

Trombose door de ogen van jongeren

En wat je van onze ervaringen kan leren



Noa Smolenaars

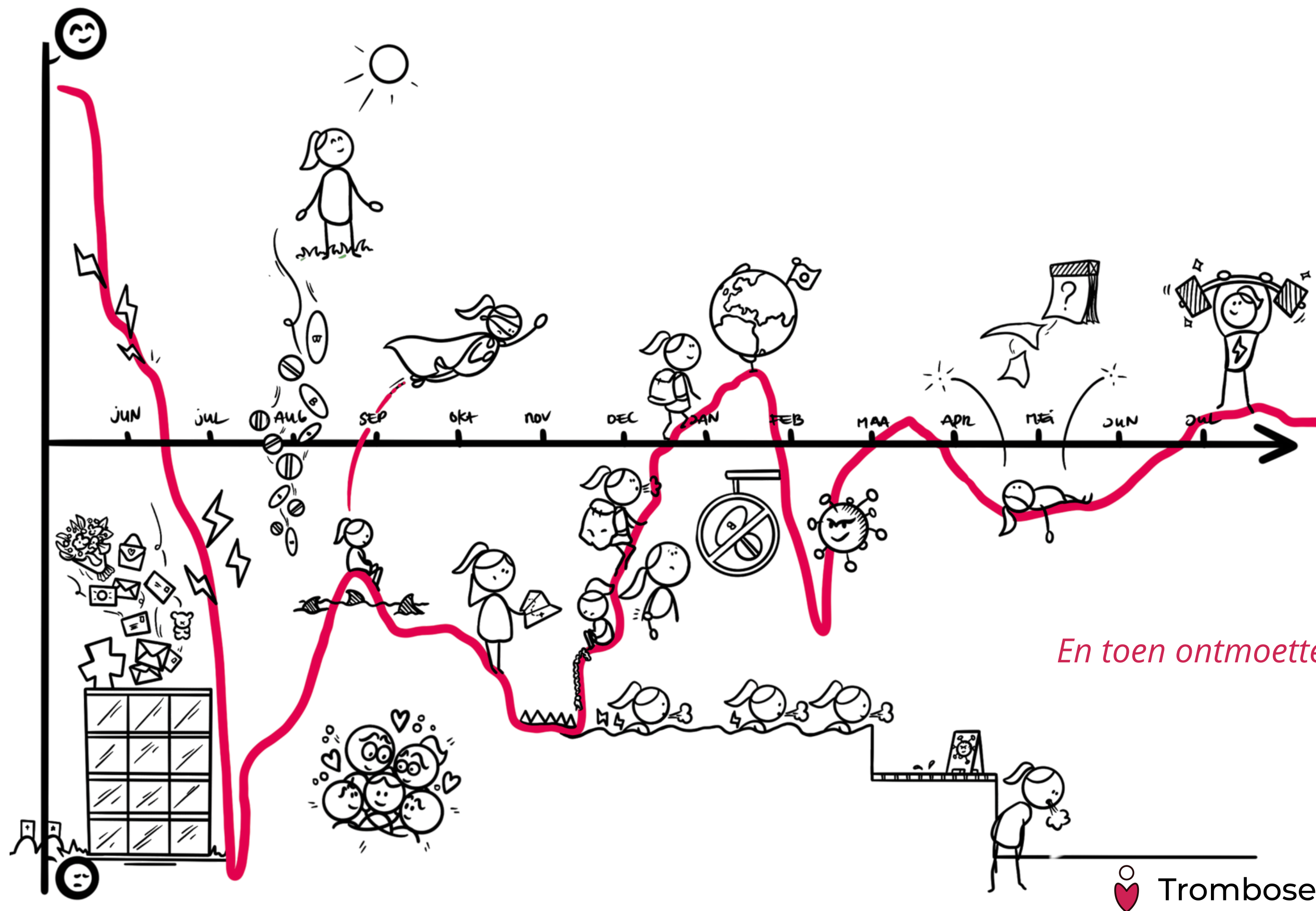
