

Wil ik alles weten?

health checks: feiten, valkuilen
en rol van uw arts

Uit de praktijk

Heleen (53) loopt met haar volle boodschappentassen naar de fiets, als ze wordt aangesproken door een enthousiaste jongeman. Hij wil wat vragen stellen over haar gezondheid. Geen probleem. En of hij haar bloedsuiker mag meten. Ook dat vindt Heleen prima, als het maar niet te lang duurt. Het is inderdaad zo gebeurd: een prik in haar vinger, en na enkele seconden verschijnt er een getal op het scherm van de bloedglucosemeter. Ai, dat lijkt aan de hoge kant. Heeft ze vaak dorst? Komt diabetes voor in de familie? Die ziekte, of een voorstadium daarvan, zou zij ook wel eens

kunnen hebben. Heleen haalt zich van alles in het hoofd, en maakt, eenmaal thuis, meteen een afspraak met de dokter. De volgende dag kan ze bij hem terecht. Haar glucosewaarden blijken keurig binnen de marges, niets aan de hand. Ze had op het moment van testen net een half uur met de weekendboodschappen lopen sjouwen. Dat verklaart veel ...

Misschien kent u hem wel: die advertentie waarin Hennie Huisman de total bodyscan aanprijst. Dankzij deze scan werd bij hem op tijd een niertumor ontdekt. Ook als u deze advertentie niet kent, hebt u misschien wel anderen gehoord over de total bodyscan of andere vormen van health checks (gezondheidstests), zoals een bloeddruktest, een cholesteroltest, bloedsuikertest of een DNA test. Misschien denkt u er wel over om zo'n test te doen, omdat u wilt weten hoe gezond u bent.

Als u hierover nadenkt, wat vindt u dan belangrijk? Welke vragen stelt u uzelf dan?

In deze brochure wordt u verteld wat een health check is en welke soorten checks

er zijn. U ontdekt welke factoren een rol kunnen spelen bij uw keuze wel of geen check te doen. Wilt u voordat u een test gaat doen liever eerst met uw huisarts in gesprek? Voor zo'n gesprek vindt u hier een aantal nuttige tips. Ook leest u over de uitslagen van gezondheidstests en wat deze betekenen. Ten slotte geven we u een aantal verhalen door van mensen die een health check hebben ondergaan, plus reacties van (huis)artsen. De bijlage bevat een lijst met vragen die u helpen na te denken over een gezondheidstest.

Voor de duidelijkheid: we beperken ons tot tests die bij de drogist, apotheek of online te koop zijn en/of door commerciële bedrijven worden aangeboden (zoals

de total bodyscan). We hebben het dus niet over het bevolkingsonderzoek naar bijvoorbeeld borstkanker of baarmoederhalskanker, zoals dat door de overheid wordt aangeboden.

‘Wil ik alles weten?’ is gebaseerd op het onderzoek ‘Komt een test bij de dokter’ van het Prof. dr.

G.A. Lindeboom Instituut (uitgevoerd in 2018). Deze brochure en het onderzoek zijn tot stand gekomen dankzij een subsidie van ZonMw, de Nederlandse organisatie die gezondheidsonderzoek financiert.

Wij hopen dat deze brochure u zal helpen bij het maken van de keuze of u wel of geen health check wilt ondergaan. Wij willen u het volgende advies meegeven: neem voldoende tijd om na te denken en advies te vragen.

Gezondheid centraal

Vroeger ging je naar de dokter als je bepaalde klachten had. Door de klachten wist de huisarts dat er iets aan de hand was.

In veel gevallen stelde hij dan vervolgonderzoek voor. Nog altijd gaan mensen met klachten naar de dokter, maar steeds vaker laat men onderzoek doen zonder dat daar een reden voor is.

Gezondheid is in onze maatschappij steeds belangrijker. Onze gezondheid bepaalt mede ons geluk. Daarom hebben we die graag zelf in de hand. Zoals we voldoende bewegen en verstandig eten om onze gezondheid en conditie op peil te houden, zo willen we ook voorkomen dat we ziek worden. Maar: dat je je gezond voelt, wil nog niet zeggen dat je echt gezond bent. Door een health

check kun je erachter komen of je écht gezond bent. Tenminste, dat is de gedachte.

