

Slingeland

magazine

Neem
gratis
mee!

Musicerende chirurgen

Helpend taalgebruik biedt patiënt comfort

Psychologen bieden Therapieland aan

DECEMBER 2021 - NUMMER 21/4



Dit team met gespecialiseerde logopedisten staat voor je klaar!

Bij ons kun je o.a. terecht op het gebied van:

- neurologische problematiek (ALS, Parkinson, MS, beroerte, hersenbloeding);
- stemklachten;
- ademhalingsproblemen (veroorzaakt door COPD, astma, COVID-19, stress of spanning);
- kaakklachten;
- afwijkende mondgewoonten (OMFT);
- stotteren;
- eet- en drinkproblematiek bij (zeer) jonge kinderen.
- spraakproblemen;
- taalproblemen.



Hofstraat - Bezelhorstweg - Verdilaan - Rooseveltstraat -
Zonneplein - Schubertlaan (De Bolster)
www.logopediedoetinchem.nl - 0314-362965 - info@logopediedoetinchem.nl



Uw eigen wensen, gewoonten en omgeving: ze geven uw leven kleur, brengen geluk. Juist als gezondheid minder vanzelfsprekend wordt. Uw geluk, dat motiveert ons: in wijkverpleging, onze huizen en revalidatie. Samen met u zoeken hoe het kan: **leven zoals u wilt.**

sensire

sensire.nl

leven zoals u wilt

Huid } Oedeemtherapie

Doetinchem



Na een operatie en/of bestraling is er soms sprake van lymfoedeem.

Bij lymfoedeem is er sprake van een ophoping van vocht, dit veroorzaakt zwelling in de huid en onderliggende weefsels. Dit gaat vaak gepaard met een zwaar of vermoeid gevoel in arm of been, maar kan ook voorkomen in de borstregio of elders in het lichaam. Ook kan lymfoedeem pijnlijk zijn en je beperken in je bewegingsvrijheid.

Bij Huid- en Oedeemtherapie Doetinchem zijn we gespecialiseerd in het behandelen van lymfoedeem. Afhankelijk van de ernst van het lymfoedeem bieden wij diverse behandelmogelijkheden aan. Dit kan bijvoorbeeld manuele lymfedrainage zijn, waarbij we het aangedane lichaamsdeel masseren om daarmee de lymfevaten te stimuleren om lymfvocht af te voeren. Bij ernstiger lymfoedeem kunnen wij ambulante compressietherapie (ACT) inzetten, dit zorgt ervoor dat forse oedemen in korte tijd verminderen. ACT bestaat uit zwachtelen van het aangedane lichaamsdeel. In combinatie met bewegingsoefeningen wordt de vochtafvoer verder

bevorderd. Bij afname van het lymfoedeem wordt er nadien een therapeutisch elastische kous aangemeten om de arm of het been oedeemvrij te houden.

Door deze behandelingen neemt het lymfoedeem af en daarmee ook de pijn, waardoor goed bewegen weer mogelijk is. Samen met de patiënt bespreken we wat voor hem/haar de beste behandeling is.

Wij zijn expert op het gebied van alles wat met de huid te maken heeft!
Ook voor andere behandelingen kunt u bij ons terecht:

- Laserontharen en elektrisch ontharen
- Acnetherapie
- Camouflagetherapie
- Littekenbehandeling
- Advies over huidverzorging



Behandelingen worden (deels) vergoed door de zorgverzekeraar.

Kijkt u voor meer informatie hierover én voor de overige behandelingen op onze website: www.huid-doetinchem.nl of neem telefonisch contact op: **0314-842799.**

Beste lezer,

Wist u dat muziek een helende kracht heeft? Dat patiënten minder stress en angst ervaren als ze rond een operatie maar muziek luisteren? En dat muziek chirurgen beter laat presteren? Onze chirurgen weten dat maar al te goed. Sterker nog, een aantal van hen maakt in hun vrije tijd zelf muziek. Vijf van onze chirurgen vertellen erover.

Wat ook stress, angst en zelfs pijn vermindert, is zogeheten helpend taalgebruik. Onderzoek en ervaring leren dat patiënten meer comfort hebben als zorgverleners de juiste woorden kiezen. Een aantal van onze zorgverleners heeft een training gevolgd in helpend taalgebruik.

Over deze en andere interessante onderwerpen leest u in deze uitgave van Slingeland Magazine.

We wensen u veel leesplezier,

de redactie van Slingeland Magazine



14

Operatie tegen verzakking Biedt veel vrouwen een oplossing



04

App bij eenvoudig letsel App ondersteunt patiënt bij herstel van letsel



22

Muziek heelt Chirurgen onderstrepen de helende kracht van muziek

- 06** Psychologen bieden patiënten Therapieland aan
- 08** Helpend taalgebruik geeft patiënten meer comfort
- 12** Inloophuis voor kankerpatiënten en hun naasten
- 16** 94-jarige patiënte blij met knieprothesen
- 18** Vasculitis: ontsteking van de bloedvatwand
- 24** Het Slingeland Ziekenhuis heeft een nieuwe website

Colofon

Slingeland Magazine wordt vier maal per jaar uitgegeven.

Eindredactie

Saskia Steenberg
(PR-functionaris)

Redactie

Laura Scholten
(communicatie-adviseur)
Sjoerd van der Meer
(chirurg/traumatoloog)
Nail Aboosy
(internist)

Tekst

Fred Meijer
Joyce de Schepper

Fotografie

Marcel Rekers
Toon Hendriks

Uitgever

BC Uitgevers BV,
T 0515 42 94 29

Vormgeving

Hannique de Jong

Oplage 5.000

Bladmanager & advertentieverkoop

Digna Schoonen,
T 06 44 20 99 10

www.slingeland.nl
twitter.com/Slingeland_ZH
facebook.com/Slingeland

Speciale app voor patiënten

'Virtual fracture care' begeleidt patiënt door herstelproces

Tot voor kort moesten patiënten met een eenvoudig, stabiel letsel altijd terugkomen voor controle. Meestal om te constateren dat alles in orde is. Dat hoeft nu niet meer, dankzij de app 'virtual fracture care'. De app begeleidt de patiënt als het ware door het herstelproces. De patiënt komt nu alleen nog terug als er iets mis lijkt te zijn of als de patiënt toch graag op controle wil komen.

Letsels, zoals botbreuken en kneuzingen, zijn er in vele soorten: van relatief eenvoudig en stabiel tot zeer ernstig en gecompliceerd. "Tot voor kort ging iedere fractuur en kneuzing in het gipsverband, in geval dat nodig was. De patiënt moest dan altijd terugkomen om het gips te laten verwijderen. Bij

eenvoudige, stabiele botbreuken en kneuzingen wordt nu (in plaats van een gipsverband) een drukverband aangelegd of krijgt de patiënt een afneembare brace. Die kan de patiënt zelf verwijderen als het zo ver is en hoeft daar dus niet voor terug naar het ziekenhuis."

