



Checklists voor het gesprek met de arts

Vragen over mijn dagelijkse leven en mijn levensstijl

- Moet ik mijn voeding veranderen? Aan welke voedingsmiddelen moet ik de voorkeur geven en welke moet ik vermijden?
- Wat is het effect van tabak op multiple sclerose?
- Welke vormen van lichaamsbeweging en sport worden aanbevolen om mijn mobiliteit en uithoudingsvermogen te handhaven en zelfs te verbeteren?
- Welke technische hulpmiddelen kunnen mijn dagelijks leven vergemakkelijken?
- Kan ik blijven autorijden?
- Welke voorzorgsmaatregelen moet ik nemen als ik op vakantie ga?
- Moet ik mijn werkgever op de hoogte brengen? Kan ik mijn beroep blijven uitoefenen?
- Hoe kan ik met mijn familie en vrienden over mijn ziekte praten?
- Waar kan ik mijn ervaringen met andere getroffen personen uitwisselen?
- Waar kan ik meer informatie vinden?

Nota's