Als u van plan bent een health check te doen, is het belangrijk hier goed over na te denken. Wat hoopt u te weten te komen door de test? Beschikt u over voldoende informatie om de juiste test te kiezen? Heeft de test nadelen? Is de test betrouwbaar? Uw huisarts geeft u graag advies. Soms is het trouwens mogelijk om de test in uw eigen huisartsenpraktijk te laten uitvoeren.

Soorten health checks

Er zijn verschillende soorten checks en ze zijn niet alle even ingrijpend. Sommige tests zijn te koop bij de drogist of apotheek. Andere bestelt u online bij een bedrijf en krijgt u per post thuisbezorgd. Ook zijn er online gezondheidstesten (vaak vragenlijsten). Daarnaast zijn er checks waarbij u een lichamelijk onderzoek krijgt. Hieronder vindt u een opsomming met een korte toelichting.

o **Online gezondheidstests en vragenlijsten**

Op internet zijn veel vragenlijsten over gezondheid te vinden. Met deze zogeheten zelf-diagnosetesten kunt u er bijvoorbeeld achter komen of u hooikoorts hebt of griep. Ook kunt u testen of u in de overgang bent, of welk huidtype u hebt. En als u wilt weten welk huidtype u hebt, kunt u dat ontdekken aan de hand van een test. In alle gevallen geeft u antwoord op een aantal vragen. Aan het eind van de test ziet u meteen de uitslag.

o **Health checks via de (online) apotheek, de drogist en de sportschool**

Via uw apotheek, de drogist om de hoek of uw sportschool kunt u allerlei health checks aanschaffen: de urinetest (zelftest om te ontdekken of u blaasontsteking hebt), de glucosemeter of bloedsuikertest (om te kijken of u diabetes hebt), de cholesterolttest, een bloeddrukmeter, allergietests ... Hierbij gaat het om tests met speeksel, urine of bloed die u meestal gemakkelijk zelf kunt uitvoeren en die direct een uitslag geven.

o **Total bodyscan**

Een meer ingrijpend soort health check is de total bodyscan. Soms krijgt u eerst een zogenaamde contrastvloeistof ingespoten. Met een MRI-scan wordt van het lichaam een soort 3D-afbeelding gemaakt. Het is mogelijk dit MRI-onderzoek aan te vullen met andere onderzoeken, zoals een cardiologisch onderzoek of maagen darmonderzoek. De total bodyscan is niet toegestaan in Nederland. De bedrijven Prescan en Privatescan bieden de total bodyscan wel aan hoewel de uiteindelijke test in klinieken in Duitsland wordt uitgevoerd. De intake vindt in Nederland plaats.

o **DNA-onderzoek**

Er zijn ook testen die op basis van uw DNA uitspraken doen over uw gezondheid. Ze zeggen bijvoorbeeld iets over uw stofwisseling, sportieve aanleg, uw kans op bepaalde ziektes, zoals botontkalking (osteoporose) of suikerziekte (diabetes). Maar niet alleen ons DNA-profiel bepaalt onze gezondheid, onze levensstijl speelt daarin ook een grote rol. Via DNA kunnen we achterhalen waar onze voorouders vandaan komen. Dit ‘voorouderonderzoek’ wordt wereldwijd uitgevoerd door het bedrijf 23andme.

