



versie 2.0 (juli 2020)

Begrijpelijke P-regels

Het belangrijkste doel van het medisch dossier is het ondersteunen van goede zorg. Daarvoor is het nodig dat de huisarts kort en bondig registreert zodat in één oogopslag voor de eigen huisarts en andere zorgverleners duidelijk is wat er bij de betreffende patiënt speelt.

Online inzage maakt het voor patiënten eenvoudiger om de eigen gegevens online in te zien. De huisarts mag daarbij registreren zoals hij altijd heeft gedaan of kiezen voor eenvoudigere formuleringen. Het is dus niet verplicht om de manier van registreren aan te passen. Door de P-regel voor de patiënt begrijpelijk op te schrijven, vermindert u het aantal telefonische vragen en verhoogt u wellicht de therapietrouw.

Onderstaande tabel bevat enkele voorbeelden van begrijpelijke P-regels.

	Voorbeeld 1	Voorbeeld 2	Voorbeeld 3	Voorbeeld 4	Voorbeeld 5
1. Retour	Patiënt maakt over 2 weken een afspraak.	Zijn de klachten na 1 week niet over? Patiënt maakt dan een afspraak.	Worden de klachten erger? Patiënt maakt dan een afspraak.	Patiënt maakt een afspraak als de [vul klacht in] erger wordt. (bijv. pijn, benauwdheid, jeuk, koorts etc.)	Patiënt neemt de nieuwe medicijnen 2 weken in. Als het niet helpt, maakt patiënt een afspraak.
2. Geruststelling	Dit gaat vanzelf over. Patiënt hoeft zich geen zorgen te maken.	Deze klachten gaan vanzelf over. Patiënt maakt een nieuwe afspraak als er ook [vul klacht in] bij komt.	Na 2 weken worden de klachten vanzelf minder.	Dit gaat vanzelf over. Medicijnen zijn niet nodig.	

3. Uitleg/advies	Ik denk dat de klachten binnen 2 weken over zijn.	Patiënt heeft last van [vul klacht in]. Op www.thuisarts.nl/... staat meer info.	Rug warmhouden. Patiënt gaat oefenen [link naar folder of video]. Patiënt neemt 's ochtends 2 paracetamol en 's avonds 2 paracetamol.	Last van hoesten. Hoesten komt door een virus. Daar zijn geen medicijnen voor. Neem honing. Zijn de klachten na vier weken niet over? Patiënt maakt dan een afspraak.	Patiënt gaat de knie koelen en hoog houden. Patiënt gaat: - veel slapen - niet werken - geen bezoek ontvangen
4. Exp. beleid	We wachten af hoe het met de klachten gaat. [+ keuze uit voorbeeld 2 of 3]	Zijn de klachten na [aantal] weken niet over? Patiënt maakt dan een afspraak.	Worden de klachten erger? Patiënt maakt dan een afspraak. (bijv. pijn, benauwdheid, jeuk, koorts etc.)		
5. (Nieuwe) medicijnen	Patiënt neemt de nieuwe medicijnen [aantal] dagen. Als het na [aantal] dagen niet beter gaat, maakt patiënt een afspraak.	In de eerste week meer last. Daarna gaan de medicijnen werken.	Patiënt krijgt maagbeschermers. Als de klachten na 2 weken helemaal over zijn stoppen. Na 2 weken nog niet helemaal over? Dan nog 2 weken langer slikken. Na 4 weken niet beter? Dan maakt patiënt een nieuwe afspraak.	Kuur afmaken. Patiënt neemt de medicijnen tot ze op zijn. Anders werken ze niet goed.	Patiënt krijgt antidepressiva. Kan in het begin bang worden. Zorg dat partner en familie dit weten. Over twee weken maakt patiënt een nieuwe afspraak/over twee weken is een nieuwe afspraak.
6. Verwijzing	Verwijzing naar het ziekenhuis/fysiotherapeut. Patiënt belt zelf om een afspraak te maken.	Verwijzing naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis belt voor de afspraak.	Patiënt maakt afspraak bij de praktijkondersteuner.	De pijn moet met fysiotherapie minder worden. Is de pijn na acht weken niet minder? Dan maakt patiënt een nieuwe afspraak.	
7. AB	Patiënt neemt antibiotica 5 dagen. Worden de klachten na 2 dagen niet minder? Patiënt maakt dan een afspraak.	Patiënt heeft een virusinfectie. Antibiotica helpen niet.			
8. Onderzoek (bijv.X-torax, Xlwk)	Bloedonderzoek. Over [aantal] dagen belt patiënt voor uitslag/bekijkt patiënt de uitslag online in het dossier.	Echo. Over [aantal] dagen maakt patiënt een afspraak voor de uitslag.	Longfoto/Longonderzoek/ Blaastest/urineonderzoek/ foto onderrug.	De uitslag is [datum] binnen. Patiënt belt zelf voor de uitslag/bekijkt de uitslag zelf online in het dossier.	De assistent/huisarts belt op [datum] voor de uitslag/stuurt een bericht over de uitslag.

9. Uitslag: GB/GA	De uitslag van het bloedonderzoek is goed.	Op de foto/echo is alles goed.	Patiënt maakt een afspraak om de uitslag te bespreken.		
10. Stoppen met roken	Het is belangrijk om te stoppen met roken.	Patiënt maakt een afspraak voor hulp om te stoppen met roken.	Informatie over stoppen met roken: https://www.thuisarts.nl/stoppen-met-roken/ik-wil-nu-stoppen-met-roken .		
11. Afkortingen specialismen (CHI. ORT. NEU)	Specialist in het ziekenhuis.				
12. Leefstijladviezen	Elke dag bewegen. Bijvoorbeeld 30 minuten wandelen.	Meer fruit eten. 2 stuks per dag.			
13. Oefeningen	Patiënt gaat oefeningen voor de rug doen. https://www.thuisarts.nl/lage-rugpijn/ik-heb-pijn-onderin-rug				
14. Zelfzorgadviezen	Zoutoplossing neusspray [naam] gebruiken 's ochtends, 's middags en 's avonds, in elk neusgat	's ochtends 2 paracetamol en 's avonds 2 paracetamol.	Patiënt koopt bij de apotheek of drogist [naam zelfzorgmiddel].		

Aandachtspunten bij het schrijven van P-regels

- Neem de [ADEPD-richtlijnen](#) van het NHG als leidraad voor de manier waarop u in het EPD registreert.
- Let erop dat alles wat in de P-regel staat ook daadwerkelijk met de patiënt is besproken.
- Twijfelt u of uw patiënt begrijpt wat u hebt verteld? Gebruik dan de [terugvraagmethode](#) om te checken of uw uitleg begrepen is.
- Maak gebruik van Thuisarts.nl voor begrijpelijke uitleg en meer informatie. Gebruik daarvoor de directe link naar de juiste pagina van Thuisarts.