Samenwerken aan gezondheid (PIH-NL)

Naam patiënt: ……
ID: ……

Datum van invullen: …-…-….
Datum bespreking: …-…-….

Het doel van deze vragenlijst is om ervoor te zorgen dat u de zorg krijgt die goed bij u past. Er zijn geen goede of foute antwoorden. Het gaat om uw oordeel: wat kan en doe ik zelf en wat niet.
Hieronder staan een aantal uitspraken die iets zeggen over hoe u omgaat met uw aandoening[1] en de behandeling daarvan. Bij elke uitspraak hoort een schaalverdeling waarbij de uitersten van de schaal zijn weergegeven door woorden. U kunt uw oordeel aangeven door het nummer te omcirkelen dat het beste bij uw situatie past. Nadat u de lijst heeft ingevuld, kunt u uw antwoorden bespreken met uw zorgverlener(s). Bijvoorbeeld omdat u wel wat meer zelf zou willen en kunnen doen of misschien juist even wat minder!

Omcirkel het nummer dat het beste past bij uw situatie.

1. In het algemeen weet ik van mijn aandoening(en):

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Heel weinig				Een beetje				Veel

2. In het algemeen weet ik over de behandeling en de medicijnen voor mijn aandoening(en):

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Heel weinig				Een beetje				Veel

3. Ik gebruik de medicijnen en voer de behandelingen uit die mijn arts of zorgverlener heeft voorgesteld:

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Nooit				Soms				Altijd

4. Beslissingen over (de behandeling van) mijn aandoening(en) neem ik samen met mijn arts of zorgverlener:

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Nooit				Soms				Altijd

[1] Waar ‘aandoening’ staat, kan ook worden gelezen ‘risico om een aandoening te krijgen’

5. Ik ben in staat om met mijn zorgverlener te regelen, dat ik de zorg krijg die ik nodig heb en die past bij mijn cultuur, waarden en opvattingen:

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Nooit				Soms				Altijd

6. Ik regel de (vervolg)afspraken die mijn arts of zorgverlener voorstelt en ga er ook naar toe:

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Nooit				Soms				Altijd

7. Ik houd zelf symptomen en signalen van mijn lichaam in de gaten (zoals bloedsuikerwaarden, peak flow, gewicht, kortademigheid, pijn, slaapproblemen, stemming):

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Nooit				Soms				Altijd

8. Ik grijp zelf in als mijn lichaam signalen afgeeft en symptomen erger worden:

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Nooit				Soms				Altijd

9. Ik kan omgaan met het effect van mijn aandoening(en) op mijn lichamelijke activiteiten (zoals wandelen, huishoudelijk werk):

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Niet zo goed				Redelijk				Heel goed

10. Ik kan omgaan met het effect van mijn aandoening(en) op hoe ik mij voel (dat wil zeggen mijn emoties en geestelijk welbevinden):

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Niet zo goed				Redelijk				Heel goed

11. Ik kan omgaan met de gevolgen van mijn aandoening(en) voor mijn sociale contacten (dat wil zeggen de omgang met andere mensen):

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Niet zo goed				Redelijk				Heel goed

12. In het algemeen lukt het mij om gezond te leven (bijv. niet roken, matig alcoholgebruik, gezond eten, regelmatig bewegen, omgaan met stress):

0	1	2	3	4	5	6	7	8
Niet zo goed				Redelijk				Heel goed

Als u een toelichting wilt geven bij bovenstaande antwoorden of andere opmerkingen heeft over deze vragenlijst, dan kunt u die hieronder opschrijven.

Verder wil ik dit nog kwijt:

……..

……..

……..

……..

……..

Toelichting bij deze vragenlijst (op website)

Deze vragenlijst 'Samenwerken aan gezondheid (PIH-NL)' is geïnspireerd op de 'Partners in Health Scale'. Deze van oorsprong Australische vragenlijst wordt gebruikt in het 'Flinders Programm of Chronic Care Self Management' (CCSM) van de Flinders Human Behaviour & Health Research Unit[2].
Dit programma bevat een set van generieke tools om zorgverleners en patiënten te ondersteunen bij het in gang zetten en uitvoeren van zelfmanagement.
Het eerste instrument betreft het in kaart brengen hoe iemand tegen zelfmanagement aankijkt. Daarna volgen instrumenten die helpen bij o.a. gezamenlijke doelen stellen, persoonlijke actieplannen, etc.

Deze vragenlijst is vertaald en aangepast aan de Nederlandse situatie door medewerkers van het CBO en Vilans binnen het Landelijk Actieprogramma Zelfmanagement NPCF-CBO (LAZ). Vanuit het LAZ wordt contact gelegd met het Flinders programma met als doel ervaringen uit te wisselen en gebruik van instrumenten wederzijds af te stemmen. Ook zal worden verkend wat de criteria zijn om deze concept vragenlijst te laten erkennen als officiële Nederlandse versie van de PIH Scale.

[2] voor meer info, zie : http://www.flinders.edu.au/medicine/sites/fhbhru/self-management.cfm