Uit de praktijk

Al een paar maanden voelt Marisa (42) zich moe. Ze moet vaak plassen en heeft meer dorst dan normaal. Zou ze, net als haar vader en drie jaar oudere zus, ook een vorm van diabetes hebben? Marisa weet dat dat 'in de familie' kan zitten en dat ze bovendien als Hindoestaanse een vergrote kans heeft. Aan de andere kant: zo duidelijk zijn haar klachten ook weer niet. De vermoeidheid kan ook komen doordat ze slecht slaapt vanwege de luidruchtige burens. En dat van die dorst verbeeldt ze zich misschien wel. Naar de huisarts kan ze altijd nog, eerst maar eens verder zoeken. In een tijdschrift ziet ze een advertentie voor een zelfhulptest. Een zoektocht

op internet wijst uit dat zo'n test in alle soorten, maten en prijsklassen beschikbaar is. 'Ze bestelt een bloedsuikertest die volgens de beoordelingen met kop en schouders boven de rest uitsteekt en doet de test. Met de uitslag daarvan kan ze alle kanten op – alle redenen om toch maar een afspraak te maken met de huisarts. Die constateert dat ze diabetes mellitus type 2 heeft. Behalve medicijnen die de bloedsuiker verlagen, krijgt ze het dringende advies gezonder te leven. Ze stopt acuut met roken en besluit de sluimerende plannen om in plaats van met de auto met de fiets naar haar werk te gaan, om te zetten in daden.

Wat zijn uw overwegingen?

In deze brochure staan een paar verhalen van mensen die erover denken een health check te doen, of die dat al hebben gedaan. U hebt kunnen lezen over hun twijfels en redenen. Ook zag u hoe verschillend de mensen uit de voorbeelden omgaan met de uitslag van de test. Hieronder staan een aantal uitspraken.

Waarom herkent u zich het meest?

- o Ik wil weten wat mij mogelijk boven het hoofd hangt als het gaat om mijn gezondheid.
- o Ik ben geïnteresseerd in nieuwe medisch-technologische ontwikkelingen. Alleen al uit nieuwsgierigheid wil ik een nieuwe test uitproberen.
- o Ik laat me leiden door ervaringen van anderen. Goede ervaringen van mensen uit mijn omgeving maken mij ook enthousiast.
- o Ik wil risico's zoveel mogelijk uitsluiten en heb alles graag zelf in de hand. Als het even kan, dek ik me in tegen ziekten en ander onheil.
- o Volgens mij is het leven niet maakbaar. Zekerheid krijg je niet, ook niet na veelvuldige checks. Die tests maken je alleen maar bang.
- o Ik hoef niet alles van tevoren te weten. Mijn leven is in de hand van God.

En welke rol spelen de volgende vragen als u nadenkt over de check die u wilt doen?

- o Wat als de uitslag van de test onduidelijk is? Wat als de uitslag om vervolgonderzoek vraagt; wil ik dat dan?
- o Als er een aandoening aan het licht gekomen is, wat weet ik dan over het eventuele ziekteverloop?
- o Wil ik behandeld worden en zo ja, onder welke voorwaarden?
- o Wat betekent de wetenschap dat ik aan een bepaalde ziekte lijd – of dat ik die ziekte in de toekomst wellicht krijg – voor mijn carrière en relaties?

“Alleen een testresultaat is onvoldoende om vast te stellen wat er aan de hand is met de meneer of mevrouw. Je moet het resultaat zien in de context van het hele lichaam.”

- Huisarts

Uit de praktijk

Jeroen (42) is accountant en maakt lange werkdagen. Ook thuis is hij 's avonds nog vaak voor zijn werk bezig. Twee avonden in de week gaat hij hardlopen en er gaat geen winter voorbij of hij staat op de ski's. Dat heeft hij ook wel nodig om de werkdruk aan te kunnen. Door die werkdruk hebben veel collega's al eens een burn-out meegemaakt, maar Jeroen lijkt alles aan te kunnen. Ondanks zijn gezondheid is Jeroen zich er goed van bewust dat mensen kwetsbare wezens zijn. Dat komt door de dood van zijn vader, alweer ruim 10 jaar geleden, die had botkanker.

Dan vertelt een collega bij de koffieautomaat over de total bodyscan. Hij is laaiend enthousiast en hij probeert

Jeroen er ook warm voor te maken.

