

Zelfregie en keuzes maken

Inhoud

Waarom is dit belangrijk?

In gesprek met medewerkers

Tips

Wanneer u een nierziekte heeft of dialyseert moet u regelmatig keuzes maken. U bepaalt, met ondersteuning van verschillende medewerkers van het DCG, hoe uw behandeling eruitziet. Dat wordt zelfregie genoemd.

Waarom is dit belangrijk?

Het levert u veel op wanneer u uw behandeling begrijpt en daarover goede keuzes maakt. Het is bijvoorbeeld erg belangrijk dat u samen met de nefroloog kiest voor een dialysebehandeling die bij u past als u die keuze moet maken. Wilt u bijvoorbeeld thuis of op het centrum dialyseren? En geeft u de voorkeur aan peritoneale dialyse of hemodialyse?

‘Zelfregie betekent niet dat u alles zelf moet doen, wel dat u die keuze heeft!’

Ook als u dialyseert zijn er ook voordelen als u zelf de regie voert over uw behandeling:

- U weet bijvoorbeeld beter wat u zelf kunt doen om gezond te blijven;
- U kunt aan de behandelaar beter aangeven hoe het gaat met uw medicatie of tijdens de dialyse;
- U bent meer betrokken bij de behandeling of doet bepaalde handelingen zelf;
- Zelfregie kan bijdragen aan uw gevoel van veiligheid tijdens de behandeling.

In gesprek met medewerkers

U staat er niet alleen voor. Onze medewerkers zijn er voor u:

Nefroloog

Overleg met uw nefroloog bijvoorbeeld over het volgende:

- Welke medicijnen u gebruikt en of uw (bloed)waarden goed zijn;
- Welke voor- en nadelen peritoneaal-, thuis- en centrumdialyse hebben;
- De mogelijkheden om getransplanteerd te worden.

Verpleegkundige

De verpleegkundigen betrekken u vanaf het begin bij de dialysebehandeling. U kunt aangeven wat u wilt, zoals:

- Zelf wegen, de dialysemachine bedienen, spullen pakken en klaarleggen, zelf prikken en uw waarden bekijken;

- Uitleg over uw shunt of de katheter krijgen;
- Informatie over de dialysevormen of stoppen met dialyse.
- Het doen van activiteiten tijdens de dialyse, zoals fietsen.



U kunt de verpleegkundige vragen of u bepaalde handelingen van de dialyse zelf kunt doen.

Diëtetiek

Met de diëtist kunt u in gesprek over uw dieet en vocht en wat daarin aangepast moet worden. U kunt zelf ook dingen doen:

- U kunt een eetdagboek bijhouden waarin u opschrijft wat u eet en drinkt of gebruik maken van www.mijnnierinzicht.nl;
- Informatie zoeken over voedingsstoffen, zodat u weet wat goed voor uw lichaam is en u de juiste keuzes kunt maken;
- Vragen naar tips om voldoende te bewegen.

Medisch maatschappelijk werk

Medisch maatschappelijk werk ondersteunt u bij het inpassen van de dialyse in uw leven. U kunt praten over:

- Uw behoeften en wensen voor de toekomst;
- Werk of financiën;
- Communicatie met naasten of zorgverleners van het DCG;
- Vrijtijdsbesteding of lotgenotencontact.



Zelfstandigheid



Vakantie vieren



Werken of studeren



Eten en drinken

Tips

Binnen het DCG werken verschillende zorgprofessionals met uitgebreide kennis en ervaring. Door goed voorbereid naar het DCG te komen, kunt u meer zelfregie voeren:

- Neem uw vragen mee op papier;
- Durf bijzonderheden aan te geven, ook als die gaan over lastige kwesties, zoals seksualiteit, uw (geestelijke) gezondheid of drugsgebruik;
- Neem iemand mee, als u dat prettig vindt;
- Geef aan als u de uitleg niet begrijpt;
- Vraag een extra gesprek aan als u daar behoefte aan heeft.