

Wat vinden mensen belangrijk als ze naar de huisarts gaan?

Een tijdje terug heb je meegedaan aan een onderzoek over de zorg voor jouw hartziekte, longziekte, of diabetes. We hebben veel gebruikt van wat jullie gezegd hebben. We geven je graag wat uitleg en tips.

Milou heeft met 14 mensen gesproken die een hartziekte, longziekte, of diabetes hebben.



8 mannen en 6 vrouwen
tussen de 19 en 74 jaar
verspreid over heel Nederland



Makkelijk praten

De huisarts legt dingen duidelijk uit. Hierdoor weet de huisarts beter wat je nodig heeft. En kan je zelfstandig naar de huisarts gaan.

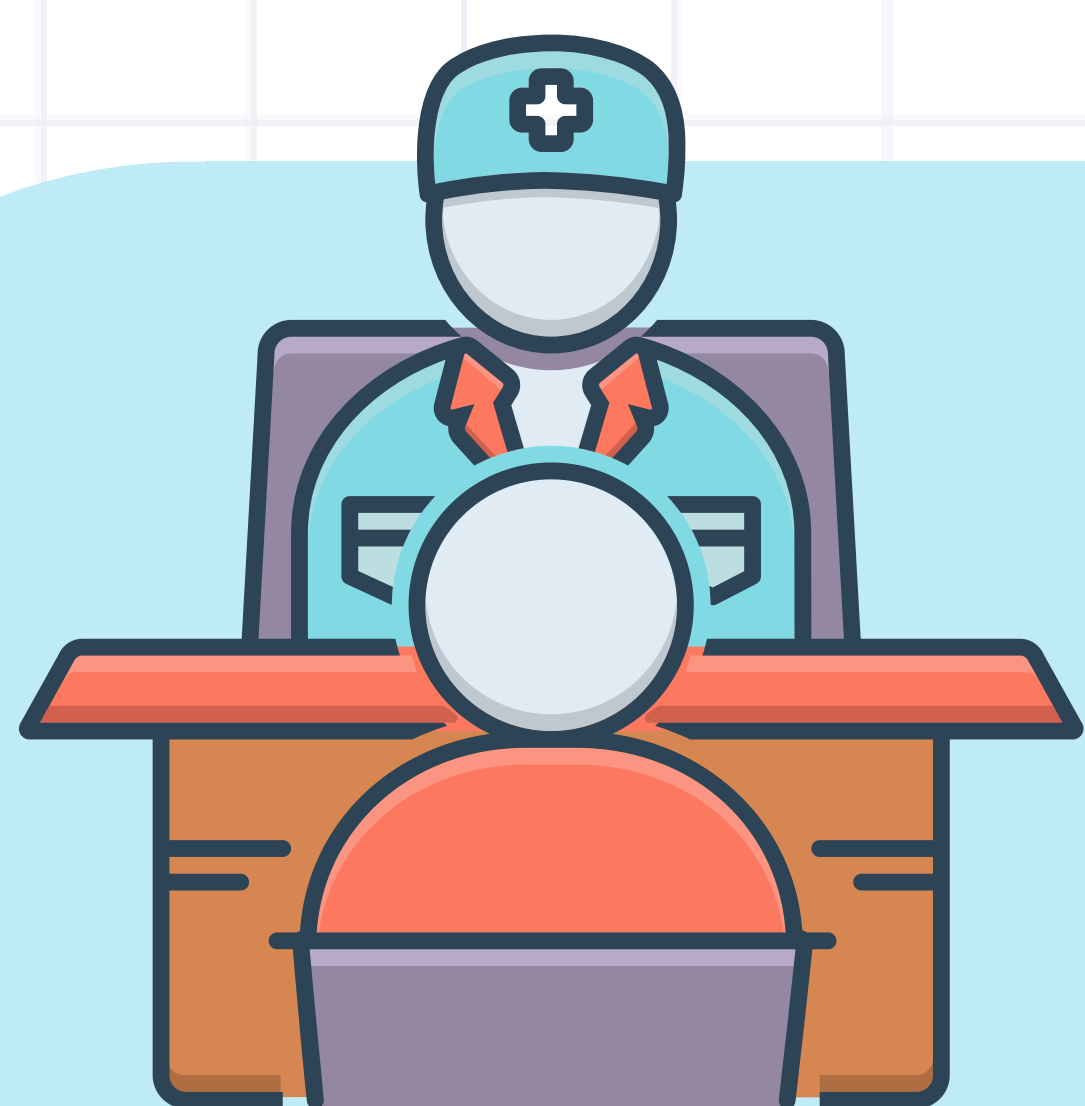
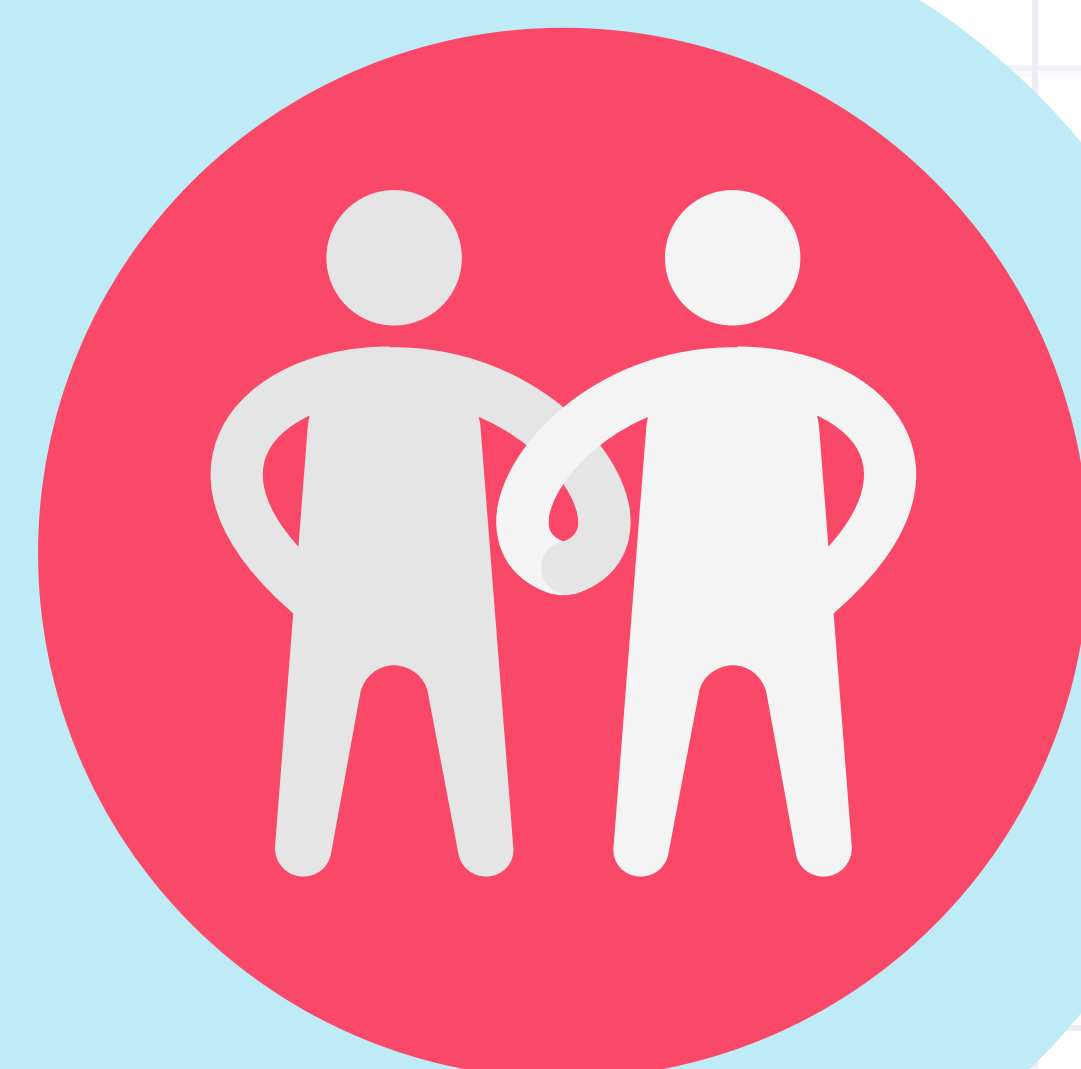
Tip: Vraag of de dokter alles opschrijft. Dan kan jij of jouw begeleiding het later terug lezen.

Hulp van begeleiders

Als je een begeleider hebt, kan die je helpen met je ziekte. Om de ziekte niet te verergeren.

- Ze helpen je herinneren om pillen in te nemen.
- Ze helpen je bij vragen over de ziekte.
- Ze kijken mee of verschillende handelingen voor de ziekte goed gaan.
- Ze helpen je bij het herinneren van afspraken die voor de ziekte nodig zijn.

Tip: Als je denkt dat het lastig is, kun je je begeleider meenemen.



