

Reumakuur in het buitenland: wat vergoedt de zorgverzekering?

Als je reuma hebt, ben je vaak al lang bezig met medicijnen, fysiotherapie en misschien revalidatie. Toch kun je het gevoel hebben dat je vastloopt in je klachten. Misschien merk je dat warmte je goed doet, of hoor je verhalen van anderen die baat hadden bij een kuur in een kuuroord in Duitsland, Hongarije of Tsjechië. Maar wat vergoedt je zorgverzekering?

Waarom een reumakuur in het buitenland (en niet in Nederland)?

In Nederland is de medische reumazorg meestal goed geregeld: je hebt een reumatoloog, je kunt naar een revalidatiecentrum en je hebt toegang tot fysiotherapie. Toch kiezen sommige mensen bewust voor een kuur over de grens. Dat heeft een paar duidelijke redenen:

1. Klimaat en warmte

In veel kuuroorden is het klimaat milder en is er warm bron- of thermaal water. Warmte kan stijfheid en pijn tijdelijk verminderen, waardoor bewegen makkelijker gaat. In Nederland kun je ook in warm water oefenen, maar het weer en de omgeving zijn hier anders.

2. Kuurtraditie en intensief programma

In landen als Duitsland, Hongarije en Tsjechië bestaan al lang gespecialiseerde reumaklinieken en kuuroorden. Je volgt daar vaak een meerweeks programma met:

- dagelijks meerdere uren therapie
- een vast dagschema met oefeningen, rust en warmwaterbehandelingen
- alle zorg op één plek

Thuis krijg je zorg meer verspreid: een keer per week fysio, af en toe revalidatie, tussendoor werk en gezin. Het intensieve ritme van een kuur is lastig na te bootsen in je gewone leven.

3. Rust en focus

Tijdens een kuur draait het even helemaal om jouw lijf en energie. Je hoeft niet te denken aan werk, huishouden of afspraken.

Maar wel belangrijk om te weten: een reumakuur geneest je reuma niet. Het kan wel een extra hulpmiddel zijn om tijdelijk minder klachten te hebben en beter te functioneren.

Wat gebeurt er tijdens zo'n kuur?

Een reumakuur bestaat meestal uit een combinatie van:

- oefenen in warm water of thermale baden
- individuele en groepsoefeningen

- soms modder- of warmtebehandelingen en massage
- rustmomenten en ontspanningsoefeningen
- voorlichting over bewegen en omgaan met pijn

Zit een reumakuur in het basispakket?

Een reumakuur in het buitenland valt niet als aparte behandeling onder het basispakket. In de praktijk betekent dit dat een reumakuur vrijwel nooit volledig wordt vergoed door de zorgverzekering.

Alleen losse, duidelijk medische onderdelen van zo'n kuur kunnen soms (gedeeltelijk) onder de basisverzekering vallen. Het gaat dan bijvoorbeeld om:

- fysiotherapie of oefentherapie die vergelijkbaar is met zorg in Nederland
- revalidatie-achtige behandelingen onder verantwoordelijkheid van artsen of fysiotherapeuten

Zelfs dan geldt:

- er is bijna altijd een verwijzing nodig van reumatoloog of huisarts
- vooraf moet vaak toestemming (machtiging) worden gevraagd bij de zorgverzekeraar
- de kosten tellen mee voor het eigen risico

Reis, verblijf, hotel of appartement, thermale baden en wellness-onderdelen worden in de regel gezien als privé-uitgaven. Die worden niet vergoed en zijn dus volledig voor eigen rekening.

Kortom: meestal betaal je een reumakuur in het buitenland grotendeels zelf, met hooguit beperkte vergoeding voor een deel van de medische behandelingen. Juist omdat reuma vaak een aandoening is met veel en terugkerende zorgkosten, is het verstandig om je [zorgverzekering te vergelijken](#) en hierbij te letten hoe fysio, revalidatie en eventuele zorg in het buitenland zijn geregeld in de polisvoorwaarden.

Kun je iets hebben aan je aanvullende verzekering?

In sommige aanvullende verzekeringen staat een (kleine) vergoeding voor:

- extra fysiotherapie
- alternatieve of aanvullende therapieën
- soms een beperkt bedrag voor kuren of preventieve zorg

Goed om te weten: "Zorgverzekeraars zijn niet verplicht je te accepteren voor een aanvullende verzekering. Sommige verzekeraars hebben een medische selectie, waarbij ze een inschatting maken van jouw verwachte zorgkosten. Medische acceptatie komt tegenwoordig steeds minder

voor. Kijk goed naar de voorwaarden van de aanvullende ziektekostenverzekering die je wil afsluiten, zodat je van tevoren weet of je aan bepaalde gezondheidseisen moet voldoen”, aldus Youri van der Avoird, zorgexpert bij vastelastenplatform Independer.

Daarnaast is het goed om er niet vanuit te gaan dat de hele kuur dan gedekt wordt, maar het kan wel een stukje schelen. Let goed op:

- Gaat het om een maximumbedrag per jaar of per behandeling?
- Geldt de vergoeding ook in het buitenland?
- Moet de behandelaar aan voorwaarden voldoen (bijvoorbeeld erkend fysiotherapeut)?

Denk je erover om in 2027 een kuur te doen, dan is het slim om hierop te letten als je straks de voorwaarden van je [zorgverzekering in 2027](#) doorneemt.

Wat doe je het beste voordat je boekt?

Als je serieus nadenkt over een reumakuur, helpt het om eerst drie stappen te zetten:

1. Overleg met je reumatoloog of huisarts

Vertel waarom je een kuur overweegt en wat je ervan hoopt. Vraag of zij denken dat dit voor jouw type reuma zinvol kan zijn. Als je arts erachter staat, is een verwijzing voor het medische deel eerder mogelijk.

2. Vraag een duidelijk programma op bij het kuuroord

Laat zwart-op-wit zetten welke behandelingen je krijgt, hoeveel uur per dag of week, en wie ze uitvoert zoals de fysiotherapeut, arts of andere therapeut.

3. Bel of mail je zorgverzekeraar vooraf

Stuur de informatie mee en vraag heel concreet:

- zien jullie delen van dit programma als zorg;
- welke onderdelen kunnen worden vergoed en vanuit welk pakket;
- is een machtiging nodig en hoe regel ik die?