

MijnBlik: voor een goed gesprek tussen patiënt, naaste en zorgverlener

MijnBlik wijst mensen met COPD of hartfalen, en hun naasten, de weg naar een aantal gesprekshulpen. Hiermee kunt u zich thuis voorbereiden op een afspraak met een zorgverlener (verpleegkundige of arts). Zo is het makkelijker om te vertellen over uw leven met de ziekte. Dit is belangrijke informatie. De zorgverlener heeft die informatie nodig om u als mens te leren kennen. Met die informatie kunt u samen de zorg of behandeling kiezen die het best bij uw leven past. Dat voelt voor iedereen prettiger. Er zijn ook gesprekshulpen om met elkaar te praten over de laatste fase van het leven.

MijnBlik bestaat uit een blik met kaarten, en de website www.mijn-blik.nl. Er zijn vier onderwerpen:

- Ik wil vertellen wat me nu bezighoudt.
- Ik wil weten welke vragen ik kan stellen tijdens het gesprek.
- Ik wil meepraten over de zorg of behandeling.
- Ik wil de toekomst bespreken.

Voor elk onderwerp zit er een waaier met kaarten in het blik. Op iedere kaart staat een gesprekshulp beschreven. De vier onderwerpen en alle gesprekshulpen zijn te vinden op de website www.mijn-blik.nl.

Een voorbeeld van een gesprekshulp is een lijstje met vragen als: *Wat is voor mij belangrijk? Wat wil ik graag doen? Wat heb ik daarvoor nodig?* Een gesprekshulp kan ook een overzichtkaart zijn. Op de kaart kunt u als patiënt aangeven waar u last van heeft. Die informatie kunt u dan meenemen naar de afspraak met de verpleegkundige of arts.

Een aantal gesprekshulpen zijn speciaal gericht op de laatste levensfase. Ze helpen u als patiënt en naaste om zich bewust te worden van de keuzes die u zou willen maken. Ze helpen u ook om deze wensen met elkaar en met zorgverleners te bespreken.

Ontwikkeling MijnBlik

MijnBlik is gemaakt door onderzoekers van de Hogeschool Saxion en Windesheim. Zij hebben samengewerkt met mensen die COPD of hartfalen hebben, met naasten, en met verpleegkundigen en artsen.

Eerst heeft iedereen met elkaar besproken: *Waarom is het eigenlijk belangrijk dat patiënten over het leven met hun ziekte vertellen? Waarom lukt dit niet altijd?* Patiënten vertelden dat zij zich niet gezien voelen als een zorgverlener volgens schema's werkt. En dat verpleegkundigen of artsen niet altijd luisteren als zij iets vertellen over hun leven. Zorgverleners vertelden dat zij niet altijd merken dat een patiënt iets wil zeggen. Zij begrepen niet dat patiënten het lastig kunnen vinden om persoonlijke informatie te delen. Samen hebben zij bedacht wat helpt. Een gesprek met een zorgverlener gaat makkelijker als patiënten en naasten het gesprek thuis gaan voorbereiden. Zij bedenken dan thuis alvast wat ze willen vertellen, en wat ze willen vragen. Hiervoor is MijnBlik gemaakt.

Veel patiënten, naasten en zorgverleners hebben MijnBlik ondertussen bekeken en uitgeprobeerd. Daarna zijn zij geïnterviewd door de onderzoekers. Hun ervaringen waren positief. Sommige patiënten en naasten bekeken alle kaarten en gesprekshulpen. Zo kwamen zij op nieuwe ideeën. Anderen kozen één onderwerp en één gesprekshulp uit. Daar gingen zij direct mee aan de slag.

Meer informatie

Kijkt u voor meer informatie en alle gesprekshulpen op www.mijn-blik.nl.

Heeft u COPD of hartfalen? Of bent u een naaste van iemand met een van deze ziektes? Als u een exemplaar van MijnBlik wilt ontvangen, dan kunt u contact opnemen met onderzoekster Annet Olde Wolsink van Hogeschool Saxion. Stuur een mail naar MijnBlik.agz@saxion.nl of bel 06-12 46 36 75 en spreek een voicemailbericht in.

Betrokken organisaties

De volgende organisaties waren betrokken bij de ontwikkeling van MijnBlik: de Hogescholen Saxion en Windesheim (onderzoekers en studenten), Zorgbelang in Overijssel en Gelderland (patiënten), VIT Hulp bij mantelzorg (naasten), de Netwerken Palliatieve Zorg regio Zutphen en Oost-Achterhoek en het Netwerk Transmurale en Palliatieve Zorg West-Achterhoek (verpleegkundigen en artsen), en ZonMw (financier van het project EMPATIE, EMpowering PATIEnts).

Noot voor de redactie:

Onderstaande foto van MijnBlik is bedoeld om bij vermelding van het bericht te gebruiken. U vindt deze foto ook als losse bijlage bij de e-mail met dit persbericht.

Voor aanvullende vragen over MijnBlik kunt u contact opnemen met Annet Olde Wolsink, Hogeschool Saxion: MijnBlik.agz@saxion.nl.

