

Wat vraag ik aan mijn zorgverlener?

Inleiding

Deze brochure bevat aandachtspunten voor u ter voorbereiding op een gesprek met een medisch specialist over een wenselijke of noodzakelijke medische behandeling. Dat kan een medisch onderzoek zijn of een behandeling in de vorm van bijvoorbeeld een ingreep en het innemen van medicijnen. De brochure is opgesteld vanuit de rechten van de patiënt en de rechten en de plichten die de arts heeft.

Uiteraard kunt u de aandachtspunten ook gebruiken in een gesprek met een andere zorgverlener. Voor de leesbaarheid wordt in deze brochure steeds over een arts gesproken. Daar waar in deze brochure 'hij' staat, kunt u uiteraard ook 'zij' lezen.

Als patiënt beslist u samen met de arts over de behandeling die u ondergaat. Daarom moet de arts u goed informeren. Op basis van zijn informatie geeft u uw toestemming voor de behandeling.

Beslissingen over de behandeling zijn soms voor de hand liggend en eenvoudig, maar vaak ingewikkeld. Dat laatste is bijvoorbeeld het geval als er meer mogelijkheden zijn waaruit u kunt kiezen of als de gevolgen van de behandeling ernstig zijn. Denk aan de risico's van een ingreep of bijwerkingen van medicijnen. Het gevolg kan zelfs zijn dat u helemaal niet meer de oude wordt. Hoe zwaarder de gevolgen hoe moeilijker de beslissing. De arts is er om u bij zulke moeilijke beslissingen te helpen.

Het is belangrijk dat u het gesprek met de arts goed voorbereidt. Praat er met een vertrouwd iemand uit uw omgeving over; als het om een gesprek met een medisch specialist gaat eventueel met uw huisarts.

Algemene adviezen

- Formuleer de klacht of klachten waarmee u naar de arts gaat duidelijk.
- Denk goed na over de vragen die u wilt stellen. Stel prioriteiten in uw vragen. Sommige vragen zijn belangrijker dan andere. Op pagina 5 en 6 van deze brochure kunt u een aantal voorbeeldvragen lezen.

- Bepaal de doelen die u wilt bereiken en de verwachtingen die u heeft.
- Ga na welke zorgen u heeft en hoe u die op een goede manier onder woorden kunt brengen.
- Maak voor uzelf duidelijk met welk concreet resultaat u uit het gesprek wil komen.
- Schrijf belangrijke dingen uit dit lijstje voor uzelf op en gebruik die als geheugensteuntje bij het gesprek met de arts.
- Neem bij voorkeur een familielid of goede bekende mee die kan helpen met het verhelderen van uw vragen en met wie u kunt napraten. Twee horen meer dan een.
- Vraag of er schriftelijke informatie is over hetgeen uw zorgverlener u vertelt.

Waarom ga ik naar de arts? Wat zijn mijn klachten? Hoe lang heb ik er al last van? Wanneer spelen deze klachten op?

Welke vragen heb ik? Welke zorgen heb ik?

Wat wil ik met dit gesprek met de arts bereiken?

Aandachtspunten

- Zorg dat u weet met welke arts u te maken hebt. Bij uw (vaste) huisarts is dat in het algemeen geen probleem. Als u te maken krijgt met een medisch specialist, moet u weten wie dat is en welke positie hij bekleedt: waarnemer, arts-assistent of iets anders. Uw vaste huisarts en de specialist met wie u de afspraak hebt gemaakt, zijn doorgaans voor uw behandeling verantwoordelijk.

- Begin met te vertellen waarom u de arts bezoekt en maak duidelijk welke vragen u hebt. Als dat al niet van tevoren duidelijk is geworden (bijvoorbeeld bij het maken van de afspraak of bij de doorverwijzing), zal de arts beginnen met de vraag waarvoor u komt. Probeer dat zo kernachtig mogelijk weer te geven. Op dat moment of verderop in het gesprek moet u ook de kans krijgen uw verdere vragen en zorgen aan de arts kenbaar te maken.

- Geef zo duidelijk mogelijk antwoord op de vragen die de arts u stelt.