Nicole Camstra, physician assistant chirurgie & traumatologie, in gesprek met een jonge patiënt die een brace om zijn voet en enkel heeft.



met eenvoudig letsel

Aan het woord zijn Nicole Camstra, physician assistant chirurgie & traumatologie, en Nicole Langhout, arts acute zorg. De hiervoor beschreven verandering komt voort uit de introductie van de app 'virtual fracture care', begin december.

"Deze app is een hulpmiddel voor patiënten die op de Spoedeisende Hulp komen met een eenvoudig, stabiel letsel en ook vanuit de Spoedeisende Hulp weer ontslagen worden. Tot voor kort moesten deze patiënten altijd terugkomen voor controle. Bij die controles blijkt vrijwel altijd dat alles in orde is. Dat voelt voor de patiënt vaak als een nutteloos bezoek. En ook voor ouders van een kind, die er vaak speciaal voor vrij moeten nemen. De app zorgt ervoor dat deze controlebezoeken in principe niet nodig zijn. En omdat de patiënt een drukverband heeft of een brace, hoeft hij of zij ook niet terug te komen om gipsverband te laten verwijderen."

Twaalfde ziekenhuis

De app 'virtual fracture care' is ontwikkeld door de traumachirurgen en gipsverbandmeesters van het Onze Lieve Vrouwe Gasthuis in Amsterdam. "Van oorsprong komt de app uit Engeland", vertelt Nicole Camstra. "Wij zijn het twaalfde ziekenhuis in Nederland dat de app in gebruik heeft genomen. De app begeleidt de patiënt als het ware door het herstelproces. De app onderscheidt daarbij twaalf verschillende letsels. Per letsel geeft de app aan waar de patiënt op moet letten, geeft instructies hoe om te gaan met het letsel en hoe een eventuele brace te verwijderen en terug te plaatsen. Ook geeft de app oefeningen die de patiënt kan doen om het herstel te bevorderen. Naast de app krijgt de patiënt een folder mee."

In Engeland zijn goede ervaringen opgedaan met de app, weet Nicole Langhout. "Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat de patiënt door het gebruik



Nicole Langhout, arts acute zorg: "Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat de patiënt door de app sneller volledig herstelt."

van de app sneller volledig herstelt. Dat komt waarschijnlijk doordat de app een informatiebron is die de patiënt op ieder moment kan raadplegen. Daardoor blijft de patiënt gedurende het herstelproces beter geïnformeerd dan wanneer hij of zij eenmalig instructie krijgt bij ontslag vanuit de Spoedeisende Hulp."

De 'breuklijn'

Nicole Camstra en Nicole Langhout benadrukken dat bij iedere patiënt een zorgvuldige afweging wordt gemaakt of de patiënt al dan niet de app wordt aangeboden. "Ook heeft iedere patiënt de vrije keuze om de app al dan niet te willen gebruiken of gewoon toch liever op controle te komen. Als iemand liever op controle komt, dan kan dat altijd. En patiënten die de app gebruiken, mogen (zoals alle patiënten) bij vragen en zorgen ons altijd bellen. Dat telefoonnummer noemen we de 'breuklijn'."

> Om welke letsels gaat het?

De app 'virtual fracture care' is bedoeld voor eenvoudige, stabiele letsels (zoals bepaalde botbreuken en kneuzingen). Denk daarbij aan onder meer: sleutelbeen of onderarm bij kind, tenen, vijfde middenhandsbeentje en de zogeheten twijgbreuk. Een twijgbreuk is een breuk die niet helemaal 'door' is. Dit komt alleen voor bij kinderen, omdat die nog flexibele botten hebben. Het gaat voorsnog om twaalf soorten letsel. Waarschijnlijk wordt dit aantal nog uitgebreid.

Psychologen Slingeland Ziekenhuis

Patiënten zijn enthousiast over e-Health platform

In het Slingeland Ziekenhuis werken negen psychologen. Sinds kort bieden zij patiënten, naast de consulten, Therapieland aan. Dit is een zogeheten e-Health platform voor mensen met een psychische hulpvraag. “Patiënten geven aan dat het meerwaarde biedt”, zegt klinisch psycholoog Ulrike ter Braak.

De patiënten die met een hulpvraag bij één van de psychologen van het Slingeland Ziekenhuis komen, zijn verwezen door de medisch specialisten. “We merken dat de medisch specialisten steeds meer patiënten naar ons verwijzen”, zegt Ulrike ter Braak. “Dat komt doordat zij steeds beter de weg naar ons weten te vinden. En er zijn steeds meer mensen met psychische klachten. We zien in de samenleving dat het aantal mensen met klachten als somberheid, angst en stress toeneemt. Dat was voor de coronacrisis al het geval. Maar deze heeft dat nog verergerd.” Het wordt daardoor steeds drukker voor de psychologen. “We willen de mensen snel en goed helpen. We wisten van het bestaan van Therapieland. En we wisten ook dat andere ziekenhuizen daar goede ervaringen mee hebben. Sinds september bieden we onze patiënten, naast de gesprekken op onze poli, Therapieland aan. Daar krijgen we goede reacties op. Patiënten zeggen echt meerwaarde te ervaren.”

Professioneel platform

Wat is Therapieland precies? “Het is een zogeheten e-Health platform”, legt Ulrike ter Braak uit. “Eenvoudig gezegd: een website die gezondheidszorg op afstand levert. In het geval van Therapieland aan mensen met een psychische hulpvraag. Wij bieden onze patiënten bepaalde modules aan binnen Therapieland. Daarin wordt bijvoorbeeld extra uitleg gegeven, in teksten en in filmpjes. Ook kunnen patiënten er oefeningen doen. Therapieland is aanvullend op de gesprekken die zij hebben met de psycholoog in het Slingeland Ziekenhuis. Het vervangt de gesprekken niet.”

Therapieland is een professioneel platform, benadrukt Ulrike ter Braak. “Het is zeer uitgebreid en de modules zijn goed gemaakt.”

Per patiënt bekijken

Een patiënt mag maximaal twintig jaar lang gebruik maken van de modules die zijn toegewezen. “We bekijken per patiënt welke modules het beste passen. Die stellen we dan beschikbaar”, aldus Ulrike ter Braak. Ze illustreert met een voorbeeld. “Ik begeleid bijvoorbeeld een patiënte die behandeld is voor borstkanker. Onze consulten richten zich op verwerking en op de angst voor terugkeer van de ziekte. Daarnaast doet de patiënte de module ‘beter slapen’ op Therapieland. Die doet ze zelfstandig. Wel bekijk ik haar huiswerkopdrachten en kunnen we daarover mailen.” Andere patiënten doen modules die betrekking hebben op bijvoorbeeld omgaan met pijn, piekeren en stoppen met roken. “Overigens is het qua privacy goed geregeld. Daar hoeven patiënten zich geen zorgen over te maken”, merkt Ulrike ter Braak op.

Voor alle leeftijden

Het is nu een paar maanden geleden dat de psychologen van het Slingeland Ziekenhuis Therapieland zijn gaan aanbieden. “Dat is natuurlijk nog maar kort”, weet Ulrike ter Braak. “Maar we merken nu al dat patiënten enthousiast zijn. Ze doen het naast de consulten die ze hier krijgen, op momenten die ze zelf kiezen. Daardoor hebben patiënten ook meer regie. We wisten dat Therapieland gebruiksvriendelijk is en dat horen we ook terug van patiënten. Het is geschikt voor alle leeftijden, van jong tot oud. We zijn blij dat we dit nu mogen aanbieden.”

