



Jouw ITP-gespreksgids

De bedoeling van deze gids is je te helpen gerichtere gesprekken te voeren met je zorgverlener/zorgteam over je behandelingsnoden en -voorkeuren met betrekking tot jouw ITP.

- 1** **Blik terug op de afgelopen maand** en noteer welke zaken er voor jou belangrijk waren in je omgang met ITP. Je hoeft niet alles in te vullen: focus op de elementen die voor jou het belangrijkste waren.
- 2** Als je klaar bent, **vink dan de ster aan naast de vragen die je het belangrijkste vond.**
- 3** **Neem de ingevulde gids mee naar je volgende afspraak** en bespreek het met iemand van jouw zorgteam.

- *Gebruik de gids om eerst de prioriteiten voor je zorg aan te kaarten en overloop daarna de andere aandachtspunten;*
 - *Help je zorgteam begrijpen wat jouw doelen zijn en waar jij in je dagelijkse leven het meeste belang aan hecht.*
- 4** **Maak samen een beslissing** over je toekomstige zorgplan.

Datum van vandaag:

Noteer de datum van vandaag zodat je in kaart kunt brengen hoe jij je na verloop van tijd voelde.

____/____/____

Mijn doelen

Noteer eerst je doelen op korte termijn (de zaken die momenteel het belangrijkste voor jou zijn) (deze week/maand).

Bv. met de hond wandelen deze week.

Noteer nu je doelen op langere termijn (de zaken die in de toekomst het belangrijkste voor jou zullen zijn) (komende 6 maanden).

Bv. binnen drie maanden op fietsvakantie gaan.

Leven met ITP

Met ITP leven kan een impact hebben op je welzijn en op de mate waarin je jouw dagelijkse activiteiten kunt uitvoeren.

Gebruik de onderstaande puntenschalen om de impact van ITP op je dagelijkse leven te evalueren. Omcirkel de score die het beste weergeeft hoe jij je voelt.

Omgaan met symptomen van ITP

Wat was de impact van ITP-symptomen op je dagelijkse leven in de afgelopen maand (bv. vermoeidheid, bloedingen, kneuzingen enzovoort)?



Dagelijks functioneren

Kan je alledaagse taken uitvoeren zoals jezelf wassen en aankleden, koken, en klusjes, het huishouden en boodschappen doen?



Emotioneel welzijn

Voel je je optimistisch (controle over je gedachten en gevoelens) of eerder pessimistisch (bezorgd, boos of depressief)?



Hobby's

Kan je de activiteiten uitvoeren waar je het meeste plezier aan beleeft?



Activiteiten met vrienden en familie

Kan je activiteiten met vrienden en familie doen of voor hen zorgen zoals je wilt?



Op het werk of op school

Kan je goed presteren op het werk of op school?



Sporten en lichaamsbeweging

Kan je jouw sportieve of bewegingsdoelstellingen halen?



Noteer in dit kadertje meer informatie over de impact van ITP op je dagelijkse leven.

ITP doeltreffend aanpakken

Het is belangrijk dat je met je zorgteam samenwerkt om een behandeling te vinden die bij jou past. Zo kan je het leven leiden dat je wilt. **Gebruik de onderstaande puntenschalen om je ITP-behandeling te evalueren. Omcirkel de score die het beste weergeeft hoe je je voelt.**

Hoe goed helpt je behandeling je symptomen van ITP bestrijden/voorkomen (bv. vermoeidheid, bloedingen, kneuzingen enzovoort)?



Hoe tevreden ben jij over het niveau van je bloedplaatjes met je behandeling?



Hoe tevreden ben je met hoe vaak je jouw behandeling moet nemen?



Hoe tevreden ben je met het aantal bloedafnames dat als onderdeel van jouw behandeling wordt uitgevoerd om het aantal bloedplaatjes na te kijken?



Hoe tevreden ben je met de manier waarop je behandeling wordt toegediend?



Hoe makkelijk vind jij het om het innemen of toedienen van je behandeling te integreren in je (dagelijkse) routine? (bv. pendelen, werken, eten, slapen)



Hoe makkelijk vind je het om je behandeling in te nemen/toe te dienen wanneer jouw dagelijkse routine verandert? (bv. op vakantie)



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



Opmerkingen:

Noteer in dit kadertje meer informatie over de impact van je behandeling en zorg op je dagelijkse leven of iets wat je met jouw zorgteam wilt delen (wensen enzovoort).

Jouw ITP-behandeling en doelen

Heeft jouw ITP of de behandeling daarvan momenteel een impact op het vermogen om je persoonlijke doelen na te streven?

JA NEE

Noteer in dit kadertje meer informatie over de impact van ITP op jouw persoonlijke doelen.

Te bespreken prioriteiten tijdens jouw volgende consultatie

Overloop alle vragen nog eens en vink de ster aan naast de vragen die voor jou het belangrijkste zijn.

Noteer in dit kadertje 1 tot 3 onderwerpen die voor jou het belangrijkste zijn en die je tijdens je volgende afspraak wilt bespreken.

Tot slot...

- Aarzel niet om het te melden als je je niet gehoord voelt of als je vindt dat je problemen niet ernstig worden genomen.
- Vraag om extra uitleg als er iets is dat je niet begrijpt.