De arts zal allereerst een duidelijk beeld moeten krijgen van uw klachten en de oorzaken daarvan. Daarvoor wil hij ook allerlei andere dingen weten uit uw familiegeschiedenis, over uw manier van leven en over dingen die juist de laatste periode zijn voorgevallen. Dat heet de 'anamnese'.

- Let op of de arts u vertelt wat u mankeert of juist nog niet weet wat u mankeert.

Naar aanleiding van de vragen die de arts u stelt, komt hij tot eerste bevindingen of veronderstellingen. Het is de bedoeling dat de arts die 'diagnose' met u bespreekt. Soms is meteen duidelijk wat u mankeert, maar vaak heeft de arts alleen maar vermoedens die met verder onderzoek bevestigd moeten worden. Ook als de arts op dat moment volstrekt niet weet 'waar hij het moet zoeken', zal hij dat met u (moeten) bespreken.

- Zorg dat u van de arts te horen krijgt (als dat in uw geval van belang is):
 - wat de aard en het doel is van het onderzoek of de behandeling;
 - wat de te verwachten gevolgen en risico's ervan zijn;
 - welke andere mogelijkheden er zijn voor onderzoek of behandeling;
 - wat het onderzoek of de behandeling zal betekenen voor uw gezondheid.

Wat de arts precies moet vertellen is natuurlijk erg afhankelijk van de klachten waarmee u bij hem komt. Als hij een onderzoek of een behandeling voorstelt, zal hij duidelijk moeten maken wat voor soort onderzoek of behandeling dat is en wat hij ermee hoopt te bereiken. Verder moet hij ingaan op de gevolgen die onderzoek of behandeling voor u zullen hebben en de eventuele risico's die daarbij te pas komen. Als er meer dan één onderzoek of behandeling mogelijk is moet de arts de ins en outs van die verschillende mogelijkheden uitleggen zodat u een keuze kunt maken. Tenslotte moet de arts proberen duidelijk te maken wat het een en ander betekent voor uw toekomstverwachting.

- Het is van belang dat u alles wat de arts u vertelt, ook werkelijk begrijpt.

Om goed te kunnen beslissen moet u de informatie die u hebt gekregen goed begrijpen. De arts zal zich inspannen om na te gaan of dat het geval is. Maar ook u kunt daar wat aan doen. Als u het niet goed begrijpt, vraag dan door. Het helpt ook als u aan het eind van het verhaal van de arts nog eens in uw eigen woorden samenvat wat u samen besproken hebt.

- Zorg dat u de tijd krijgt om goed over de beslissing die u gaat nemen na te denken.

Een beslissing over een medisch onderzoek of een medische behandeling moet u niet onder druk of overhaast nemen. U moet de kans krijgen er nog eens goed over na te denken en er eventueel met familie, vrienden of een deskundige uit uw eigen kring over te praten. Dit geldt zeker als het om ingrijpende zaken gaat. In spoedsituaties zal het uiteraard niet altijd mogelijk zijn om veel tijd te nemen om over een beslissing na te denken. Als het om een specialistisch onderzoek of behandeling gaat, kunt u ook altijd uw huisarts raadplegen. En als u meer tijd nodig heeft, kunt u ook om bedenktijd vragen.

- U bent degene die beslist of u een onderzoek of behandeling wilt ondergaan.

U heeft als patiënt het recht om zélf te beslissen over het onderzoek of de behandeling die u ondergaat. De arts beslist vervolgens of hij dat onderzoek of de behandeling (als hij die zelf doet) ook werkelijk uitvoert. Hij is voor dat onderzoek en die behandeling verantwoordelijk. Essentieel is echter dat u eerst moet aangeven of u het onderzoek of de behandeling wilt. U moet uw toestemming geven. Het is van belang dat u dat uitdrukkelijk doet.

- Vraag ter afsluiting of de arts nog eens wil samenvatten wat hij aan u heeft verteld en wat u op zijn voorstel hebt beslist. Vraag wat hij daarvan in het dossier noteert.

De arts heeft de verplichting om over het verloop van onderzoek en behandeling een dossier bij te houden.

Dat is in de eerste plaats van belang voor andere artsen en zorgverleners die bij de zorg voor u betrokken worden: die moeten weten wat er met u is overlegd en wat op basis daarvan is beslist. Verantwoording kan ook van belang zijn voor de kwaliteitsbewaking of bij de behandeling van een klacht of een rechtszaak. De arts doet er goed aan om kort met u te bespreken wat hij in het dossier vastlegt. U kunt daar ook om vragen.

