

# Lichaam en organen



## U weet dat iemand laaggeletterd is, hoe kunt u het best met die persoon communiceren?

### Pas uw taalgebruik aan naar het niveau van uw laaggeletterde patiënt.

- Spreek met korte zinnen, niet te snel en vermijd het gebruik van moeilijke woorden of medische termen. Blijf wel de patiënt als volwassene aanspreken zodat de patiënt zich niet gekleineerd voelt.
- Let op de woorden die de patiënt zelf gebruikt en gebruik deze woorden in uw uitleg.
- Gebruik eventueel beeldmateriaal ter ondersteuning van de uitleg.
- Stel open vragen en stel één vraag tegelijk.
- Geef niet in één keer te veel informatie.
- Moedig de patiënt aan vragen te stellen. Zeg bijvoorbeeld: 'Welke vragen heeft u?'
- Als u de patiënt informatie heeft gegeven, herhaal de informatie tijdens het gesprek. Som aan het eind van het gesprek de belangrijkste punten nogmaals kort op.
- Maak gebruik van de terugvertelmethode. Als u alle informatie gegeven heeft, kunt u controleren of de patiënt alles begrepen heeft door te vragen om de informatie die u net verteld hebt, in eigen woorden terug te vertellen. Dit kunt u meerdere keren tijdens het gesprek doen. U zegt bijvoorbeeld: 'Ik wil zeker weten dat ik het goed uitgelegd heb. Vertel mij in uw eigen woorden wat ik u net heb uitgelegd'. Als u medicijninstructies gegeven heeft, vraag dan bijvoorbeeld: 'Kunt u mij uitleggen hoe u dit medicijn moet gebruiken?.'
- Indien mogelijk vraag de patiënt de gegeven informatie te laten zien. Wanneer u bijvoorbeeld uitgelegd heeft hoe een insulinepen werkt. Vraag de patiënt voor te doen hoe het moet.
- Wanneer er sprake is van een taalbarrière, maak dan het liefst gebruik van een professionele tolk.
- Schrijf eventueel ook de gegeven informatie in korte heldere taal op.
- Als de patiënt met een tolk komt, blijf je dan toch op de patiënt richten tijdens het praten. Blijf het gesprek voeren met de patiënt zelf.

### U weet dat iemand laaggeletterd is, welke vervolgstappen kunt u nemen?

- Verwijs de patiënt door naar de juiste taalaanbieder. U kunt daarbij gebruik maken van het verwijskaartje 'Taal is een medicijn' of kijk op [www.beterintaal.nu](http://www.beterintaal.nu)
  - Gebruik het Model van Balm om de patiënt te stimuleren tot gedragsverandering. De eerste stap is dat de patiënt moet openstaan voor gedragsverandering.
  - En begrijpt waarom het belangrijk is, met als gevolg dat de patiënt zijn/haar gedrag wil veranderen.
- Dit kunt u doen door de voordelen van het verbeteren van de taal op te noemen.
- Wijs er op dat de patiënt zelfstandiger zal worden en minder op anderen hoeft te steunen. Dat de patiënt zelf goed geïnformeerde besluiten kan nemen en dat de patiënt langer gezond zal zijn etc. Daarna moet de patiënt wel kunnen veranderen. Maak een gedragsverandering zo laagdrempelig mogelijk. Help de patiënt door hem/haar door te

verwijzen naar een taal cursus in de buurt en op tijdstippen die uitkomen. Tot slot moet de patiënt ook daadwerkelijk op actie overgaan en doen. Hij/Zij moet zich dus aanmelden voor de taal cursus en deze ook volgen. En dit volhouden.

→ Vraag een volgende keer of de patiënt zich in tussen aangemeld heeft voor een taal cursus en zo ja, hoe die dat vindt. Als de patiënt dat niet gedaan heeft, informeer dan voorzichtig waarom en probeer eventuele bezwaren weg te nemen.

## Model van Balm:

**Mensen stimuleren tot ander gedrag is soms een hele uitdaging. Om dit toch voor elkaar te krijgen, is het belangrijk om te weten hoe gedragsverandering verloopt en welke factoren daar invloed op hebben. Veel gedrag is te veranderen maar het is vaak de vraag of iemand het echt wil. In elke fase is het belangrijk dat men bewust is van zijn/haar eigen verantwoordelijkheid. Alleen zo is iemand in staat om zelf het veranderingsproces te sturen. Marcel Balm omschrijft in zijn model het proces van gedragsverandering waar mensen doorheen gaan. In onderstaand overzicht is het model van Balm toegepast op gezondheid. Maak gebruik van het model van Balm om uw laaggeletterde en/of anderstalige patiënt te helpen om hun lichaam beter te begrijpen en hun gezondheid te verbeteren.**

## Stappen model Balm

1

### Weten:

- Basiskennis over hoe het lichaam er van binnen uitziet.
- Wat de functies zijn van de belangrijke organen.
- Invloed van een ongezonde leefstijl op het lichaam.

2

### Willen:

- Bewustwording van de werking van het lichaam.
- Bewustwording van de functies van de organen.
- Bewustwording van de gevolgen van een ongezonde leefstijl op het lichaam.

3

### Kunnen:

- Zelf de ligging van de organen kunnen aanwijzen.
- Zelf de oorzaken en gevolgen kunnen benoemen van een ongezonde leefstijl.

4

### Doen:

- Gezonde leefstijl naleven zoals bewegen, gezonde voeding.
- Zelf zorgdragen voor hun eigen gezondheid om het lichaam gezond te houden.
- Zelf de lichamelijke klachten kunnen uiten bij een zorgverlener.

handleiding

# Lichaam en organen



**Met het lichaam en de organen kunt u als zorgverlener op een laagdrempelige manier kennis over het menselijk lichaam overdragen aan een laaggeletterde of aan anderstaligen.**

Bij het geven van informatie over gezondheid is het van belang dat de patiënt kennis heeft over het eigen lichaam, de organen en hun functies. Zonder deze basiskennis is het vaak moeilijk om te begrijpen wat zorgverleners zeggen, waarom bepaalde onderzoeken nodig zijn en waarom bepaalde adviezen worden gegeven. Zonder basiskennis van het eigen lichaam kun je zelf niet om uitleg vragen en alternatieven afwegen.

Neem als zorgverlener de tijd om patiënten met behulp van dit lichaampje en de organen te informeren over hun eigen lichaam. Door kennis over te dragen over het menselijk lichaam kunnen patiënten worden gestimuleerd zorg te dragen voor hun eigen gezondheid. Ook kan de informatie het

contact met zorgverleners verbeteren, omdat de deelnemers in staat zijn hun klachten te verwoorden, vragen te stellen en adviezen te bespreken.

Het is de bedoeling dat de patiënt zelf de organen benoemt en op de juiste plek op het lichaam plaatst. De zorgverlener vraagt wel eerst waar de patiënt het orgaan gaat plaatsen en wat de functie is van het orgaan. De zorgverlener benoemt ook wat voor invloed een ongezonde leefstijl op de gezondheid kan hebben. Zoals bijvoorbeeld; wat doet roken met je longen en wat doet alcohol met je lever. De zorgverlener kan eventueel de organen koppelen aan ziektes. Zoals bijvoorbeeld; als u diabetes heeft, dan heeft u een aandoening aan de alvleesklier.