❤️ Mede-oprichter Tromboseoverlevers.nl

🫁 Trombose ervaringsdeskundige

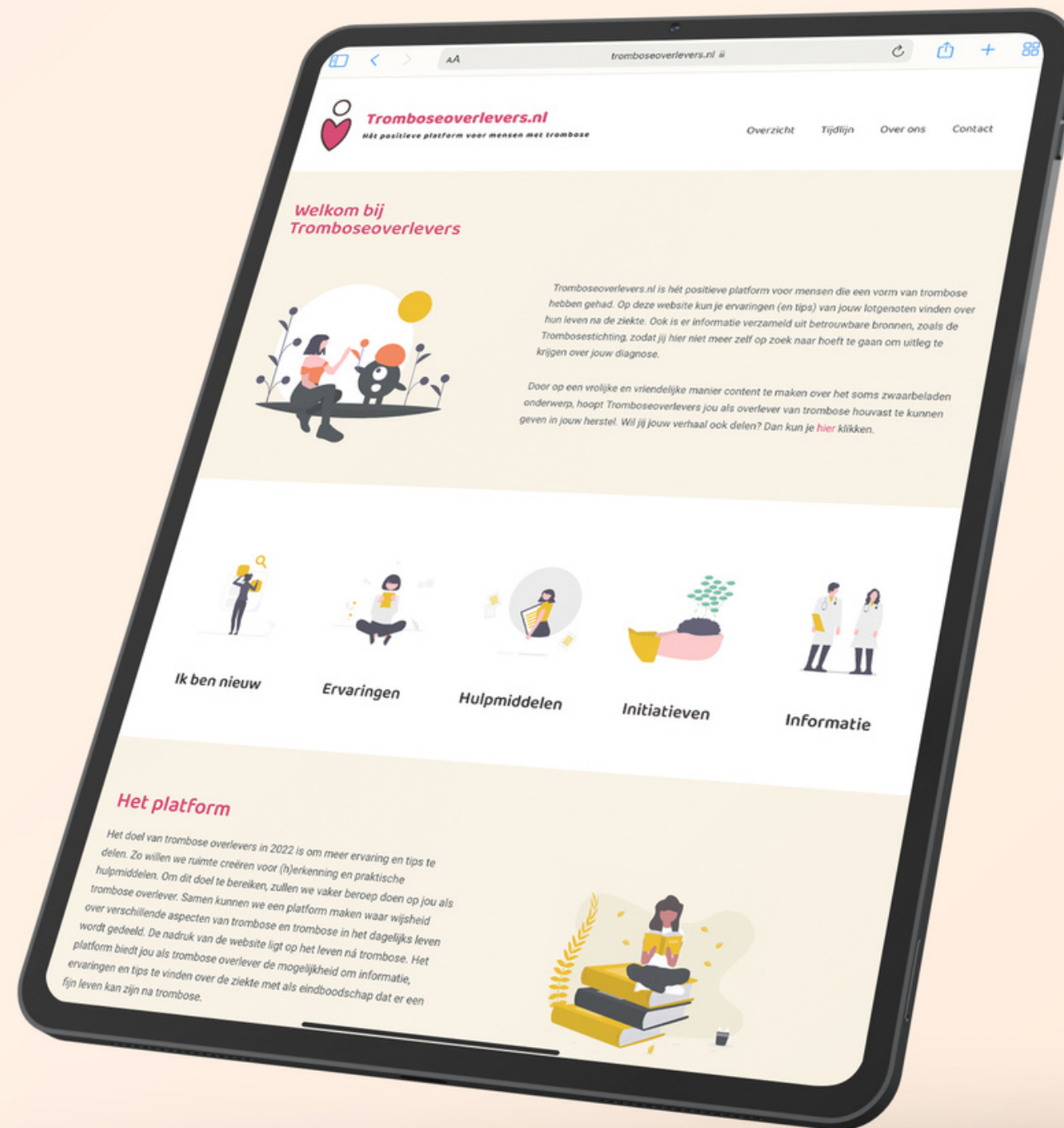
🏥 Zorgpad ontwerper in
Catharina Ziekenhuis Eindhoven