Vertrouwen

Het is fijn als je telkens dezelfde huisarts hebt. Dan vertrouw je hem meer en vertel je meer.

De huisarts kent jou daardoor goed. En ken jij de huisarts goed. Daardoor is vertrouwen fijn.

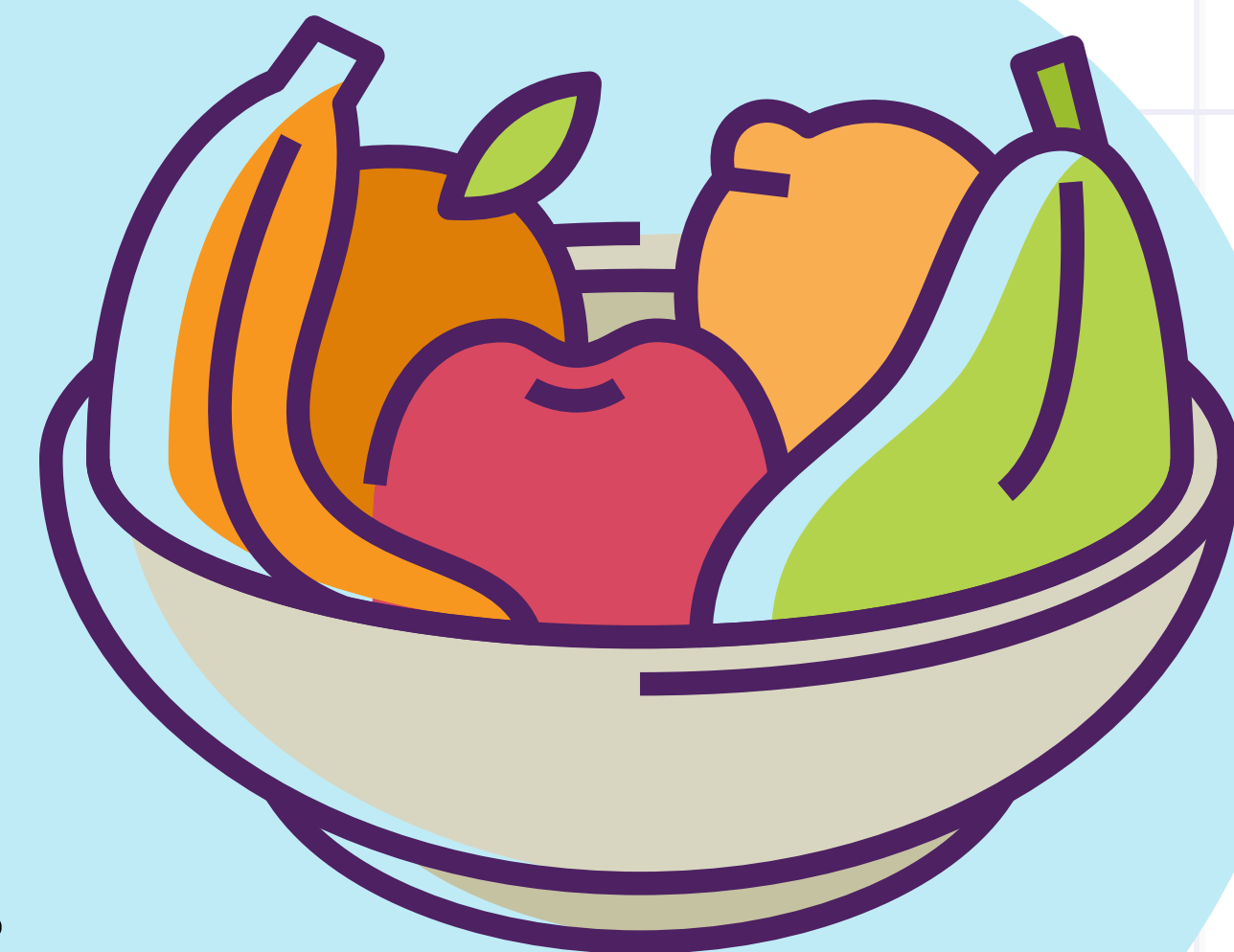
Gezond leven

Het is belangrijk om gezond te leven.
Dat betekent dat je veel groente moet eten en veel moet bewegen.

