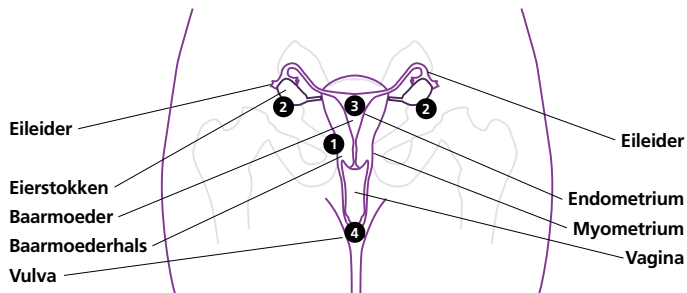


Lijf in cijfers

Ieder jaar worden 4.500 vrouwen in Nederland geconfronteerd met gynaecologische kanker. De meest voorkomende vormen zijn die aan de baarmoeder, baarmoederhals, eierstokken of vulva.



- 1 Baarmoederhals** 850 vrouwen per jaar (18%) krijgen baarmoederhalskanker. Voornamelijk vrouwen tussen de 30 en 55 jaar.
- 2 Eierstok(ken)** 1.350 vrouwen per jaar (29%) krijgen eierstokkanker. Over het algemeen gaat het om vrouwen vanaf 50 jaar, maar soms worden ook jonge vrouwen getroffen. In 5 tot 10% van de gevallen is er sprake van erfelijke aanleg.
- 3 Baarmoeder** 1.900 vrouwen per jaar (41%) krijgen baarmoederkanker. Komt zelden voor bij vrouwen jonger dan 40 jaar. In de meeste gevallen gaat het om vrouwen tussen de 55 en 80 jaar.
- 4 Vulva** 400 vrouwen per jaar (8%) worden getroffen door vulvakanker. In bijna alle gevallen gaat het om vrouwen vanaf 70 jaar.

GEGEVENS SPECIALIST OF VERPLEEGKUNDIGE:

Naam: _____

Ziekenhuis: _____

Adres: _____

Tel.nr: _____

Belangrijke telefoonnummers:

Stichting Olijf, netwerk voor vrouwen met gynaecologische kanker

Olijf biedt als netwerk steun en informatie aan vrouwen die gynaecologische kanker hebben (gehad) en hun naasten. Olijf draagt op basis van ervaringsdeskundigheid bij aan adequate preventie en verbetering van kwaliteit van zorg en leven. Olijf doet dit door het bieden van informatie, lotgenotencontact en belangenbehartiging.

Olijf.nl

Samen sta je niet alleen

Olijflijn: 020 - 303 92 92,
voor contact met vrouwen zoals jij
secretariaat@olijf.nl



©Olijf 2017 olijf.nl

NFKL029

23 tips voor een goed gesprek met je arts of verpleegkundige



'Door de diagnose "kanker" raak je voorgoed je zorgeloosheid kwijt'

Daphne (57)

Olijf
Netwerk voor vrouwen met gynaecologische kanker

Samen sta je niet alleen

“Gynaecologische kanker kan je leven op z'n kop zetten. Wat gebeurt er met mijn lijf? Hoe kan ik het beste worden behandeld? Welke keuzes heb ik? Wat vind ik belangrijk? Het liefst wil je zo snel mogelijk antwoord op deze en andere vragen.

Je arts en je naasten kunnen daarbij helpen. Heb je binnenkort een gesprek? Neem deze folder dan mee. Het helpt je om je goed voor te bereiden. En zo weet je zeker dat je tijdens het gesprek niets vergeet.”

Kijk ook eens op www.begineengoesprek.nl. Hier vind je veel informatie, tips en video's over het gesprek in de spreekkamer.

VOORBEREIDEN

- 1 **Zorg dat je je klachten kunt verwoorden.** Waar heb je last van? Hoe voel je je?
- 2 **Schrijf van tevoren op wat je wilt vragen.**
- 3 **Vraag iemand om mee te gaan.** Twee horen meer dan een.

HET GESPREK

- 4 **Maak tijdens het gesprek aantekeningen,** of neem het op met je telefoon.
- 5 **Bespreek pijn.** Denk niet 'het hoort erbij'.
- 5 **Herhaal in je eigen woorden wat de arts vertelt** ("Dus als ik het goed begrijp ..."). Alleen dan weet je zeker dat je elkaar goed begrijpt.
- 7 **Vertel open en eerlijk over je zorgen.** Jouw gevoelens (en van de mensen om je heen) doen ertoe!
- 8 **Vraag tijd om na te denken voordat je een belangrijke beslissing neemt.**

DURF TE VRAGEN

- 9 **Vraag uitleg over alles wat je niet begrijpt.** Medische termen? Twijfel je? Je arts kan je uitleg geven.
- 10 **Welke keuzes heb je en wat betekenen ze voor jou?**
- 11 **Hoe verloopt je vervolgbehandeling?** Wat gaan ze met je doen?
- 12 **Wat zijn de risico's van deze behandeling?** En wat als je je niet laat behandelen?
- 13 **Heeft de arts overlegd met collega's?**
- 14 **Wat zijn de gevolgen voor jouw toekomst?** Denk aan je gezondheid, seksualiteit, vrouw-zijn, werken, sporten.

- 15 **Zijn er andere behandelmethoden?**
- 16 **Vraag om meer informatie,** zodat je het thuis nog eens door kan lezen.
- 17 **Uitslagen?** Vraag een kopie voor jezelf.
- 18 **Welke zorgverlener begeleidt jouw behandeling?** Hoe kun je hem/haar bereiken?
- 19 **Klikt het niet?** Liever een vrouw? Vraag gerust een andere arts. Vertrouwen is belangrijk!

NA HET GESPREK

- 20 **Praat erover met je partner, ouders of een vriend(in).** En laat ze folders lezen. Ook zij hebben vragen!
- 21 **Als je dat wilt, vraag om een second opinion.** Neem wel eerst contact op met je zorgverzekeraar .

KIEZEN

- 22 **Laat je gevoel meewegen.** Neem nooit een beslissing waar je niet achter staat.
- 23 **Jij alleen beslist over je leven, en dus ook over de behandeling.** Alleen als jij het wilt, kan je de keuze aan een specialist overlaten.

RUIMTE VOOR NOTITIES