Nieuwsgierig naar Therapieland? Neem dan een kijkje op www.therapieland.nl.

bieden Therapieland aan

'We zien in de samenleving dat het aantal mensen met klachten als somberheid, angst en stress toeneemt'

Klinisch psycholoog Ulrike ter Braak



Klinisch psycholoog Ulrike ter Braak: "Therapieland is aanvullend op de gesprekken die zij hebben met de psycholoog in het Slingeland Ziekenhuis. Het vervangt de gesprekken niet."

Meer comfort voor patiënt door

Patiënten ervaren minder pijn en angst

Dit najaar hebben meerdere medewerkers van het Slingeland Ziekenhuis de scholing 'de kracht van taal' gevolgd, gericht op helpend taalgebruik. Dit zou je kunnen vertalen als 'meer comfort bieden aan patiënten door het bewust inzetten van taal'. Door taalgebruik aan te passen, ervaren patiënten minder pijn en angst. Dat geldt voor kinderen, maar ook voor volwassenen.



Marieke Burgers, medisch-pedagogisch zorgverlener op de Kinderafdeling.

Onze woorden kunnen zowel positieve als negatieve gedachten en gevoelens oproepen. Dit is één van de uitgangspunten van helpend taalgebruik. "Patiënten proberen gerust te stellen deden we altijd al", zegt Spoedeisende Hulp (SEH) verpleegkundige Gerjanne van Middelkoop. "Dat doe je door tijd te nemen voor de patiënt en contact te maken. De scholing 'de kracht van taal' heeft me duidelijk gemaakt dat het kiezen van de juiste woorden daarbij erg kunnen helpen. Je geeft de patiënt wel eerlijke en juiste informatie, maar die krijgt een andere lading door de woorden die je kiest."

Wetenschappelijk aangetoond

We praten over helpend taalgebruik met drie betrokkenen. SEH-arts Annekoos Wiersinga is één van de pleitbezorgers van helpend taalgebruik binnen het ziekenhuis. Zij volgde hier al eerder een scholing in, net als Marieke Burgers, medisch-pedagogisch zorgverlener op de Kinderafdeling. Gerjanne van Middelkoop is SEH-verpleegkundige en werd onlangs getraind, samen met de verpleegkundigen van de Kinderafdeling, de medisch-pedagogisch zorgverleners, enkele kinderartsen en de medewerkers Bloedafname.

‘helpend taalgebruik’

“Het voornemen is om nog meer zorgverleners in het ziekenhuis te gaan trainen”, zegt Annekoos Wiersinga. “Meerdere onderzoeken hebben aangetoond dat taalgebruik, en dan met name woordkeus, grote invloed heeft op de pijn- en angstbeleving van mensen. Bepaalde woorden kunnen juist extra angst en pijn oproepen. Het bewust gebruiken van bepaalde taal zorgt daarentegen voor meer comfort. Hoe het precies werkt in de hersenen, weten we niet. Maar dat het zo werkt, is wetenschappelijk aangetoond. Zo ook dat het een positief effect heeft op patiënten van alle leeftijdscategorieën.”

‘Werkt in de praktijk’

De essentie van helpend taalgebruik is dat je woorden die pijn en angst oproepen, vermijdt. Marieke Burgers illustreert: “Je zegt dan bijvoorbeeld niet ‘ik kom een infuus prikken’, maar ‘ik kom een infuus aanbrengen’. Want ‘prikken’ is een woord dat bij iemand de pijnbeleving kan verergeren. Of in plaats van ‘u mag niet bewegen in de MRI, dan lukt het niet’, zeg je ‘fijn dat u zo stil ligt, dan gaat het onderzoek sneller’. Daarmee benadruk je het gewenste gedrag.”

En zo zijn er tal van andere voorbeelden. “Ik merk inmiddels dat het in de praktijk echt werkt”, zegt Gerjanne van Middelkoop. “En doordat de patiënt rustiger is, gaan bepaalde handelingen vaak beter en sneller. Dat is fijn voor de patiënt én voor de zorgverlener.”



SEH-arts Annekoos Wiersinga

➤ Folder voor ouders

Ouders zijn vaak aanwezig bij medische handelingen bij kinderen. Als ook een ouder helpend taalgebruik toepast en zich bewust is van wat wel en niet te doen, draagt dat bij aan het geruststellen van het kind. Op de Kinderafdeling en de Spoedeisende Hulp is een folder hierover beschikbaar.

Krachtig hulpmiddel

Annekoos Wiersinga merkt op: “Als zorgverleners voelen wij de plicht om patiënten goed, volledig en eerlijk te informeren. Dat doe je met helpend taalgebruik nog steeds. Maar het is wennen en je moet het veel oefenen. Op den duur gaat het dan automatisch, zeker als het hele team het doet.”

Marieke en Gerjanne zijn enthousiast over de scholing. “Dat geldt ook voor de andere collega’s die de scholing hebben gevolgd. We zijn er door verrast dat taal zo’n krachtig hulpmiddel kan zijn. En het mooie is: je hebt er niets voor nodig. Je kunt het helemaal zelf doen: puur door de juiste woorden te kiezen en door negatieve woorden te vermijden. We zijn sinds de scholing nog bewuster bezig met communicatie.”



SEH-verpleegkundige Gerjanne van Middelkoop

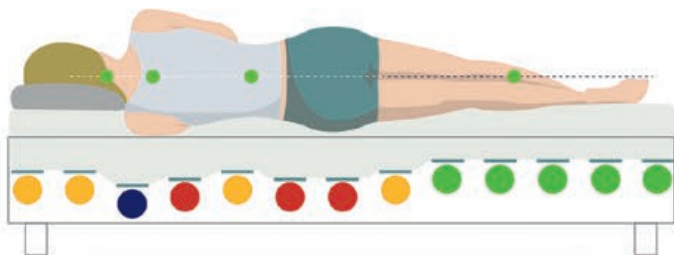
Goed en gezond slapen

Ook elke dag fit en vitaal wakker worden?

Boek jouw slaaptest



Wat is jouw SLAAP-DNA®?



Bekijk de  op morgana.nl voor meer info

Een goede slaaptoplossing bestaat uit 4 componenten; de **bedbodem**, het **matras**, een **hoofdkussen** en **dekbed**. Door deze 4 componenten aan te passen aan jouw **SLAAP-DNA®**, kunnen we de best persoonlijke slaaptoplossing samenstellen, geniet je optimaal van een goede nachtrust en wordt je elke dag fit en uitgerust wakker!

Doe de **gratis slaaptest** en ontdek in 8 minuten wat **10 jaar goed en gezond slapen** voor jou kan betekenen.



Dankzij onze jarenlange ervaring en onze unieke slaaptest zijn wij in staat u een persoonlijk en deskundig slaapadvies te geven. Daarbij nemen wij uw persoonlijke voorkeuren zoals slaaphouding, lichaamsbouw, eventuele aandoeningen en budget als uitgangspunt. Kortom, een persoonlijke slaaptoplossing die bij u past!

