

## Lastmeter borstkankerzorg



De assistente van uw behandelend arts of de mammacareverpleegkundige heeft u gevraagd thuis bijgevoegde Lastmeter in te vullen. Deze informatiefolder geeft enige uitleg over het hoe en waarom van deze vragenlijst.

### **Wat is de Lastmeter?**

De Lastmeter bestaat uit een reeks vragen die u met een JA of een NEE kunt aankruisen. De vragen gaan over vijf onderwerpen:

- problemen op praktisch gebied;
- problemen op sociaal gebied (gezin);
- problemen op emotioneel gebied;
- problemen op religieus/spiritueel gebied;
- problemen op lichamelijk gebied.

Verder ziet u op de vragenlijst een thermometer. Het is de bedoeling dat u een cijfer geeft dat het best samenvat hoeveel last u de afgelopen week (inclusief vandaag) heeft gehad op praktisch, sociaal, lichamelijk en emotioneel gebied.

Een 0 geeft aan dat u helemaal geen klachten ervaart en het prima met u gaat. Een 10 geeft aan dat het helemaal niet goed gaat en dat u extreem veel last ervaart. Alle cijfers ertussenin geven in meer of mindere mate aan hoeveel "last" u ervaart op dat moment.

### **Wanneer invullen?**

Het is belangrijk dat u de Lastmeter invult op de dag dat u de (volgende) afspraak heeft bij de mammacareverpleegkundige. Zo kan de mammacareverpleegkundige een indruk krijgen hoe het op dat moment met u gaat.

Invullen van de Lastmeter kan in minder dan vijf minuten. Vul de Lastmeter serieus in. Aan de hand van de ingevulde Lastmeter zal de mammacareverpleegkundige met u over eventuele problemen of knelpunten praten.

### **Herhaling**

De eerste keer wordt de Lastmeter door de assistente van de behandelend chirurg aan u meegegeven. U krijgt ook direct een afspraak mee voor een bezoek aan de mammacareverpleegkundige. Daarna zal de mammacareverpleegkundige steeds degene zijn die u de Lastmeter meegeeft met een vervolgspraak.

### **Professionele ondersteuning**

Doordat u op gezette tijden de Lastmeter invult, is het mogelijk in de gaten te houden hoe het met u gaat. Er kan snel(ler) worden ingesprongen op eventuele hulp die u nodig heeft.

U kunt op de Lastmeter ook zelf aangeven of u voor uw problemen wel, misschien of geen professionele ondersteuning wilt.

De mammacareverpleegkundige kan u mogelijk doorverwijzen naar een gespecialiseerd oncologieverpleegkundige, maatschappelijk werker, psycholoog, geestelijk verzorger, maar ook naar een fysiotherapeut of diëtist.

**Waarom invullen?**

De diagnose kanker en de daaropvolgende behandeling kunnen ingrijpende gevolgen hebben voor u en uw naasten. De meeste patiënten blijken goed in staat om dit te verwerken. Toch ervaart een aanzienlijk deel van alle patiënten (25-40%) veel last op lichamelijk, mentaal, sociaal of spiritueel gebied. Voor deze mensen kan doorverwijzing naar een zorgverlener die daarvoor is opgeleid helpen.

**Bereikbaarheid**

Als u na thuiskomst nog vragen heeft of onverwachte problemen krijgt dan kunt u altijd naar de onderstaande nummers bellen. Buiten kantooruren neemt u contact op met de receptie van Ziekenhuis Amstelland en vraagt u naar het dienstdoende avond- of nachthoofd, telefoonnummer 020 - 755 7000.

*Ziekenhuis Amstelland*

Telefoonnummer: 020 - 755 6023

E-mailadres: [mammapoli@zha.nl](mailto:mammapoli@zha.nl)

Telefoonnummer Polikliniek Chirurgie: 020 – 755 7014

*VUmc*

Telefoonnummer: 020 - 444 3391 (bereikbaar op maandag, dinsdag en donderdag)

E-mailadres: [mammacare.info@vumc.nl](mailto:mammacare.info@vumc.nl)

Telefoonnummer Polikliniek Heelkunde: 020 – 444 1100