

HMT 300

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



mei 2017



# 10 TIPS

## VOOR EEN GESPREK MET JE ZORGVERLENER

Een geheugensteuntje bij  
het bezoek aan het ziekenhuis

*weten, delen,  
ontmoeten*

[WWW.HEMATON.NL](http://WWW.HEMATON.NL)

### 1 Wees geïnformeerd

Kennis over je ziekte kun je opdoen via:  
[www.hematon.nl](http://www.hematon.nl)  
[www.hematologienederland.nl](http://www.hematologienederland.nl)

### 2 Bereid je voor

- Houd bij:
  - hoe je je de 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

- Vraag tijd om na te denken
- Vraag om een gesprek met een nurse practitioner, 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 zijn de risico's?
  - 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](http://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 medicatiegebruik 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/gesprek](http://www.hematon.nl/gesprek)