Team Morgana Doetinchem

Benieuwd wat onze klanten zeggen?

Kijk op www.morgana.nl/ervaringen voor reviews en ervaringen van onze klanten

Morgana Doetinchem
Doetinchemseweg 95
(Woonboulevard naast Auping Store)
0314 392 058
www.morgana.nl/doetinchem

 **morgana.nl**
Goed en gezond slapen

KRABBEN

orthopedische schoentechniek

Krabben orthopedische schoentechniek heeft zich gespecialiseerd in het oplossen van voetproblemen. Dit gebeurt op basis van orthopedische en medische kennis in combinatie met vakmanschap en moderne technieken.

Naast het verstrekken van voet- en schoenadvies leveren we onder andere:

- Steunzolen en Sport inlay's
- Aanpassingen en voorzieningen aan confectie schoeisel
- (Semi) Orthopedisch maatschoeisel
- Verband schoeisel
- Gecertificeerd veiligheidsschoeisel

U kunt voor een afspraak terecht bij:
Walter Krabben of Anne Marie Griffioen
Telefoon: 0544 377308

Kerkstraat 20, 7135 JL Harreveld
0544 377308 - info@krabbenost.nl - www.krabbenost.nl

Annemiek's Hoorstudio Uw zelfstandige audiciens

Onze locaties



Annemiek's Hoorstudio Doetinchem
De Veentjes 5
7001 DL Doetinchem
Tel. 0314 - 360 560

Annemiek's Hoorstudio Arnhem
Bakenbergseweg 72
6814 MK Arnhem
Tel. 026 - 351 16 12

info@anhd.nl
www.annemieks hoorstudio.nl

Persoonlijke aandacht



Goedendag, mijn naam is Annemiek de Rooij. We werken met een klein team waarbij u zelf kunt aangeven bij wie u wil komen. We geven graag een persoonlijk advies en zijn trots op ons werk.

Onze visie

Annemiek's Hoorstudio heeft als doel het vinden van de beste maatwerkoplossing. Niet alleen goede hoortoestellen maar ook alle aanverwante hulpmiddelen. Annemiek's Hoorstudio is een zelfstandig audicien voorzien van het Hoorprofs keurmerk. Dit betekent dat we aan de hoogste eisen van kwaliteit voldoen. Wij zijn merk onafhankelijk.



Waarom Annemiek's Hoorstudio

Gratis hoorfest & Hooradvies t/w €85,00

Geen wachttijden

Merkonafhankelijk & Zelfstandige audicien

Second opinion Expertise

Gespecialiseerd in Kinderen

Uw specialist voor kleine klachten of complexe problemen!

Advies- en behandelcentrum

AZORA

AZORA
Fysiotherapie

AZORA
Diëtetiek

Met zijn allen onder 1 dak voor:

- advies
- begeleiding
- behandeling
- training

COPD
Geriatric
Corona revalidatie
Chronisch pijn/moe
Oncologie
Parkinson
NAH
MS



AZORA
Ergotherapie

AZORA
Logopedie

Voor vragen of een afspraak, neem contact met ons op: Azora Advies- en behandelcentrum
Industrieweg 115, 7061 AP Terborg (De ingang bevindt zich aan de linkerzijde van Antonia)
0315 33 82 60 - abc@azora.nl - www.azora-abc.nl

‘Er is hier altijd aandacht en begrip’

Inloophuis Oude IJssel: voor mensen met kanker en hun naasten

In Doetinchem, vlakbij het stadhuis, staat Inloophuis Oude IJssel. Dit is een inloophuis voor mensen met kanker en hun naasten (ook voor kinderen).

Je kunt er terecht voor een luisterend oor, lotgenotencontact, een afleidende activiteit of gewoon een kopje koffie.

“Tijdens de ziekte van mijn man is het voor ons heel waardevol geweest dat er een inloophuis is. En ook voor onze kinderen”, zegt Tatjana Verbiest. Haar man is in 2019 overleden aan kanker. “De periode vanaf de diagnose tot aan zijn overlijden duurde zo’n vier jaar. Het was voor ons een heftige en intensieve tijd. Je wil niet altijd iedereen om je heen steeds maar belasten met je zorgen en je verdriet. Dan is het fijn dat er een inloophuis is. Daar kun je even op adem komen en je kunt er je verhaal kwijt.”

Gastvrouwen en coaches

Inloophuis Oude IJssel is gestart in 2015 en ontvangt jaarlijks een groot aantal bezoekers, zowel volwassenen als kinderen en jongeren. “Het is één van de 75 inloophuizen in Nederland die vallen onder de organisatie IPSO”, vertelt Lideke Simon, die samen met Hennie Jansen tijdelijk het management van het Inloophuis invult. “Wij bieden geen medisch zorg, maar psychische en sociale ondersteuning. Het Inloophuis is drie dagen per week open en op afspraak

(zie kader). Tijdens de openingstijden zijn er altijd geschoolde gastvrouwen aanwezig. Heeft iemand behoefte aan meer professionele begeleiding, dan kan er een afspraak worden gemaakt met één van onze coaches. Zij hebben een professionele achtergrond. Bijvoorbeeld medisch maatschappelijk werk, rouwverwerking of psychologische problematiek. Maar je kunt ook gewoon even een kopje koffie komen drinken, of meedoen aan één van de vele activiteiten zoals schilderen, bloemschikken of massage.” Kortom, het Inloophuis biedt een breed scala aan mogelijkheden. “Onze kinderen gingen hier graag naartoe”, herinnert Tatjana Verbiest zich. “Ik ben zelf ook regelmatig geweest en heb er veel steun aan gehad. Als naaste van iemand die kanker heeft, krijg je van je omgeving niet altijd het begrip waar je op dat moment behoefte aan hebt. In het Inloophuis vind je altijd aandacht en begrip.”

Snel op je gemak

De vrijwilligers van het Inloophuis weten en begrijpen dat er voor sommige mensen een drempel is om naar een inloophuis te gaan. “Dat horen we vaak terug en we zijn ons er ook van bewust. Maar we zien ook dat als iemand eenmaal de eerste keer is geweest, die drempel meestal wel weg is. Onze voordeur gaat automatisch open als je aan komt lopen. Eenmaal binnen word je meteen door een gastvrouw opgevangen. En natuurlijk hoef je niet direct je hele verhaal te vertellen. Onze gastvrouwen zorgen ervoor dat je je snel op je gemak voelt.”

Tatjana Verbiest beaamt dat. “Ik voelde me hier snel thuis. Je kunt je verhaal kwijt, maar je kunt hier ook naartoe gaan om wat gezelligheid en afleiding op te zoeken.” Lideke Simon sluit zich hierbij aan. “Zeker. Het is hier ook gewoon gezellig en er wordt ook gelachen.”



Vrijwilligers en sponsors

Inloophuis Oude IJssel wordt gerund door maar liefst zo’n tachtig vrijwilligers. Denk aan gastvrouwen, tuinmannen en diverse hulpverleners. Het Inloophuis wordt mogelijk gemaakt door sponsors en donaties. De artsen en verpleegkundigen van het Slingeland Ziekenhuis die zorg bieden aan mensen met kanker, maken patiënten en hun naasten graag attent op het Inloophuis.



