

Eerst naar  
de huisarts

Zonder dokters-  
voorschrift krijg je  
geen terugbetaling  
van je sessies bij  
een psycholoog.



# Voor € 11 naar de psycholoog

Mensen met psychische problemen wachten vaak jaren voordat ze hulp zoeken. Om de drempel te verlagen, gaat de regering de terugbetaling ervan regelen. Er zijn wel veel voorwaarden.

Ben van Gils – Gitte Wolput

Eerder dit jaar kondigde minister van Volksgezondheid Maggie De Block met veel trompetgeschal aan dat consultaties bij een klinisch psycholoog zullen worden terugbetaald. De maatregelen blijken echter niet meer dan een aarzelend begin en roepen heel wat vragen op.

### Hoeveel bedraagt de terugbetaling?

Je betaalt € 11 per sessie uit eigen zak.

### Hoeveel sessies worden terugbetaald?

Vier sessies, verlengbaar met nog vier sessies.

### Voor welke psychische aandoeningen is de terugbetaling bedoeld?

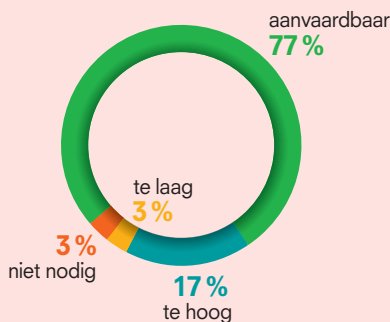
De terugbetaling is bedoeld voor "eerstelijnszorg", dat wil zeggen voor het detecteren van psychische problemen en voor een kortdurende behandeling van klachten zoals depressieve gevoelens, angst en burn-out ... Kamp je met een psychische stoornis, dan ben je daar wellicht niet in vier of acht sessies van af. Als je de behandeling daarna op een betaalbare manier wilt voortzetten, kun je eventueel terecht bij een Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg. Dat kost meestal ook € 11 per sessie (dankzij subsidies), maar je komt mogelijk op een wachtlijst. Je kunt de behandeling voortzetten in een privépraktijk, maar dan betaal je de volle pot.

### Kan ik terecht bij eender welke klinisch psycholoog?

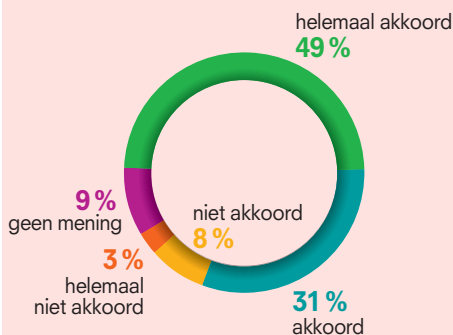
Neen. Die vind je via je huisarts. Meer zelfs, je móét eerst naar de huisarts (of een psychiater) om een doorverwijzing naar een klinisch psycholoog te krijgen. Anders krijg je de terugbetaling niet. Het zal misschien niet eenvoudig worden voor huisartsen om een psycholoog te vinden. Ten eerste moet die zijn aangesloten bij een psychiatrisch ziekenhuis, dat deze dienstverlening coördineert. Ten tweede mag de psycholoog maximaal € 45 per sessie aanrekenen (waarvan je dus € 34 terugkrijgt). Het verschil met de

## WAT VINDT DE BELG ERVAN?

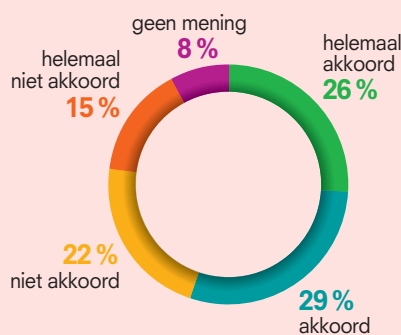
Het verlaagde tarief van € 11 is ...



De terugbetaling moet worden uitgebreid naar alle leeftijden en alle psychische problemen



Een doorverwijzing van een huisarts is niet nodig



Bron: enquête Test Aankoop in juli 2018 onder 1 003 Belgen

gebruikelijke € 60 à € 65 die een klinisch psycholoog vraagt voor een sessie, is erg groot. De Belgische Federatie van Psychologen raadt haar leden dan ook aan om niet in dit programma te stappen.

### Waarom moet ik eerst naar de huisarts?

Een mogelijk voordeel is dat de huisarts kan inschatten welke psychologische hulp je nodig hebt. Misschien ben je al geholpen met enkele eenvoudige adviezen, een informatiesessie of een zelfhulpprogramma. Een huisarts heeft ook een globaal zicht op je gezondheid en medicatiegebruik. Een nadeel is dat de drempel naar psychologische hulp wordt verhoogd: niet iedereen wil zijn problemen bespreken met zijn huisarts. Wij menen dat patiënten ook rechtstreeks toegang tot een psycholoog moeten kunnen krijgen, op voorwaarde dat die een opleiding eerstelijnspsychologie heeft gevolgd.

### Komt iedereen in aanmerking?

Helaas niet. Alleen volwassenen tussen 18 en 64 jaar hebben recht op de terugbetaling. 65-plussers en kinderen komen niet in aanmerking.

### Vanwaar de beperking in leeftijd, aantal sessies, soort aandoening?

Het budget bedraagt 22,5 miljoen euro en dat is veel te weinig. Het staat in schril contrast met de 300 miljoen euro die volgens sommige studies nodig zijn om eerstelijnszorg goed te organiseren. Volgens cijfers van de Christelijke Mutualiteit werd in 2016 bijna 90 miljoen euro uitgegeven aan antidepressiva, terwijl niet al deze patiënten antidepressiva echt nodig hebben. Minister De Block zegt wel dat ze het budget voor eerstelijnszorg wil optrekken.

### Wanneer treedt deze regeling in werking?

Minister De Block wil de terugbetaling eind dit jaar of begin 2019 laten starten. Maar er is nog geen volledig akkoord over het voorstel. Het is mogelijk dat enkele punten zullen wijzigen. We houden het in de gaten. 🍎