 www.opiatenafbouwen.nl **Vragenlijst gesprek met je huisarts**

Deze lijst kun je meenemen naar het voorbereidingsgesprek. Wil je veel dingen bespreken? Vraag je arts gerust om een dubbele afspraak. Het is belangrijk dat alles wat jij wilt weten aan de orde komt.

Afbouwschema

• Welke afbouwmethode / afbouwtempo / afbouwschema ga je volgen?

• Waarom deze methode en dit tempo?

Ontwenningsverschijnselen en medicatie

• hoe erg mogen ontwenningsverschijnselen zijn (bv. je ellendig voelen, ziek voelen) op een schaal van 1 tot 10 voordat je aan de bel trekt?

• Kun je medicijnen krijgen om de ontwenningsverschijnselen te verlichten?

Bestaande gezondheidsproblemen, pijn• Verwacht je arts dat je tijdens het afbouwen last gaat krijgen van pijn?

• Verwacht je arts dat je gezondheidsproblemen hebt die erger kunnen worden tijdens het afbouwen?

Depressie, angst, psychische problemen

Depressie, angsten, psychische problemen en problemen met alcohol en drugs worden sterker als je gaat afbouwen. Als deze dingen bij jou spelen, is het belangrijk dat hierbij stilgestaan wordt.

• Hoe gaat je arts de vinger aan de pols houden? Wat kun je zelf doen?

Praktische punten

• Als je het gevoel hebt dat het afbouwen niet goed verloopt, welke andere mogelijkheden zijn er dan?

• Waar kun je terecht met vragen/problemen als je een aanspreekpunt nodig hebt, ‘s avonds of in het weekend?

• Kun/ wil je met je arts een vaste (telefonische) afspraak maken, bv. eens in de week, om te bespreken hoe het gaat? Zo’n afspraak kan veel rust geven…

Voeg je eigen vragen toe

…

…

…

**www.opiatenafbouwen.nl**