De ontmoetingsruimte op de benedenverdieping. Daar zijn altijd gastvrouwen, die iedereen opvangen die binnenkomt.



Lideke Simon (links) en Tatjana Verbiest in de ruimte voor de jeugd op de zolder, genaamd 'Onder de Pannen'.



Praktische informatie

- * Inloophuis Oude IJssel is gevestigd aan de Plantenstraat 2 in Doetinchem (nabij stadhuis).
- * Geopend op dinsdag, woensdag en donderdag van 10.00 tot 16.00 uur (vrije inloop). En op afspraak.
- * Wekelijks activiteiten voor volwassenen.
- * Maandelijks activiteiten voor kinderen.
- * Meer informatie: www.inloophuisoudeijssel.nl

‘Ik heb mijn leven weer terug’

Vrouwen goed geholpen door hersteloperatie bij verzakking

Veel vrouwen, zowel jongere als oudere, hebben al jarenlang klachten door een verzakking in de onderbuik. “Dat is jammer, want er is vrij eenvoudig iets aan te doen”, zegt gynaecoloog Isabel Geerinckx. “Dat kan met een niet al te ingrijpende operatie. Met veel meer levenscomfort als resultaat.”



Een verzakking heet in medische termen prolaps. Isabel Geerinckx legt uit: “De meest voorkomende verzakking is die van de blaas. Deze drukt dan tegen de vaginawand. Dat geeft een vervelend, drukkend en vermoeid gevoel in het bekkengebied. Vrouwen met een verzakking kunnen hun blaas doorgaans moeilijk leeg plassen. Andere mogelijke klachten zijn ongemak bij het vrijen, ongewild urineverlies en steeds terugke-

rende blaasontstekingen. Ook de baarmoeder of de endeldarm kan verzakt zijn, met soortgelijke klachten.” Hoe ontstaat een verzakking? “De blaas, de baarmoeder en de endeldarm worden op hun plaats gehouden door spieren en bindweefsel. Verzakking ontstaat bijvoorbeeld door veroudering. Erfelijke aanleg kan ook een rol spelen. Andere oorzaken zijn onder meer zwaar lichamelijk werk met veel tillen, astma (met

veel hoesten), roken, en twee of meer bevallingen.” We richten ons in dit artikel op de verzakking van de blaas en de baarmoeder. Voor een verzakking van de endeldarm volgt de patiënt een ander traject.

Pessarium

Als de verzakking niet al te ernstig is, kan bekkenfysiotherapie helpen om de klachten te verminderen. “De verzakking gaat daarmee niet weg, maar de klachten worden minder”, zegt Isabel Geerinckx. “Echter, niet bij alle vrouwen geeft bekkenfysiotherapie voldoende resultaat. Zeker niet als het gaat om een ernstige verzakking. Een operatie kan dan de oplossing zijn.” Maar daarvóór zit nog een andere stap: “We plaatsen eerst een zogeheten pessarium, achter in de vagina. Dat is een ring van zacht materiaal. Dit gebeurt op de polikliniek. Het pessarium heft de verzakking op en geeft dus een vergelijkbaar effect als een operatie. De vrouw kan dan ervaren wat er gebeurt als de verzakking wordt opgeheven. Ze draagt dit pessarium zes weken, houdt voor één dag een plasdagboek bij en komt daarna terug op de polikliniek.”

Hersteloperatie

Geeft het pessarium verlichting, dan kiezen sommige vrouwen ervoor om het verzakkingsprobleem op te lossen met een pessarium. “Het pessarium wordt dan iedere drie tot zes maanden schoongemaakt. Sommige vrouwen doen dit zelf, andere gaan hiervoor naar de huisarts”, zegt Isabel Geerinckx. Patiënt en gynaecoloog kunnen ook samen besluiten tot een operatie. “Dit is een bekkenbodempoperatie. Deze worden gedaan door mijzelf of door collega-gynaecoloog Eveline Tepe. De operatie gebeurt via vaginale weg, dus er ontstaat geen buikwond. De verdoving is bij voorkeur een ruggenprik, maar de wijze van verdoving bepalen anesthesioloog en patiënt samen. Na de operatie volgen twee dagen opname. En de patiënt moet het daarna zes weken rustig aan doen.” Wat houdt de operatie precies in? “Meestal kiezen we voor de zogeheten sacrospinale fixatie”, legt Isabel Geerinckx uit. “De verzakte vaginatop of baarmoeder wordt dan blijvend vastgehecht aan het sacrospinale ligament. Dit is zeer sterk bindweefsel in het bekkengebied. Dit houdt de baarmoeder en de vaginatop op hun plaats. Vaak wordt deze sacrospinale fixatie in dezelfde operatie gecombineerd met het herstel van een blaaswandverzakking.”

Twee misverstanden

Isabel Geerinckx wil graag twee misverstanden uit de wereld helpen. “Vroeger werd bij soortgelijke operaties een ‘matje’ geplaatst. Door de vele bijwerkingen

en complicaties zijn die echter in een kwaad daglicht komen te staan. We gebruiken deze matjes niet meer bij vaginale chirurgie.”

Een ander misverstand is dat de baarmoeder moet worden verwijderd om de verzakking te verhelpen. “Dat is niet het geval. Sterker nog, de baarmoeder is omgeven door bind- een steunweefsel dat juist stevigheid biedt.”

Heeft u klachten die kunnen duiden op een verzakking? En wilt u er iets aan doen? Raadpleeg dan uw huisarts en vraag om een verwijzing naar de gynaecoloog.

➤ Begeleiding rond operatie

In de begeleiding van de patiënt rond de operatie is een belangrijke rol weggelegd voor continentie-verpleegkundige Dianne Plantinga. “Een goede begeleiding en duidelijke instructie zijn belangrijk bij deze operatie. Sommige patiënten kunnen de eerste tijd na de operatie hun blaas nog niet goed leegplassen. Die blaas moet wel leeg en dat kan met behulp van een patiëntvriendelijke katheter. Ik geef de patiënt hierover uitleg en instructie. Het leegplassen gaat na verloop van tijd steeds beter en uiteindelijk is de katheter niet meer nodig.” Dianne Plantinga kan onderstrepen dat een operatie vrouwen levenscomfort geeft. “Sommige vrouwen hebben zoveel last van hun verzakking, dat ze er bijna niet meer op uit gaan. ‘Ik heb mijn leven weer terug’, heb ik al meerdere vrouwen horen zeggen na de operatie.”

Continentie-
verpleegkundige
Dianne Plantinga



94 jaar en twee nieuwe knieën

Mevrouw Brom-Verbeet: 'Ik ben heel blij dat ik dit gedaan heb'

Patiënten ouder dan negentig jaar zijn vaak te kwetsbaar om nog een grote operatie te ondergaan, zoals het plaatsen van een knieprothese. Maar de inmiddels 94-jarige mevrouw Thea Brom-Verbeet bleek nog zo sterk en gezond, dat orthopedisch chirurg Dirk Jan Wever het aandurfde. Wel na onderzoek door de klinisch geriater en de anesthesioloog. De operaties gingen goed en mevrouw Brom is bijzonder blij met haar knieprotheses.

