DIGIVITALER
digitale zorg dichterbij

Thuisarts: iets voor u?

Wanneer u klachten heeft of vragen over uw gezondheid, kunt u informatie zoeken op internet. Maar hoe weet u of die informatie wel klopt? En hoe weet u wat u moet doen als u gezondheidsklachten heeft? Moet u dan de huisarts bellen of kunt u zelf iets doen aan uw klachten?

Om u te helpen bij vragen over ziektes en gezondheid hebben huisartsen de website Thuisarts.nl samengesteld. Wilt u hier meer van weten, dan is dit boekje met uitleg en tips echt iets voor u!

Wanneer gebruikt u het?

Er zijn momenten waarop u medische informatie nodig heeft. Bijvoorbeeld als u klachten heeft en wilt weten wat u zelf kunt doen. Of als u twijfelt of u de huisarts moet bellen. Of als u een gesprek wilt voorbereiden met uw dokter. Ook na een bezoek aan de huisarts kan het fijn zijn om de uitleg en adviezen thuis nog eens rustig te lezen. Soms zoekt u informatie omdat iemand in uw omgeving ziek is. In al deze situaties kunt u op Thuisarts betrouwbare informatie vinden.

Waar vindt u het?

Thuisarts vindt u op het internet: www.thuisarts.nl

Wat staat er allemaal op en hoe werkt het?

Op Thuisarts vindt u betrouwbare informatie over gezondheid en ziekte. U kunt op verschillende manieren zoeken:

- ✓ Met een zoekwoord in de zoekbalk (bijv. ‘diabetes’ of ‘rugpijn’)
- ✓ Via het menu rechtsboven (drie streepjes). Hier kunt u zoeken op:
  - Alle klachten en ziektes (op alfabet)
    Bijvoorbeeld ‘hoofdpijn’ of ‘verstopte neus’
  - Video’s of Afbeeldingen (per onderwerp bij elkaar)
    Bijvoorbeeld ‘Spieren en gewrichten’ of ‘Huid’
  - Op lichaamsdeel (door te klikken op een deel van een plaatje van het menselijk lichaam)

Elk onderwerp start met een samenvatting (‘In het kort’). Daarna ziet u vervolgvragen, zoals: wat is het, wat kan ik doen en moet ik de huisarts bellen? De vragen hangen af van het soort onderwerp.

Op Thuisarts staan ook keuzekaarten en keuzehulpen. Dit zijn hulpmiddelen die u kunnen helpen de zorg of behandeling te kiezen die bij u past. Dit doet u in overleg met uw arts. Er zijn keuzekaarten voor bij de huisarts en keuzekaarten voor in het ziekenhuis.

Waarom is het er?

Huisartsen vinden het belangrijk dat u op internet betrouwbare informatie krijgt, zonder reclames. Dit om te voorkomen dat u op websites terechtkomt met onbetrouwbare medische informatie. Onbetrouwbare informatie, waardoor u ten onrechte ongerust wordt of valse hoop krijgt. Of ‘geneesmiddelen’ koopt, die helemaal niet werken of zelfs schadelijk zijn. Daarom hebben huisartsen de website Thuisarts.nl voor u samengesteld. Zodat u vóór, tijdens en na uw bezoek aan de huisarts informatie kunt vinden.

thuisarts

Waar staat Thuisarts voor?

- ✓ Betrouwbare en onafhankelijke medische informatie over ziekte en gezondheid
- ✓ Informatie samengesteld door huisartsen, wetenschappelijk onderbouwd
- ✓ Informatie, die actueel wordt gehouden
- ✓ Informatie in begrijpelijke taal

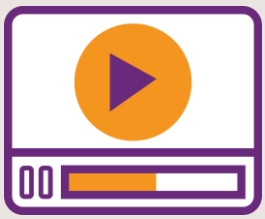
Thuisarts is een initiatief van het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG) en wordt in samenwerking met de Nederlandse huisartsen ontwikkeld.

Wie bellen bij spoed!

- ✓ Bij levensgevaar: bel 112
- ✓ Geen levensgevaar maar wel snel een arts nodig?
  - Op werkdagen overdag: bel uw eigen huisarts
  - Avond, nacht, weekend of feestdag: bel de huisartsenpost
- ✓ Bij twijfel: kijk op Thuisarts

Tip: video's met uitleg

Op Thuisarts staan veel korte filmpjes met een duidelijke uitleg. Deze filmpjes gaan bijvoorbeeld over:



- ✓ Gezond leven
- ✓ Psychische problemen
- ✓ Virussen en bacteriën
- ✓ Keel, neus en longen
- ✓ Hart en bloedvaten
- ✓ Hoe praat ik met mijn huisarts?
- ✓ … en nog veel meer

Meer leren over digitale zorg?

Op de website digivitaler.nl vindt u een handige video over Thuisarts. Hier vindt u ook video's en boekjes over andere vormen van digitale zorg. Bijvoorbeeld over beeldbellen met uw huisarts of over het patiëntenportaal van het ziekenhuis.

Wilt u oefenen?

Wilt u een les volgen, waarbij u onder begeleiding kunt oefenen met Thuisarts.nl? Of wilt u kennis maken met andere vormen van digitale zorg? Dat kan! Neem hiervoor contact op met de bibliotheek bij u in de buurt.

Bron: de tekst in dit boekje is gebaseerd op materiaal uit de 'Thuisarts toolkit voor huisartsen' van het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG).

©2026 - versie 6 - Stichting Digisterker