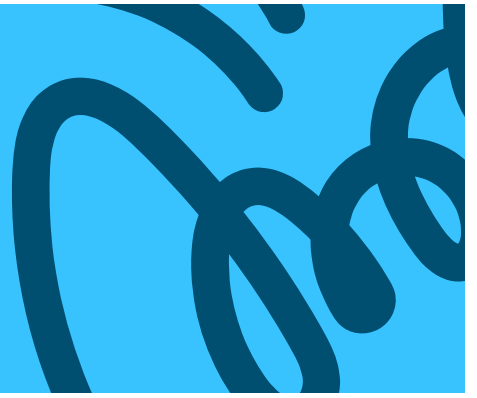


MENTAAL WELZIJN MS

ZAKKAARTJE



WANNEER

- Als je vermoedt dat je patiënt mentale problemen heeft, of
- Elk half jaar

VOORWAARDEN

- Je hebt de tijd en ruimte om empathisch en afgestemd te zijn
- De omgeving is rustig

INHOUD

Signaleer wat er speelt bij je patiënt, op basis van deze vragen in je eigen woorden:

- Wat houdt jou bezig op dit moment?
- Maak je je veel zorgen, ben je erg verdrietig of juist lusteloos?
- Heb je veel last van fatigue, slaapproblemen of chronische pijn?
- Hoe gaat het met je partner en/of kinderen?
- Aan wie of wat heb je veel steun?

WANNEER DOORVERWIJZEN?

Overweeg om verdere begeleiding voor te stellen als je patiënt (of iemand in zijn systeem):

- Nog weinig plezier beleeft en veel controleverlies ervaart
- Chronische stress heeft
- Weinig of geen mensen heeft om mee te praten

WELKE BEGELEIDING

Bespreek samen of er behoefte is aan verdere begeleiding en zo ja, wie dit kan bieden. Eerste keuzetherapie: cognitieve gedragstherapie met specialisatie ACT en Mindful Zelfcompassie. Voor partners en kinderen: groepssessies rond psycho-educatie, communicatie en verbinding.