"Ik ga weer iedere middag een eindje wandelen. Mijn burens kijken daar vol verbazing en bewondering naar. En dat zeggen ze ook."

Dat mevrouw Brom nog één brok levenslust is, straalt er aan alle kanten van af. Ze woont in een appartement in Lobith en is nog in hoge mate zelfstandig. Ook is mevrouw Brom bijzonder ondernemend en gaat ze graag naar buiten voor een wandeling. Maar dat werd in de loop der jaren steeds moeilijker. "Ik heb artrose in mijn knieën. Dat begon al toen ik in de vijftig was. Toen ik in de tachtig was, begon het echt pijn te doen. Mijn huisarts adviseerde me om de pijn te onderdrukken met paracetamol. Daarmee hield ik het een tijdje vol. Maar op een gegeven moment was ik er helemaal klaar mee. Ik vroeg mijn huisarts om een verwijzing. Zo kwam ik bij dokter Wever terecht."

Erg pijnlijk

"De knieën van mevrouw Brom bleken sterk versleten", herinnert Dirk Jan Wever zich. "Er was zelfs al iets van het bot af. Dat dit erg pijnlijk voor haar was, was overduidelijk. De slijtage was zo vergevorderd, dat mevrouw Brom O-benen had. Dé oplossing is dan het plaatsen van knieprotheses. Maar ja, mevrouw Brom was al wel de negentig gepasseerd toen ze bij me kwam."

Hoe dan ook, mevrouw Brom had de uitdrukkelijke wens om knieprotheses te krijgen. "Anders was ik voorbestemd om in een rolstoel terecht te komen. Dat wilde ik absoluut niet. En ik wilde ook van de pijn af."

Dirk Jan Wever snapte deze wens heel goed. "Echter, vaak zijn mensen ouder dan negentig jaar te kwetsbaar om zo'n operatie te ondergaan. En in het geval van mevrouw Brom zouden het twee operaties worden, want het ging om beide knieën. Maar mevrouw Brom maakte een sterke en gezonde indruk op me, waardoor opereren toch misschien mogelijk en verantwoord leek."

Laatste twijfels weg

Voor de zekerheid raadpleegde Dirk Jan Wever hierover de klinisch geriater en de anesthesioloog. Die onderzochten mevrouw Brom en kwamen beiden tot de bevinding dat zij de operatie leek aan te kunnen.



Thea Brom



Orthopedisch chirurg Dirk Jan Wever (midden) tijdens een operatie waarbij een knieprothese wordt geplaatst. De OK-assistenten zijn Monique Lansink (links) en Alja Buseman.



Orthopedisch chirurg
Dirk Jan Wever >>

“Dat haalde mijn laatste twijfels weg. Hoewel ik het wel spannend bleef vinden”, vertelt Dirk Jan Wever. Maar een operatie is nooit zonder risico, zeker voor een patiënt op leeftijd. “Dokter Wever heeft met mij de risico’s doorgenomen”, vertelt mevrouw Brom. “Die begreep ik en ze waren voor mij aanvaardbaar. Ik bleef ervan overtuigd dat ik die protheses wilde. Bovendien werd de pijn steeds erger.”

Als iemand twee knie- of heupprothesen moet krijgen, worden deze nooit tegelijk gedaan. “Zo’n operatie is dan te groot en het bemoeilijkt de revalidatie na de operatie”, legt Dirk Jan Wever uit.

De eerste operatie voor mevrouw Brom was in juli 2020. Die doorstond ze uitstekend en ook het resultaat stemde tot grote tevredenheid. “Het liefst wilde ik de tweede operatie zo gauw mogelijk. Maar vanwege de coronacrisis duurde dat langer en kon die pas in juni 2021 plaatsvinden.” En ook deze operatie pakte goed uit.

Snel herstel

Bij de tweede operatie was mevrouw Brom bijna 94 jaar. “Dat is voor mij echt een record”, zegt Dirk Jan Wever. “Mevrouw Brom is de oudste patiënt die ik ooit geopereerd heb voor het plaatsen van een prothese. Maar beide operaties zijn goed uitgekapt. En ook het snelle herstel van mevrouw Brom heeft mij verbaasd. Ze herstelde sneller dan menig patiënt die jonger is.” Mevrouw Brom kijkt met een goed gevoel terug op hoe het allemaal gegaan is. “Ik wil graag nog een tijdje mee, want ik geniet nog van het leven. Maar dan wel zonder pijn en met voldoende bewegingsvrijheid. Ik ben heel blij dat ik dit gedaan heb.”

Vasculitis: ontsteking van de

Vaak een moeilijke diagnose, met een langdurige behandeling

Vasculitis is een ontsteking van de bloedvatwand. De klachten die dit geeft, zijn niet altijd even gemakkelijk te herleiden tot deze vrij zeldzame ziekten. Dit maakt de diagnose soms lastig. Voor een groot deel van de patiënten heeft de ziekte een chronisch karakter. Maar met medicatie is vasculitis doorgaans goed te behandelen. Internist Job Huussen vertelt erover.

Vasculitis is, net als bijvoorbeeld reuma, een zogeheten auto-immuunziekte. Daarbij keert het afweersysteem zich tegen het eigen lichaam, wat ontstekingsreacties geeft. "Waarschijnlijk wordt dit ziekteproces in gang gezet door een virus of bacterie", vertelt Job Huussen. "Erfelijke (genetische) aanleg lijkt een rol te spelen, maar de ziekte laat zich niet voorspellen op basis van genetische informatie. Vasculitis komt meer voor bij vrouwen dan bij mannen. We weten ook dat roken het risico op vasculitis vergroot."

Diagnose

Er zijn drie soorten vasculitis: van de grote, de middelgrote en de kleine bloedvaten (zie kader). De klachten kunnen heel divers zijn en zijn mede afhankelijk van de plaats waar de vasculitis zich voordoet.

"Vasculitis is een vrij zeldzame ziekte, die bovendien vaak niet snel wordt herkend", zegt Job Huussen. Je moet als arts deze ziekte regelmatig tegenkomen om hem snel te kunnen herkennen. De meeste patiënten komen terecht bij de internist of de reumatoloog."

Hoe wordt de diagnose gesteld? "Belangrijke hulpmiddelen daarbij zijn de PET-scan en



Met een PET-scan kan vasculitis zichtbaar worden gemaakt, doordat de aangetaste bloedvaten donker kleuren. Op deze PET-scan zijn de aorta en de vertakkingen door vasculitis aangetast.

het biopt. Een PET-scan (zie foto) maakt de bloedvaten waarvan de wand ontstoken is zichtbaar. Bij een biopt wordt een stukje weefsel weggenomen voor onderzoek. Ook is er de zogeheten ANCA-test. Dat is een specifiek bloedonderzoek waarmee bepaalde vormen van vasculitis zijn aan te tonen."

