



De lastmeter

De Lastmeter is een korte vragenlijst waarop u aankruist hoe het met u gaat en welke problemen u mogelijk ervaart.

Wat is de Lastmeter

De Lastmeter is een korte vragenlijst. Op de Lastmeter kruist u aan hoe het met u gaat en welke problemen u mogelijk ervaart op lichamelijk, emotioneel, sociaal, praktisch en spiritueel gebied.

Hoe werkt het?

Het is belangrijk dat u de Lastmeter zelf invult. Het gaat namelijk om uw beleving en de last die u ervaart. U vult de Lastmeter in tijdens uw dagbehandeling, waarna een verpleegkundige de antwoorden met u bespreekt en u desgewenst ondersteuning biedt. Zonodig, en als u dat wilt, kan hieruit een overleg met uw specialist of een verwijzing naar een andere, gespecialiseerde zorgverlener volgen. U kunt bijvoorbeeld advies en ondersteuning krijgen van een maatschappelijk werker, psycholoog, geestelijk verzorger of diëtist in het ziekenhuis. Ook deelname aan een revalidatieprogramma of contact met een lotgenoot is mogelijk.

Wat biedt het u

De Lastmeter biedt u de mogelijkheid om zelf aan uw zorgverlener(s) te laten weten hoe het met u gaat. Het is een middel om u te helpen in gesprek te gaan met uw zorgverlener over de door u ervaren gevolgen van uw ziekte. U kunt bovendien aangeven of u behoefte hebt aan extra ondersteunende zorg.

Hoe vult u de Lastmeter in

Stap 1:

Geef eerst op de thermometer aan hoeveel last u hebt ervaren op lichamelijk, emotioneel, sociaal en praktisch gebied sinds de voorgaande dagbehandeling tot het moment waarop u de Lastmeter invult. Geef hiervoor een cijfer van 0 tot 10 (10 is extreem veel last, 0 is helemaal geen last).

Stap 2:

Vul daarna op de probleemlijst in welke problemen u gedurende deze periode heeft ervaren. Zorg dat bij elk onderwerp een kruisje staat bij ja of nee.

Stap 3:

Geef tot slot aan of u over uw (eventuele) problemen wilt praten met een hulpverlener.

Hoe vaak vult u de Lastmeter in?

Wij vragen u om de Lastmeter tijdens uw behandeltraject bij iedere dagbehandeling in te vullen. Natuurlijk kunt u ervoor kiezen om het vaker, minder vaak of helemaal niet te doen.