Jeroen vertelt zijn vrouw over de total bodyscan. Ze twijfelt aan het nut en vindt de kosten (€ 1.500,-) best hoog. Zelf heeft hij vooral andere bezwaren: zo'n check gaat naar zijn smaak iets te veel uit van de gedachte dat het leven maakbaar zou zijn. Hoe langer hij erover nadentkt, hoe minder hij de noodzaak van een total bodyscan inziet. Jeroen hoeft niet te weten wat hem eventueel boven het hoofd zou kunnen hangen. Hij ziet de toekomst vol vertrouwen tegemoet.

De uitslag

Zoals uit de praktijkvoorbeelden blijkt, kunt u met het resultaat van een health check meestal twee kanten op. Óf u krijgt goed nieuws: u hebt een blakende gezondheid - en u gaat over tot de orde van de dag. Óf de testresultaten zijn alarmerend en u moet snel een afspraak maken voor verder (specialistisch) onderzoek.

Gewoonlijk is hier geen sprake van. Meestal zijn de uitslagen vaag. Vaak zult u dus vragen houden of krijgt u geen antwoord op vragen die u had. Omdat de meeste bedrijven die een health check aanbieden niet aan vervolgonderzoek doen, zult u dus naar uw huisarts moeten.

Overigens spelen soms ook commerciële belangen een rol. De kans is groot dat u na afloop van een total bodyscan het advies krijgt om binnen afzienbare tijd (de termijn hangt af van risico en leeftijd) opnieuw een scan te laten maken. Als iets gezegd kan worden over health checks, dan is het wel dit: ze bieden weinig zekerheid. Slechts in enkele gevallen leveren ze informatie op over een ernstige ziekte die dankzij het vroegtijdig ontdekken behandelbaar is.

Wie met die onzekerheid niet kan omgaan, moet zich goed afvragen: is zo'n test wel iets voor mij?

“Ik wilde een total bodyscan laten maken en vroeg mijn huisarts om advies. Hij ging meteen heel serieus in op mijn vragen. Door de dingen die hij zei, door de manier waarop hij met mijn twijfels omging, door de adviezen die hij gaf, nam hij mijn vragen weg. Ik hoefde uiteindelijk dus toch geen scan te doen”

- Peter (53 jaar)



Uit de praktijk

Erik (30) noemt zichzelf biohacker. Hij weet alles van gezondheid en technologie en blogt daar ook over. Van een van zijn volgers komt de vraag wat genoombreed DNA-onderzoek is en of Erik daar eens over wil bloggen. Natuurlijk wil hij dat, maar niet voordat hij een genoombreed DNA onderzoek heeft gedaan. Via het bedrijf iGene vraagt hij een testkit aan. Ook

downloadt hij vast de app waarin hij later zijn profiel zal terugvinden.

Enkele weken nadat Erik zijn speeksel in een potje naar het laboratorium heeft verstuurd krijgt hij een e-mail dat zijn DNA-paspoort in de app staat. Later blogt Erik: 'Of ik er echt iets aan heb gehad, weet ik niet. Maar het was een boeiende ervaring.'



Een voorbeeld van een mogelijke uitslag

U bent getest op aandoeningen aan hart en bloedvaten. Vervolgens geeft de huisarts u, in combinatie met het advies om gezonder te eten, een recept voor een cholesterolverlagend middel. De health check leidt dan indirect tot risicoverlagende (of zelfs levensreddende) maatregelen.

Wanneer de uitslag gunstig is, is dat uiteraard nog niet alles. Een

test kan iets over het hoofd zien, waardoor een ziekte niet wordt vastgesteld. Met andere woorden: de geruststelling die volgt uit een goede uitslag, is relatief. Het omgekeerde geldt ook: een alarmerend testresultaat hoeft niet te betekenen dat de persoon de bewuste ziekte zal krijgen. Voorspellende geneeskunde neemt hooguit een deel van de onzekerheid weg.

“Ik wil graag aan mensen uitleggen wat een test inhoudt en welke uitslagen eruit kunnen komen. Ik wil ze zelfs voor hen doen, als dit bijdraagt aan de geruststelling van mijn patiënt. Resultaten kunnen dan in hun context worden geplaatst en dat zorgt voor minder schade bij zowel de patiënt als de mensen om hem heen. Bij mij zijn patiënten welkom met deze vragen.”