🌻 Vrouwenzorg ontwerpen

Het leven na trombose



Tromboseoverlevers.nl



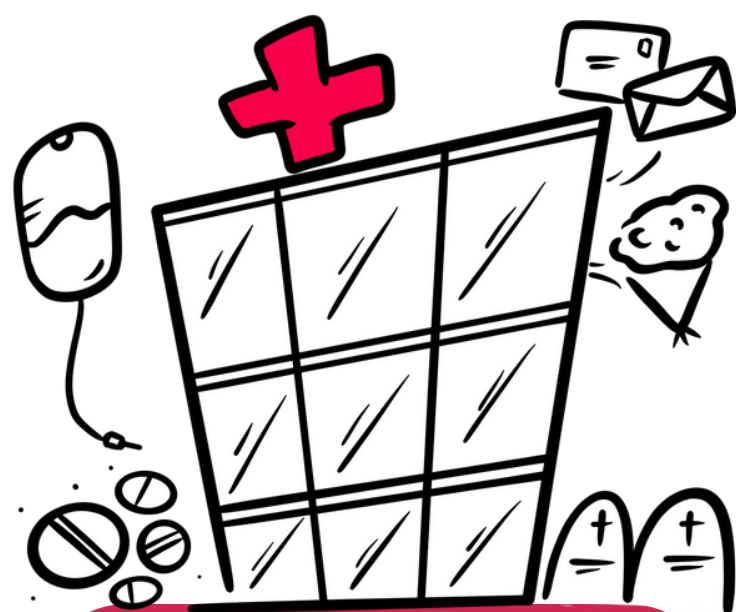
Community platform



♥ Het leven na trombose

♥ Lotgenoten contact

♥ Praktische tools



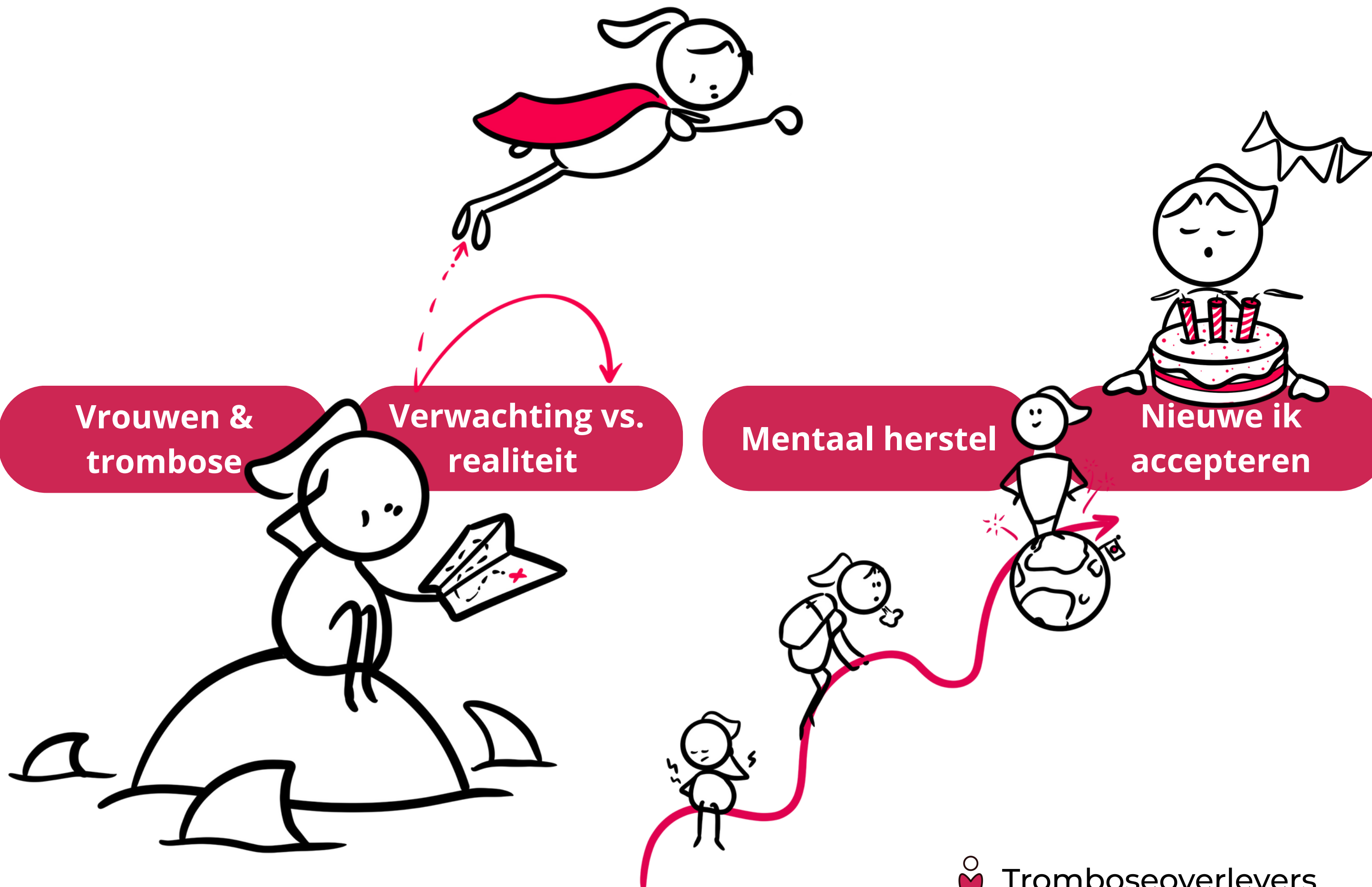
**(gebrek aan)
Revalidatie**

