

Wat vraag ik aan mijn arts?



Tips voor in de spreekkamer

www.nwz.nl

Inhoud

Goed geïnformeerd	3
Uw voorbereiding op het gesprek met uw arts	4
Welke vragen kunt u stellen?	5
Belangrijke informatie voor uw arts	7

U heeft binnenkort een afspraak met uw arts*. In deze folder vindt u voorbeelden van vragen die u uw arts kunt stellen. En voorbeelden van zaken die belangrijk zijn om aan uw arts door te geven. U kunt dan in overleg tot een weloverwogen keuze voor een onderzoek en/of behandeling komen.

■ Goed geïnformeerd

Voor een goede diagnose en een weloverwogen keuze voor een onderzoek en/of behandeling is het belangrijk dat uw arts u zo goed mogelijk informeert en al uw vragen beantwoordt. En andersom, dat u uw arts zo goed en eerlijk mogelijk informeert over uw gezondheid en uw klachten.

Wederzijdse toestemming

Een behandeling of onderzoek vindt alleen plaats bij wederzijdse toestemming. Een arts verleent toestemming op basis van zijn deskundigheid. U beslist uiteindelijk zelf of u het onderzoek of behandeling wilt. Dit wordt ook wel Samen Beslissen genoemd.

Samen Beslissen - 3 goede vragen

Vaak heeft u de keuze uit meerdere mogelijkheden. Het is dan des te belangrijker om alle voor- en nadelen goed op een rijtje te zetten, en samen met uw arts te zoeken naar het onderzoek en/of de behandeling die het beste bij u past. Dit is onder andere afhankelijk van de risico's en bijwerkingen, uw leefstijl en omstandigheden, uw beroep, en uw wensen.

De volgende zogenoemde '3 goede vragen' kunnen u op weg helpen bij het maken van een weloverwogen keuze. Deze vragen kunt u aan uw arts stellen.

1. wat zijn de mogelijkheden?
2. wat zijn voordelen en nadelen van die mogelijkheden?
3. wat betekent dat in mijn situatie?

** Vaak is ook een verpleegkundig specialist bij uw behandeling betrokken. Dit is een gediplomeerde gespecialiseerde verpleegkundige die bevoegd is om een deel van de (medische) behandeling uit te voeren. Waar in deze folder 'arts' staat, kunt u dus ook 'verpleegkundig specialist' lezen.*

Deze vragen nodigen uw arts uit om alles goed uit te leggen en een open gesprek met u te voeren. Meer informatie over Samen Beslissen en de '3 goede vragen' vindt u op www.3goedevragen.nl. Verderop in deze folder vindt u nog meer voorbeelden van vragen die u kunt stellen.

■ Uw voorbereiding op het gesprek met uw arts

U kunt zich op het gesprek met uw arts voorbereiden met deze folder. Neem de folder op uw gemak door. U kunt in de folder alle vragen aankruisen die u belangrijk vindt. U kunt ook uw eigen vragen toevoegen. Voorin de folder is er ruimte om de antwoorden van uw arts op te schrijven. Verder kunt u onderin aankruisen wat belangrijk is om van tevoren aan uw arts door te geven.

Geef door dat u (veel) vragen heeft

Heeft u meerdere vragen? Geef dit dan aan het begin van het gesprek aan. Uw arts kan hier dan rekening mee houden.

Blijf redelijk

Bespreek open wat u van de arts verwacht, maar ga niets eisen. Dit komt de verstandhouding en de zorg niet ten goede. Probeer u zich in te leven in de rol van de arts. Dat verwacht u omgekeerd toch ook.

Neem iemand mee

Neem als dit is toegestaan iemand mee naar uw afspraak. Twee horen meer dan een. Ook kan degene die u meeneemt aantekeningen maken, zodat u zich op het gesprek kunt richten.

Uw gesprek opnemen

Tijdens de afspraak met uw arts komt vaak veel aan de orde. Zo veel dat u misschien niet alle informatie onthoudt. U kunt dan het gesprek opnemen, bijvoorbeeld met uw mobiel. Geef dit dan door aan uw arts.

Let wel: u mag **absoluut geen** geluidsopname verspreiden of publiekelijk delen, bijvoorbeeld via sociale media. Hiervoor moet u altijd toestemming vragen aan uw arts. Dit geldt ook voor beeldopnames. Meer informatie hierover vindt u op

www.nwz.nl/consult.

Keuzehulpen

Aan elke behandeling zitten voor- en nadelen. Welke behandeling voor u het beste is, hangt af van uw persoonlijke situatie. In sommige gevallen kunt u hiervoor een keuzehulp invullen. Dit is een online vragenlijst die u en uw arts helpt om samen tot een behandelkeuze te komen. Informeer bij uw arts of er in uw geval een keuzehulp beschikbaar is.