- Huisarts

Uit de praktijk

Michiel (56) is een zwaarlijvige ondernemer, die niet eens weet hoe zijn huisarts eruit ziet. Hij is broodnuchter en realiseert zich heus wel dat akelige ziektes niet alleen anderen treffen. Mocht het noodlot bij hem aankloppen, dan ziet hij wel verder. Maar lijdzaam afwachten tot een bevolkingsonderzoek iets aan het licht brengt, past niet bij zijn natuur. Michiel boekt liever zelf een onderhoudsbeurt. Daarom is een total bodyscan voor hem dan ook een geweldige uitvinding. Tientallen BN'ers uit binnen- en buitenland bevestigen zijn gevoel dat dit een ideale manier is om te weten hoe de vlag erbij hangt. Een dagje naar een kliniek net over de grens en

je weet alles. Dat mag best een paar stuivers kosten. Trouwens, hij vindt wel een manier om de kosten voor de scan te declareren.

De uitslag is gunstig – net wat hij dacht. Geen tumoren te zien of aanwijzingen dat er op cardiologisch gebied iets mis is. Wel krijgt hij de waarschuwing dat hij echt op zijn cholesterol en bloeddruk moet letten, maar een dergelijk welgemeend advies is niet aan hem besteed. Michiel leeft, gerustgesteld, op dezelfde voet door.

Na de health check

Wat kan, wil en moet ik ermee?

o **Richting de aanbieder van de check**

U heeft de uitslag van de test ontvangen. Is de uitslag duidelijk? Begrijpt u de uitslag? Heeft u antwoord gekregen op al uw vragen? Kunt u nog eens contact opnemen met de testende organisatie als u vragen hebt?

o **Richting huisarts**

Met de uitkomst van een health check kunt u naar de huisarts. Deze zal samen met u naar de uitslag kijken en uw zorgen bespreekbaar maken. Ook zal de huisarts, zo mogelijk, uitleggen wat de uitslag voor u betekent. In een aantal gevallen

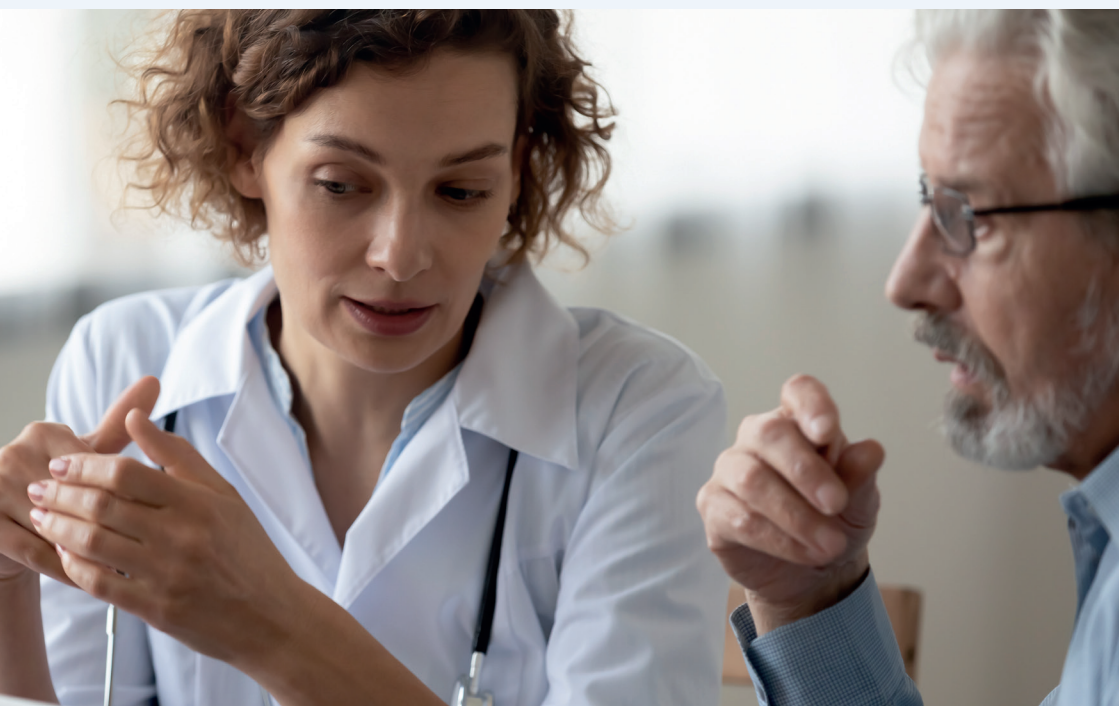
zal hij actie ondernemen.

