

Vorbereiding thuis



U heeft een afspraak bij Treant of u wordt opgenomen. Daarom vragen wij u om mee te denken over de zorg die u kunt krijgen. Deze kaart helpt u daarbij: met tips over wat u met uw zorgverlener kunt bespreken.

Bereid u thuis alvast voor op het gesprek met uw zorgverlener.

! Schrijf op

- welke vragen u heeft over uw ziekte, zorg en behandeling. Waarover wilt u meer uitleg hebben?
- welke dingen voor u belangrijk zijn in het dagelijks leven, nu en in de toekomst. Wat wilt u kunnen (blijven) doen? Wat heeft u daarvoor nodig?

Bepaal wat u belangrijk vindt. De website www.watertoedoet.info helpt u daarbij met vier vragen.

! Doen

Log in op [mijnTreant](#), het online portaal van Treant. Mogelijk staat er bij uw afspraak extra informatie, zoals een filmpje of een (instructie)folder.

! Neem mee

- Een lijst van medicijnen die u gebruikt;
- Originele verpakkingen van medicatie die is verstrekt door uw thuisapotheek, inclusief baxterrol;
- De medicijnen die u gekocht heeft bij de drogist (zonder recept).

In gesprek met uw zorgverlener

2



Uw zorgverlener bespreekt de mogelijke behandelingen met u. En helpt u bij het zoeken naar de behandeling die het beste bij u past. Ook niet behandelbaar kan een optie zijn.

Bereid u samen met uw zorgverlener goed voor op uw onderzoek, behandeling of operatie.

! Vraag

- wat u mag doen aan lichamelijke beweging tot aan uw onderzoek, behandeling of operatie;
- hoe u zich moet voorbereiden (bijvoorbeeld: nuchter blijven);
- hoelang uw onderzoek, behandeling of operatie duurt;
- hoe u zich naar verwachting voelt na het onderzoek, de behandeling of de operatie;
- hoelang u in het ziekenhuis moet blijven;
- wat u zelf aan uw herstel kunt doen;
- of de dokter met een stift een pijn plaatst bij het te opereren/behandelen lichaamsdeel.

? Vraag

- Dit voelt ik: wat is het?
- Wat kunnen we er allemaal aan doen?
- Wat betekent dit voor mij, nu en later?

! Vertel

- alles over uw gezondheid;
- welke dingen belangrijk zijn voor u in het dagelijks leven (nu en in de toekomst);
- wat u wilt kunnen (blijven) doen;
- welke medicijnen u gebruikt;
- het als u iets niet begrijpt.

Goed medicijngebruik

3



Stel vragen als u nieuwe medicijnen krijgt voorgeschreven.

? Vraag

- Waarom krijg ik dit?
- Wat doet dit medicijn?
- Hoe moet ik het gebruiken?
- Hoelang moet ik het gebruiken?
- Wat zijn de mogelijke bijwerkingen?
- Wat moet ik doen als ik bijwerkingen krijg?
- Kan ik deze medicijnen zonder problemen combineren met de medicijnen die ik nu al gebruik?

! Controleer

- of u de juiste medicijnen heeft gekregen.

! Vertel

- het als een bepaald medicijn niet bij u werkt;
- het als u last heeft van het gebruik van een medicijn;
- voor welke medicijnen u allergisch bent;
- het als een medicijn er anders uitziet dan u had verwacht. In vorm bijvoorbeeld (als u een pil krijgt en een zelf verwachtte) of in kleur.

Adviezen en instructies

4



Volg instructies en adviezen goed op.

! Vertel

- het als een uitleg niet duidelijk is;
- het als u denkt dat u de instructie niet kunt uitvoeren;
- het als u adviezen krijgt die elkaar tegenspreken.

Zorg dat u weet wat u wel en niet mag doen na uw onderzoek, behandeling of operatie.

? Vraag

- naar het gebruik van hulpmiddelen (zoals krukken of rollator);
- of u mag baden en/of douchen;
- welke huishoudelijke activiteiten u mag uitvoeren;
- of u mag autorijden en/of sporten;
- om advies hoe u het best actief kunt blijven.