



Lastmeter

Inhoud

Inleiding	3
1. Het gebruik	3
2. De voordelen	4
3. Hulpaanbod	4
4. Waar vind u de Lastmeter?	4
5. De Lastmeter	4

Inleiding

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.

1. 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.

2. 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.

3. 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.

4. Waar vind u de Lastmeter?

De Lastmeter kunt u op de volgende pagina vinden. De volgende keren dat wij u vragen om de Lastmeter in te vullen, krijgt u de Lastmeter van uw verpleegkundige.

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).

5. De Lastmeter

Meer informatie over het gebruik van de Lastmeter kunt u vinden in uw behandelwijzer.

Invuldatum: - - (dag-maand-jaar)

Hoeveel last hebt u van problemen, klachten, zorgen?

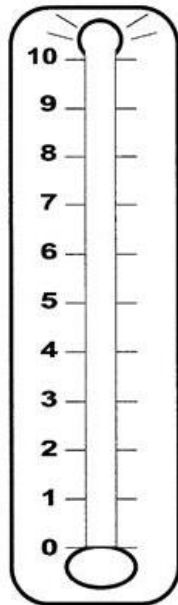
Vul **eerst** de thermometer in.

Omcirkel het nummer op de thermometer dat het best samenvat hoeveel last u de afgelopen week (inclusief vandaag) hebt gehad op lichamelijk, emotioneel, sociaal en praktisch gebied.

10 = extreem veel last

0 = helemaal geen last

Thermometer



patiëntsticker

Probleemlijst

Wilt u voor de gebieden op de achterkant van deze Lastmeter aangeven of u de afgelopen week (inclusief vandaag) hier moeite mee hebt gehad of problemen bij hebt ervaren. Wilt u elke vraag beantwoorden

Ja Nee

Praktische problemen

- zorg voor kinderen
- wonen / huisvesting
- huishouden
- vervoer
- werk / school / studie
- financiën
- verzekering

Gezins- / sociale problemen

- omgang met partner
- omgang met kinderen
- omgang met familie / vrienden

Emotionele problemen

- greep hebben op emoties
- herinneren van dingen
- zelfvertrouwen
- angsten
- neerslachtigheid / somberheid
- spanning
- eenzaamheid
- concentratie
- schuldgevoel
- controleverlies

Ja Nee

Religieuze/spirituele problemen

- zin van het leven / levensbeschouwing
- vertrouwen in God / geloof

Lichamelijke problemen

- uiterlijk
- veranderde urine – uitscheiding
- verstopping / obstipatie
- diarree
- eten
- opgezwollen gevoel
- koorts
- mondslijmvlies
- misselijkheid
- droge, verstopte neus
- pijn
- seksualiteit
- droge, jeukerige huid
- slaap
- benauwdheid
- duizeligheid
- praten
- smaakvermogen
- veranderingen in gewicht

Ja Nee

- tintelingen in handen / voeten
- wassen / aankleden
- dagelijkse bezigheden
- moeheid
- conditie
- spierkracht

Andere problemen: _____

Zou u met een deskundige willen praten over uw problemen?

- uw oncologieverpleegkundige / casemanager
- een andere hulpverlener, namelijk:
- nee

Colofon

Uitgave: Samen+

Productie: Marketing & Communicatie

Juli 2018

Code: S+.016.07_18

Alrijne Ziekenhuis en het Groene Hart Ziekenhuis werken intensief samen binnen Samen+. Door kennis en ervaring te bundelen, zijn wij in staat de kwaliteit van de zorg voor onze patiënten met kanker nog verder te verbeteren. Wij bieden de beste oncologische zorg, in de veilige setting van het ziekenhuis, dichtbij in de eigen regio.

Alrijne Ziekenhuis

www.alrijne.nl/kanker

Leiden

Houtlaan 55

2334 CK Leiden

Tel: 071 517 81 78

Leiderdorp

Simon Smitweg 1

2353 GA Leiderdorp

Tel: 071 582 82 82

Alphen a/d Rijn

Meteoorlaan 4

2402 WC Alphen a/d Rijn

Tel: 0172 46 74 67

Regiolocaties

Woonservicecentrum

SassemBourg

Jan van Brabantweg 33

2171 HC Sassenheim

Tel: 071 517 87 51

Medisch Centrum De Coepel

Randweg 47

2225 PJ Katwijk

Tel: 071 517 83 54

Groene Hart Ziekenhuis

www.ghz.nl/kanker

Gouda

Bleulandweg 10

2803 HH Gouda

Tel: 0182 50 50 50

Regiolocaties

Zuidplas

Doortocht 40

2914 KA Nieuwerkerk a/d IJssel

Tel: 0180 33 16 99

Schoonhoven

Oranjeplaats 21 G

2871 TL Schoonhoven

Tel: 0182 50 50 87

Bodegraven

Willem de Zwijgerstraat 9

2411 VT Bodegraven

Tel: 0182 50 52 40