

Door het regelmatig (1 - 2 keer per week) invullen van de klachten die u ervaart kunnen wij samen met u de zorg evalueren en waar nodig bijstellen.

Wilt u aangeven hoe ernstig het probleem / de klacht is op het moment van invullen. 0 = afwezig 10 = ergst denkbaar

Naam patiënt:	Geboortedatum:	Huisarts:
Datum	Tijdstip	
Ingevuld door Patiënt*, Naaste*, Zorgverlener*..... (functie.....)		

Ik heb op dit moment

geen pijn	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg veel pijn
geen slaapproblemen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg groot slaapprobleem
geen droge mond	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg droge mond
geen slikklachten	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg veel slikklachten
goede eetlust	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	geen eetlust
goede ontlasting	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	geen ontlasting
ander probleem												
.....	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
.....	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

Ik voel me op dit moment

niet misselijk	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg misselijk
niet benauwd	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg benauwd
niet moe	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg moe
niet "anders dan anders"	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg anders
niet angstig	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg angstig
niet somber	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg somber
ander symptoom												
.....	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg
.....	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg

Over mijn familie/vrienden maak ik me (*)

geen zorgen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg veel
-------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------

Ik voel(de) me ondersteund door (*).....

Ik verlang naar (*).....

Ik voel me op dit moment

Ik voel me op dit moment												
goed	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	erg slecht

Welke klacht(en) / problemen moet(en) wat u betreft als eerste worden opgelost?

.....

Vragen met een (*) vult u alleen in als u die wilt delen met anderen.

Zie andere kant voor informatie en toelichting

Na invullen: overnemen door verpleegkundige in zorgdossier en desgewenst overleg met huisarts en/of gespecialiseerde verpleegkundige
 kopie naar emailadres.huisarts en naar emailadres.Thuiszorg Na akkoord van patiënt!!

Informatie en toelichting bij Utrecht Symptoom Dagboek (USD-R)

Voor de patiënt en diens familie/vrienden

Metten is weten! Maar samen bespreken is nog belangrijker!

Door met enige regelmaat de symptomen en problemen welke u heeft te meten en samen te bespreken, kunnen uw arts en de verpleegkundigen beter reageren op uw klachten.

Dit Symptoom Dagboek is daarvoor een hulpmiddel.

1. De verpleegkundige van het team dat bij u komt zal altijd eerst met u en eventueel ook met uw naasten doornemen hoe het Dagboek bedoeld is, hoe u het invult en wat er vervolgens mee gedaan wordt.
2. Wie vult in?
 - a. De bedoeling is dat de patiënt zelf het Dagboek invult. Als u dat niet zelf kan, dan kan het ook met hulp van een ander ingevuld worden.
 - b. Als de patiënt zelf – zonder enige hulp - de lijst invult: dan omcirkelt u “Patiënt”.
 - c. Als de lijst wordt ingevuld met hulp of door uw naasten: dan wordt “Naaste” omcirkeld.
 - d. Als de lijst wordt ingevuld met de hulp van of door een zorgverlener: dan wordt “Zorgverlener” omcirkeld.
3. Wat vult u in?
 - a. Probeer zoveel mogelijk alle klachten/problemen te meten.
 - b. Er kunnen dagen zijn dat u eigenlijk “geen zin hebt” om bepaalde vragen weer te meten. Dan kunt u ze gewoon overslaan.
 - c. Achter de klacht/probleem omcirkelt u een van de cijfers: 0 = geen probleem, 10 = erg probleem
 - d. Belangrijk is dat u altijd de laatste vraag invult: “Welke klacht/probleem moet wat u betreft als eerste worden opgelost”?
 - e. De 3 vragen met een (*) beantwoordt u alleen als u dat wilt delen met anderen!
4. Wanneer?
 - a. Bij voorkeur wordt de lijst op maandagochtend en donderdagochtend ingevuld.
 - b. Als de symptomen/problemen verergeren kunt u met de zorgverleners afspreken het Symptoom Dagboek vaker in te vullen.
 - c. Als de problemen stabiel zijn kunt u het dagboek alleen op de donderdagochtend invullen.
5. Wat gebeurt er als u het Symptoom Dagboek heeft ingevuld?
 - a. De thuiszorg en/of de huisarts zullen met u doornemen welke problemen spelen en of u bijvoorbeeld zelf al een extra medicijn heeft ingenomen of iets anders heeft gedaan om uw klachten minder te laten worden.
 - b. Zij zullen in overleg met u en met de huisarts overleggen over extra afspraken: bijvoorbeeld nieuwe of een aanpassing van de medicijnen.
 - c. Uw zorgverlener zal met u bespreken of er een andere hulpverlener bij gehaald moet worden: daarvoor zullen zij vragen of u akkoord gaat dat een foto van het USD wordt gestuurd naar de huisarts, de gespecialiseerde wijkverpleegkundige of naar een andere hulpverlener.
 - d. Zij zullen de afspraken noteren in uw zorgdossier en afspreken wanneer ze er met u op terug zullen komen.
 - e. De door u ingevulde lijst zal opgeborgen worden in uw zorgdossier. Op die manier kunnen lijsten met elkaar vergeleken worden door de tijd heen.

Informatie en toelichting bij Utrecht Symptoom Dagboek (USD-R)

Voor de zorgverleners

Meten is weten! Maar samen bespreken is nog belangrijker!