Te denken valt aan het voorschrijven van medicijnen, zoals een cholesterol- of bloeddrukverlagend middel. Het is overigens goed om voordat u een test laat doen, uw huisarts van uw plan op de hoogte te stellen. Mogelijk kan hij u adviseren. Als een huisarts de noodzaak van een test inziet, zal deze u verwijzen naar een reguliere test. Die wordt dan meestal vergoed door uw zorgverzekeraar. Steeds meer huisartsenpraktijken bieden ook health checks aan. Veel patiënten zullen op het standpunt staan dat de huisarts iets van de testresultaten moet vinden.

Hij moet de patiënt dan, ook in geval van twijfel, doorverwijzen voor verder onderzoek – althans volgens de patiënt. Wanneer de huisarts daar de noodzaak niet van inziet, kan dat leiden tot een verstoorde verstandhouding. Uiteraard zal dat ook mede afhangen van de relatie die u vóór de test had met uw huisarts.

o **Richting familie**

Wie een health check heeft laten doen, zal in veel gevallen de familie inlichten over de resultaten. Dat is echter uw eigen keuze; u mag altijd zelf bepalen met wie u de uitslag deelt. Wel dient u zich ervan bewust te zijn dat uitkomsten van DNA-tests ook belangrijk kunnen zijn voor bloedverwanten.



Uit de praktijk

Richard is een gezonde, sportieve vijftiger, die de huisarts niet meer gezien heeft sinds hij als 23-jarige een pols brak. Hij is trouwens allergisch voor wacht- en spreekkamers. Maar nadat onlangs zijn fietsmaatje een hartstilstand ternauwernood overleefde en bij een buurman nierkanker werd geconstateerd, begint Richard zich steeds meer af te vragen of hij wel zo gezond is als hij denkt. Behalve dat hardnekkige plekje in zijn knieholte, heeft hij weliswaar nergens last van.

Alhoewel: in zijn voorgeslacht komen hart- en vaatziekten veelvuldig voor. En als een ander zomaar kanker krijgt, waarom hij dan niet? Wie garandeert hem dat hij ook niet met een tijdbom in zijn lichaam rondloopt? Hij begint pijntjes te voelen, meent rare plekjes te zien en verbeeldt zich dat hij er de laatste tijd grauw uitziet. Dat laatste is niet zo vreemd, zijn nachtrust lijdt nogal onder al die tobberijen. De advertenties van bedrijven die een total bodyscan aanprijzen, lijken voor hem bedoeld. Het spreekt hem steeds meer

aan: jezelf even helemaal laten doorlichten. Kost een paar centen, zo'n dagje naar een kliniek in Duitsland – zo'n € 1.500,- in zijn geval – maar dan heb je ook wat. En het mooie: de huisarts hoeft nergens van te weten.

Drie weken later zit Richard zwetend in de spreekkamers van de huisarts. Dat plekje in zijn knie was een vorm van eczeem, prima te behandelen. Maar vlekjes op zijn darmen wijzen op

kanker. Althans, daar is Richard van overtuigd. Voor de optie dat het waarschijnlijk onschuldige poliepen zijn, waar zijn huisarts aan denkt, is hij niet ontvankelijk. Hij wil worden doorverwezen naar een specialist, en wel nu. Nog een paar weken later krijgt hij de uitslag. Het zijn inderdaad onschuldige poliepen. De assistente geeft hem informatie over een follow-up en daarna mag hij naar huis.

