

# Samen met uw therapeut werken aan een optimale behandeling

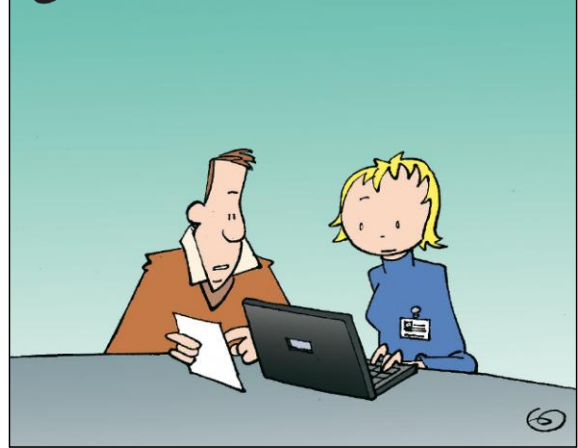
1

Bereid uw bezoek aan de therapeut goed voor



2

Geef alle relevante informatie over uw gezondheidssituatie



3

Vraag uitleg als u iets niet begrijpt



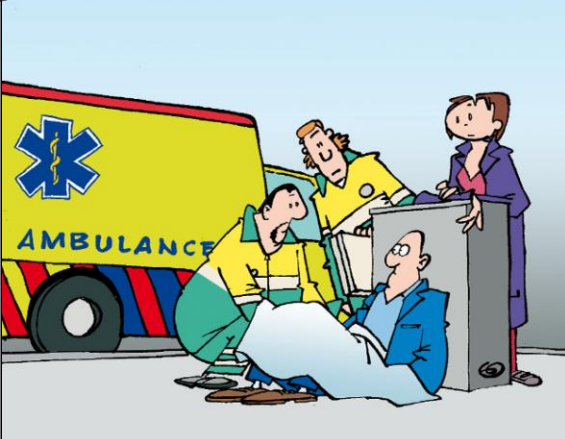
4

Volg instructies en adviezen goed op



5

Meld het als er iets onverwachts gebeurt



6

Meld onveilige situaties

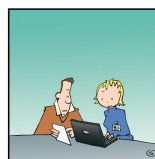


# Samen met uw therapeut werken aan een optimale behandeling



**Bereid uw bezoek aan de therapeut goed voor**

Bereid uw bezoek aan de therapeut goed voor en schrijf zo nodig op wat u wilt zeggen of vragen. Neem bij uw eerste bezoek aan de therapeut uw identificatie en zorgverzekeringpas mee.



**Geef alle relevante informatie over uw gezondheidssituatie**

Geef uw therapeut alle informatie die relevant is. Bedenk bijvoorbeeld hoe lang u de klacht al heeft en bij welke activiteiten u toename van klachten ervaart. Meld ook of de klachten sinds het ontstaan af of toegenomen zijn.



**Vraag uitleg als u iets niet begrijpt**

Geef aan als de uitleg niet duidelijk is of als u moeite heeft met het opvolgen van adviezen. Als u vragen heeft, schrijf ze zo nodig op. Het is belangrijk dat u informatie goed begrijpt zodat u weet wat u te wachten staat en wat er van u verwacht wordt. Geef aan als u denkt tegenstrijdige adviezen te krijgen van uw zorgverlener of van verschillende zorgverleners.



**Volg instructies en adviezen goed op**

Geef het aan als het niet lukt, of het u moeite kost om de instructies en adviezen van uw therapeut op te volgen. Maak duidelijk waar het probleem ligt. Zijn bepaalde oefeningen bijvoorbeeld te zwaar of te pijnlijk? Uw therapeut kan dan samen met u naar een oplossing zoeken.



**Meld het als er iets onverwachts gebeurt**

Veranderen uw klachten plotseling? Geeft een oefening toename van pijn? Heeft zich iets bijzonders voorgedaan, zoals een (onge)val waardoor uw klachten zijn veranderd of toegenomen? Meld het uw therapeut!



**Meld onveilige situaties**

Valt u iets op dat een onveilige situatie kan veroorzaken. Bijvoorbeeld een kapotte stoel, gladde vloer of defecte (fitness)apparatuur? Meld het uw therapeut, dit kan vervelende situaties voorkomen!

De kaart ondersteunt fysiotherapeuten en oefentherapeuten in hun communicatie met patiënten. Hierdoor kunnen cliënten samen met hun therapeuten werken aan hun eigen veiligheid.