

FANN Flyer

Gesprek bij een arts, specialist of zorgverlener



Deze uitgave mag gebruikt worden voor persoonlijke en andere niet-commerciële doeleinden.

Bronvermelding:

Elema, E., Adrichem, W., & Mollink, C. (2022). *FANN Flyer. Gesprek bij een arts/specialist/zorgverlener*. Female Autism Network of the Netherlands.

Gesprek bij een arts/specialist/zorgverlener

U heeft autisme en u heeft voor een specifiek gezondheidsprobleem een afspraak bij een arts/specialist/zorgverlener.

Hoe bereidt u deze afspraak zo goed mogelijk voor?

Deze flyer kunt u gebruiken ter ondersteuning van het gesprek.

Kruis aan en/of vul aan wat voor u van toepassing is. Eventueel kunt u de ingevulde flyer aan uw arts/specialist/zorgverlener geven (met name de laatste twee bladzijden).

Suggestie introductie autisme

Bedenk vooraf wat u kunt zeggen over wat autisme voor u betekent.

- Ik heb autisme en voor mij betekent het, dat
-
-
-

Algemene tips

Bij het maken van de afspraak kunt u

- Vragen of u extra (consult)tijd kunt krijgen. Men vraagt u dan waarschijnlijk naar de reden. Bereid voor wat u daarop wilt antwoorden.
- Vragen of u het gesprek mag opnemen. Leg uit waarom. Het kan bijvoorbeeld nuttig zijn het gesprek op te nemen, zodat u het op een rustig moment nog eens kunt terugluisteren. Het kan u helpen om alle informatie te verwerken.
- Zeggen dat u iemand of een hulphond meeneemt. Licht dit eventueel toe. U kunt bijvoorbeeld iemand meenemen, voor steun en om de informatie samen te verwerken. Het kan ook prettig zijn om diegene toestemming te geven om vragen te stellen, die misschien niet snel bij u opkomen (met name bij spanning).
- Vragen, als dit uw voorkeur heeft, of het gesprek online of telefonisch kan.

Naar de afspraak kunt u

- Pen en papier meenemen, om aantekeningen te maken.

Denk voorafgaand aan de afspraak na over het volgende en schrijf het eventueel op (op de volgende bladzijde is ruimte voor aantekeningen).

- Wat is op dit moment mijn belangrijkste (hulp)vraag?
"Pas als deze vraag is beantwoord, stap ik tevreden uit de spreekkamer."
- Wat is voor mij het doel van dit gesprek?
Zoals: duidelijkheid over oorzaak en wat er aan te doen is.
- Wat zijn mijn klachten? En wanneer zijn ze ontstaan?
- Hoeveel last heb ik er van?
Bijvoorbeeld op een schaal van 0 tot 10 (0 = helemaal geen last/pijn, 10 = heel veel last/pijn, erger kan niet). Er kan ook sprake zijn van ondergevoeligheid voor pijn/koorts/ongemak.
- Hoe vaak en hoe lang heb ik er last van?
- Wat lukt mij nu niet meer, wat ik eerder wel kon?
- Ik ben over- of ondergevoeligheid voor medicatie.
Bijvoorbeeld medicatie werkt sterk/zwak, is snel/ traag uitgewerkt.
Bijvoorbeeld met een lage dosering starten en langzaam opbouwen (start low, go slow).
- Bij voorschrijven van nieuwe medicatie: Ik wil duidelijkheid krijgen over werking, bijwerkingen en wanneer effect te verwachten is.
Wanneer contact opnemen etc.
- Maak een overzicht van eventuele medische aandoeningen en/of allergieën.
- Neem een overzicht van huidige medicatie mee.
Dit is op te vragen bij de apotheek.
- Ben ik ergens bang voor, zo ja, waar ben ik bang voor?
Zoals een bepaalde ingreep, ziekte of aandoening.

Vragen die ik beantwoord wil hebben

- Hoe ziet het traject er uit?
- Wat is de prognose?
- Welke stappen moet ik zetten?
- Wie kan mij ondersteunen?
(contactpersoon/medisch maatschappelijk werker)