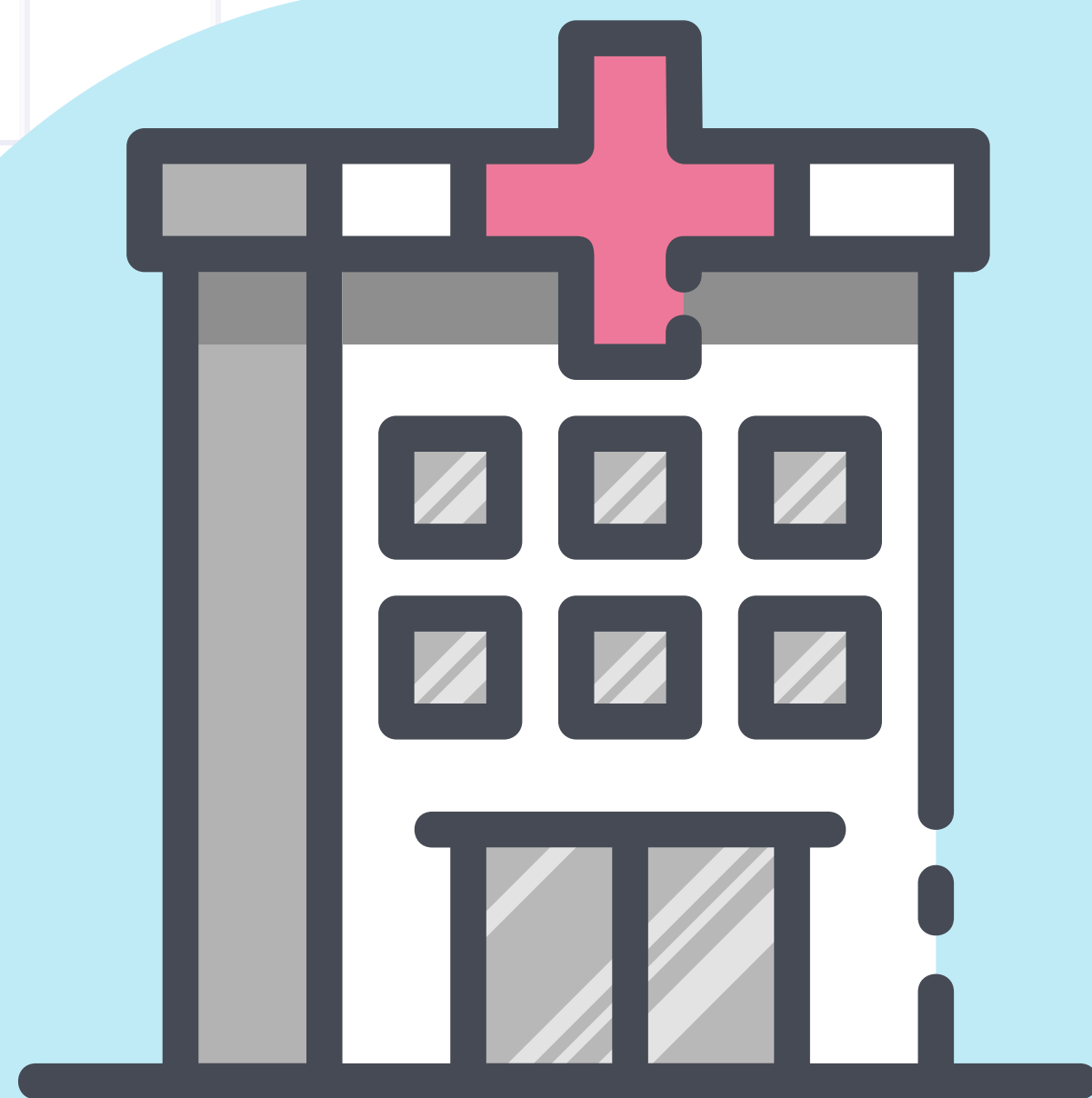
Het is fijn om ondersteuning te hebben om je fit te blijven voelen in je dagelijks leven.

Begeleiders doen hun best om patiënten te helpen.

Tip: Een wandelmaatje kan je helpen om meer te bewegen. Andere mensen kunnen je ook helpen om gezond te eten.



Naar het ziekenhuis gaan



Soms moet je ook naar het ziekenhuis voor je ziekte.
Het is soms spannend om dan naar een dokter te gaan die je niet zo vaak ziet.

Ze weten niet altijd hoe ze met jou om moeten gaan.
Ze gebruiken vaak veel moeilijke woorden in het ziekenhuis.
Of ze snappen jou niet.

Tip: Neem iemand mee die jou kan ondersteunen waar het nodig is.



Milou van den Bemd
Onderzoeker bij Radboudumc
Milou.vandenBemd@Radboudumc.nl

Radboudumc

