



*St. Anna Ziekenhuis*



## **De lastmeter**

### **Ondersteuning bij de diagnose kanker**

| bijzonder betrokken |

---

De diagnose kanker kan grote impact op u en uw naaste(n) hebben. De ziekte en de behandeling kunnen niet alleen lichamelijke klachten met zich meebrengen, maar ook kunt u veranderingen op psychische, praktische en sociale gebieden ervaren.

Bij psychische gevolgen kunt u denken aan angst, onzekerheid, depressieve gevoelens en boosheid. Op praktisch gebied kunt u tegen problemen met het huishouden, vervoer of financiën aanlopen. Voorbeelden van sociale gevolgen zijn veranderingen in persoonlijke relaties, sociale activiteiten en de werksituatie.

Het kan zijn dat u goed in staat bent om eventuele problemen zelf op te lossen met hulp van uw familie en vrienden, uw behandelend arts, de (oncologie)verpleegkundige en of casemanager. Het is ook mogelijk dat u tijdens de behandeling of daarna behoefte hebt aan ondersteuning. Om ervoor te zorgen dat u die ondersteuning op het juiste moment van de juiste zorgverlener krijgt, maken we in het St. Anna Ziekenhuis gebruik van de lastmeter.

### **Lastmeter**

Op de lastmeter geeft u aan hoe het met u gaat en welke problemen u mogelijk ervaart op lichamelijk, emotioneel, sociaal, praktisch en spiritueel gebied. De coördinerend (oncologie)verpleegkundige bespreekt uw antwoorden met u en verwijst zo nodig als u dat wilt naar een andere, gespecialiseerde zorgverlener. Wanneer u zelf behoefte heeft aan een verwijzing, kunt u dit aangeven.

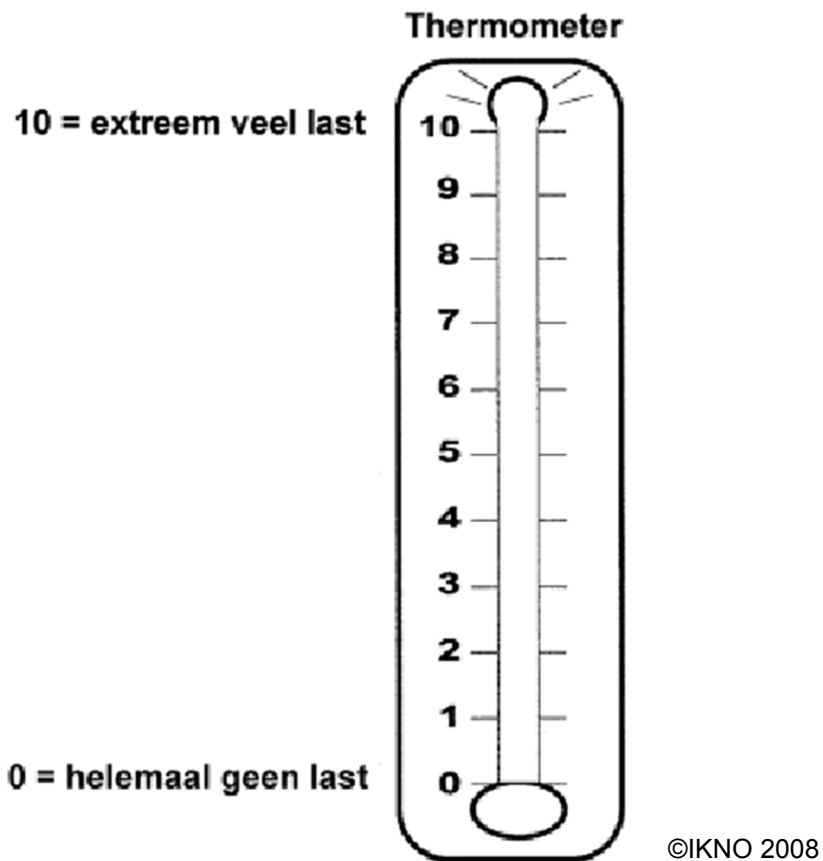
---

## De lastmeter

Invuldatum: ..... - ..... - ..... (dag-maand-jaar)

### Hoeveel last hebt u van problemen, klachten, zorgen?

Vul eerst onderstaande thermometer in. Omcirkel het nummer op onderstaande thermometer dat het beste samenvat hoeveel last u de afgelopen week (inclusief vandaag) hebt gehad op lichamelijk, emotioneel, sociaal en praktisch gebied.