Behandeling

Gelukkig is vasculitis over het algemeen goed te behandelen. Voor sommige patiënten volstaat een eenmalige behandeling van twee jaar, waarna de ziekte niet meer terugkomt. Voor de anderen is vasculitis een meer chronische ziekte die, net als bijvoorbeeld reuma, van tijd tot tijd kan opvlammen. Deze patiënten hebben blijvend medicatie nodig.



bloedvatwand

Daarbij gaat het onder meer om diverse vormen van ontstekingsremmende medicatie. “Wat bijdraagt, is een leefstijl die goed is voor je bloedvaten en je bloeddruk”, merkt Job Huussen op. “Zoals niet roken, voldoende bewegen, een gezond gewicht en niet te veel zout eten.”

Expertise Centrum

Omdat de ziekte vrij zeldzaam is, is er weinig wetenschappelijk onderzoek beschikbaar voor het kiezen van de meest effectieve behandeling. “Er is geen standaard behandeling die voor alle vasculitis-patiënten even goed werkt”, legt Job Huussen uit. “Als arts kies je, uiteraard in overleg met de patiënt, een behandeling op basis van je eigen ervaringen en die van collega-artsen. In Groningen zit het Vasculitis Expertise Centrum, waar ik als arts altijd terecht kan voor informatie en advies. Daar maak ik graag en regelmatig gebruik van. Ik vertel patiënten ook over dit centrum en soms willen patiënten daar naartoe voor een second opinion. Ik steun patiënten daarin.”

Waar Job Huussen patiënten ook op attendeert, is de Vasculitis Stichting. “Deze stichting is actief in het voorzien van betrouwbare en actuele informatie aan patiënten. Ik merk aan meerdere van mijn vasculitis-patiënten dat zij daar veel informatie vandaan halen. Dat kan ik als arts alleen maar toejuichen.”



*Internist Job Huussen:
“Je moet als arts
de ziekte vasculitis
regelmatig tegenkomen
om hem snel te kunnen
herkennen.”*

➤ Drie soorten vasculitis

Er zijn drie soorten vasculitis: van de grote, de middelgrote en de kleine bloedvaten.

Grote bloedvaten

Vasculitis van de grote bloedvaten komt het meest voor. “Dat betreft de aorta (de levensslagader) en de grote aftakkingen daarvan in de benen, de armen en het hoofd. Deze ontsteking geeft klachten als koorts, nachtzweeten en gewichtsverlies. Bij vasculitis in de benen krijgt de patiënt soortgelijke klachten als patiënten met zogeheten etalagebenen.”

Dit zijn pijnlijke benen als gevolg van een slechte doorbloeding. “Die pijnklachten verergeren bij inspanning, want bij inspanning vragen de spieren meer zuurstof. Door de slechte doorbloeding ontstaat zuurstoftekort in de spieren, met pijn als gevolg. Bij vasculitis is de wand van het bloedvat ontstoken, waardoor de doorbloeding slechter is.

En bij vasculitis in het hoofd? “Hierbij is de wand van de slagader ontstoken die langs de zijkant van het hoofd loopt. Dit geeft hoofdpijn, uitval van het gezichtsveld en pijn in de kauwspieren, doordat die te weinig zuurstof krijgen.”

Middelgrote bloedvaten

Vasculitis van de middelgrote bloedvaten komt minder vaak voor. Deze vorm van vasculitis tast de bloedvaten in bijvoorbeeld de nieren, de huid en de darmen aan. De klachten komen deels overeen met vasculitis in de grote bloedvaten, zoals nachtzweeten en gewichtsverlies. Een specifieke klacht is buikpijn.

Kleine bloedvaten

En dan is er nog vasculitis van de kleine bloedvaten. Daarbij gaat het om de microscopisch kleine haarvaatjes. Hierbij zijn vaak verschillende orgaansystemen tegelijk betrokken, zoals het keel-neus-oor-gebied, de lage luchtwegen en de nieren.

Veel varianten

“Vasculitis kent veel varianten”, legt Job Huussen uit. “De klachten zijn divers en zijn mede afhankelijk van de plaats waar de vasculitis zit. De klachten die we hier noemen, zijn maar een kleine greep van de mogelijke klachten. Sommige vormen van vasculitis hebben een specifieke naam. Bijvoorbeeld Granulomatose met PolyAngiitis (werd voorheen de ziekte van Wegener genoemd).”

SAMEN WERKEN AAN UW GEZONDHEID.



GGNet

www.ggnet.nl | info@ggnet.nl

Psychiater Bouke Overdorp over samenwerken in het ziekenhuis

“Samen werken we aan uw gezondheid”

Een man, diabetespatiënt, kwam met lichamelijke klachten in het ziekenhuis. Dit was helaas niet de eerste keer. De artsen in het ziekenhuis maakten zich zorgen, zij behandelen zijn lichamelijke klachten. Dat is in dit geval niet genoeg! Wij startten de behandeling al tijdens zijn ziekenhuisopname. Met als doel dat deze meneer weer zelf in staat is zijn leven te structureren. Hierdoor lukt het hem weer om controle te krijgen over de diabetes en een nieuwe ontregeling te voorkomen. Zo werken wij er samen aan om zowel de lichamelijke als mentale gezondheid van deze meneer te verbeteren zodat de kans groot is dat hij niet opnieuw opgenomen hoeft te worden in het ziekenhuis”, vertelt Bouke Overdorp, psychiater ouderen van GGNet.

Wij werken samen met de artsen van het Slingeland Ziekenhuis. Dat doen wij omdat wij geloven dat lichamelijke zorg alleen niet altijd genoeg is, mentale gezondheid is belangrijk en verdient dezelfde aandacht. Daarom zitten we dichtbij, in hetzelfde gebouw. Op deze manier kunnen wij makkelijk bij patiënten in het ziekenhuis op bezoek voor een gesprek én is behandeling dichtbij.



(Samen omgaan met kanker)



Samen omgaan met kanker!

Daar staat het Inloophuis Oude IJssel in Doetinchem voor!

Iedereen in de regio die met kanker te maken heeft, kan er terecht voor een luisterend oor; een lotgenotencontact of voor een afleidende activiteit.

Kanker zet je wereld op zijn kop. Goed geschoolde gastvrouwen; raadslieden en docenten zetten zich vrijwillig in om die wereld weer een beetje op z'n pootjes te krijgen.

Loop gewoon eens binnen.

Plantenstraat 2 | 7001EZ Doetinchem
T (0314) 646024 | www.inloophuisoudeijssel.nl



Roessingh
Revalidatie Techniek



Onderdeel van mijn leven

ORTHESEN
 PROTHESEN
 MAMMACARE
 ELASTISCHE KOUSEN
 ORTHOPEDISCHE SCHOENEN

Kies ook een schoen met uw persoonlijke touch bij RRT!

Fabriekstraat 14
 7005 AR Doetinchem
 T 088 999 0 777
www.rrt.nl

Monique Kleinmeulman
 Klant van RRT

Roessingh Revalidatie Techniek is erkend producent en leverancier van orthopedische hulpmiddelen en revalidatie-artikelen.

SCHMIDT MEDICA

ALTIJD BIJ U IN DE BUURT



Ook in de omgeving Doetinchem meten wij uw elastische kousen aan. In samenwerking met de specialisten van het Slingeland ziekenhuis, zorgen wij voor de beste behandeling van uw klachten.

