10 tips van ervaringsdeskundigen

Schildklier en meerdere aandoeningen

Leven met een schildklieraandoening in combinatie met andere chronische aandoeningen is een behoorlijke uitdaging.

Welke klacht hoort bij welke ziekte, en hoe beïnvloeden ze elkaar? Vaak krijg je zorg van verschillende behandelaars met elk hun eigen adviezen. Hoe zorg je ervoor dat jij de behandeling krijgt die het beste bij jou past?

Deze tips van ervaringsdeskundigen helpen je op weg.

Strijd mee voor eerdere herkenning en betere erkenning van schildklieraandoeningen. Word donateur van SchildklierNL of geef een eenmalige gift.

SchildklierNL

1 Gebruik betrouwbare informatie

Zoek uit hoe jouw aandoeningen elkaar kunnen beïnvloeden. Vraag je artsen, praktijkondersteuner en/of verpleegkundig specialist om uitleg en benut de kennis van de verschillende patiëntenorganisaties.

2 Houd een logboek bij

Jij hebt het beste overzicht van jouw zorg. Verzamel de informatie van gesprekken, onderzoeken en medicatie in een Persoonlijke Gezondheidsomgeving (PGO).

3 Stel vragen

Zorg dat je het antwoord op de 3 goede vragen kent en stel die regelmatig aan de verschillende artsen: Wat zijn mijn opties? Wat zijn voor- en nadelen? Hoe past dit bij mijn situatie?

4 Deel jouw ervaring en wensen

Vertel je artsen hoe je aandoeningen jouw dagelijks leven beïnvloeden. Denk bijvoorbeeld aan onderwerpen als werk, studie, gezin, bewegen of een kinderwens.

5 Wees alert op auto-immuunziekten

Heb je de auto-immuunziekte van Hashimoto of Graves? Besef dan dat je een iets grotere kans hebt op een andere auto-immuunziekte. Krijg je nieuwe klachten, vertel deze dan aan je artsen zodat actie kan worden ondernomen.

6 Informeer je artsen

Geef bij de verschillende artsen aan welke aandoeningen je nog meer hebt en welke medicatie en/of supplementen je gebruikt. Houd de informatie over je medicijngebruik up-to-date en vraag regelmatig een nieuwe uitdraai aan de apotheek.

7 Laat artsen met elkaar overleggen

Bespreek met de artsen dat je graag wilt dat ze onderling met elkaar overleggen over jouw behandeling. Geef dan wel toestemming om de medische informatie uit te wisselen.

8 Vraag een vast aanspreekpunt

Heb je meerdere artsen in het ziekenhuis? Vraag dan wie het centrale aanspreekpunt is voor jou en je huisarts.

9 Plan afspraken slim

Om veel bezoek aan het ziekenhuis te voorkomen, kan het fijn zijn om meerdere overleggen op een dag te plannen. Vaak kan er meer dan je denkt.

10 Zoek een buddy

Vind je het lastig om zelf het overzicht te houden? Zoek iemand die je daarbij kan helpen binnen je familie of vriendenkring. Op **schildklier.nl** vind je hiervoor ook handige tips.

MEI 2025