

Meer regie: tips voor mensen met kanker

1

Kies bewust een zorgverlener



2

Bereid het gesprek met uw zorgverlener voor



3

Vraag en zoek informatie



4

Wat vindt u belangrijk?



5

Maak samen met uw arts een individueel zorgplan

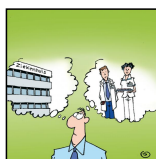


6

Ken uzelf en vraag tijdig hulp



Meer regie: tips voor mensen met kanker



Kies bewust een zorgverlener

Kies bewust een ziekenhuis of zorgverlener. Keuzeondersteunde informatie is beschikbaar via de patiëntenwijzers van de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntorganisaties, bij uw zorgverzekeraar en op kiesbeter.nl en zorgkaartnederland.nl. Ook kunt u met uw huisarts bespreken met welke ziekenhuizen of specialisten hij goede ervaringen heeft.



Bereid het gesprek met uw zorgverlener voor

Noteer vragen, verwachtingen, wensen en bespreek deze. Neem iemand mee, samen onthoudt u meer. Wanneer u de diagnose kanker krijgt, vraag dan waar u meer informatie kunt vinden. Vraag hoeveel bedentijd u heeft om keuzes te maken. De brochure 'kanker...in gesprek met je arts' van de KWF Kankerbestrijding kan u helpen bij vervolgesprekken.



Vraag en zoek informatie

Zoek en vraag naar informatie over de vorm van kanker die u heeft, behandelmogelijkheden en eventuele nadelige gevolgen van een behandeling. U kunt bijvoorbeeld zoeken op www.kanker.nl of www.kiesbeter.nl. Ook kankerpatiëntorganisaties kunnen ondersteunen bij het vinden van informatie, lotgenotencontact of belangen behartigen. Bespreek vragen die u nog heeft met uw zorgverlener.



Wat vindt u belangrijk?

Bedenk en bespreek wat uw wensen zijn en vertel het uw zorgverleners als u vindt dat iets niet goed gaat. Bedenk daarnaast of u wilt blijven werken tijdens de behandeling of hoe u uw werkhervatting vorm wilt geven. Ook kwaliteit van leven is een belangrijk onderwerp om bij stil te staan. Hoe lang wilt u bijvoorbeeld doorgaan met behandelen als genezing niet meer mogelijk is?



Maak samen met uw arts een individueel zorgplan

Het individuele zorgplan stelt u samen met uw behandelend arts op. Het beschrijft hoe het behandeltraject eruit ziet. Zowel de medische behandeling als begeleiding bij psychische of sociale problemen. Bespreek het met uw arts als u informatie mist of als u geen individueel zorgplan heeft. Kijk ook of erin staat wie uw hoofdbehandelaar is en wie uw aanspreekpunt bij vragen is.



Ken uzelf en vraag tijdig hulp

Kanker is een ingrijpende ziekte. De Lastmeter kan u helpen om in kaart te brengen op welke gebieden u ondersteuning nodig heeft (www.lastmeter.nl). Bijvoorbeeld bij lichamelijke, praktische, gezins- of emotionele problemen. Neem ook tijdig contact op met uw arts of verpleegkundige als u merkt dat het minder goed met u gaat.

De Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntorganisaties (NFK) heeft een checklist ontwikkeld voor mensen geraakt door kanker (www.nfk.nl).

