



The Life-Balance Puzzle

Mijn leven – mijn gezondheid

U ontvangt deze informatie van het transplantatieteam omdat u een transplantatie heeft ondergaan.

The Life-Balance Puzzle

Verschillende aspecten in het leven worden beïnvloed voor mensen met een langdurige ziekte. Gebruik de puzzel om te bepalen aan welke gebieden u nu prioriteit wil geven. Neem de stukjes samen door en selecteer maximaal drie gebieden die ondersteuning en verandering nodig hebben. Kies ook drie gebieden waar u over wil nadenken.



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen.



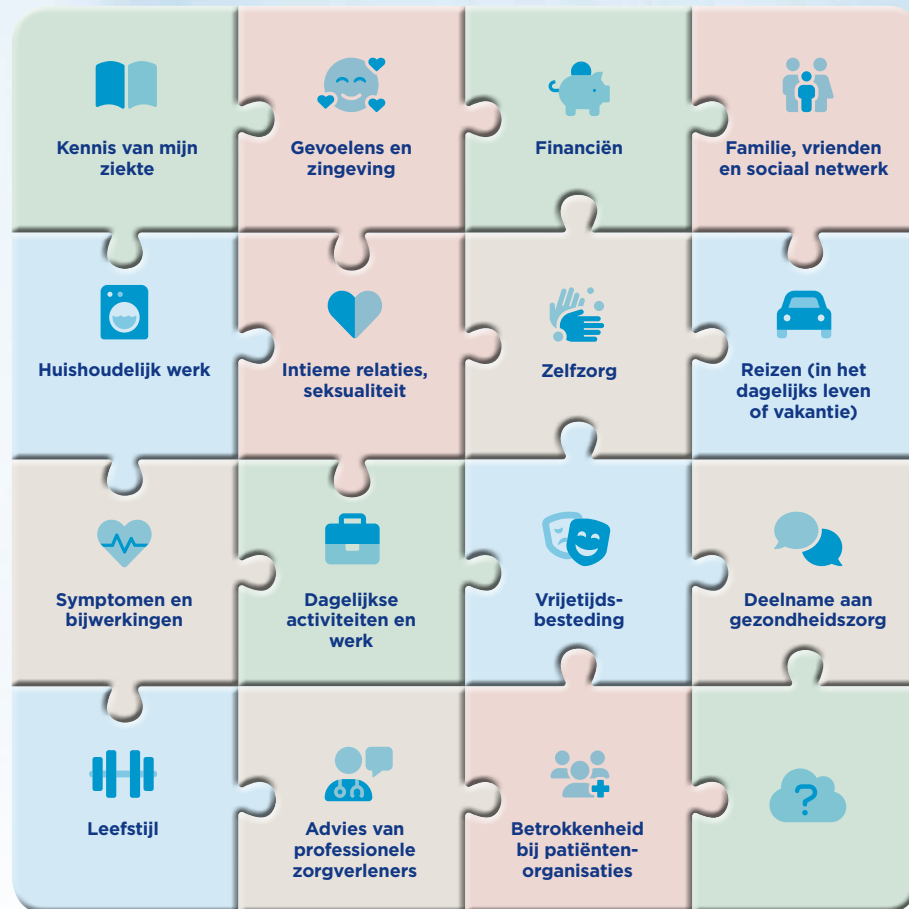
Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken. Ik heb hulp nodig.

Obstakels en moeilijkheden worden vermeld op basis van wat u zelf kunt doen, waar de zorg u bij kan helpen, en welke mogelijke strategieën ontwikkeld of herzien moeten worden om uw dagelijks leven als getransplanteerde te verbeteren.

Vul de volgende folder in met uw overwegingen en neem hem mee naar

uw afspraak met uw verpleegkundige of arts. Met behulp van dit boekje kunt u samen bepalen welke aspecten van uw dagelijks leven verbetering behoeven zodat u zich goed voelt.

Er zijn pagina's aan het einde van het werkboek die u zelf kunt invullen als u denkt dat er een aspect ontbreekt dat belangrijk voor u is.






Vergelijken vandaag versus vóór de transplantatie

Voor transplantatie

Na transplantatie



Kennis van mijn ziekte

-  Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.
-  Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen
-  Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken. Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Gevoelens en zingeving



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Financiën



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen





Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.


Opmerkingen



Familie, vrienden en sociaal netwerk

 Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.

 Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen

 Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Huishoudelijk werk



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Intieme relaties, seksualiteit



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Zelfzorg



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Reizen (in het dagelijks leven of vakantie)



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Symptomen en bijwerkingen



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Dagelijkse activiteiten en werk



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Vrijetijdsbesteding



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Deelname aan gezondheidszorg



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen






Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Leefstijl

-  Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.
-  Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen
-  Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Advies van professionele zorgverleners



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen





Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.


Opmerkingen



Betrokkenheid bij patiëntenorganisaties

 Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.

 Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen

 Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



(Extra onderwerp)



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken.
Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



(Extra onderwerp)



Ik heb er vertrouwen in dat ik dit in mijn dagelijks leven aankan en ik weet hoe ik steun moet zoeken.



Ik kan dit aan als ik advies en wat steun krijg over hoe ik moet beginnen



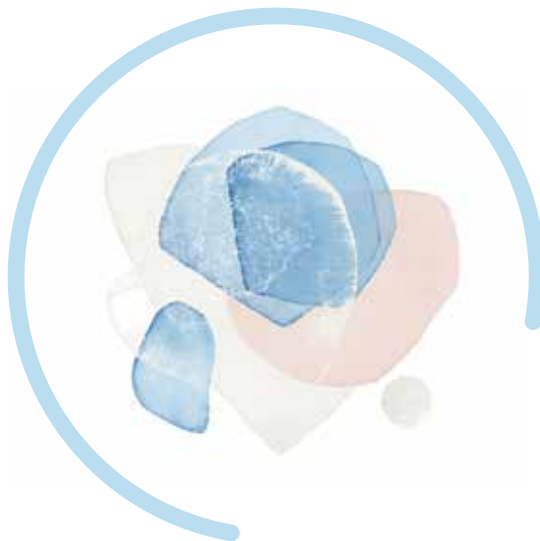
Ik weet niet hoe ik dit deel van mijn dagelijks leven moet aanpakken. Ik heb hulp nodig.

Opmerkingen



Esot.org

Bezoek esot.org om meer te weten te komen over hoe het is om te leven als iemand die een transplantatie heeft ondergaan, om uw kennis uit te breiden en om contactinformatie te vinden voor patiëntenorganisaties en andere hulpbronnen.



Dit materiaal is ontwikkeld in het kader van een gezondheidszorgsamenwerking tussen de European Society for Organ Transplantation (ESOT) en Takeda, met als doel de patiëntenzorg te verbeteren.

Deze materialen zijn op internationaal niveau beoordeeld en goedgekeurd. Lokale wetten en voorschriften kunnen variëren.

C-ANPROM/BE/CORP/0059 Datum van opstelling : September 2024