1. Lees ook de tekst met informatie voor patiënt en naasten goed door!
2. Het USD-R is een hulpmiddel om de klachten systematischer en vroegtijdiger in beeld te brengen en vervolgens samen met de patiënt, de naasten en de huisarts te bespreken waar, wanneer en hoe iets aan de problemen gedaan moet worden.
3. Gebruik het USD-R alleen nà overleg met de Huisarts! Maak goede afspraken met de huisarts hoe jullie samen met het USD-R zullen omgaan.
Daarbij zijn de volgende punten belangrijk:
 - a. Wanneer de uitkomsten van de ingevulde lijst in combinatie met jullie eigen bevindingen zullen worden doorgenomen.
 - b. Dat symptomen van 8 en hoger altijd direct dezelfde dag zullen worden besproken met de huisarts.
 - c. Dat ook als er meer dan 2 symptomen tegelijk zijn tussen 4 en 8: altijd overleg en afstemming met de huisarts over vervolgstappen over hoe de klachten/problemen te verlichten.
 - d. Dat jullie het USD-R en de Signaleringsbox gebruiken om beter te observeren en te signaleren.
 - e. Wanneer je desgewenst samen met de huisarts gezamenlijk met de patiënt en de naasten de problemen en het zorgplan zult doornemen.
 - f. Geef de huisarts als je deze voor de eerste keer spreekt een kopie van USD-R met de bijbehorende informatie!!
4. Besef dat het gesprek met de patiënt en de naaste belangrijker is: dan zal blijken wat de problemen, beleving en oorzaken *achter* het cijfer zijn. Ook zal dan blijken welke klachten/problemen volgens de patiënt zelf het belangrijkste zijn en waar zo gauw mogelijk wat aan gedaan moet worden.
Het kan gebeuren dat je zelf twijfelt over het cijfer dat een patiënt aan zijn probleem geeft; bijvoorbeeld dat iemand een laag cijfer aan de pijn geeft terwijl hij ligt te kreunen van de pijn. Ook dan is een gesprek belangrijk. Ook is het belangrijk om dat wat de patiënt zegt, je eigen twijfel en je eigen waarnemingen bespreekbaar te maken met collega's, de huisarts of een gespecialiseerde verpleegkundige.
5. Om beter te begrijpen wat de betekenis van bepaalde problemen is, kun je:
 - a. Ter voorbereiding op of na een gesprek de Signaleringsbox gebruiken. Daarin vindt je uitleg over oorzaken van pijn, benauwdheid en andere problemen. Daarin staan ook vragen welke je tijdens een gesprek kunt gebruiken.
 - b. Maar maak ook gebruik van overleg met een collega, de huisarts of van een gespecialiseerde verpleegkundige.
 - c. De ervaring leert dat meerdere problemen tegelijk met een lager cijfer (4 of 5) soms erger zijn dan één probleem met een hoog cijfer. Soms kiezen patiënten er bijvoorbeeld zelf voor om even nog niets te willen innemen voor hun erge pijn.
6. Maak duidelijke afspraken als je merkt dat een patiënt niet goed met de lijst kan omgaan. Er zijn mensen die liever niet iedere week alle problemen tot zich toe willen laten. Er zijn ook mensen die een hekel hebben aan het geven van een cijfer. Ook kan de toestand van een patiënt veranderen: hij/zij kan minder helder worden. Spreek dan af dat je op een andere manier nagaat of er klachten/problemen waar je wat aan kunt doen. Je kunt dan afspreken om op de versie USD-R voor Zorgverleners over te schakelen.
7. Scores 4 en hoger moeten in zorgdossier worden vastgelegd, alsmede de ondernomen andere stappen. Zoek zo nodig ondersteuning van een gespecialiseerde verpleegkundige!
8. Bespreek dat met "Ik voel me anders dan anders" bedoeld wordt of iemand zich helemaal helder voelt of merkt dat hij/zij mogelijk zich minder helder voelt of zelfs verward.
9. De vragen in het rode vierkant zijn extra vragen welke in de Rotterdamse versie (USD-Rotterdam) de komende jaren "uitgeprobeerd" gaan worden. We zullen samen met de patiënten en met de zorgverleners nagaan of dit

goede vragen zijn. Bij deze vragen kan bijvoorbeeld ook een geestelijk verzorger – als die mee werkt in een team – advies en ondersteuning geven.

10. Spreek met de patiënt en de naasten af wat de “doelscore” wordt:
 - a. Welk probleem eerst
 - b. Wanneer moet een probleem door welke maatregel duidelijk verlicht zijn en wanneer zal dit samen geëvalueerd worden
11. Berg de ingevulde lijsten op een vaste plek op in het zorgdossier.
12. Leg uit aan de patiënt dat het belangrijk is dat een kopie van de lijst wordt gestuurd naar:
 - a. email-adres van de huisarts. Daardoor krijgt de huisarts een goed beeld van de ontwikkeling van de klachten/problemen. En kan het team beter overleggen over vervolgstappen.
 - b. [EmailadresThuiszorg](#) Via deze email worden de gespecialiseerde verpleegkundigen geïnformeerd en zij kunnen de teams aan huis gevraagd en ongevraagd advies geven en ondersteunen.
 - c. Leg ook uit dat de gegevens verzameld worden voor (anoniem!) wetenschappelijk onderzoek.
13. Als een patiënt verder achteruit gaat en in de stervensfase komt, kan het zijn dat jullie het Zorgpad Stervensfase gaan gebruiken. Op dat moment stopt het USD-R, want dan wordt gemeten met hulp van het Zorgpad Stervensfase.

Rotterdam, woensdag 16 maart 2016