



Ja
dokter,

Zo wordt
meebeslissen
makkelijker
voor patiënten



nee
dokter

Tegenwoordig beslissen dokter en patiënt samen wat de beste behandeling is – dat is een wettelijk recht. Zo is de kans het grootst dat je de zorg krijgt die bij je past. Maar meebeslissen is moeilijk. Zes tips om het makkelijker te maken.

Tekst Liesbeth Jongkind | Foto's Jiri Büller

Stel, 'Piet Pieterse' heeft prostaatkanker. De tumor is nog klein en zit alleen in de prostaat, er zijn geen uitzaaiingen. Zijn lichamelijke conditie is prima, en de PSA-waarde is slechts licht verhoogd. Hij komt in aanmerking voor een genezende behandeling. Maar welke? Zijn arts legt uit: "We kunnen nog even wachten en intussen de tumor goed in de gaten houden, u kunt geopereerd worden, we kunnen u bestralen – en dat kunnen we inwendig of uitwendig doen – of u kunt hormonale therapie krijgen. En er

zijn ook combinaties mogelijk." De arts legt de voor- en nadelen van al die behandelingen uit, geeft cijfers over de risico's. En net als Pieterse verwacht te horen wat zijn specialist besloten heeft en waarom, vraagt deze: "Dus zegt u het maar. Wat kiest u?" Zo kan het gaan tegenwoordig: de arts beslist niet meer alleen over de behandeling, maar samen met de patiënt. En dat willen patiënten ook – meestal.

Verleden jaar vroeg de Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie aan 8200 mensen of ze mee wilden beslissen met hun arts. "Ja, altijd", zei 70 procent. En 28 procent zei: "Ja, maar niet altijd", omdat ze bij spoed en levensbedreigende aandoeningen het beslissen liever aan hun arts overlieten. Als we wél willen meebeslissen, lukt het niet altijd goed. 67 procent van de mensen zegt achteraf dat ze bij hun laatste bezoek aan een arts eigenlijk te weinig informatie hadden of helemaal niet bij de beslissing werden betrokken, terwijl ze dat wel wilden.

Kortom, met de dokter meedenken en samen beslissen over je behandeling is niet altijd eenvoudig. Soms krijg je te weinig informatie en soms te veel. Soms kun je niet kiezen en soms wil je helemaal niet meebeslissen en leg je de keuze het liefst bij je arts. Hoe krijg je ook in deze situaties de behandeling die het beste bij je past? De volgende tips kunnen daarbij helpen.

Tip 1 Steek actief tijd en moeite in het opbouwen van een goede relatie met uw arts.

Communicatie is tweerichtingsverkeer; laat het niet alleen aan uw arts over om ervoor te zorgen dat jullie elkaar zo goed mogelijk kennen, begrijpen en vertrouwen. Blijf uzelf en behandel uw dokter als iemand die het beste met u voor heeft maar ook fouten kan maken. Stel vragen als u die hebt en spreek tegen als u dat nodig vindt. ▶

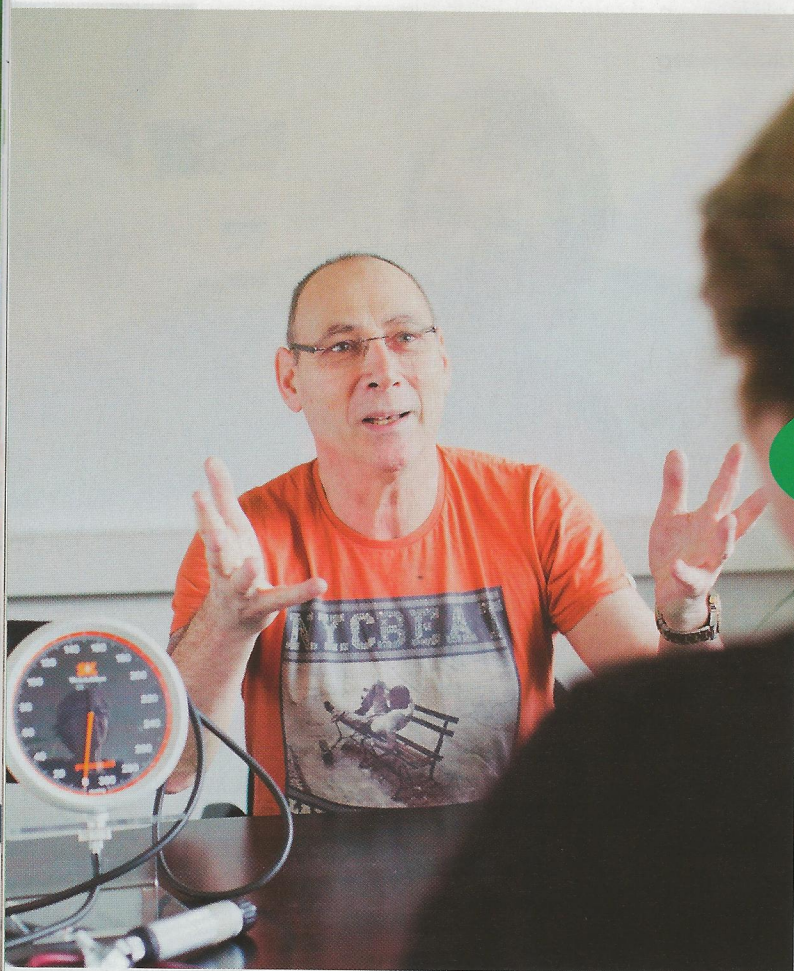


'Mijn oncoloog heeft kritisch met me meegedacht'

Gerda Schapers (65), docent en trainer, heeft darmkanker sinds 2010.

