

keuzehulp

nazorg na hoofd- halskanker

Keuzehulp

Keuzehulp in de nazorg na hoofd- halskanker

U bent behandeld voor een tumor in het hoofd-halsgebied. Na de behandeling komt u naar het ziekenhuis voor de nazorg. U heeft nu ongeveer anderhalf jaar lang nazorg gehad. Wij willen nu samen met u bekijken hoe we verder gaan met de nazorg. In deze keuzehulp krijgt u uitleg over de mogelijkheden en over de voordelen en de nadelen daarvan. De keuzehulp helpt u bij het kiezen van de verdere nazorg. Het is belangrijk dat u een keuze maakt die bij u past. Bespreek daarom met uw arts of verpleegkundige wat er mogelijk is. Uw keuze kunt u later altijd nog veranderen.

De keuzehulp bestaat uit 5 stappen waarin uitleg wordt gegeven over de verschillende opties. In de laatste stappen kunt u uw persoonlijke voorkeuren aangeven.

Dit is de papieren versie van de online keuzehulp welke te vinden is op:
<https://nazorgkeuzehulp.nl>

Stap 1: Inleiding in de keuzehulp

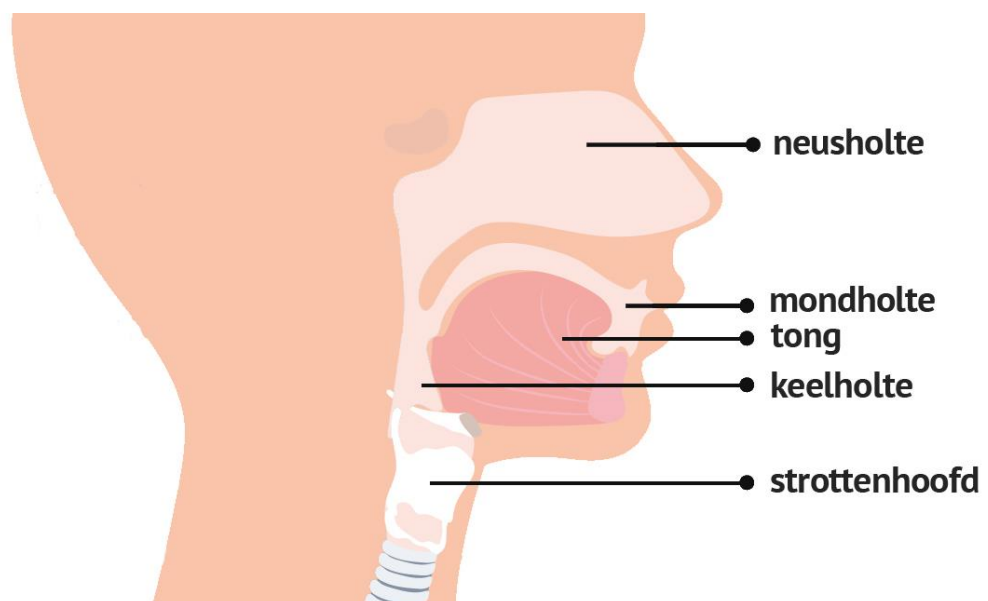
De nazorg na kanker heeft de volgende doelen:

- Controleren of de tumor weg blijft tijdens medische controles
- Ondersteuning van patiënten voor klachten als gevolg van de behandeling

Deze keuzehulp gaat alleen over het eerste doel: de controles. Voor de ondersteuning voor klachten als gevolg van de behandeling verwijzen we u naar uw arts of verpleegkundige.

Op dit moment krijgt u regelmatig controles om te zien of de tumor (nog steeds) weg is. Maar het is de vraag of al die controles echt nodig zijn. Als de tumor terugkomt, is dat vaak in het eerste anderhalf jaar na de behandeling. Ook wordt dit meestal duidelijk door klachten tussen twee controles in. Voor uw overleving maakt het niet uit of een tumor bij een controle wordt gevonden, of pas als er klachten zijn.

Iedereen ervaart de medische controles op een andere manier. De een vindt regelmatige controles fijn, de ander ervaart juist veel spanning door de controles. Daarom is het belangrijk om de zorg aan te passen aan uw behoeften en wensen. In deze keuzehulp zetten we twee mogelijkheden naast elkaar. Dan kunt u kiezen welke nazorg het beste bij u past.



Stap 2: Opties

Er zijn verschillende mogelijkheden om het verdere verloop van uw controles in te delen.

U kunt kiezen tussen twee soorten controles:

Vaste controles

U krijgt een oproep van het ziekenhuis om op controle te komen. Dit gebeurt volgens een vast schema. De controle is zoals u gewend bent: Een arts of verpleegkundige bespreekt met u hoe het gaat. Ook krijgt u een lichamelijk onderzoek. Als het nodig is, krijgt u extra onderzoeken.

