

Ik voel me niet lekker, wat nu?



**Bewaar
goed!**

Uitzoeken wat er aan de hand is

- Probeer uit te zoeken waar je klacht vandaan komt.
- Heb je misschien problemen of stress?
- Vraag familie, vrienden of een begeleider om samen te kijken naar je klacht.
- Als je op internet zoekt, doe dat dan samen met iemand.
- Informatie op internet past niet altijd bij jouw klacht en klopt ook niet altijd.
- Praat met mensen over je klacht, dat lucht op.
- Je mag altijd de huisartspraktijk bellen of een afspraak maken.

Spoedgevallen

- Na 17:00 en in het weekend ga je niet naar de huisarts maar naar de huisartsenpost.
- Bel altijd eerst met de huisartsenpost voordat je er naartoe gaat.
- **Is er iets levensbedreigends? Bel 112!**

Telefoonnummer huisarts (overdag, doordeweeks)

Telefoonnummer huisartsenpost (avond, nacht en weekend)

Adres huisartsenpost
