

Help, ik moet naar het ziekenhuis!



Tips voor mensen met een verstandelijke beperking
en voor ziekenhuismedewerkers

Inhoud

Inleiding
Informatie over het ziekenhuis 1

Hoofdstuk 1
Een bezoek aan het ziekenhuis 2

Hoofdstuk 2
Als je in het ziekenhuis moet blijven 18

Hoofdstuk 3
Weer naar huis 26

Inleiding

Informatie over het ziekenhuis

De meeste mensen vinden het niet leuk om naar het ziekenhuis te gaan.

Met dit boekje krijg je informatie over wat er gebeurt als je naar het ziekenhuis gaat.

Hoe dit boekje te gebruiken?

- Je kunt het boekje gebruiken om met andere mensen te praten over ziek zijn en over het ziekenhuis.
- Je kunt er zelf aantekeningen in maken.
- Je kunt de dokters en verpleegkundigen vragen er dingen in te schrijven.
- Ook is het een geheugensteuntje voor wat je mee moet nemen.
- Je kunt erin teruglezen wat de dokter en de verpleegkundigen allemaal gezegd hebben.
- De dokter en verpleegkundigen krijgen zelf ook tips.

Wij bedanken alle mensen die aan dit boekje hebben meegewerkt.

1

Een bezoek aan het ziekenhuis

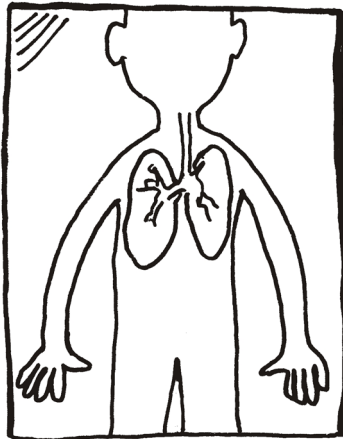
Als je huisarts meer wil weten over je klachten of ziekte, stuurt deze je door naar het ziekenhuis.

Soms gaat het om bloed prikken, foto's maken of een onderzoek doen.

Bijna iedereen vindt dat spannend.

Je zit met allerlei vragen over wat er gaat gebeuren in het ziekenhuis.

Dit boekje helpt je met tips waaraan je moet denken en wat je kunt vragen.



Tips vóór je naar het ziekenhuis gaat

1. Vertel je begeleider of familielid wanneer je naar het ziekenhuis moet.
En ook hoe laat en waar je moet zijn.
Dan kan iemand met je mee gaan.
2. Maak een lijstje van wat je mee moet nemen:
 - verzekeringspasje
 - identiteitsbewijs
 - ponsplaatje van het ziekenhuis (als je er al eens geweest bent)
 - dit boekje
 - een spel of boek (voor als je lang moet wachten)
3. Bereid je goed voor op het gesprek met de dokter.
 - wat zijn je klachten en schrijf deze op in dit boekje
 - wanneer is het begonnen?
 - wanneer heb je er het meeste last van?
 - waar wordt het erger van?
4. Schrijf ook de vragen op die je wilt stellen.
 - wat is er aan de hand?
 - wat gaan ze doen en doet het pijn?
 - moet ik geopereerd worden?
 - krijg ik medicijnen?
 - moet ik terugkomen?
5. Als je een afspraak maakt met de regiotaxi, zorg dan dat je een half uur eerder van huis opgehaald wordt. Dan weet je zeker dat je op tijd bent.

Tips voor als je in het ziekenhuis bent

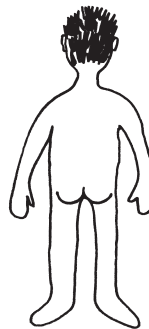
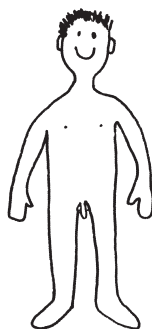
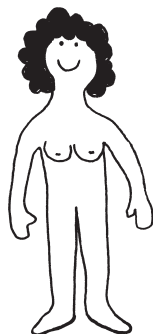
1. Vraag de dokter en verpleegkundige of ze wat meer tijd voor je nemen.
Dan kunnen ze rustig uitleggen wat je wilt weten.
2. Vertel je klachten (heb je pijn?).
3. Zeg het ook als je bang bent.
4. Als je niet begrijpt wat ze vertellen, vraag dan of ze het je nog een keer uitleggen.
5. Vraag de dokter en verpleegkundige belangrijke dingen voor je op te schrijven of te tekenen in dit boekje, bijvoorbeeld:
 - wat er aan de hand is
 - belangrijke uitslagen van onderzoeken
 - wat je zelf kunt doen
 - of je medicijnen moet gebruiken
 - welke zijn dat?

Klachten opschrijven bij eerste bezoek

Mijn klachten zijn:

Mijn vragen zijn:

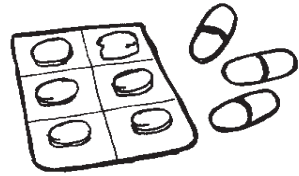
- Ik heb geen koorts Ik heb koorts: ____ graden
 Ik heb geen pijn Ik heb hier pijn





Deze pagina's vult de dokter in

Dit is er aan de hand:

Dit moet je doen/niet doen:



Medicijnen:

- (naam medicijn) _____
_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten) 
- (naam medicijn) _____
_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten) 
- geen medicijnen

Vervolgafspraak:

- Je moet terugkomen op: (dag, datum en tijd)

- Je hoeft niet terug te komen.

Verwijzing naar:

- huisarts
- fysiotherapeut
- diëtist
- _____

Tips voor de dokter en verpleegkundige

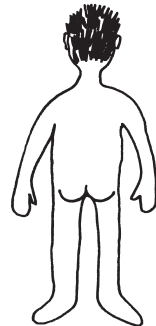
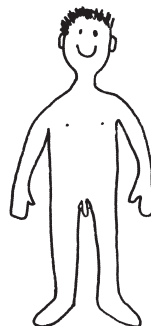
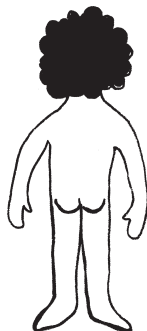
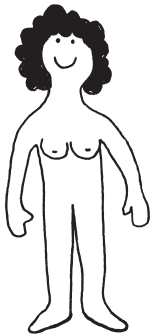
1. Plan afspraken voor een gesprek en onderzoek zoveel mogelijk achter elkaar op dezelfde dag.
2. Laat mij zo min mogelijk wachten.
3. Houd de eerste keer een kennismakingsgesprek. Dan weet u
 - wie ik ben en
4. Trek wat meer tijd voor mij uit.
5. Praat tegen mij en niet tegen mijn begeleider en vraag naar mijn wensen, zorgen of angsten.
6. Praat niet te snel en gebruik geen moeilijke woorden.
7. Controleer of de boodschap begrepen is. Zo niet, herhaal hem dan in heldere taal en gebruik bijvoorbeeld plaatjes.
8. Consulteer zo nodig een Arts Verstandelijk Gehandicapten (AVG), bijvoorbeeld voor de pijnmetingsinstrumenten die er zijn (www.nvag.nl).
9. Vul de pagina(s) van het boekje, over wat er aan de hand is, in eenvoudige taal in.
10. Geef duidelijke tips wat wel en niet te doen.

Klachten opschrijven bij tweede bezoek

Mijn klachten zijn:

Mijn vragen zijn:

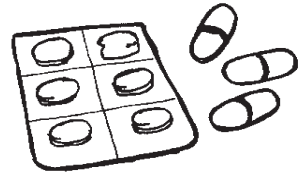
- Ik heb geen koorts Ik heb koorts: ____ graden
 Ik heb geen pijn Ik heb hier pijn





Deze pagina's vult de dokter in

Dit is er aan de hand:

Dit moet je doen/niet doen:



Medicijnen:

- (naam medicijn) _____
_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten) 
- (naam medicijn) _____
_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten) 
- geen medicijnen

Vervolgafspraak:

- Je moet terugkomen op: (dag, datum en tijd)

- Je hoeft niet terug te komen.

Verwijzing naar:

- huisarts
- fysiotherapeut
- diëtist
- _____

2

Als je moet blijven

Als je erg ziek bent of een ongeluk hebt gehad, moet je soms in het ziekenhuis blijven.

Een dag, een paar dagen, of langer.

De dokter en verpleegkundigen kijken wat er aan de hand is.

Zij geven aan welke (extra) onderzoeken nodig zijn.

Of je geopereerd moet worden.

Zij vertellen wat je wel en niet mag doen.

En of je medicijnen moet slikken.



Tips vóór je naar het ziekenhuis gaat

1. Vertel je begeleider of familielid wanneer en hoe je naar het ziekenhuis moet.

Dan kan iemand met je mee gaan.

En op je kamer blijven slapen als je bang bent.

2. Maak een lijstje van wat je mee moet nemen

- verzekeringspasje
- identiteitsbewijs
- ponsplaatje van het ziekenhuis
- dit boekje
- toilettas met toiletpullen
- medicijnen, als je die al gebruikt
- pyjama of nachthemd
- ondergoed
- extra kleding
- (lees)bril
- spelletjes
- boekjes



i _bi YfgkZ

- andere persoonlijke dingen, waar je niet zonder kunt.

3. Vertel je familie en vrienden wanneer je in het ziekenhuis bent.

Dan kunnen ze je komen opzoeken.

4. Bereid je goed voor op je opname in het ziekenhuis. Zijn er speciale punten die de dokter en verpleegkundigen moeten weten?
5. Schrijf de vragen op die je wilt stellen.
 - wat gaan ze doen?
 - wat mag ik wel of niet doen?
 - krijg ik medicijnen?
6. Als je een afspraak maakt met de regiotaxi, zorg dan dat je een half uur eerder van huis opgehaald wordt. Dan weet je zeker dat je op tijd bent.

In het ziekenhuis

Als je je in het ziekenhuis gemeld hebt, word je naar je afdeling gebracht.

Een verpleegkundige vertelt wat jouw kamer is.

Soms kom je op een kamer met mannen en vrouwen te liggen.

Je hoort welk bed van jou is.

En in welke kast je jouw spullen kunt leggen.

Ook laat ze je de afdeling zien.

Je krijgt een polsbandje om met je naam erop.





Wat je de dokter en de verpleegkundigen kunt vragen

- welke onderzoeken krijg ik?
- mag ik voor het onderzoek eten?
- mag ik voor het onderzoek drinken?
- moet ik geopereerd worden?
- doet dat pijn?

- hoe ziet de dag eruit?
- mag ik bezoek ontvangen?
- wanneer is er bezoekuur?
- mag mijn familie of begeleider op de kamer slapen?
- hoe kan ik een TV en telefoon krijgen?

Wat de dokter jou zal vragen

- vragen over je klachten en je ziekte.
- heb je nog andere ziektes (bijvoorbeeld epilepsie of hoofdpijn)?
- ben je allergisch voor bepaalde dingen?
- gebruik je medicijnen?
- kun je die zelf innemen?
- zijn er bijzonderheden die de verpleegkundigen moeten weten (hulp nodig bij het wassen en aankleden?)
- mag je alles eten?

Hoe ziet een ziekenhuisdag er uit?

's Morgens

Als je wakker wordt, krijg je een ontbijt.

Daarna mag je je wassen.

Als je dat niet alleen kan, helpt een verpleegkundige je.

Vaak vinden daarna de onderzoeken plaats.

Ze prikken bloed, onderzoeken je plas, of ontlasting en maken foto's. Ze meten de bloeddruk en soms de temperatuur.

Als je niet kunt lopen word je in een bed of rolstoel naar de onderzoeksafdeling gebracht.

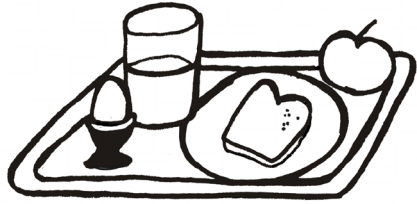
Er gaat altijd iemand met je mee.

Dat is een vrijwilliger of verpleegkundige.

Als je dit graag wilt kan ook een familielid of je begeleider met je mee.

Zijn de uitslagen van het onderzoek bekend, dan komt de dokter vertellen wat er aan de hand is. En welke behandeling voor jou de beste is.





's Middags

's Middags krijg je weer eten. Meestal boterhammen, maar soms ook warm eten.

Daarna kun je rusten en is er bezoeker.
Soms loopt dit door tot in de avond.

Ook in de middag kunnen onderzoeken gedaan worden.

Af en toe komen de dokter en verpleegkundigen langs.

's Avonds

's Avonds is er weer een maaltijd. Meestal warm. Je kunt kiezen uit verschillende dingen, zoals vlees, vis of vegetarisch (geen vlees).

Vaak is er weer bezoeker.

Na het bezoeker kun je nog een spelletje doen. Of een boekje lezen, of TV kijken.

De dag van de operatie

Wat gebeurt er als je geopereerd wordt?

Op de dag van de operatie krijg je een blauw of groen jasje aan.

De verpleegkundige geeft je een prik of pilletje om rustig te worden.

Je wordt in een bed naar de operatieafdeling gereden.

Op de operatiekamer krijg je een verdoving.

Verdoving gebeurt door een kapje op je neus en mond te plaatsen of soms via een ruggenprik.

Ook kun je plaatselijk verdoofd worden.

Je voelt dan niets van de operatie.

Na de operatie blijf je een tijdje op de uitslaapkamer.

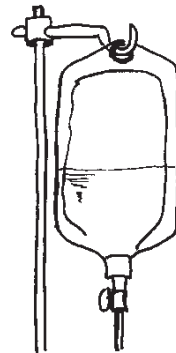
Daar komen alle mensen als ze geopereerd zijn.

Als je wakker bent mag je terug naar de eigen afdeling.

Vaak heb je dan nog een naald in je hand of arm met een slangetje naar een

Yg'cZnU_Y'a Yhij cVW hZ'XUhiUUb`Y'VYX` hangt.

Dat heet een infuus.



Terug op de afdeling

De eerste tijd kun je nog slaperig zijn.
Meestal mag je niet meteen eten en drinken.
Want dan kun je misselijk worden.

Ook kun je nog niet direct opstaan.
Dat moet je langzaam oefenen.
Daarbij krijg je hulp van een verpleegkundige.
En soms van een fysiotherapeut.
Dat is iemand die je spieren helpt sterker te worden.
Je moet dan wel veel oefenen.

Soms is er een diëtist.
Die vertelt je wat je wel en niet mag eten.
Als het infuus weg is, mag je weer wat drinken.
En daarna weer wat eten.
In het begin krijg je nog medicijnen om goed te slapen.
En ook tegen de pijn.



Tips voor als je in het ziekenhuis bent

1. Vraag de dokter en verpleegkundigen of ze wat meer tijd voor je nemen.
Dan kunnen ze rustig uitleggen wat je wilt weten.
2. Vertel je klachten (heb je pijn?)
3. Zeg het ook als je bang bent.
4. Als je niet begrijpt wat ze vertellen, vraag dan of ze het je nog een keer uitleggen.
5. Vraag de dokter en verpleegkundigen in dit boekje dingen voor je op te schrijven of te tekenen, bijvoorbeeld:
 - wat er aan de hand is
 - belangrijke uitslagen van onderzoeken
 - wat je zelf kunt doen
 - of je medicijnen moet gebruiken
 - welke zijn dat?

Klachten, vragen en aandachtspunten

Mijn klachten zijn:

Mijn vragen zijn:



Aandachtspunten/dingen die men moet weten:

- Ik moet geholpen worden bij:

- Ik heb een dieet, namelijk:

Ik gebruik de volgende medicijnen:

- (naam medicijn) _____

_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten)



- (naam medicijn) _____

_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten)



Tips voor de dokter en verpleegkundigen

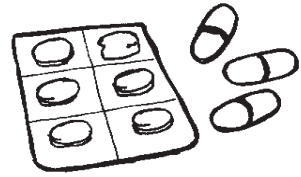
1. Zorg voor één contactpersoon op de afdeling die goed op de hoogte is van mijn achtergrond/ ziektegeschiedenis, wensen en de gemaakte afspraken.
2. Trek wat meer tijd voor mij en mijn begeleider uit.
3. Praat niet te snel en in eenvoudige taal.
4. Controleer of ik de boodschap begrepen heb. Zo niet, herhaal hem dan in heldere taal.
5. Bereid me goed voor op de onderzoeken en operatie. Zeg duidelijk wat er gaat gebeuren.
· 9Yb`[cYX`i `da]XXY`^]YfV]^g`YYb`_c Yfz`k Uuf]b`
diverse attributen zitten, zoals een polsbandje, stethoscoop, operatiejasje, narcosekapje, etc.
6. Plan afspraken zoveel mogelijk achter elkaar.
7. Laat mij zo min mogelijk wachten.
8. Consulteer zo nodig een Arts Verstandelijk Gehandicapten (AVG), bijvoorbeeld voor pijnmetingsinstrumenten die er zijn (www.nvag.nl).
9. Vul in eenvoudige taal de pagina(s) van het boekje in over wat er aan de hand is en geef me duidelijke tips wat ik wel en niet moet doen.
10. Laat een familielid of begeleider bij mij slapen.

Deze pagina's vult de dokter in

Dit is er aan de hand:

Belangrijke uitslagen van onderzoeken en/of operatie:

Dit moet je doen/niet doen:



Nieuwe medicijnen:

○ (naam medicijn) _____

_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten)



○ (naam medicijn) _____

_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten)



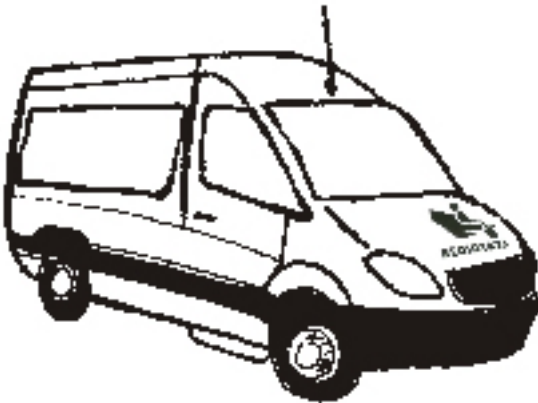
3

Weer naar huis

Gelukkig mag je na een tijdje weer naar huis.
Voordat het zo ver is moet er wel wat geregeld worden.

Je familie of begeleider moet weten of welke dag je naar huis mag.
En ook hoe laat je opgehaald kan worden.

Hoe ga je naar huis?
Zijn er nog afspraken gemaakt die je familie of begeleider moet weten?
Vergeet niet hen dit te vertellen.



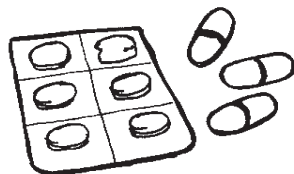
Tips voor als je naar huis mag

1. Vraag de dokter en verpleegkundige belangrijke zaken in het boekje op te schrijven:
 - welke ziekte je hebt
 - wat je wel en niet mag doen
 - of je (nieuwe) medicijnen moet gebruiken
2. Vraag ook als je nog andere hulpverleners moet bezoeken, zoals de huisarts of de fysiotherapeut.
3. Moet je terugkomen? Zo ja, waar en wanneer?
4. Vertel je familie of begeleider wanneer en hoe laat je naar huis mag.
5. Vergeet niet je TV en/of telefoon af te melden, en het gebruik ervan te betalen.

Deze pagina's vult de dokter in

Dit is er aan de hand:

Dit moet je doen/niet doen:



Nieuwe medicijnen:

(naam medicijn) _____

_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten)



(naam medicijn) _____

_____ keer per dag innemen
(voor of na het eten)



Vervolgafspraak:

Je moet terugkomen op: (dag, datum en tijd)

Je hoeft niet terug te komen.

Verwijzing naar:

huisarts

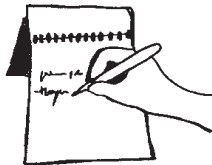
fysiotherapeut

diëtist

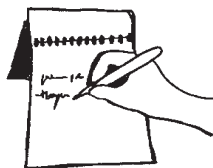
Tips voor de dokter en verpleegkundigen

1. Vertel mij tijdig wanneer ik weer naar huis mag.
Dan kan ik mezelf en mijn familielid of begeleider hier op voorbereiden.
2. Geef duidelijk aan wat ik wel en niet mag doen.
3. Krijg ik nog nieuwe medicijnen? Zo ja welke?
Hoe vaak moet ik ze per dag innemen?
4. Schrijf op of ik naar andere hulpverleners verwezen wordt.
Zo ja, welke?
5. Geef aan of ik nog terug moet komen.
Zo ja, wanneer?
6. Vul de pagina(s) van dit boekje in eenvoudige taal in.

Notities



Notities



Bestelwijze

Deze uitgave is gratis te bestellen bij:

CMO Flevoland
Postbus 194, 8200 AD, Lelystad
Tel: 0320 24 42 59
9! a Uj. 'jbc4 Vā c! Yj c`UbX"b`
k k k "Vā c! Yj c`UbX"b`

Stichting VG-BelangenPlatform Drenthe
p/a Postbus 278, 9400 AG Assen
Tel: 0592 24 38 44
E-mail: info@zorgbelang-drenthe.nl
www.zorgbelang-drenthe.nl

Zorgbelang Gelderland
Postbus 5310, 6802 EH Arnhem
Tel: 026 384 28 22
E-mail: info@zorgbelang gelderland.nl
www.zorgbelang gelderland.nl

Uitgave

Dit boekje is een initiatief van:

- de Stichting VG-Belang Flevoland
- CMO Flevoland (voorheen Zorgbelang Flevoland)
- Stichting VG-BelangenPlatform Drenthe
- Zorgbelang Gelderland

Tekeningen

Willy Boer

Vormgeving

Eddy Pijpstra en Gerard Boer

Redactie

Stichting VG-BelangenPlatform Drenthe

Drukwerk

Stichting VG-BelangenPlatform Drenthe

Met dank aan

- Fonds verstandelijk gehandicapten in Bunnik en
 - Rabobank Noordoostpolder-Urk,
- die dit boekje mede mogelijk hebben gemaakt.



Stichting **VG - BelangenPlatform Drenthe**
voor een beter bestaan van mensen met een verstandelijke handicap

