

De Lastmeter

Een hulpmiddel bij het signaleren van (mogelijke) problemen ten gevolge van uw ziekte

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2402 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

Een ziekte kan uw leven ingrijpend verstoren. De ziekte en de behandeling kunnen niet alleen lichamelijke klachten met zich meebrengen maar ook psychische, praktische en sociale. Bij psychische gevolgen kunt u denken aan angst, onzekerheid, depressieve gevoelens en boosheid. Op praktisch gebied kunt u tegen problemen met het huishouden, vervoer of financiën aanlopen. Voorbeelden van sociale gevolgen zijn veranderingen in persoonlijke relaties, sociale activiteiten en de werksituatie.

Veel van deze problemen kunt u bespreken met familie en vrienden, uw behandelend arts en/of de verpleegkundige. Zij kunnen u helpen de problemen inzichtelijk te krijgen en eventueel een oplossing te vinden.

Het is ook mogelijk dat u tijdens een behandeling of daarna behoefte heeft aan meer ondersteuning. Om ervoor te zorgen dat u die ondersteuning op het juiste moment van de juiste zorgverlener krijgt, maken we in Alrijne Ziekenhuis gebruik van de Lastmeter.

Het gebruik

Wij vragen u om meerdere keren tijdens uw ziekteperiode de Lastmeter in te vullen. De verpleegkundige overlegt met u hoe vaak dat voor u wenselijk is.

Natuurlijk kunt u er zelf voor kiezen om de lastmeter vaker in te vullen, minder vaak of helemaal niet. De verpleegkundige bespreekt uw antwoorden met u en geeft u als u dat wilt een verwijzing naar een andere, gespecialiseerde zorgverlener.

U kunt via Alrijne Ziekenhuis bijvoorbeeld advies en ondersteuning krijgen van een psycholoog, geestelijk verzorger, diëtist of fysiotherapeut.

Ook deelname oncologische revalidatie of contact met een lotgenoot kan helpen.

De voordelen

Met de Lastmeter bieden wij u een middel om u te helpen in gesprek te gaan met uw zorgverlener over de door u ervaren gevolgen van uw ziekte.

Hierdoor kan de verpleegkundige tijdig signaleren dat er behoefte is aan ondersteuning en kan zij in overleg met u op tijd zorgen voor passende doorverwijzing.

Hulpaanbod

Er is op veel gebieden aanbod van hulp en ondersteuning. Uw verpleegkundige kan u informatie geven over welke hulp geboden kan worden door welke zorgverlener. Ook andere informatie, bijvoorbeeld over patiëntenverenigingen of lotgenotencontact kan de verpleegkundige u geven.

Met uw verpleegkundige kunt u bespreken welke hulp het best bij uw behoefte past.

Waar vindt u de Lastmeter?

U kunt de lastmeter van uw verpleegkundige krijgen, maar u kunt hem ook zelf downloaden via www.lastmeter.nl.

Voor de tekst van deze folder is met schriftelijke toestemming gebruik gemaakt van de tekst van de gelijknamige brochure van het Integraal Kankercentrum Nederland (IKNL).