



Meten is weten

In de zorg wordt van alles gemeten. Daarvoor zijn er verschillende mogelijkheden. Je hebt apparaten om waarden van je lichaam te meten, bijvoorbeeld jouw bloeddruk of conditie. Maar je hebt ook meetinstrumenten om te meten hoe jij de zorg ervaart. Of wat jij belangrijk vindt in het leven. Lees hier alles over meten in de palliatieve zorg.

Wat zijn meetinstrumenten in de zorg?

In de zorg heb je te maken met verschillende manieren van meten. Zo kan jouw lichaam gemeten worden met meetapparatuur, zoals een bloeddrukmeter of weegschaal.

Je kunt ook meten met een vragenlijst of checklist. Zo'n vragenlijst of checklist wordt een meetinstrument genoemd. Met deze meetinstrumenten wordt gemeten hoe het met jou gaat. Het gaat dan niet alleen om jouw lichaam, maar ook om hoe je voelt of hoe jij de zorg ervaart. Een meetinstrument kan één onderwerp of klacht meten. Het kan ook kijken naar hoe jij meerdere klachten ervaart of dat je misschien nog een aandoening of ziekte hebt.

Hoe vul je een meetinstrument in?

In de zorg voor jou gebruikt een zorgverlener altijd meetapparatuur. Een thermometer, bloeddrukmeter of weegschaal zijn meetapparaten.

Een meetinstrument zoals een vragenlijst vul jij in. Dit kun je alleen doen, of een naaste of zorgverlener doet het voor jou.

Waarom zijn meetinstrumenten belangrijk?

Praten over je klachten en problemen kan lastig zijn. Bijvoorbeeld omdat je niet wil zeuren. Of omdat je denkt dat sommige klachten en problemen bij je ziekte of ouderdom horen. Er is niets aan te doen.

Maar aan veel klachten en problemen is wel iets te doen. Of je kunt voorkomen dat de problemen erger worden. Meetinstrumenten helpen om klachten en problemen op tijd te ontdekken. Een zorgverlener kan jou beter helpen, en controleren of de behandeling of ondersteuning werkt voor jou. Door het invullen van een meetinstrument weet een zorgverlener wat jij belangrijk vindt, en welke zorg hij of zij aan jou moet geven.

Ingevulde meetinstrumenten door verschillende mensen worden soms ook gebruikt voor onderzoek. Met dat onderzoek wordt de zorg in de toekomst verbeterd. Het gebruik van deze gegevens voor onderzoek is altijd anoniem.

Voorbeelden van meetinstrumenten in de palliatieve zorg

Veel gebruikte meetinstrumenten in de palliatieve zorg zijn:

- [De Lastmeter](#)
- [Het Utrecht Symptoom Dagboek \(USD-4D\)](#)

Video

In deze video zie je hoe het meetinstrument USD-4D gebruikt wordt.

Wat zijn mijn wensen?

Als jouw zorgverlener voorstelt een meetinstrument te gebruiken, hoef je daar geen 'ja' op te zeggen. Misschien vind je:

- het beantwoorden van de vragen te moeilijk
- het invullen te vermoeiend
- dat er niets gedaan wordt met de uitkomsten

Vraag dan gerust naar de voordelen en de nadelen van gebruik van het meetinstrument. En naar wat het invullen van een meetinstrument betekent voor de zorg voor jou. Bespreek je wensen met je arts, zorgverleners en naasten. Vertel hun duidelijk wat je wilt. Dan kunnen zij jou de zorg bieden die bij jou past.

Voor zorgverleners

Ben je zorgverlener en wil je een meetinstrument gebruiken? Kijk dan op de [website Palliaweb](#). Je vindt hier ook verschillende meetinstrumenten die je direct kunt gebruiken.