

HMT 300

Hematon maakt deel uit van de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties en wordt gesubsidieerd door KWF Kankerbestrijding

nfk Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties



Januari 2021



10 TIPS

VOOR EEN GESPREK MET JE ZORGVERLENER

Een geheugensteuntje bij
het bezoek aan het ziekenhuis

WWW.HEMATON.NL

**weten, delen,
ontmoeten**

1 Wees geïnformeerd

Kennis over je ziekte kun je opdoen via:
www.hematon.nl
www.hematologienederland.nl

2 Bereid je voor

- Houd bij:
- hoe je je van afgelopen periode voelde
- of er zich bijzonderheden hebben voorgedaan
- Noteer vooraf vragen die je wilt stellen

3 Ga bij voorkeur niet alleen

- Twee horen meer dan één
- Bespreek de rolverdeling:
 - wie voert het gesprek?
 - wie maakt de aantekeningen?
- Neem samen je vragen door

4 Welke informatie wil je weten?

- De laboratoriumuitslagen
- De eventuele behandeling en medicatie

5 Maak aantekeningen

- Schrijf de namen op van degenen met wie je spreekt
- Zet een datum bij je aantekeningen
- Noteer de opmerkingen over de behandeling, de medicatie en het gebruik hiervan
- Vraag een print van de laboratoriumuitslagen van het bloedbeeld

6 Zorg voor duidelijkheid

- Vraag wie de hoofdbehandelaar is, wie het aanspreekpunt en hoe deze persoon is te bereiken
- Vraag door als je iets niet duidelijk is
- Vraag waar nodig om een toelichting (een voorbeeld of tekening)
- Controleer of je het goed begrepen hebt: herhaal wat gezegd is in je eigen woorden
- Vraag waar nodig om een toelichting bij medische termen
- Vraag naar (aanvullende) schriftelijke informatie
- Vraag of het gesprek opgenomen kan worden

7 Bij een belangrijke beslissing

- Probeer in het gesprek in elk geval de volgende vragen te bespreken:
 - wat zijn mijn mogelijkheden?

- wat zijn de voor- en nadelen van die mogelijkheden?
- wat betekent dat in mijn situatie?
- zie ook www.3goede vragen.nl
- Vraag tijd om na te denken
- Vraag om een gesprek met een verpleegkundig specialist of een andere professional
- Vraag naar ervaringen met de voorgestelde behandeling:
 - hoe vaak doet men in het ziekenhuis deze behandeling?
 - tot welke resultaten hebben die behandelingen geleid?
- wat kunnen de gevolgen zijn (ook op lange termijn)?
- zijn er alternatieven?
- vraag een 'second opinion' bij twijfel over je behandeling, evt. via je huisarts; meestal is toestemming van de zorgverzekeraar nodig

8 Omgaan met de ziekte

- Laat het je behandelend arts of verpleegkundig specialist weten wanneer je je zorgen maakt of wanneer er bijzondere omstandigheden zijn
- Vraag zo nodig naar begeleidingsmogelijkheden die het ziekenhuis kan bieden
- Als hulpmiddel kun je de lastmeter gebruiken
www.lastmeter.nl

9 Communicatie en bejegening

- Vertel alles wat van belang kan zijn
- Wees respectvol in je houding en gedrag
- Laat het weten als je iets niet prettig vindt hoe een arts of verpleegkundige met je omgaat
- Wees open over je eigen (alternatieve) aanpak naast de reguliere behandeling
- Raadpleeg eens een lotgenoot via Hematon

10 Verantwoordelijkheid

- De behandelend arts doet een behandelvoorstel en geeft daar zoveel mogelijk informatie over
- De beslissing over de behandeling en medicijngebruik neem je zelf (binnen de mogelijkheden)
- De arts en andere zorgverleners kunnen adviseren bij het nemen van beslissingen maar doe wat voor jou goed voelt

Meer informatie

Voor filmpjes over hoe een gesprek kan verlopen, zie www.hematon.nl/thema-s

