

# Wat zijn je rechten?

Het is belangrijk om te weten wat jouw rechten zijn tijdens de behandeling. Deze rechten zijn er om jou te beschermen.

## Recht op een behandelplan

Als je in behandeling komt, maak je samen met je hulpverlener een behandelplan. Hierin staat hoe de behandeling eruit gaat zien en welke afspraken jullie hebben gemaakt. Als je ergens over twijfelt of het ergens niet mee eens bent, kun je dit met je hulpverlener bespreken. Samen kunnen jullie kijken of er een andere manier van behandelen is. De behandeling begint pas als jij het ermee eens bent. Je kunt ook altijd je toestemming voor een behandeling intrekken.

Tijdens de behandeling wordt het behandelplan regelmatig besproken. Soms moet het behandelplan aangepast worden. Daarvoor is jouw toestemming nodig. Een hulpverlener mag het plan niet zomaar veranderen.

## Recht op informatie

Je beslist samen met je hulpverlener hoe je behandeling eruit gaat zien. Om een goede keuze te kunnen maken, heb je informatie nodig. Je hulpverlener geeft daarom uitleg over je diagnose, de manieren van behandelen, het doel van de behandeling, de duur van de behandeling, de eventuele bijwerkingen van medicijnen en of er risico's zijn bij een behandeling. Wanneer er iets niet duidelijk is, kan je de hulpverlener altijd om uitleg vragen. Als je niet alles wilt weten kan je dat ook tegen de hulpverlener zeggen, zodat die daar rekening mee kan houden.

## Recht op vrije keuze van hulpverlening

Als je in behandeling bent mag niemand zonder jouw toestemming aan je lichaam komen. Ook mag niemand je behandelen zonder jouw toestemming. Als je dus niet door een bepaald persoon behandeld wilt worden, kun je dit aangeven. Alleen in noodgevallen, zoals wanneer je zelf niet meer helder kunt nadenken, kan er een keuze voor je gemaakt worden.

Het is belangrijk dat je je comfortabel voelt bij je hulpverlener. Hij of zij hoort je met respect te behandelen en serieus te nemen. Als het niet lukt om een goede vertrouwensband op te bouwen kun je vragen om een andere hulpverlener. Je kunt dit bespreken tijdens een van je sessies of later contact opnemen met iemand anders die bij je behandeling betrokken is.

## Recht op second opinion

Als je het niet eens bent met de diagnose die gesteld is of met de voorgestelde behandeling van je hulpverlener, kun je advies vragen aan een andere deskundige. Dit wordt een 'second opinion' genoemd.

## Recht op veiligheid

Jouw veiligheid tijdens de behandeling is erg belangrijk. Hulpverleners moeten rekening houden met de grenzen die jij aangeeft. Het is verboden voor hulpverleners om tijdens de behandeling een vriendschappelijke of seksuele relatie met je aan te gaan. Als je je op enig moment tijdens de behandeling onveilig voelt, is het belangrijk dat je dit aangeeft. Er zal iets moeten veranderen om jouw gevoel van veiligheid te vergroten.

## Recht op inzage in je dossier

Wanneer je begint met de behandeling, wordt er een medisch dossier voor je aangemaakt. Hierin worden verschillende gegevens verzameld, zoals onderzoeksresultaten, observaties, het behandelplan en verslagen van gesprekken. Je hebt het recht om je dossier te bekijken. Dit kan bijvoorbeeld samen met de hulpverlener. Je kunt er ook voor kiezen om kopieën te laten maken en het dossier later rustig door te lezen. Als je iets wilt toevoegen aan het dossier of als je denkt dat er een fout in staat, kun je dit bespreken met de hulpverlener.

## Recht op privacy

Alles wat je met je hulpverlener bespreekt, blijft tussen jullie. De hulpverlener heeft een geheimhoudingsplicht. Dat betekent dat hij of zij geen informatie over jou aan anderen die niet betrokken zijn bij de behandeling mag doorgeven zonder jouw toestemming. Zelfs familieleden en contactpersonen hebben eerst jouw toestemming nodig voordat ze informatie kunnen krijgen (behalve als je zelf niet in staat bent om hierover te beslissen). De Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd mag je dossier bekijken, maar meestal wordt er eerst om jouw toestemming gevraagd.

## Recht op beroep bij beëindiging van de behandelovereenkomst tegen je wil

Je behandeling kan niet zomaar zonder jouw instemming worden stopgezet. Dit kan alleen als de zorginstelling hiervoor een goede reden heeft. Als je het hier niet mee eens bent, kun je in beroep gaan bij de klachtenfunctionaris of klachtencommissie. Je kunt ook een klacht indienen bij een onafhankelijke klachtencommissie.