Health check

Waarom wel en waarom niet

Waarom wel:

- Health checks kunnen een duwtje geven naar een gezondere leefstijl. Daarbij speelt ook een sociaal aspect een rol. U herkent dat misschien uit uw eigen omgeving: als uw buurvrouw dankzij (de uitkomst van) een health check meer is gaan sporten, een verstandiger eetpatroon heeft ontwikkeld en duidelijk beter in haar vel zit, kan dat aanstekelijk werken. De drempel voor u om ook zelf zo'n onderzoek te ondergaan, wordt daarmee een stuk lager.

- De uitslag van een test kan reden zijn voor (vroeg) tijdig medisch ingrijpen. Het gebeurt zelden dat een ziekte helemaal wordt voorkomen. Maar soms kan er dankzij de test vroegtijdig worden ingegrepen. Ook kan er sprake zijn van risicoverkleining. Anders gezegd: de kans op het optreden van een ziekte wordt verminderd. Als de ziekte zich toch voordoet, kan de ernst ervan worden verzacht.

“Hoe meer ik weet, hoe meer ik word belast, terwijl niet alles wat ik na een health check weet behandeling nodig heeft. Daarom zal ik er geen doen.”

- Jacco (40 jaar)

Waarom niet:

- o Het is mogelijk dat u onnodige behandelingen zult ondergaan op basis van een total bodyscan en daar zelfs nadelige gevolgen van ondervindt. Er wordt bijvoorbeeld een verdachte plek gevonden. Tijdens een vervolgonderzoek wordt een stukje weefsel van die plek verwijderd. Dit kan pijnlijk zijn en er is een risico op bloedingen of infecties. Uiteindelijk blijkt die plek om een onschuldige afwijking te gaan.
- o Wanneer u besluit een health check te doen, moet u in principe zelf een keuze

maken uit het aanbod. Een soms heel breed aanbod, zoals het voorbeeld van Marisa (de bloedsuikertest) laat zien. Een deel van de tests is afkomstig uit het buitenland. Dat laatste is een van de redenen waarom reguliere zorgverleners geen of weinig zicht hebben op health checks. U kunt zich ook afvragen wat die bedrijven met uw gegevens doen. Gaan ze goed om met uw privacy?

- o Een health check, en vooral de total bodyscan, biedt schijnzekerheid. Ook al geeft de check of scan aan dat u op dit moment gezond bent, dan wil dat nog niet zeggen dat u in de toekomst niet ziek zult worden.
- o Stel, u besluit tot een health check. U heeft geen klachten,

maar u maakt zich wel zorgen. De uitslag van uw test toont aan dat er niets met u aan de hand is. Dit geeft rust, maar vaak is dit maar tijdelijk. Het tegenovergestelde kan ook. Er wordt een afwijking bij u ontdekt en u krijgt het advies om verder onderzoek te laten doen. U zit vervolgens een periode in spanning en dan blijkt uiteindelijk toch dat de afwijking onschuldig is.

- o U hebt een total bodyscan gedaan en weet nu dat u een ernstige ziekte hebt of kans hebt die te krijgen. Deze kennis kan van invloed zijn op het afsluiten van een overlijdensrisicoverzekering bij een hypotheek. Wie deze wil afsluiten, moet naar waarheid antwoord geven op gezondheidsvragen.

Doe de check

Overwegingen rondom de keuze voor een health check

Onderstaande vragen kunnen u helpen duidelijk te krijgen waarom u een check wilt doen, hoe u een check kiest, en wat u verwacht van de uitslag van de check.

omgeving (bijvoorbeeld familie of vrienden) goede ervaringen met een health check? Geven zij mij dit advies? Is dat de reden waarom ik een health check wil?

