

U komt voor een controle op het spreekuur voor cardiovasculair risicomanagement. Ter voorbereiding van deze controle vragen wij u om enkele vragen te beantwoorden. De praktijkverpleegkundige/praktijkondersteuner weet dan wat voor u belangrijk is om te bespreken.

1. Hoe is het sinds het vorige contact gegaan?

2. Waar ben ik tevreden over?

3. Wat is er niet goed gegaan?

4. Welke afgesproken acties heb ik uitgevoerd?

5. Heb ik de medicatie ingenomen zoals afgesproken?

6. Heb ik bijwerkingen van de medicijnen gehad?

7. Wat wil ik in ieder geval tijdens deze afspraak bespreken?

8. Heb ik lichamelijke of psychische klachten die ik wil bespreken?

9. Wat zou ik willen veranderen? (kruis aan welk onderwerp u wilt bespreken)

- ☐ Ik wil graag stoppen met roken
- ☐ Ik wil graag afvallen
- ☐ Ik wil gezonder eten
- ☐ Ik wil de medicatie zorgvuldiger gebruiken
- ☐ Ik wil graag meer bewegen
- ☐ Ik wil mijn dag-/nachtritme verbeteren

Over welke onderwerpen heeft u vragen?

10. Algemeen

- ☐ Wat zijn hart- en vaatziekten en hoe ontstaan ze?
- ☐ Wat betekent een verhoogd risico op hart- en vaatziekten?
- ☐ Wat zijn risicofactoren voor hart- en vaatziekten?
- ☐ Hoe kan ik mijn risico op hart- en vaatziekten verlagen?
- ☐ Wat kan ik het beste (niet) eten om mijn risico op hart- en vaatziekten te verlagen?
- ☐ Waarom krijg ik medicijnen voorgeschreven?
- ☐ Waarom krijg ik geen medicijnen voorgeschreven?
- ☐ Waar kan ik betrouwbare informatie over een verhoogd risico op hart- en vaatziekten op papier of internet vinden?

11. Hoge bloeddruk

- ☐ Wat is hoge bloeddruk?
- ☐ Hoe ontstaat hoge bloeddruk?
- ☐ Wat kunnen de gevolgen zijn van hoge bloeddruk?
- ☐ Waarom krijg ik medicijnen voor mijn hoge bloeddruk?
- ☐ Waarom krijg ik geen medicijnen voor mijn hoge bloeddruk?
- ☐ Wat kan ik doen om mijn bloeddruk te verlagen?
- ☐ Wat kan ik het beste (niet) eten voor mijn hoge bloeddruk?
- ☐ Waarom moet ik thuis mijn bloeddruk meten?
- ☐ Hoe meet ik thuis mijn bloeddruk?

12. Cholesterol

- ☐ Wat is cholesterol?
- ☐ Hoe kan ik mijn cholesterol verlagen?
- ☐ Wat kan ik het beste eten als mijn cholesterol te hoog is?
- ☐ Wat zijn statines?
- ☐ Waarom krijg ik medicijnen voor mijn cholesterol?
- ☐ Waarom krijg ik geen medicijnen voor mijn cholesterol?

13. Leefstijl (roken, beweging, voeding, gewicht)

- ☐ Wat wordt bedoeld met een gezonde leefstijl?
- ☐ Waarom is het belangrijk om te stoppen met roken?
- ☐ Hoe kan ik stoppen met roken?
- ☐ Waarom is het belangrijk om veel te bewegen?
- ☐ Hoe kan ik meer bewegen?
- ☐ Waarom is het belangrijk om gezond te eten?
- ☐ Wat kan ik het beste (niet) eten om mijn risico op hart- en vaatziekten te verlagen?
- ☐ Wat is het verband tussen te zwaar zijn en hart- en vaatziekten?
- ☐ Hoe kan ik afvallen?

14. Controles en begeleiding

- ☐ Wie is mijn aanspreekpunt voor vragen?
- ☐ Hoe kan ik de praktijk in de periode tussen mijn afspraken bereiken?
- ☐ Wie doet de controles?
- ☐ Wat wordt er tijdens een controle gedaan?
- ☐ Welke taak hebben de praktijkassistent, praktijkondersteuner/praktijkverpleegkundige en huisarts in de begeleiding?
- ☐ Welke hulpverleners zijn buiten de huisartsenpraktijk nog meer bij de behandeling betrokken en wat doen zij?
- ☐ Waarom wordt er regelmatig bloed geprikt?
- ☐ Waarom wordt mijn bloeddruk gecontroleerd?

15. Medicijnen

- ☐ Wanneer moet ik de medicijnen innemen?
- ☐ Kan ik medicijnen krijgen voor het stoppen met roken?
- ☐ Wat zijn de mogelijke bijwerkingen van de medicijnen?

16. Heeft u vragen over onderwerpen die hier niet bij staan?