"Toen de oncoloog zei: 'U hebt darmkanker, u krijgt chemo', ging ik daar in mee. Ik was overvallen door de emoties. Na zes kuren was de tumor in mijn darmen genoeg geslonken om geopereerd te kunnen worden. Maar ik had uitzaaiingen in mijn lever. Beter worden kan niet meer, elke behandeling is alleen levensverlengend. Ik heb toen besloten: voor mij geen chemo meer. Ik was heel moe en misselijk geweest tijdens die zes kuren, en belangrijker nog, ik kon daardoor niet meer werken. Ik vroeg mijn oncoloog: 'Zijn er ook andere mogelijkheden?' 'In ons ziekenhuis niet', zei hij. Maar hij heeft me een lijst met mogelijke behandelingen gemaild en kritisch met mij meegedacht toen ik me daarop oriënteerde. Ik heb uiteindelijk besloten tot behandeling in een universiteitskliniek in Duitsland, waar ze de chemo alleen in je lever toedienen en niet in je hele lijf. Deze TACE-behandeling moest ik zelf betalen, de verzekeraar vergoedt het niet omdat er onvoldoende bewijs is dat het bij mijn type kanker voor een langere overleving zorgt*. Ik wilde mijn eigen arts niet kwijt, dus ik heb hem gevraagd om mijn hoofdbehandelaar te blijven. Gelukkig zei hij ja!"

* CVZ heroverweegt dit; uitslag op zijn vroegst mei 2014.



'Ik wilde van chirurg veranderen en dat kon'

Ype Dorhout (57), fotograaf, is hartpatiënt sinds 2013.

"Ik kreeg een jaar geleden last van boezemfibrilleren. Bij onderzoek in het ziekenhuis kwamen ze erachter dat er nog veel meer met me mis was. Een van mijn hartkleppen was tweeledig in plaats van drieledig en moest vervangen worden. En mijn aorta was enorm verwijd; die moest ook geopereerd worden. Maar de chirurg die dat zou doen, die wilde ik niet. Ik vond een andere arts beter, die had veel meer ervaring. 'Kan ik ook van chirurg veranderen?', heb ik gevraagd. En dat kon.

Ik was van tevoren bang dat ik na de operatie in paniek de slangen eruit zou trekken. Daar ben ik zelf over begonnen bij mijn arts. Die heeft toen een gesprek met een psycholoog geregeld, met mijn vrouw erbij, echt geweldig. 'Hoe wil je dat oplossen?', vroeg die psycholoog. 'We kunnen je bokshandschoentjes aandoen, of je wat langer in slaap houden.' Toen hebben ze me na de operatie twaalf uur langer in slaap gehouden en nog drie dagen in een lichte roes. Dat was voor mij persoonlijk de beste aanpak."

Dokters hebben meer informatie nodig dan alleen uw klachten om goed te kunnen adviseren

Tip 2

Vertel uw arts alles over uzelf wat belangrijk kan zijn voor uw behandelkeuze.

Dokters hebben informatie nodig om u te kunnen helpen met beslissen wat voor u de juiste behandeling is. Corine Jansen vraagt namens ziekenhuizen en andere zorginstellingen aan patiënten en bewoners wat er in ze omgaat, waar ze tegenaan lopen en waar ze behoefte aan hebben. Jansen: "De arts is medisch expert, maar de patiënt is de enige die weet wat écht belangrijk is voor hem- of haarzelf. En dus de enige die bij sommige heel moeilijke keuzes de knoop kan doorhakken."

♦♦ **Dit kunt u doen in de spreekkamer:** Vertel uw dokter niet alleen alles op medisch gebied, maar ook over uw sociale leven. Bijvoorbeeld of u een baan, vrijwilligerswerk of een hobby hebt, en hoe belangrijk die voor u zijn. Vertel ook wat voor lichamelijke en geestelijke eisen die bezigheden aan u stellen. Vertel of u kinderen of kleinkinderen hebt en of u graag veel tijd met ze doorbrengt.

Tip 3

Neem een denkpauze tussen de diagnose en uw beslissing over de behandeling.

Als u zojuist te horen hebt gekregen dat u ernstig ziek bent, is dat niet het juiste moment om over een behandeling te beslissen. Stel die beslissing uit tot het volgende consult. Daar is vrijwel altijd tijd voor. Gebruik die tijd om in uw eigen omgeving het slechte nieuws te laten bezinken en de informatie die u gekregen hebt te lezen en te bespreken met uw dierbaren. Uw specialist kan intussen overleggen met collega's in het ziekenhuis en met uw huisarts. Die heeft vaak goede ideeën over wat voor u een geschikte behandeloptie is. Zo komen jullie allebei goed voorbereid op de volgende afspraak en kunt u samen weloverwogen beslissen. ►