---

## Probleemlijst

Wilt u voor onderstaande gebieden aangeven of u de afgelopen week (inclusief vandaag) hier moeite mee hebt gehad of problemen bij het ervaren. Wilt u elke vraag beantwoorden?

**ja    nee    Praktische problemen**

- zorg voor kinderen
- wonen / huisvesting
- huishouden
- vervoer
- werk / school / studie
- financiën
- verzekering

**ja    nee    Gezins- / sociale problemen**

- omgang met partner
- omgang met kinderen
- omgang met familie / vrienden

**ja    nee    Emotionele problemen**

- greep hebben op emoties
- herinneren van dingen
- zelfvertrouwen
- angsten
- neerslachtigheid / somberheid
- spanning
- eenzaamheid
- concentratie
- schuldgevoel
- controleverlies

**ja    nee    Religieuze / spirituele problemen**

- zin van het leven / levensbeschouwing
- vertrouwen in God / geloof

**ja    nee    Lichamelijke problemen**

- uiterlijk
- veranderde urine - uitscheiding
- verstopping / obstipatie
- diarree



---

## **Hoe vaak vult u de lastmeter in**

Wij vragen u om tijdens uw behandeling en soms in de controleperiode de lastmeter (meerder keren) in te vullen. Natuurlijk kunt u ervoor kiezen om dat vaker te doen, minder vaak of helemaal niet.

## **Wat biedt de lastmeter**

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 te helpen het gesprek met uw zorgverlener aan te gaan over de gevolgen van uw ziekte die u ervaart. U kunt bovendien aangeven of u behoefte hebt aan ondersteunende psychosociale of paramedische zorg of bijvoorbeeld die van een lotgenoot.

## **Hulpaanbod**

In het St. Anna Ziekenhuis kunt u bijvoorbeeld advies en ondersteuning krijgen van een verpleegkundige, casemanager, diëtist, fysiotherapeut, maatschappelijk werker, psycholoog, geestelijk verzorger of psychiater. De maatschappelijk werker geeft begeleiding als sprake is van acceptatie en/of verwerkingsproblemen rondom uw ziekte bij u of uw naasten. Ook als er door uw ziekte of behandeling praktische problemen zijn of problemen in de communicatie of relatie met partner, gezin of (werk) omgeving kan de maatschappelijk werker u helpen. Als er sprake is van psychosomatische klachten, cognitieve stoornissen of ernstige verwerkingsproblemen zoals depressieve klachten, dan kunt u naar een psycholoog worden verwezen. De geestelijk verzorger kan met u in gesprek gaan bij zingevingvragen en samen met u zoeken wat u in deze situatie houvast kan bieden. Daarbij kunnen uw persoonlijke levensovertuiging of andere spirituele vragen ter sprake komen.

---

Voor diagnostiek en behandeling van ernstige klachten zoals depressie of verwardheid, kan de psychiater worden ingeschakeld. Dit kan ook wenselijk zijn wanneer behandeling met medicatie zoals antidepressiva overwogen wordt.

De verschillende hulpverleners kunnen, indien nodig, onderling naar elkaar verwijzen.

Ook behoort tot het hulpaanbod deelname aan een revalidatieprogramma 'Herstel & Balans' of soms kan het contact met een lotgenoot helpen.

### **Heeft u nog vragen?**

Heeft u nog vragen over de lastmeter, neemt u dan contact op met de desbetreffende medewerker die u de folder heeft uitgereikt of de polikliniek waar u onder behandeling bent. Met medische vragen kunt u terecht bij uw behandelend specialist.

**St. Anna Ziekenhuis**

**Locatie Geldrop**

Bogardeind 2  
5664 EH Geldrop

**Locatie Eindhoven**

Antoon Coolenlaan 1-03  
5644 RX Eindhoven

T 040 - 286 4040

**COLOFON**

Opmerkingen, suggesties of  
aanvullingen op de folder  
kunt u kenbaar maken bij  
patiëntenvoorlichting:  
patiëntenvoorlichting@st-anna.nl

[www.st-anna.nl](http://www.st-anna.nl)

**ALG076  
09-18**