

Begrijp je medicijn

Je gebruikt medicatie voor psychische problemen.
Hoe praat je hierover met je behandelaar?

TIPS
van jongeren
voor jongeren

SCHRIJF AL JE VRAGEN VOORAF OP

En neem deze mee naar de afspraak.

DURF AL JE VRAGEN TE STELLEN

Behandelaren hebben al veel vragen horen langskomen. Zij vinden iets niet snel gek. Ook als het gaat over seks, alcohol of drugs.

BETREK IEMAND DIE JE VERTROUWT

Bijvoorbeeld een familielid, vriend of vriendin, een kennis, je huisarts, psycholoog of andere hulpverlener.

DE KEUZE IS AAN JOU

Verken je opties en bespreek deze.

HET GAAT OM JOUW LICHAAM

Wees kritisch, stel je vragen en bespreek twijfels, ook als het goed gaat of je al lang medicatie gebruikt.

BEDENK WAT JE WILT WETEN

Het gaat om jouw leven. Bedenk wat jouw vragen en zorgen zijn. Nu, maar ook later.

"Ik dacht toen 'Hier kom ik wel op terug als ik er last van heb'. Ik had achteraf graag meer geweten. Vragen vooraf bedenken helpt daarbij."

"Het gaat om jouw lichaam en leven. Het is fijn om te weten dat je een keuze hebt, mee kan bepalen over wat er gebeurt en vragen kan stellen of aangeven wanneer je iets anders wilt."

"Het hielp om een deel van het gesprek zonder mijn ouder(s) te doen. Je houdt dan zelf de regie. En er zijn onderwerpen waar ik ze liever niet bij heb. En dat mocht."

"Seks is ook een heel normaal onderwerp."

[Lees verder over praktische tips, medicatiecontact en -gebruik](#)



FONDS SGS
Uw innovatie, onze steun

kenniscentrum
kinder- en
jeugdpsychiatrie