakke gezondheid hebben zoals ouderen en personen met een chronische aandoening. Dat geldt ook voor mensen

die allergisch zijn aan ingrediënten van het vaccin of waarvan het immuuniteitssysteem is verzwakt...

## Veiligheid van vaccins

Vaccins kunnen bijwerkingen veroorzaken maar ernstige bijwerkingen zijn gelukkig eerder uitzonderlijk.

Lichte bijwerkingen zijn:

- Matige koorts (minder dan 38.5° C);
- Lichte pijn, roodheid of zwelling op de injectieplaats. Bij sommige vaccins kan dit uitgebreider zijn. Dit verdwijnt meestal spontaan na enkele dagen;
- Verharding op de injectieplaats – soms een knobbeltje;

Bij een vaccinatie tegen mazelen, bof of rode hond:

- Koorts tussen de 5e en de 12e dag na de vaccinatie;
- Een lichte rode huiduitslag en/of tijdelijke gewrichtspijn.

Voor deze bijwerkingen is er geen behandeling nodig, de klachten verbeteren spontaan. Een knobbeltje kan wel enkele weken voelbaar blijven.

Is de reactie heviger of bent u ongerust, neem dan de bijsluiter door of neem contact op met uw huisarts.

## Meer info ?

Spreek met uw huisarts of consulteer de website: **[laattjevaccineren.be/andere-vaccinaties](https://www.laattjevaccineren.be/andere-vaccinaties)**

