

GESPREKSKAART

SPIERZIEKTEN

Deze gesprekskaart helpt je om te bedenken welke vragen je aan je arts wilt stellen. Of om precies te vertellen waar je mee zit. Zodat je geen onderwerpen vergeet. Je arts weet dan waar jij het over wilt hebben.

INSTRUCTIE

Zet een kruisje bij de onderwerpen waarover je wilt praten. Mis je een onderwerp in de lijst? Vul het in onderaan de lijst. Misschien is er te weinig tijd om alle onderwerpen te bespreken. Onderstreep daarom de 3 onderwerpen die voor jou het meest belangrijk zijn.

Neem de ingevulde gesprekskaart mee naar het gesprek met je arts.

VOORBEELD

- ☐ Aanleg of erfelijkheid
- ☒ Diagnose
- ☐ Verloop: hoe het verder gaat
- ☒ Andere ziektes
- ☐ Nieuwe ontwikkelingen om mijn



Mijn ziekte

Aanleg of erfelijkheid

Diagnose

Verloop: hoe het verder gaat

Andere ziektes

Nieuwe ontwikkelingen om mijn ziekte te genezen



Mijn klachten

Spieren die zich vanzelf aanspannen (spasmen of krampen)

Weinig kracht in spieren

Moeheid

Pijn

Vallen

Stijve gewrichten

Een bocht in mijn ruggengraat (scoliose)

Problemen met ademen

Problemen met slikken

Problemen van mijn hart

Problemen met zitten of liggen

Moeite met het ophouden van mijn poep of plas (incontinentie)

Moeite met veranderen van houding



Mijn behandeling

Beademing

Eten via een slangetje (sondevoeding)

- door mijn neus of mond
- direct in mijn maag

Mijn blaas leeg maken met een katheter

Medicijnen

Bijwerkingen

Vaccinaties

Operatie

Opname in het ziekenhuis

Opname op de intensive care (IC)

Zelf over dingen beslissen

Wat ik niet wil

Meedoen aan onderzoek



Mijn (dagelijks) leven

Slapen

Eten of drinken

Poeppen of plassen

Wassen, aankleden en uitkleden

Lopen

Praten

Schrijven of typen

Lezen

Fit zijn

Gewicht

Moeite met de veranderingen van mijn lichaam

Mijn groei en ontwikkeling (kinderen tot 18 jaar)

Ongesteld zijn

Een kind willen krijgen

Zwanger willen worden

Zwangerschap

Mijn aandacht ergens bij houden, dingen onthouden of nadenken



Meedoen

Dagbesteding

School of opleiding

Vrijwilligerswerk

Werk

Spelen (met andere kinderen)

Het huishouden

Gamen

Hobby's of vrije tijd

Sport of bewegen

Uitgaan

Winkelen

Naar de kerk, moskee, synagoge of tempel gaan

Logeren

Op vakantie of eropuit



Dingen regelen

Zorg regelen

Contact met zorgverleners

Hulpmiddelen

Aangepast speelgoed (kinderen)

Thuiszorg

Zelfstandig wonen

Verhuizen

Aanpassingen thuis

PGB aanvragen

Geld

Verzekeringen

WMO regelen

Vervoer

Voor de toekomst



Mijn relaties met anderen

Impact op mijn gezin

Relatie met:

- partner
- kind(eren)
- familie en vrienden
- collega's

Knuffelen of seks

Contact met mantelzorgers

Begrip van de mensen om mij heen

Pesten of buitengesloten worden

Contact met mensen die dezelfde ziekte hebben als ik



Mijn gevoelens en hoe ik omga met mijn ziekte

Acceptatie van mijn ziekte

Leven met onzekerheid

Dingen zelf blijven doen

Hoe goed ik mijn leven met mijn ziekte vind

Mijn toekomst

Mijn gedrag is veranderd

Mijn stemming

Bang zijn

Verdrietig zijn

Schuldig voelen

Boos zijn

Stress hebben

Depressief of somber voelen

Denken over de dood

Niet lang meer te leven hebben



Ik wil graag hulp van

Diëtist

Ergotherapeut

Fysiotherapeut

Logopedist

Maatschappelijk werker

Psycholoog

Huisarts

Neuroloog

Revalidatiearts

Expertise-centrum

Centrum voor ThuisBeademing