

# Lastmeter

## Tijdig signaleren van problemen

### Inleiding

Kanker is een ziekte die uw leven ingrijpend kan verstoren. De ziekte en de behandeling kunnen niet alleen lichamelijke klachten met zich meebrengen maar ook psychische, praktische en sociale klachten. 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 familie en vrienden, uw behandelend arts en de (oncologie)verpleegkundige.

### Waarom een lastmeter?

Het is 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 VieCuri MC gebruik van de Lastmeter.

### Wat is de 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 Lastmeter bestaat uit een “*thermometer*” en een “*vragenlijst*”.

### De thermometer

De *thermometer* heeft een schaalverdeling van 0 tot 10 :

**0** betekent : “*ik heb helemaal geen last*”

**10** betekent : “*ik heb extreem veel last*”

Door een streepje te zetten bij een cijfer op de lastmeter, kunt u de last uitdrukken die u ervaart.

### Bijbehorende vragenlijst

Wilt u óók de bijbehorende vragenlijst volledig invullen? Op de lijst staan vragen over uiteenlopende onderwerpen. Het is de bedoeling dat u elke vraag beantwoordt en een kruisje zet bij **ja** of **nee**.

### Het invullen van de vragenlijst

Het is belangrijk dat u de Lastmeter zélf invult. Het gaat immers om **uw beleving** en de last die u ervaart.

De Lastmeter is een hulpmiddel om aan te geven of u klachten heeft en zo ja, welke klachten. De gespecialiseerd verpleegkundige bespreekt uw antwoorden met u en kunnen een aanleiding zijn om u door te verwijzen naar een gespecialiseerde zorgverlener.

U kunt bijvoorbeeld advies en ondersteuning krijgen van een maatschappelijk werker, psycholoog, geestelijk verzorger, diëtist, fysiotherapeut of ergotherapeut. Ook deelname aan een revalidatieprogramma of contact met een lotgenoot kan helpen. Deze zorg kunt u zowel binnen als buiten VieCuri MC krijgen.

### **Hoe vaak invullen?**

Wij vragen u om meerdere keren tijdens uw behandeling en in de controleperiode de Lastmeter in te vullen. Dat zal ongeveer vier keer per jaar zijn. Dit gebeurt uiteraard op geheel vrijwillige basis, dat wil zeggen dat u zelf bepaalt of u deze lijst invult of niet. Ook kan het zijn dat u de Lastmeter thuis invult, opstuurt (met een antwoord enveloppe) naar de gespecialiseerd verpleegkundige en deze met hem/haar bespreekt tijdens een telefonisch consult.

### **Wat heeft u eraan om de lastmeter in te vullen?**

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 hoe u de gevolgen van uw ziekte ervaart. U kunt bovendien aangeven of u behoefte hebt aan ondersteunende psychosociale of paramedische zorg, of bijvoorbeeld die van een lotgenoot.

Natuurlijk kunt u altijd zelf om ondersteuning vragen, ook als de uitslag van de lastmeter geen aanleiding geeft om extra ondersteuning te adviseren.

### **Hoe krijgt u de Lastmeter?**

U krijgt de Lastmeter van een medewerker van de polikliniek of van de gespecialiseerd verpleegkundige van VieCuri MC.

## **Vragen**

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen over de lastmeter, neem dan contact op met de zorgverlener die u deze lastmeter heeft uitgereikt.

### **Naam**

..... ☎(077) 320 .. ..

## **Meer informatie**

Wilt u meer informatie dan kunt u ook eens kijken op de website:  
[www.kankerwiehelpt.nl](http://www.kankerwiehelpt.nl)

## **VieCuri Medisch Centrum**

### **Locatie Venlo**

Tegelseweg 210  
5912 BL Venlo  
☎ (077) 320 55 55

### **Locatie Venray**

Merseloseweg 130  
5801 CE Venray  
☎ (0478) 52 22 22

internet: [www.viecuri.nl](http://www.viecuri.nl)