**Vrouwen &
trombose**

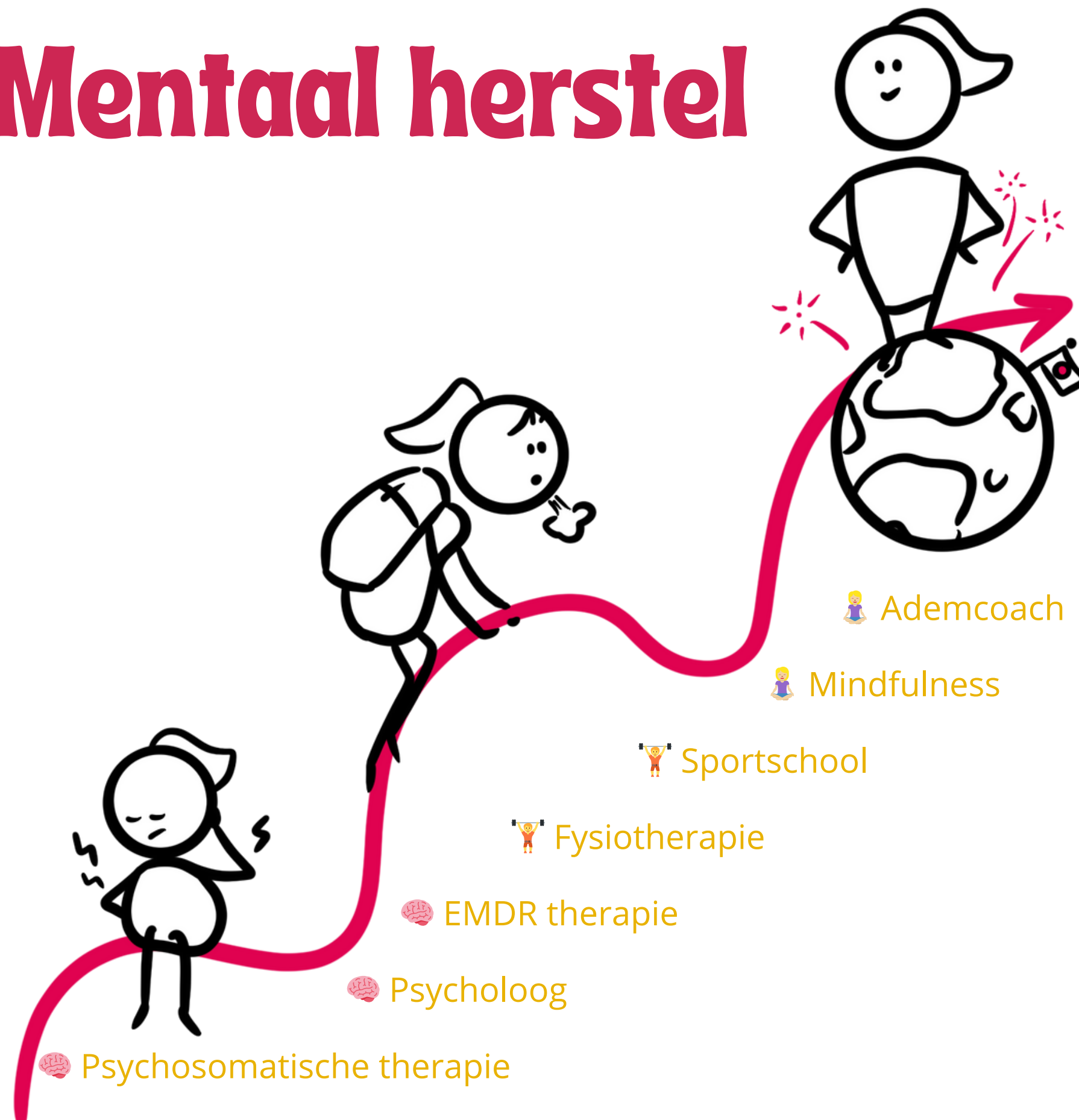
**Verwachting vs.
realiteit**

Mentaal herstel

**Nieuwe ik
accepteren**



Mentaal herstel



- Mijn lichaam voelt 'kapot'
- Eenzaamheid & angst
- Chronisch ziek (PTS)
- Lotgenoten contact
- Mentale ondersteuning

Vrouwen & Trombose