1. Waarom wil ik een health check laten doen?

- o Ben ik gewoon nieuwsgierig?
- o Geeft mijn leeftijd aanleiding voor een health check?
- o Wil ik weten welke gezondheidsrisico's ik loop?
- o Maak ik mij zorgen omdat ik klachten heb? (Kan ik dan niet beter naar de huisarts gaan?)
- o Heb ik geen klachten, maar maak ik mij toch ongerust?
- o Maak ik mij zorgen omdat iemand in mijn nabije omgeving klachten heeft?
- o Hebben mensen in mijn

2. Wil ik van tevoren met mijn (huis)arts overleggen. Waarom wel of niet?

3. Wil ik achteraf contact met mijn huisarts over de uitslag of resultaten van de test?

4. Welke check kies ik?

- o Welke organisatie of fabrikant biedt de check aan? Kan ik voor de test terecht bij mijn eigen dokter? Wordt de test alleen aangeboden door een onbekende organisatie?

Wordt de test in Nederland aangeboden of in het buitenland?

- o Speelt geld voor mij een rol en wat kost de test? Wat zijn de ervaringen van derden met de test? Hoe ziet de informatievoorziening rondom de uitslag eruit?
- o Heeft het bedrijf of het laboratorium dat de test uitvoert de benodigde vergunningen? Hebben de medewerkers de juiste opleiding gevolgd?
- o Hoe betrouwbaar zijn de uitslagen van de test?
- o Hoe gaat de organisatie of fabrikant om met mijn privacy? Wat doet de organisatie met mijn gegevens en de uitslagen? Kan ik vragen mijn gegevens te verwijderen?
- o Heeft de organisatie onderzoek gedaan, producten ontwikkeld of patenten gekregen met klantgegevens?

5. Hoe wordt het onderzoek uitgevoerd?

- o Beschrijft de bijsluiter van de test duidelijk hoe ik de test kan uitvoeren?
- o Legt de organisatie of fabrikant goed uit hoe het onderzoek wordt uitgevoerd?
- o Wie doet het onderzoek?
- o Wat wordt van mij verwacht tijdens het onderzoek en waarop wordt onderzocht?
- o Geeft de organisatie of fabrikant aan wat mogelijke risico's van het onderzoek zijn?
- o Schrijft de organisatie of fabrikant ook wat niet wordt onderzocht?

6. Hoe krijg ik de uitslag en wat staat er in de uitslag?

- o Beschrijft de bijsluiter duidelijk hoe de resultaten zichtbaar worden en hoe ik die kan duiden?
- o Hoe wordt de uitslag meegedeeld? Krijg ik de

resultaten alleen op papier of online of is er een persoonlijk gesprek?

- o In welke taal worden de resultaten beschreven?
- o Is er ruimte om vragen te stellen over de uitslag?
- o Wil ik iemand meenemen naar het gesprek over de resultaten?

7. Hoe betrouwbaar is de uitslag?

- o Is het mogelijk dat de test iets over het hoofd ziet?
- o Is het mogelijk dat de test een uitslag geeft die later toch niet blijkt te kloppen?

8. Wat doe ik als ik de uitslag heb ontvangen?

- o Ga ik mijn levensstijl aanpassen?
- o Ga ik naar de huisarts om door te praten over de resultaten?
- o Praat ik erover met mijn familie, vrienden etc.?

Nawoord

Mogelijk heeft u na het lezen van deze brochure vragen. Of u twijfelt nog steeds of u wel of geen gezondheidstest wilt laten doen.

Wilt u met iemand doorpraten om uw afwegingen op een rij te zetten?

Met vragen over health checks kunt u van maandag - vrijdag tussen 9.00-16.30 uur contact opnemen met de NPV-Advieslijn via (0318) 54 78 88 of advieslijn@npvzorg.nl.

Ten slotte

Neem de tijd voor uw beslissing. Zie daarin uw huisarts als een betrouwbare partner voor advies en overleg.

Postadres

Postbus 178
3900 AD Veenendaal

Bezoekadres

Kerkewijk 115
3904 JA Veenendaal

T (0318) 54 78 88

E info@npvzorg.nl

I npvzorg.nl

Volg ons op

X [X.com/npvzorgnl](https://x.com/npvzorgnl)

F facebook.com/npvzorg

I instagram.com/npvzorg