



## Last-meter

Hoeveel last heeft u van problemen, klachten of zorgen? Met deze vragenlijst willen wij nagaan hoeveel last u de laatste tijd heeft ondervonden op lichamelijk, psychosociaal en praktisch gebied.

De specialist of gespecialiseerd verpleegkundige bespreekt met u de grootste problemen en helpt u om deze te verhelpen of te verminderen.

### Het instrument

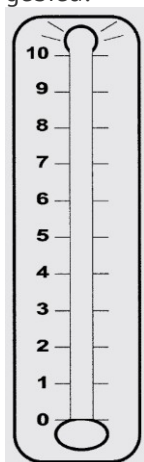
Voor het signaleren van distress bij volwassen kankerpatiënten wordt sterk aanbevolen gebruik te maken van de Last-meter. Deze bestaat uit de Last-thermometer en een probleemlijst.

Wilt u de Last-meter en de probleemlijst invullen voor het gesprek met de gespecialiseerd verpleegkundige / specialist? De uitkomst wordt tijdens het gesprek besproken.

### De Last-meter

Omcirkel het nummer op de last-meter dat het beste aangeeft hoeveel last u de afgelopen week heeft gehad op lichamelijk, emotioneel en praktisch gebied?

10 = Extreem veel last



0 = Helemaal geen last



Wilt u aangeven of u de afgelopen week met onderstaande onderwerpen moeite hebt gehad of problemen bij hebt ervaren?

Ja	Nee	
0	0	<b>Praktische problemen</b>
0	0	zorg voor de kinderen
0	0	wonen / huisvesting
0	0	huishouden
0	0	vervoer
0	0	werk / school / studie
0	0	financiën
0	0	verzekering
		<b>Gezin- / sociale problemen</b>
0	0	omgang met partner
0	0	omgang met kinderen
0	0	omgang met familie / vrienden
		<b>Emotionele problemen</b>
0	0	greep hebben op emoties
0	0	herinneren van dingen
0	0	zelfvertrouwen
0	0	angsten
0	0	neerslachtigheid / somberheid
0	0	spanning
0	0	eenzaamheid
0	0	concentratie
0	0	schuldgevoel
0	0	controleverlies
		<b>Religieuze / spirituele problemen</b>
0	0	zin van het leven / levensbeschouwing
0	0	vertrouwen in God / geloof

Ja	Nee	
		<b>Lichamelijke problemen</b>
0	0	uiterlijk
0	0	veranderde urine-uitscheiding
0	0	verstopping / obstipatie
0	0	diarree
0	0	eten
0	0	opgezwollen gevoel
0	0	koorts
0	0	mondslijmvlies
0	0	misselijkheid
0	0	droge, verstopte neus
0	0	pijn
0	0	seksualiteit
0	0	droge, jeukerige huid
0	0	slaap
0	0	benauwdheid
0	0	duizeligheid
0	0	praten
0	0	smaakvermogen
0	0	veranderingen in gewicht
0	0	tintelingen in handen / voeten
0	0	wassen / aankleden
0	0	dagelijkse bezigheden
0	0	moeheid
0	0	conditie
0	0	spierkracht

**Andere problemen:**.....

.....

**Opmerkingen:**.....

.....

**Datum dat u de lijst heeft ingevuld:**.....

**Deze vragen worden ingevuld door de gespecialiseerd verpleegkundige**

Naam verpleegkundige: .....

Datum: .....

**Acties naar aanleiding van de ingevulde lijst**

- Vervolggesprek met gespecialiseerd verpleegkundige
- Doorverwezen naar .....
- Andere acties .....
- .....

*Deze vragenlijst is gebaseerd op de 'Distress Thermometer and Problem List' van NCCN, USA.*

**Heeft u nog vragen?**

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Neem contact met ons op via een van deze telefoonnummers. U kunt ook onze website raadplegen.

**Telefoonnummers BovenIJ ziekenhuis**

Hoofdreceptie 020 - 634 6346

**Adres BovenIJ ziekenhuis**

Bezoekadres	Postadres
Statenjachtstraat 1	Postbus 37610
1034 CS Amsterdam	1030 BD Amsterdam