

## Vragenlijst gesprek huisarts

Deze lijst kun je meenemen wanneer je je afbouwtraject gaat bespreken met je huisarts. Heb je veel vragen? Vraag 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?
- Hoe zit het met mogelijke aanpassingen?

### Ontwenningverschijnselen en medicatie

- hoe erg mogen ontwenningverschijnselen 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 ontwenningverschijnselen te verlichten?

### Bestaande gezondheidsproblemen, pijn

- Verwacht je arts dat je last gaat krijgen van meer pijn?
- Verwacht je zelf dat je last gaat krijgen van meer pijn?
- Is het gezien jouw persoonlijke situatie verstandig om nu alvast na te denken over het volgen van een pijnprogramma, waarin je leert om te gaan met pijn?
- Verwacht je arts dat andere gezondheidsproblemen die je al hebt erger zullen worden tijdens het afbouwen?

### Depressie, angst, psychische problemen

Depressie, angsten, psychische problemen, problemen met alcohol en drugs worden sterker als je gaat afbouwen. Als deze dingen bij jou spelen:

- Waar moet je op letten?
- Wanneer moet je aan de bel trekken?

### Praktische punten

- Waar kun je terecht met vragen/problemen als je een aanspreekpunt nodig hebt, 's avonds of in het weekend?
- Als je het gevoel hebt dat het afbouwen niet goed verloopt, welke andere mogelijkheden zijn er dan?

**Tot slot:** Je kunt je arts vragen om een vaste (telefonische) afspraak, bv. eens in de week, om tijdens het afbouwen te bespreken hoe het gaat. Een vaste afspraak is prettiger dan steeds zelf dubben of je zult bellen....

### Voeg je eigen vragen toe

...

...

[www.opiatenafbouwen.nl](http://www.opiatenafbouwen.nl)

[www.opiatenafbouwen.nl](http://www.opiatenafbouwen.nl)