Controle op verzoek

U maakt zelf een afspraak met uw arts of verpleegkundige in het ziekenhuis, als u daar behoefte aan heeft. Bijvoorbeeld als u klachten of vragen heeft. Of als u zich ongerust voelt. Deze controle is zoals u gewend bent: een arts of verpleegkundige bespreekt met u hoe het gaat. Ook krijgt u een lichamelijk onderzoek. Als het nodig is, krijgt u extra onderzoeken.

Stap 3: Vergelijk de opties

Vaste controles

Voordelen

- ✓ U heeft regelmatig contact met uw arts of verpleegkundige. U kunt dan makkelijk vragen stellen.
- ✓ Een medisch controle kan u geruststellen.
- ✓ Als de tumor vroeg wordt gevonden, kan direct bekeken worden welke behandeling mogelijk is.

Nadelen

- ✗ Controles kunnen stress opleveren en angst dat er weer een tumor wordt gevonden.
- ✗ Als er een tumor wordt gevonden, kan het belastend zijn om dit al vroeg te weten. Vooral als er geen behandeling mogelijk is.

Controle op verzoek

Voordelen

- ✓ U bepaalt zelf wanneer u contact opneemt met uw arts of verpleegkundige.
- ✓ U hoeft alleen naar het ziekenhuis als u klachten heeft.
- ✓ U hoeft dus niet onnodig naar het ziekenhuis toe. Dit kan u meer rust en meer afstand geven tot het ziekenhuis.

Nadelen

- ✗ U kunt het moeilijk vinden op te bepalen wanneer uw klachten erg genoeg zijn om een afspraak te maken.
- ✗ Misschien voelt u zich minder gerustgesteld dan wanneer u wel regelmatig lichamelijk onderzoek krijgt.

Stap 4: Afwegingen

Hieronder staan steeds twee uitspraken en daaronder lijnen met getallen. U kunt aangeven of u het eens bent met de uitspraak en ook hoe zeer u het daarmee eens bent; een laag getal is een beetje ermee eens, een hoog getal is heel erg ermee eens. U kunt ook voor neutraal kiezen. Kruis het antwoordvakje aan dat het beste bij u w mening past. De antwoorden zijn nooit fout.

1.

Ik vind controles prettig.

Ik vind controles belastend.

5	4	3	2	1	Neutraal	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	----------	---	---	---	---	---

2.

Ik vind het moeilijk om zelf klachten en signalen van mijn lichaam in de gaten te houden.

Ik ben goed in staat om zelf klachten en signalen van mijn lichaam in de gaten te houden.

5	4	3	2	1	Neutraal	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	----------	---	---	---	---	---

3.

Het is voor mij waardevol om op controle te komen, ook als dat niet echt nodig is.

Ik wil niet op controle komen als dat niet echt nodig is.

5	4	3	2	1	Neutraal	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	----------	---	---	---	---	---

4.

Ik ben NIET zenuwachtig als ik op controle moet komen.

Ik ben zenuwachtig als ik op controle moet komen.

5	4	3	2	1	Neutraal	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	----------	---	---	---	---	---

5.

Ik hoor graag van mijn arts of verpleegkundige wat ik moet doen voor mijn gezondheid.

Ik wil graag zelf bepalen wat ik doe voor mijn gezondheid.

5	4	3	2	1	Neutraal	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	----------	---	---	---	---	---

6.

Ik onderneem GEEN actie als ik vragen heb over mijn gezondheid.

Ik onderneem zelf actie als ik vragen heb over mijn gezondheid.

5	4	3	2	1	Neutraal	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	----------	---	---	---	---	---

7.

Er zijn meer voordelen dan nadelen aan vaste controles.

Er zijn meer nadelen dan voordelen aan vaste controles.

5	4	3	2	1	Neutraal	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	----------	---	---	---	---	---

De uitspraken aan de linkerkant passen het best bij een voorkeur voor Vaste controles. En de uitspraken aan de rechterkant passen het best bij een voorkeur voor Controles op verzoek. Bekijk welke uitspraken voor u het belangrijkste zijn. Dit kan u helpen uw voorkeur te bepalen.

Stap 5 Overzicht

Deze keuzehulp kan u helpen een voorkeur te bepalen hoe u de controles wilt. Bespreek uw voorkeur met uw arts of verpleegkundige. Dan kunt u samen tot een goede keuze komen. Als u deze later toch wilt veranderen, kan dat altijd.

U kunt het overzicht van uw antwoorden op de uitspraken en uw aantekeningen meenemen naar uw volgende controle.

Aantekeningen

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