💧 Menstruatie & Antistolling

- Hevige menstruele bloedingen
- Beperking dagelijkse activiteiten

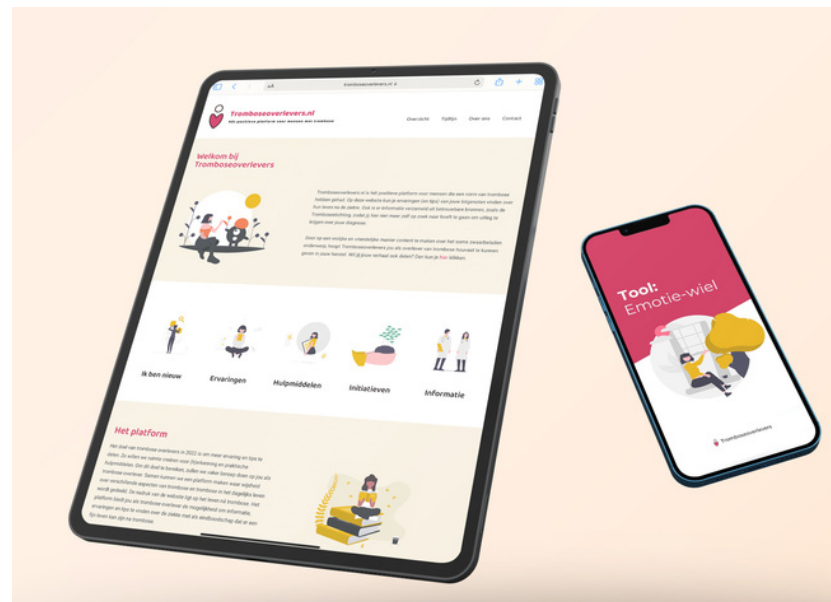
🧠 Zwangerschap

- Wat als ik kinderen wil?
- Opnieuw antistolling

Er komt steeds meer onderzoek....

... maar wanneer zien we dat in de praktijk?