Bedenktime

Als uw arts u een ingrijpend onderzoek of een ingrijpende behandeling voorstelt, kunt u gerust om bedenktime vragen. U kunt in die time bijvoorbeeld via een patiëntenorganisatie contact leggen met andere patiënten, en vragen hoe zij het onderzoek en/of de behandeling hebben ervaren.

■ Welke vragen kunt u stellen?

Vragen die u vóór het onderzoek kunt stellen

- wat houdt het onderzoek in?
- wat zijn de risico's van het onderzoek?
- doet het onderzoek pijn?
- wat kan er uit het onderzoek komen?
- hoe voel ik me na afloop?
- zijn er ook andere onderzoeken mogelijk? Wat zijn daar de gevolgen van?

Vragen die u ná het onderzoek kunt stellen

- wat heb ik?
- wat is de oorzaak van mijn klacht?
- wat kan er aan mijn klacht gedaan worden? Bijvoorbeeld: afwachten, behandelen, doorverwijzen?
- wat kan ik zelf doen aan mijn klachten? Bijvoorbeeld: op dieet, meer bewegen, uitzieken?
- wat kan of mag ik niet meer doen? Bepaalde dingen niet meer eten of

drinken, niet meer sporten, niet meer werken, enzovoort?

- kan ik de mening van een andere arts vragen?
- waar kan ik meer informatie krijgen over mijn klacht?
- bestaat er een patiëntenorganisatie voor mensen met dezelfde ziekte als ik?
- kan ik de informatie van mijn arts ergens nalezen?

(Informatie over onderzoeken en behandelingen vindt u ook op www.nwz.nl)

Uw eigen vragen

.....

.....

Vragen over de behandeling

- wat houdt de behandeling in?
- wat zijn de risico's van de behandeling?
- doet de behandeling pijn?
- waarom is de behandeling die u voorstelt de beste voor mij?
- hoelang duurt de behandeling en zijn nog vervolgbehandelingen nodig?
- wie voert de behandeling uit?
- word ik weer helemaal beter?
- hoelang duurt het voor mijn klachten verminderen?
- zijn er ook andere behandelingen mogelijk? En wat zijn daar de gevolgen van?
- wat gebeurt er als ik me niet laat behandelen? Kan de klacht ook vanzelf overgaan?
- ik wil graag bedenktijd voordat ik beslis over de behandeling. Kan ik op een later tijdstip terugkomen of bellen?
- hoe vaak heeft de arts die mij gaat opereren deze ingreep het afgelopen jaar uitgevoerd? (Vooral voor zware en moeilijke ingrepen geldt: hoe meer ervaring, hoe kleiner de kans op fouten en complicaties)

Uw eigen vragen

.....

.....

Vragen over uw medicijnen

- hoe werkt het medicijn dat u me voorschrijft?
- heeft het medicijn ook bijwerkingen?
- kan ik het medicijn verdragen? Bijvoorbeeld als ik zwanger ben of last heb van hoge bloeddruk, allergie of maagklachten?
- kan ik dit medicijn combineren met mijn andere medicijnen?
- mag ik nog autorijden, roken en drinken? Mag ik gewoon alles eten?
- zijn er ook andere medicijnen voor deze klacht?
- wordt het medicijn betaald door mijn verzekering of moet ik nog een eigen bijdrage betalen?

Uw eigen vragen

.....

.....

Vragen over doorverwijzen

- waarom word ik doorverwezen?
- welke informatie wordt er over mij doorgegeven?
(Bijvoorbeeld: wat staat er in de verwijsbrief?)

Uw eigen vragen

.....

.....

■ Belangrijke informatie voor uw arts

Bedenk van tevoren welke informatie belangrijk is voor uw arts.

Denk bijvoorbeeld aan:

- ziekten en behandelingen die u heeft gehad of nog krijgt
- medicijnen die u gebruikt, ook medicijnen zonder recept
- uw klachten: wees eerlijk over uw klachten: overdrijf niet maar zwak uw

klachten ook niet af (bedenk dat onjuiste informatie kan leiden tot een onjuiste behandeling)

- problemen thuis of op het werk
- waaróm u een afspraak heeft gemaakt: bent u ongerust of onzeker, wilt u deskundig advies, wilt u aandacht voor een probleem, wilt u graag een onderzoek of een bepaalde behandeling, enzovoort
- eventuele zwangerschap
- anders:

Begrijpt u de uitleg?

Controleer na het gesprek of u uw arts goed heeft begrepen. Geef in uw eigen woorden kort weer wat u denkt wat er aan de hand is, en wat er gaat gebeuren. Als dit niet klopt, kan uw arts dit direct met u bespreken.

■ Notities

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Noordwest Ziekenhuisgroep

Postbus 501

1800 AM Alkmaar

www.nwz.nl

tel 072 - 548 4444

Colofon

Redactie algemeen
communicatie

Druk Marcelis

Bestelnummer 183633

Op alle onderzoeken en behandelingen van Noordwest Ziekenhuisgroep zijn de algemene voorwaarden van Noordwest Ziekenhuisgroep van toepassing, zie www.nwz.nl