

Patiënt 1

Ine Jans, 76 jr - weduwe, artrose heupen en knieën.

Ine heeft veel pijnklachten aan haar heupen en knieën. Er is forse artrose bij haar vastgesteld in beide knieën en heupen. Opereren wil ze het liefste zo lang mogelijk uitstellen.

Tegelijkertijd beweegt Ine veel te weinig op dagelijkse basis. Ze vermijdt veel activiteiten, wil niet te lang belasten omdat 'ze de artrose niet erger wil maken door haar gewrichten te zwaar te belasten'. Ze is er daarom maar voorzichtig mee, zo geeft ze meermaals aan.

Ze heeft hartklachten, heeft een BMI van 29 en heeft diabetes waarvoor ze dagelijkse medicatie slikt. Haar sociale netwerk is klein geworden in de loop der jaren. En haar kinderen komen vrijwel wekelijks, maar wonen ver weg dus ze wil niet meer aanspraak op hen doen.

Patiënt 2

Yildaz Aboutleb, 82 jr, COPD Gold 3

Abdi is een leuke vrolijke man. De glimlach is op zijn gezicht gebakken zou je kunnen zeggen. Ondanks zijn COPD is hij nog redelijk actief in van alles en nog wat. Niet dat hij dan veel fysiek actief is, dat lukt hem niet meer. Maar dingen regelen, contacten, netwerken, en zo meer, dat lukt prima.

Na jaren is hij gestopt met roken. En nu zegt men dat hij meer zou moeten gaan bewegen. Maar daar wordt ie al heel snel benauwd door. Dat maakt dat hij niet staat te springen.....

Alternatief scenario

Stel dat Abdi niet is gestopt met roken en inmiddels wel regelmatig aan bewegen doet, deels onder jouw begeleiding. Hoe zou je het gesprek over roken dan aanpakken?

Patiënt 3

Max van Brede, 91 jr, gehuwd en zelfstandig wonend met zijn vrouw, dementie

Max is een lieve gezellige man. Door zijn dementie is hij wel veel stiller geworden in de loop der jaren, een proces dat zich bijna ongemerkt heeft afgespeeld.

Dat zijn vrouw nog zo fit en gezond is, is zijn redding. Anders zou hij in een verpleegtehuis zijn opgenomen.

De huisarts heeft Max verwezen vanwege zijn lage beweegstatus. Hij wordt steeds zwakker, minder mobiel en ontwikkelt allerlei pijntjes in zijn rug, heupen, benen en knieën.