

# Lastmeter

(bij diagnose kanker)



**Ommelander Ziekenhuis**  
Groningen



## Inleiding

De diagnose kanker kan een grote impact op u en uw naaste(n) hebben. U kunt veranderingen ervaren op lichamelijk, emotioneel, sociaal, praktisch en/of spiritueel gebied. Het is goed om deze veranderingen met de oncologieverpleegkundigen te bespreken. Wij vragen u daarom regelmatig om de lastmeter in te vullen.

## De lastmeter

De lastmeter bestaat uit een thermometer en een vragenlijst.

De thermometer bestaat uit een schaal van 0 tot 10, waarbij

- 0 = helemaal geen last;
- 10 = extreem veel last betekent.

Door een streepje te zetten bij een cijfer op de thermometer, kunt u de last aangeven die u ervaart. Daarnaast wordt u gevraagd de vragenlijst volledig in te vullen. Op de lijst staan vragen over verschillende onderwerpen. Het is de bedoeling dat u elke vraag beantwoordt door een kruisje te zetten bij ja of nee.

Het is belangrijk dat u zelf de lastmeter invult, het gaat immers om uw beleving en de last die u ervaart. Door het gebruik en de herhaling van de lastmeter kunnen eventuele veranderingen in kaart worden gebracht en bespreekbaar worden gemaakt. Hierdoor krijgen we beter zicht op hoe het met u gaat. Met de uitkomsten van de lastmeter kunt u het advies krijgen om ondersteuning van een andere zorgverlener te krijgen, bijvoorbeeld een medisch maatschappelijk werker, een geestelijk verzorger en/ of een klinisch psycholoog. Ook kan een revalidatieprogramma hulp of ondersteuning bieden. Tevens kunt u zelf om deze ondersteuning vragen.

Meer informatie over begeleidingsmogelijkheden binnen het Ommelander Ziekenhuis Groningen of informatie over een revalidatieprogramma, kunt u opvragen bij uw verpleegkundig aanspreekpunt.

## Privacy

Alle ingevulde formulieren en gesprekken die u voert met hulpverleners binnen het Ommelander Ziekenhuis zijn vertrouwelijk.

## Vragen

Als u na het lezen van deze folder of bij het invullen van de lastmeter nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen met uw verpleegkundig aanspreekpunt.

## De lastmeter

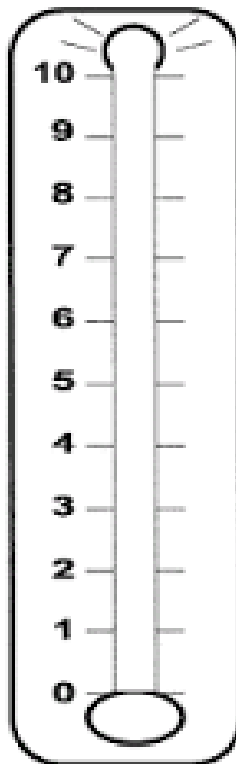
Invuldatum:     -             -   (dag – maand – jaar)  
Naam patiënt:  
Geboortedatum patiënt:

## Hoeveel last heeft u van problemen, klachten, zorgen?

Omcirkel als eerste het nummer op onderstaande thermometer dat het best samenvat hoeveel last u de afgelopen week (inclusief vandaag) heeft gehad op lichamelijk, emotioneel, sociaal en praktisch gebied.

**10 = extreem veel last**

Thermometer



**0 = helemaal geen last**

## **Praktische problemen**

Ja Nee

- zorg voor kinderen
- wonen/huisvesting
- huishouden
- vervoer
- werk/school/studie
- financiën
- verzekering

## **Gezins-/sociale problemen**

- omgang met partner
- omgang met kinderen
- omgang met familie/vrienden

## **Emotionele problemen**

- greep hebben op emoties
- herinneren van dingen
- zelfvertrouwen
- angsten
- neerslachtigheid/somberheid
- spanning
- eenzaamheid
- concentratie
- schuldgevoel
- controleverlies

## **Religieuze/spirituele problemen**

- zin van het leven/levensbeschouwing
- vertrouwen in God/geloof

## Lichamelijke problemen

Ja Nee

- uiterlijk
- veranderde urine - uitscheiding
- verstopping/obstipatie
- diarree
- eten
- opgezwollen gevoel
- koorts
- mondslijmvlies
- misselijkheid
- droge, verstopte neus
- pijn
- seksualiteit
- droge, jeukerige huid
- slaap
- benauwdheid
- duizeligheid
- praten
- smaakvermogen
- veranderingen in gewicht
- tintelingen in handen/voeten
- wassen/aankleden
- dagelijkse bezigheden
- moeheid
- conditie
- spierkracht

## Andere problemen:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Wilt u met een deskundige praten over uw problemen?**

ja    misschien    nee

**Zo ja, met wie?**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="radio"/> verpleegkundige        | <input type="radio"/> geestelijk verzorger |
| <input type="radio"/> diëtist                | <input type="radio"/> psycholoog           |
| <input type="radio"/> fysiotherapeut         | <input type="radio"/> lotgenoten           |
| <input type="radio"/> maatschappelijk werker | <input type="radio"/> iemand anders        |



**Samen.  
De beste zorg.  
Dichtbij.**

**ommelanderziekenhuis.nl**

T 088 - 066 1000

OZG (06-19) ONC 365