



Jouw ITP-gespreksgids

Deze gids is opgesteld om je te helpen om doelgerichte gesprekken te voeren met jouw zorgverlener/zorgteam over jouw behoeften en voorkeuren op het gebied van ITP

1 Denk terug aan hoe je in de afgelopen maand bent omgegaan met ITP en noteer wat voor jou het meest van belang is. Je hoeft niet alles in te vullen: richt je op de aspecten die voor jou het belangrijkste zijn.

2 Zodra je klaar bent, **kun je de sterren aankruisen naast de vragen die voor jou het belangrijkste zijn.**

3 **Neem jouw ingevulde gids mee naar jouw volgende afspraak** en bespreek deze met iemand van jouw zorgteam:

—● *Gebruik de gids om jouw belangrijkste zorgprioriteiten te beschrijven en eventuele andere problemen stap voor stap door te nemen.*

—● *Help jouw zorgteam begrijpen wat jouw doelen zijn en wat in jouw dagelijks leven het belangrijkste is.*

4 **Neem een gezamenlijk besluit** over jouw toekomstige zorgplan.

Huidige datum:

Noteer de datum van vandaag, zodat je deze gids op een later moment nog eens kunt bekijken en kunt vergelijken hoe jouw gevoel na verloop van tijd is veranderd.

Mijn doelen

Schrijf eerst jouw kortetermijndoelen op: de dingen die op dit moment het belangrijkste zijn voor jou (*deze week/maand*).

Bijvoorbeeld: een lange wandeling maken met jouw hond deze week.

Schrijf vervolgens jouw doelen op de langere termijn op: de dingen die in de toekomst het belangrijkste voor jou zijn (*komende 6 maanden*).

Bijvoorbeeld: op fietsvakantie gaan over drie maanden.

Leven met ITP

Wanneer je ITP hebt, kan dit niet alleen je welzijn beïnvloeden, maar ook de manier waarop je alledaagse activiteiten uitvoert. **Gebruik de schaalverdelingen hieronder om aan te geven hoe ITP jouw dagelijks leven beïnvloedt. Omcirkel de score die de manier waarop jij je voelt het best beschrijft.**

Omgaan met ITP-symptomen

In hoeverre zijn de symptomen van ITP (zoals vermoeidheid, bloedingen, bloeduitstortingen, enz.) in de afgelopen maand van invloed geweest op jouw dagelijks leven?



1

2

3

4

5



Gevoel dingen in de hand te hebben

Heb je het gevoel dat je alledaagse taken kunt uitvoeren, zoals douchen, omkleden, koken, klussen, huishoudelijke taken uitvoeren en winkelen?



1

2

3

4

5



Emotioneel welzijn

Voel jij je eerder positief (jouw gedachten en gevoelens in de hand hebben) of negatief (bang, ongerust of depressief)?



1

2

3

4

5



Hobby's uitoefenen

Heb je het gevoel dat je de activiteiten kunt uitvoeren waar je het meest van geniet?



1

2

3

4

5



Tijd doorbrengen met vrienden en familie

Heb je het gevoel dat je voldoende tijd kunt doorbrengen met of kunt zorgen voor familie en vrienden?



1

2

3

4

5



Goed presteren op jouw werk of op school

Heb je het gevoel dat je kunt uitblinken op jouw werk en/of op school?



1

2

3

4

5



Sporten en fitnesssen

Heb je het gevoel dat je jouw sport- en fitnessdoelen kunt bereiken?



1

2

3

4

5



Noteer in dit gedeelte meer details over hoe ITP jouw dagelijks leven beïnvloedt.

Effectief omgaan met ITP

Het is belangrijk dat je samenwerkt met jouw zorgteam, zodat je samen een behandeling kunt vinden die bij jou past. Hierdoor krijg je de mogelijkheid om jouw leven op de door jou gekozen manier te leiden. **Gebruik de schaalverdelingen hieronder om te beoordelen hoe jij je voelt over jouw ITP-behandeling. Omcirkel de score die de manier waarop jij je voelt het best beschrijft.**

In hoeverre helpt jouw ITP-behandeling je om met jouw symptomen (zoals vermoeidheid, bloedingen, bloeduitstortingen enz.) om te gaan of deze te voorkomen?



Hoe tevreden ben je ermee dat jouw behandeling de aanmaak van bloedplaatjes in stand houdt of verhoogt?



Hoe tevreden ben je met hoe vaak je jouw geneesmiddel moet innemen?



Hoe tevreden ben je met het aantal bloedonderzoeken dat noodzakelijk is om jouw aantal bloedplaatjes te controleren vanwege jouw behandeling?



Hoe tevreden ben je met de manier waarop jouw geneesmiddel wordt toegediend?



Hoe eenvoudig is het voor je om jouw behandeling op te nemen in jouw normale dagelijkse routine? (Bijvoorbeeld reizen, werken, eten, slapen)



Hoe eenvoudig is het voor je om jouw geneesmiddel in te nemen wanneer jouw routine verandert? (Bijvoorbeeld wanneer je op vakantie bent)



Hoe tevreden ben je over het algemeen met jouw behandeling en/of zorg?



Aantekeningen:

Noteer in dit gedeelte meer details over in hoeverre jouw behandeling en zorgverlening van invloed zijn op jouw dagelijks leven of vermeld hier eventuele wensen die je graag met jouw zorgteam zou willen delen.

De ITP-behandeling en jouw doelen

Heeft ITP of de ITP-behandeling op dit moment invloed op jouw mogelijkheid om jouw persoonlijke doelen na te streven?

JA NEE

Noteer in dit gedeelte hoe ITP jouw persoonlijke doelen beïnvloedt.

Belangrijkste gesprekspunten voor jouw volgende consult

Kijk nog eens terug naar de vragen en kruis de sterren aan bij de aspecten die voor jou het belangrijkste zijn.

Vermeld in dit gedeelte de 1 tot 3 belangrijkste onderwerpen die je graag zou willen bespreken tijdens jouw volgende ITP-afspraken.

En tot slot...

- Geef het vooral aan als je je niet gehoord voelt of als je het gevoel hebt dat jouw problemen niet serieus worden genomen.
- Vraag om uitleg over alles wat je niet begrijpt.