

De Lastmeter

De Lastmeter

Kanker is een ziekte die uw leven ingrijpend kan verstoren. De ziekte en de behandeling kunnen lichamelijke, psychische, praktische en sociale klachten of problemen met zich meebrengen. 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. Het kan zijn dat u goed in staat bent om eventuele problemen zelf op te lossen met behulp van familie en vrienden, uw behandelend arts en de (oncologie)verpleegkundige. Het is ook mogelijk dat u tijdens de behandeling of daarna behoefte hebt aan extra ondersteuning. Om ervoor te zorgen dat u die ondersteuning op het juiste moment van de juiste zorgverlener krijgt, maken wij in het Groene Hart Ziekenhuis gebruik van de Lastmeter.

Wat is de Lastmeter?

De Lastmeter is een hulpmiddel om aan te geven hoe het met u gaat en welke problemen u mogelijk ervaart op lichamelijk, emotioneel, sociaal, praktisch en spiritueel gebied. De Lastmeter bestaat uit een thermometer waarop u met een cijfer kunt aangeven hoeveel last u ervaart. Op de aanvullende vragenlijst vult u in op welke gebieden u last ervaart. De oncologieverpleegkundige bespreekt uw antwoorden met u en verwijst u als u dat wilt naar een andere, gespecialiseerde zorgverlener.

Wat biedt het u?

De Lastmeter biedt u de mogelijkheid om zelf aan uw behandelaars te laten weten hoe het met u gaat. Het is een middel om u te helpen in gesprek te gaan met uw behandelaar over de door u ervaren gevolgen van uw ziekte. U kunt bovendien aangeven of u behoefte heeft aan ondersteunende psychosociale of paramedische zorg.

Hoe vaak invullen?

Wij vragen u om meerdere keren tijdens uw behandeling en in de controleperiode de Lastmeter in te vullen.

Waar vindt u de Lastmeter?

U krijgt de Lastmeter voorgelegd door één van de oncologieverpleegkundigen. De Lastmeter kunt u ook vinden op internet (www.lastmeter.nl). Via deze website kunt u de Lastmeter thuis of in het ziekenhuis invullen.

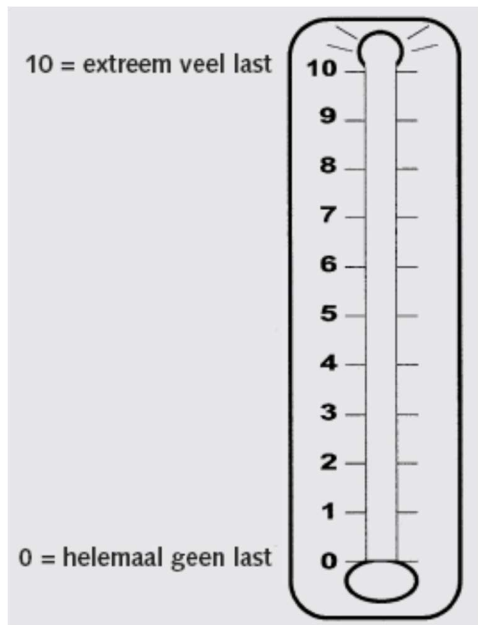
Hulpaanbod

In het Groene Hart Ziekenhuis kunt u onder andere advies en ondersteuning krijgen van een maatschappelijk werker, een psycholoog, een geestelijk verzorger, een fysiotherapeut of een diëtist. Ook kunnen wij u, als u dat zou willen, in contact brengen met een gespecialiseerde zorgverlener buiten het ziekenhuis.

Deze tekst is gemaakt op basis van eerder verschenen informatie van het IKNL.

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
april 2023
04.07.081



De Lastmeter

Invuldatum: - - (dag-maand-jaar)

Hoeveel last heeft u van problemen, klachten, zorgen?

Als eerste

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

Ten tweede

Wilt u voor onderstaande gebieden 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

Ja Nee

Emotionele problemen

- ☐ ☐ neerslachtigheid / somberheid
- ☐ ☐ spanning
- ☐ ☐ eenzaamheid
- ☐ ☐ concentratie
- ☐ ☐ schuldgevoel
- ☐ ☐ controleverlies

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
- ☐ ☐ tintelingen in handen / voeten

- ☐ ☐ wassen / aankleden
- ☐ ☐ dagelijkse bezigheden
- ☐ ☐ moeheid
- ☐ ☐ conditie
- ☐ ☐ spierkracht

Andere problemen

Zou u met een deskundige willen praten over uw problemen?

☐ ja ☐ misschien ☐ nee