

Bezoek aan de huisarts of specialist

Vandaag ben je bij de huisarts of specialist geweest. Misschien was het een spannend bezoek, bracht het gesprek duidelijkheid of kreeg je juist nieuwe vragen. Iedere afspraak is anders en kan veel indruk maken.

Met dit invulschema kun je elk bezoek vastleggen. Zo bouw je stap voor stap een overzicht op van jouw medische traject en kun je later teruglezen hoe deze periode is verlopen.

*

Vergeet niet de datum te noteren.

*

Bij welke huisarts of specialist ben je geweest?

- Wie heb je vandaag bezocht?
- Wat was de naam van de huisarts of specialist?
- Waar vond de afspraak plaats? (praktijk, ziekenhuis of polikliniek)
- Was dit je eerste bezoek of was je hier al eerder geweest?
- Kon je snel terecht of moest je wachten op de afspraak?

*

Waarom was je vandaag bij de huisarts of specialist?

- Wat was de reden van je bezoek?
- Hoe voelde je je voordat je naar de afspraak ging? (bijvoorbeeld rustig, gespannen of zenuwachtig)
- Was er iemand met je mee? Wie?
- Had je je vragen vooraf opgeschreven of meegenomen?

*

Hoe werd je ontvangen?

- Moest je je eerst aanmelden bij een balie?
- Hoe was de sfeer in de wachtruimte?
- Hoe vond je het om te wachten?
- Wat ging er door je heen voordat je werd opgehaald?

*

Hoe verliep het gesprek?

- Voelde je je gehoord en begrepen?
- Kon je alles bespreken wat je wilde?
- Welke vragen heb je gesteld?
- Welke uitleg of informatie kreeg je?
- Was alles duidelijk voor je?

*

Zijn er onderzoeken gedaan?

- Werde er lichamelijk onderzoek gedaan of bleef het bij een gesprek?
- Welke onderzoeken zijn uitgevoerd?
- Hoe heb je deze onderzoeken ervaren?
- Waren ze spannend, pijnlijk of vielen ze mee?
- Werde uitgelegd waarom deze onderzoeken nodig waren?

*

Zijn er foto's, scans of andere onderzoeken gemaakt?

- Zijn er foto's, echo's, scans of andere onderzoeken gemaakt?
- Kreeg je de uitslag meteen of moet je nog wachten?
- Wat is er verteld over de eerste resultaten?
- Zijn er vervolgonderzoeken of vervolgafspraken gepland?
- Weet je wat je tijdens de volgende afspraak kunt verwachten?

*

Hoe heb je het bezoek ervaren?

- Heeft het gesprek je gerustgesteld of juist nieuwe vragen opgeroepen?
- Wat vond je het meest waardevolle moment van deze afspraak?
- Was er ook iets dat je moeilijk vond?
- Hoe voelde je je toen je weer naar huis ging?
- Hoe kijk je nu terug op dit bezoek?

*

Is er nog iets dat je wilt onthouden?

- Is er iets gebeurd dat je later graag wilt teruglezen?
- Was er een opmerking of gebeurtenis die veel indruk op je maakte?

*

Foto's

- Zijn er foto's gemaakt van de praktijk, het ziekenhuis, de onderzoekskamer of andere bijzondere momenten? Voeg deze foto's toe aan je boek.

*

Tip

- Bewaar ook brieven, afsprakenkaartjes of folders die je hebt meegekregen. Samen met je foto's en aantekeningen geven ze later een compleet beeld van jouw medische traject en de weg die je hebt afgelegd.