



Groei en ontwikkeling



Sociale situatie



Onderwijs



Voeding



Medicatie

## Een goede voorbereiding helpt!



Laatste diagnostiek  
uitslagen



## Wegwijzer voor in de spreekkamer



Hersenen, ogen,  
oren



Hart



Maag, darmen, nieren



Spiëren



Nieuwe ontwikkelingen,  
vragen

# Tips ter voorbereiding van het polikliniekbezoek

- Bedenk welke concrete problemen spelen bij u of uw kind.
  - Neem de tijd om thuis op te schrijven wat u wilt weten over uw aandoening, mogelijke behandelingen en medicijnen.
  - De onderwerpen op de andere kant van dit kaartje kunnen u hierbij helpen.
  - Maak (samen) een vragenlijstje. U kunt gebruik maken van de 3 goede vragen ([www.driegoedevragen.nl](http://www.driegoedevragen.nl)).
- Stuur bij uw jaarlijkse controles uw vragen van te voren naar de zorgverlener: dit kan via mijnRadboud.
  - Vergeet niet om een actueel overzicht mee te nemen van uw medicijnen of die van uw kind.
- Neem iemand mee. Twee horen meer dan één. Bovendien heeft u de mogelijkheid vragen/zorgen te bespreken zonder uw kind.
  - Stel alle vragen en vraag door om meer uitleg te krijgen.
  - Vraag de arts van te voren of hij er bezwaar tegen heeft dat de samenvatting van het gesprek wordt opgenomen, bijvoorbeeld met een telefoon.
- Maak zelf een kort verslag van het bezoek. Gebruik dit bij de voorbereiding voor het volgende polibezoek.
  - Vaak schrijft de zorgverlener een verslag dat u via mijnRadboud kunt lezen/printen. Dit helpt om te lezen of alles goed begrepen, uitgelegd en afgesproken is.

## Tips voor het gesprek

- Stel uw belangrijkste vraag het eerst. Het gesprek gaat soms sneller dan u denkt. Zo houdt de arts nog genoeg tijd over om het u allemaal duidelijk uit te leggen.
  - Zorg dat u alles vertelt over uw klachten of die van uw kind.
- Begrijpt u niet wat de dokter zegt? Vraag het dan nog eens, ook als u woorden niet begrijpt.
  - Herhaal eventueel met uw eigen woorden wat u denkt dat de arts bedoelt. Vraag of u het zo goed begrepen heeft.
  - Vraag tijd om na te denken als u een moeilijke beslissing moet nemen.

## Op de andere kant: mogelijke bespreek onderwerpen