



## TIPS VOOR EEN GESPREK BIJ DE HUISARTS

Indien u zich zorgen maakt over een ander, kunt u de onderstaande lijst gebruiken voor een gesprek bij de huisarts.

Daarnaast is het aan te raden uw zorgen natuurlijk ook bespreken met iemand in uw omgeving die dementie zelf van dichtbij heeft meegemaakt, of u kunt eens een Alzheimer Café bezoeken of de Alzheimer telefoon (030 – 656 75 11) bellen. Als u zich daarna nog steeds zorgen maakt, zet dan uw zorgen op papier. De lijst hieronder kan u helpen een gesprek met de huisarts voor te bereiden.

- Is het geheugen volgens u de laatste tijd achteruitgegaan?
- Kan hij makkelijk meedoen aan een gesprek?
- Vervalt hij in herhalingen?
- Kan hij zich goed uitdrukken en duidelijk verstaanbaar maken?
- Vertoont hij af en toe vreemd gedrag? (Zet hij de eieren bijvoorbeeld in het vriesvak of de vuile kopjes in de servieskast?)
- Verlopen vakanties anders dan vroeger?
- Is het aanleren van nieuwe vaardigheden moeilijker? (bijvoorbeeld het bedienen van nieuwe apparaten)
- Gaan de dagelijkse handelingen hem goed af? Kan hij zich bijvoorbeeld goed aankleden, of trekt hij bijvoorbeeld wel eens twee verschillende schoenen aan?
- Vergeet hij de plek wel eens waar hij net geweest is?
- Slaapt hij op andere tijden en is hij op andere tijden wakker?
- Is zijn karakter de afgelopen tijd veranderd?

Neemt de huisarts u nog steeds niet serieus, dan kunt u een second opinion aanvragen bij een andere huisarts. Bedenk goed waarom u een second opinion wil en bespreek dit zo mogelijk met uw huisarts. Hij kan een andere arts voor u vinden en zonodig een brief schrijven en/of uw medische gegevens doorsturen.