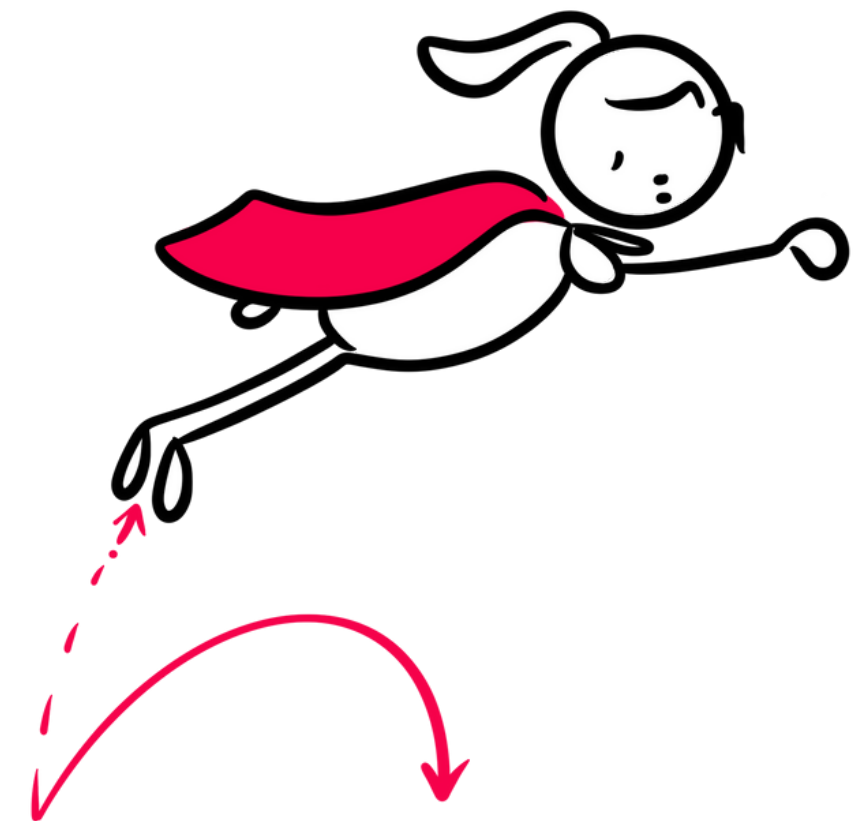
Hoe brengen je kennis in de praktijk?



*Patiënten informeren,
verbinden & activeren*



*Actief zijn in
bestaande communities*



*Patiënt participatie in
onderzoeken & **ontwerpen***

Patiënt participatie bij zorg ontwerpen

Vrouwen & thuismonitoring met hartfalen

- Het vrouwenhart erkennen
- Genderspecifieke symptomen
- Leren overdrijven

Vrouwen & thuismonitoring met IBD

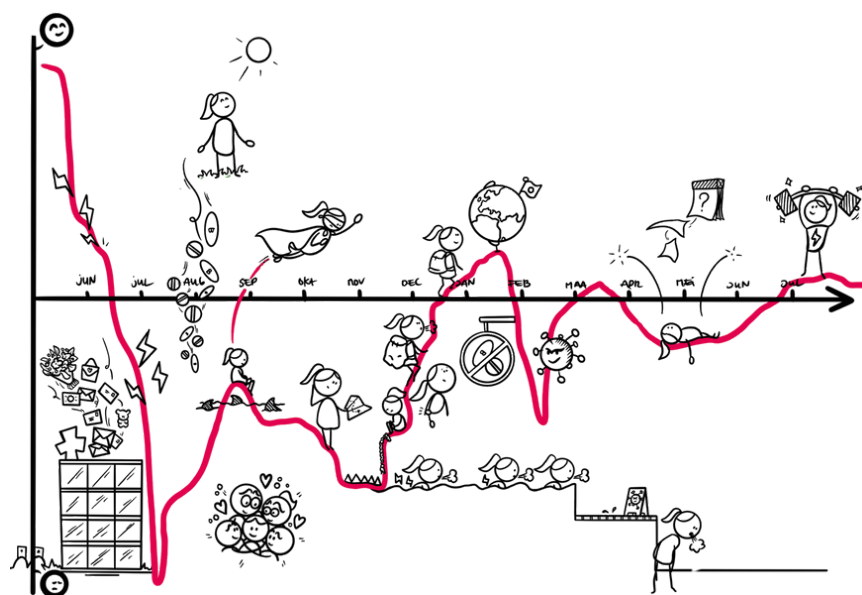
- Zwangerschap & Menopauze en opvlammingen
- Ervaringsverhalen delen

~~"Ik wil patiënten iets bieden voor ik ze erbij vraag"~~

~~"Wij hebben al een trombose panel"~~

"Wij betrekken patiënten vanaf het begin bij veranderingen in de zorg!"

Hoe ontwerp je zorg?



Visualiseer de zorg



Verzamel knelpunten & kansen



Ontwerp samen

Trombose door de ogen van jongeren

En wat je van onze ervaringen kan leren