

**DE LASTMETER**

---

HOEVEEL LAST HEBT U VAN PROBLEMEN,  
KLACHTEN EN ZORGEN?

## Inleiding

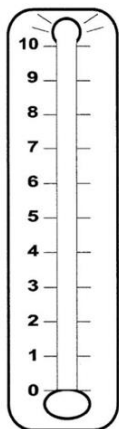
Er breekt voor u en uw naasten een moeilijke periode aan als bij u de diagnose kanker is gesteld. Lichamelijk en geestelijk krijgt u veel te verwerken. In deze periode hebben veel mensen behoefte aan steun van familie of vrienden.

Door de lichamelijke ongemakken en spanningen kunnen er problemen ontstaan op het werk, met de kinderen, in uw relatie of in de dagelijkse bezigheden. De specialist en de oncologieverpleegkundige zullen u zoveel mogelijk begeleiden in het ziekte- en behandelproces en waar nodig andere hulpverleners inschakelen.

## Lastmeter

Wij werken met de 'lastmeter'. Dit is een methode om inzicht te krijgen in hoeveel last u hebt van problemen, klachten en zorgen.

Op verschillende momenten tijdens de behandeling wordt gevraagd hoeveel last u ervaart van uw ziekte of uw behandeling. U kunt dan een cijfer geven van 0 tot 10. Als u geen last ervaart, geeft u dat aan met een 0. Ervaart u weinig last dan kunt u een cijfer geven tussen de 1 en 3. Bij veel last geeft u een cijfer tussen de 4 en 10.



Ondragelijke last

Geen last

U kunt nooit een verkeerd cijfer geven. Het gaat immers om de last die u ervaart en dit is een persoonlijke ervaring.

Hiernaast staat een lijst met een aantal specifieke problemen (op lichamelijk, praktisch, emotioneel en spiritueel gebied)

waar u mogelijk mee te maken kunt hebben. Deze kunt u mee laten wegen in uw cijfer voor de lastmeter. We vragen u naast het geven van een cijfer ook de lijst met specifieke problemen in te vullen.

De verpleegkundige zal de ingevulde lastmeter met u bespreken. Wanneer u veel last ervaart zal de verpleegkundige samen met u in het gesprek nagaan of deze verminderd kan worden. Het kan ook zijn dat u andere, professionele hulp kunt gebruiken van bijvoorbeeld een maatschappelijk werker, psycholoog of geestelijk verzorger.

In de loop van de tijd kunnen er veranderingen in psychosociaal en fysiek functioneren optreden, dit kan u altijd melden bij de verpleegkundige, ook wanneer deze niet samenvallen met de meetmomenten.

### **Privacy**

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

### **Vragen**

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

▪ \_\_\_\_\_/

via telefoonnummer \_\_\_\_\_

▪ \_\_\_\_\_/

via telefoonnummer \_\_\_\_\_