

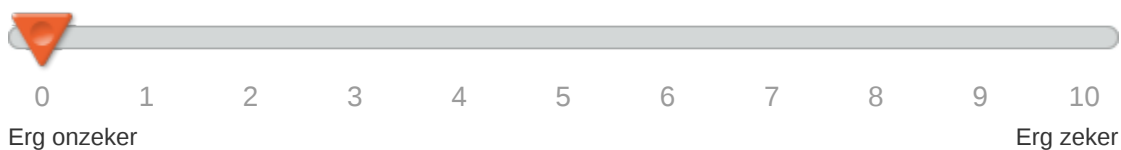
Keuzehulp: Prikkelbare-darm-syndroom

Mijn voorkeur

1. Geen voorkeur
2. Diëtist voor FODMAP-dieet
3. Probiotica
4. Medicijnen
5. Cognitieve gedragstherapie
6. Hypnotherapie
7. Niet behandelen (wel informatie krijgen)
8. Een niet-bewezen behandeling

Waarom wilt u dit het liefst? Dit kunt u hier invullen:

Hoe zeker weet u wat u wilt?



Wat voor mij belangrijk is

Informatie over PDS

- ☐ Als ik alleen informatie krijg, heb ik het gevoel dat ik niet alles doe om mijn klachten minder te maken.
- ☐ Misschien heb ik wel genoeg aan informatie over PDS.
- ☐ Geen mening / Niet van toepassing

Bijwerkingen van medicijnen

- ☐ Ik maak mij zorgen over de bijwerkingen van medicijnen
- ☐ Ik denk dat de bijwerkingen wel mee zullen vallen
- ☐ Geen mening / Niet van toepassing

Medicijnen gebruiken

- ☐ Ik kan of wil geen medicijnen gebruiken
- ☐ Ik vind het niet erg om medicijnen te gebruiken
- ☐ Geen mening / Niet van toepassing

Waar de behandeling gebeurt

- ☐ Ik wil het liefst een behandeling die ik zelf thuis kan proberen
- ☐ Ik vind het geen probleem om de deur uit te gaan voor een behandeling
- ☐ Geen mening / Niet van toepassing

Hoe lang de behandeling duurt

- ☐ Ik wil een tijdelijke behandeling
- ☐ Ik vind het niet erg om een behandeling de rest van mijn leven te gebruiken, als mijn klachten maar wegblijven
- ☐ Geen mening / Niet van toepassing

Vergoeding

- ☐ Ik wil alleen een behandeling proberen die vergoed wordt
- ☐ Ik vind het geen probleem als ik de behandeling deels of helemaal zelf moet betalen
- ☐ Geen mening / Niet van toepassing

Welke klachten ik heb

Vink aan welke klachten u heeft:

- ☐ Buikpijn
- ☐ Een opgezet buik
- ☐ Opgeblazen gevoel in de buik
- ☐ Borrelende buik
- ☐ Misselijkheid
- ☐ Veel winden laten
- ☐ Diarree
- ☐ Verstopping van de darm (obstipatie), waardoor poep hard is of u minder vaak moet poepen
- ☐ Slijm bij de poep

Welke behandeling(en) ik al heb geprobeerd

- ☐ Voorlichting
- ☐ Bekkenbodembiotherapie
- ☐ FODMAP-dieet
- ☐ Medicijnen
- ☐ Supplementen (probiotica)
- ☐ Hypnotherapie
- ☐ Cognitieve gedragstherapie

Heeft u probiotica, medicijnen of anders aangevinkt?
Geef dan aan wat u heeft geprobeerd:

Wat verwacht ik van een behandeling

Afsluiting

Weet u genoeg over de voordelen en nadelen van de verschillende behandelingen?

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Ik weet het niet zeker

Weet u wat voor u het belangrijkste is?

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Ik weet het niet zeker

Kunt u een goede beslissing nemen, samen met uw zorgverlener?

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Ik weet het niet zeker

Aanvullende vragen

Aantekeningen

Adviezen

- Bespreek deze samenvatting met uw arts.
- Samen kiest u de behandeling die het beste bij u past.
- Bereid het gesprek voor. Schrijf bijvoorbeeld op welke vragen u wilt stellen.
- Bedenk of u zelf uw behandeling wilt kiezen, met advies van de arts. Of wilt u liever dat de arts voor u beslist?
- Neem een naaste mee naar het gesprek met de arts, als u dat fijn vindt.
- Vraag door totdat u alles begrijpt.
- Maak aantekeningen of bespreek met uw arts dat u het gesprek op wilt nemen.

Vergelijk de behandelingen

☐ Zelf
doen

☐ Diëtist
voor
FODMAP-
dieet

☐
Probiotica

☐
Medicijnen

☐
Cognitieve
gedragstherapi

☐
Hypnotherapie

☐ Niet
behandelen

Wat is het?

Hoe lang
duurt de
behandeling?

Vergoeding

Hoe goed
helpt het?

Risico's

Voordelen

Nadelen

Medicijnen voor PDS met vooral diarree:

	Psyllium-vezels	Loperamide
Wat is het?	Plantaardige vezels	Diarree-remmer
Andere naam	Metamucil Plantago Ovata	Imodium
Hoe werkt het?	Binden water in uw darmen	Darmen werken minder hard
Gebruik	Poeder oplossen in een beetje water (of andere drank), daarna opdrinken	Capsule: slikken met wat water Drank: opdrinken Smelt-tablet: laten smelten op uw tong
Hoe goed helpt het?	Minder klachten bij 14 van de 100 mensen	Niet goed bekend
Bijwerkingen bij 10 tot 30 van de 100 mensen	Opgeblazen gevoel	Geen
Bijwerkingen bij 1 tot 10 van de 100 mensen	Geen	Verstopping Maag-darm-klachten Hoofdpijn Duizeligheid
Vergoeding	Alleen als u het langer dan 6 maanden op recept gebruikt U betaalt wel uw eigen risico	Alleen als u het langer dan 6 maanden op recept gebruikt U betaalt wel uw eigen risico
Recept nodig van de arts?	Nee	Nee
Bijzonderheden	Drink niet te veel bij de psyllium. Gebruik psyllium zonder zoetstoffen. Sommige mensen vinden de smaak niet lekker.	Waarschuw uw arts bij erge buikpijn. Neem contact op met uw arts als uw klachten niet minder worden na 14 dagen.

Medicijnen voor PDS met vooral verstopping:

☐ Psyllium-vezels

☐ Magnesium-
hydroxide

☐ Marcogol

☐ Linaclotide

Wat is het?
Andere naam
Hoe werkt het?
Gebruik
Hoe goed helpt het?
Bijwerkingen bij meer dan 30 van de 100 mensen
Bijwerkingen bij 10 tot 30 van de 100 mensen
Bijwerkingen bij 1 tot 10 van de 100 mensen
Vergoeding
Recept nodig van de arts?
Bijzonderheden

Medicijnen voor PDS met vooral buikpijn:

☐ Capsules pepermunt-
olie

☐ SSRI's

☐ TCA's

Wat is het?
Andere naam
Hoe werkt het?
Gebruik
Hoe goed helpt het?
Bijwerkingen bij meer dan 30 van de 100 mensen
Bijwerkingen bij 10 tot 30 van de 100 mensen
Bijwerkingen bij 1 tot 10 van de 100 mensen
Vergoeding
Recept nodig van de arts?
Bijzonderheden



Contact: PatientPlus

Adres: Zeestraat 76, 2518 AD, Den Haag

Email: contact@patientplus.info

Website: www.patientplus.info

Telefoon: 085-0188738