

Contact met Olijf

Heb je een vraag, wil je je hart luchten of heb je behoefte aan contact met iemand die herkent wat jij doormaakt? Maak dan gebruik van ons lotgenotencontact! Je kunt ons bellen, mailen of een WhatsApp sturen. We zijn 7 dagen per week bereikbaar.



Bel de Olijflijn op 020-303 92 92

Onze vrijwilligers zijn allemaal ervaringsdeskundigen en zitten 6 dagen per week klaar om naar jouw verhaal te luisteren of je vragen te beantwoorden.

Lotgenotencontact per WhatsApp

Je kunt ons ook een WhatsApp sturen op nummer 020- 303 92 92.



Lotgenotencontact per mail

Wil je je vraag liever per mail stellen? Stuur dan je bericht naar: lotgenoten@olijf.nl

Scan de QR code voor meer info:



GEGEVENS SPECIALIST OF VERPLEEGKUNDIGE:

Naam _____

Ziekenhuis _____

Adres _____

Tel nr. _____

Belangrijke telefoonnummers:



Olijf is de patiëntenorganisatie voor vrouwen met gynaecologische kanker en hun naasten. Elk jaar horen ca. 4.800 vrouwen dat zij een vorm van gynaecologische kanker hebben.

Gynaecologische kanker heeft vaak enorme impact. Olijf zet zich in voor preventie, voorlichting, lotgenotencontact, kwaliteit van zorg & leven en belangenbehartiging.

Olijf is aangesloten bij:



Olijf.nl

NFK1029 © Olijf 2021



23 TIPS VOOR EEN GOED GESPREK

met je arts of
verpleegkundige



'Ik heb geprobeerd om mijn situatie, het leven met kanker, zo om te buigen dat er nog iets positiefs uit voort kan komen.'
Lenneke

GYNAECOLOGISCHE KANKER KAN JE LEVEN OP Z'N KOP ZETTEN.

Wat gebeurt er met mijn lijf? Wat is de beste behandeling voor mij? Welke keuzes heb ik? Wat vind ik belangrijk? Het liefst wil je zo snel mogelijk antwoord op deze en andere vragen.

Je arts en je naasten kunnen daarbij helpen. Heb je binnenkort een gesprek? Neem deze folder dan mee. Het helpt je om je goed voor te bereiden. En zo weet je zeker dat je tijdens het gesprek niets vergeet.

Kijk ook eens op www.begineengoedgesprek.nl. Hier vind je veel informatie, tips en video's over het gesprek in de spreekkamer.

23 TIPS:

VOORBEREIDEN

- 1 Zorg dat je je klachten kunt verwoorden.** Waar heb je last van? Hoe voel je je?
- 2 Schrijf van tevoren op wat je wilt vragen.**
- 3 Vraag iemand om mee te gaan.** Twee horen meer dan een.

HET GESPREK

- 4 Maak tijdens het gesprek aantekeningen,** of neem het op met je telefoon. Een handige app hiervoor vind je op kanker.nl/gesprekshulp.

- 5 Vertel als je pijn hebt.** Denk niet 'het hoort erbij'.
- 6 Herhaal in je eigen woorden wat de arts vertelt** ("Dus als ik het goed begrijp ..."). Alleen dan weet je zeker dat je elkaar goed begrijpt.
- 7 Vertel open en eerlijk over je zorgen.** Jouw gevoelens en van de mensen om je heen zijn belangrijk!
- 8 Vraag tijd om na te denken voordat je een belangrijke beslissing neemt.**

DURF TE VRAGEN

- 9 Vraag uitleg over alles wat je niet begrijpt.** Je arts kan moeilijke medische woorden uitleggen.
- 10 Welke keuzes heb je en wat betekenen ze voor jou?**
- 11 Hoe verloopt je vervolgbehandeling?** Wat gaan ze met je doen?
- 12 Wat zijn de risico's van deze behandeling?** En wat als je je niet laat behandelen?
- 13 Heeft de arts overlegd met collega's?**
- 14 Wat zijn de gevolgen voor jouw toekomst?** Denk aan je gezondheid, seksualiteit, vrouw-zijn, werken, sporten.
- 15 Zijn er andere behandelmethoden?**
- 16 Vraag om meer informatie,** zodat je het thuis nog eens door kan lezen.
- 17 Krijg je uitslagen? Vraag een kopie voor jezelf.**
- 18 Welke zorgverlener begeleidt jouw behandeling?** Hoe kun je hem/haar bereiken?
- 19 Klik het niet of wil je liever een vrouwelijke arts?** Vraag gerust een andere arts. Vertrouwen is belangrijk!

NA HET GESPREK

- 20 Praat erover met je partner, ouders of een vriend(in).** En laat ze folders lezen. Ook zij hebben vragen!
- 21 Als je dat wilt, vraag om een second opinion.** Neem wel eerst contact op met je zorgverzekeraar.

KIEZEN

- 22 Jouw gevoel is belangrijk.** Neem nooit een beslissing waar je niet achter staat.
- 23 Jij alleen beslist over je leven, en dus ook over de behandeling.** Alleen als jij het wilt, kun je de arts vragen om voor jou te beslissen.

RUIMTE VOOR NOTITIES:
