



beweging



eten



alcohol



roken



gewicht



medicijnen



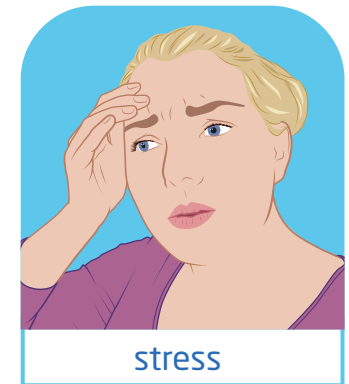
gezin



geld



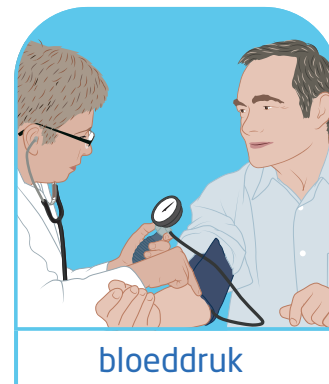
werk



stress



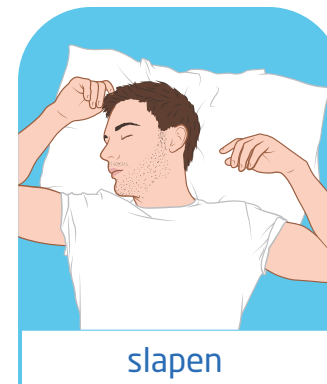
sociale omgeving



bloeddruk



dagpatroon



slapen



drinken

Instructies gesprekskaart

Deze gesprekskaart is voor iedereen die bij je op het consult komt. Het ondersteunt je in het gesprek met de patiënt. Sommige patiënten vinden het lastig om precies te vertellen of te vragen waar ze op dat moment mee zitten. Of weten niet goed welke onderwerpen ze waar en bij wie kunnen bespreken. Deze kaart helpt om onderwerpen bespreekbaar te maken. In het bijzonder zullen de patiënten die beperkt gezondheidsvaardig zijn, hier baat bij hebben.

Gezondheidsvaardigheden

Een op de drie Nederlanders heeft beperkte gezondheidsvaardigheden. Dat betekent dat zij moeite hebben met het vinden, begrijpen en toepassen van informatie over gezondheid. Denk bijvoorbeeld (maar niet uitsluitend) aan laaggeletterden, migranten, ouderen en lager opgeleiden. Zij hebben behoefte aan een eenvoudige en meer beeldende uitleg over ziekten, adviezen en behandelingen.

Hieronder enkele tips hoe je deze gesprekskaart kan gebruiken.

- Tip 1** Leg de gesprekskaart altijd voor je neer op de tafel. Hierdoor wordt het een standaard tool voor alle patiënten. De gesprekskaart ligt er al en wordt niet 'speciaal voor jou' uit de la gehaald.
- Tip 2** Gebruik de gesprekskaart als keuzemenu aan het begin van het consult. Laat de patiënt de gesprekskaart met afbeeldingen zien om samen met de patiënt te bepalen wat op dat moment prioriteit heeft of 'waar wilt u het over hebben?'.
- Tip 3** Gebruik de gesprekskaart als keuzemenu gedurende of juist aan het eind van het consult. Zo kan je vragen welke onderwerpen er verder nog zijn die op dat moment belangrijk zijn, maar nog niet in het consult ter sprake zijn gekomen. Of kies alvast het onderwerp waar je het de volgende keer over wilt hebben. Schrijf dit dan ook voor de patiënten op, zodat ze er thuis alvast over kunnen nadenken of lezen ter voorbereiding.
- Tip 4** Gebruik de afbeeldingen van de gesprekskaart ook als hulpmiddel bij het bepalen waaraan een patiënt wil werken. De afbeeldingen nodigen uit om de adviezen concreter en beeldend te maken. Bijvoorbeeld wandelt u graag, wat eet u graag, maakt u zich veel zorgen, heeft u mensen om u heen waarmee u dingen kunt bespreken etc. Hierdoor zal het doel of de actie voor de patiënt ook begrijpelijker en concreter worden.

De gesprekskaart is ontwikkeld en getest met eerstelijns zorgverleners uit de wijk Malburgen in Arnhem, patiënten die moeite hebben met lezen en schrijven van huisartsenpraktijk Vreeling & Van Lieshout, taalambassadeurs van stichting ABC, Vilans, GGD Gelderland-Zuid en Pharos.

Meer informatie: www.vilans.nl, www.pharos.nl, www.gezondheidsvaardigheden.nl, www.begrijpjelichaam.nl en www.zorgvoorbeter.nl.

Je eigen gesprekskaart op maat maken? Op www.zorgvoorbeter.nl kun je het bronmateriaal downloaden.