- Zorg dat u met de arts afsprekt hoe u hem of iemand anders (bijvoorbeeld een verpleegkundige) kunt bereiken om eventuele vragen die u over het onderzoek of de behandeling hebt, beantwoord te kunnen krijgen.

Voorbeeldvragen

Vragen die u kunt stellen vóór een onderzoek

- Wat houdt het onderzoek in?
- Hoe lang duurt het onderzoek?
- Wat zijn de risico's van het onderzoek?
- Doet het onderzoek pijn?
- Wat zijn de gevolgen na het onderzoek (pijnlijk gevoel, rust nemen wel/geen autorijden)
- Wat kan er uit het onderzoek komen?
- Hoe voel ik me na afloop?
- Zijn er ook andere onderzoeken mogelijk? Wat zijn daar de gevolgen van?
- Door wie en wanneer wordt de uitslag van het onderzoek gegeven?
- Kan ik de informatie over het onderzoek nog eens nalezen?

Voor een groot aantal onderzoeken zijn er folders beschikbaar. Deze schriftelijke informatie kunt u na het bezoek aan de arts nog eens rustig nalezen.

Vragen die u kunt stellen ná een onderzoek

- Wat heb ik?
- Wat is de oorzaak van mijn klacht?
- Wat kan er aan mijn klacht gedaan worden? bijvoorbeeld: afwachten, behandelen, doorverwijzen
- Wat kan ik zelf doen aan mijn klachten bijvoorbeeld: op dieet, meer bewegen, uitzieken?
- Wat kan of mag ik niet meer doen? Bepaalde dingen niet meer eten/drinken, niet meer sporten, niet meer werken.

- Kan ik de mening van een andere zorgverlener vragen?
- Waar kan ik meer informatie krijgen over mijn klacht?
- Bestaat er een patiëntenorganisatie voor mensen met dezelfde ziekte als ik?
- Kan ik datgene wat de dokter mij verteld heeft nog eens nalezen?

Voor een groot aantal ziektes en/of behandelingen zijn er folders of brochures beschikbaar. Deze schriftelijke informatie kunt u na het bezoek aan uw zorgverlener nog eens rustig nalezen.

Vragen die u kunt stellen over de behandeling

- Wat houdt de behandeling in?
- Wat zijn de risico's van de behandeling?
- Doet de behandeling pijn?
- Hoe lang duurt de behandeling en moet ik nog vervolgbehandelingen ondergaan?
- Word ik weer helemaal beter?
- Hoelang duurt het voor mijn klachten verminderen?
- Zijn er ook andere behandelingen mogelijk? En wat zijn daar de gevolgen van?
- Wat gebeurt er als ik me niet laat behandelen? Kan de klacht ook vanzelf overgaan?
- Ik wil graag bedentijd voordat ik beslis over de behandeling. Kan ik op een later tijdstip terugkomen of opbellen?

Vragen die u kunt stellen over medicijnen

- Hoe werkt het medicijn dat u me voorschrijft?
- Heeft het medicijn ook bijwerkingen?
- Kan ik het medicijn verdragen? Bijvoorbeeld als ik zwanger ben of last heb van hoge bloeddruk, allergie of maagklachten
- Kan ik dit medicijn gebruiken samen met andere medicijnen die ik al heb? Maak een overzicht van alle medicijnen die u gebruikt.
- Mag ik nog autorijden/roken/drinken/alles eten?
- Zijn er ook andere medicijnen voor deze klacht?
- Wordt het medicijn betaald door mijn verzekering of moet ik nog een eigen bijdrage betalen?

Vragen die u kunt stellen over doorverwijzen

Waarom word ik doorverwezen?

Bespreek desgewenst uw eigen voorkeur voor een ziekenhuis of een specialist. Informeer hierbij naar de wachttijden.

Welke informatie wordt er over mij doorgegeven?

Bijvoorbeeld: Wat staat er in de verwijsbrief?

www.amphia.nl

Bij de ontwikkeling van deze brochure is gebruik gemaakt van informatie-materiaal van de Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie en het KNMG-rapport 'Implementatie van de WGBO'.