Schmidt Medica heeft elke dinsdag spreekuur op de hoofdlocatie van het Slingeland Ziekenhuis en op donderdag aan de Gezellenlaan op de polikliniek Dermatologie. Indien medisch noodzakelijk, is het ook mogelijk bij u aan huis te komen.

Voor het maken van een afspraak of voor vragen kunt u elke werkdag tussen 09.00 uur en 17.30 uur telefonisch contact met ons opnemen via **088 00 47 470**.

Elastische kousen
Circ-aid & Juxtafit
Compressiekleding
Aantrek hulpmiddelen

contracten met alle verzekeraars

schmidtmedica

☎ 088 00 47 470
 ✉ info@schmidtmedica.nl
 📞 06 30 835 335
 🌐 schmidtmedica.nl

De helende kracht van muziek voor,

Patiënten ervaren minder stress en angst als ze rondom een operatie naar muziek luisteren. Bovendien hebben ze minder pijnstilling nodig. Maar niet alleen patiënten hebben baat bij muziek. Ook chirurgen presteren beter als zij tijdens de operatie naar muziek luisteren.

Prof. dr. Hans Jeekel, voormalig hoofd van de afdeling chirurgie in het Erasmus Medisch Centrum, onderzocht de helende werking van muziek onder patiënten. Jaren geleden al publiceerde medisch vakblad *The British Journal of Surgery* dat chirurgen beter presteren als zij tijdens een operatie naar muziek luisteren. Vijf chirurgen van de vakgroep chirurgie praten over de ontspannende werking van muziek die ze tijdens het opereren ervaren. Daarnaast zijn ze in hun vrije tijd graag actief bezig met muziek.

Betekenisvolle Muziek in de Zorg

Vaatchirurg Dick Scharn was als voorzitter van de Congrescommissie van de Nederlandse Vereniging voor Heelkunde getuige van het project Betekenisvolle Muziek in de Zorg (Mimic) vanuit het University Medical Center Groningen (UMCG) en de Hanzehogeschool. "Voorafgaand aan een operatie werd de invloed van live muziek bij patiënten onderzocht", vertelt hij. "Het effect was immens: het levert een bijzondere bijdrage aan het welzijn van de patiënt, maar ook aan dat van de specialist! Ik vind het erg fijn om muziek te luisteren tijdens mijn werk op de operatiekamer. Wel is het prettig dat de muziek past bij de operatie en het concentratieniveau."

Chirurg-oncoloog Ton van Engelenburg vult aan dat de soort muziek die bijdraagt aan een goede prestatie gerelateerd is aan de muzieksmaak van de chirurg. "Dat bleek uit de publicatie van ons eerder genoemde vakblad. Een liefhebber van hardrock presteert het beste wanneer er stevige hardrock uit de speakers komt", vertelt hij. "Waarbij je natuurlijk wel rekening moet houden met de muzieksmaak van de rest van het operatieteam."

Ook chirurg Bas Wiering vindt ontspanning én concentratie in muziek tijdens het opereren, net als zijn collega's vaatchirurg Susan Lemson en traumachirurg Erik Staal. "Vooral tijdens minder grote chirurgische ingrepen is rustige muziek op de achtergrond vaak wel prettig. Veel patiënten die plaatselijk verdoofd zijn, waarden dat ook. Het creëert vaak een iets meer ontspannen sfeer." Dat kan gewoon Q-music of Radio 10 zijn, vindt Susan Lemson.

Van favoriete serie tot popconcert

Momenteel loopt er in Rotterdam een promotie-onderzoek naar de pijnstillende werking van muziek. Mensen die voor, tijdens en na ingrepen naar hun favoriete muziek luisteren, hebben minder pijnstillende medicatie nodig. Pijn is een lichamelijke prikkel waarvan de beleving door allerlei factoren wordt beïnvloed. "Afleiden helpt. Daar geloof ik zeker in. Muziek is daarbij één van de vele mogelijkheden", zegt Susan Lemson. "Voor de nieuwbouw zouden we kunnen nadenken over bijvoorbeeld flatscreens in het plafond van de poliklinische operatiekamers. Mensen kunnen dan tijdens ingrepen hun favoriete serie kijken of een mooi popconcert zien. Tijdens ingrepen met plaatselijke verdoving of een ruggenprik vragen we nu al aan patiënten die wakker willen blijven wat ze willen horen. Laatst zei een 70-plusser: Doe maar Rammstein!" En er is nog een aspect van het luisteren naar muziek, zoals Erik Staal het verwoordt: "Mensen kunnen kracht putten uit muziek of erdoor geïnspireerd, bemoedigd of getroost worden."

Goede afstemming en balans

"Zowel voor opereren als voor musiceren geldt: oefening baart kunst. Het beoefenen van ons vak en het bespelen van een instrument vereist een goede beheersing van de fijne motoriek. Tijdens een operatie is het bovendien van belang om goed naar elkaar te luisteren, net als bij het spelen in een band. Ook dat vraagt afstemming en balans om tot het beste en mooiste resultaat te komen. In combinatie met improvisatietalent en creativiteit. Daar ligt wel een sterke overeenkomst", vinden de chirurgen.



Liefde voor muziek

De chirurgen kregen de liefde voor muziek van huis uit mee. In hun vrije tijd hebben ze veel plezier in het maken van muziek.

tijdens en na een operatie



Bas Wiering, gitaar:

"Alle emoties komen voorbij: van blijheid tot verdriet. Muziek neemt je mee naar een andere plek of tijd."

Susan Lemson, saxofoon:

"In mijn geval kan ik via de saxofoon letterlijk stoom afblazen. Het geeft me totale ontspanning."

Dick Scharn, contrabas:

"Musiceren, met anderen iets creëren, dat vind ik uiteindelijk toch het mooiste."

Erik Staal, drums:

"Je kunt veel uitdrukken in muziek, vooral emotie, dat is misschien nog wel het belangrijkste."

Ton van Engelenburg, gitaar:

"Ook tijdens de coronacrisis heb ik muziek gemaakt met LogicPro, een computerprogramma waarmee je een complete thuisstudio creëert en muzikale producties kunt maken."



Slingeland Ziekenhuis heeft vernieuwde

➤ **Sinds begin november heeft het Slingeland Ziekenhuis een compleet vernieuwde website. De 'look' is gemoderniseerd, de indeling is logischer en op de achtergrond zijn er technische zaken veranderd. Op deze pagina's een impressie. Bekijk het resultaat op [slingeland.nl](https://www.slingeland.nl).**

Wellicht bent u onlangs op de website (<https://www.slingeland.nl>) geweest en heeft u bemerkt dat de website vernieuwd is. Gezien de omvang van de website, zult u ongetwijfeld begrijpen dat dit een grootscheepse operatie is geweest. Er moeten nog wel enkele slagen worden gemaakt. Zo bevinden de kenniscentra zich nog in de 'oude' omgeving. Die worden de komende tijd verhuisd naar de nieuwe omgeving. Een kenniscentrum is een onderdeel van de website dat uitgebreide informatie biedt over één specifiek medisch gebied. Bijvoorbeeld kindergeneeskunde of een bepaalde ziekte. De kenniscentra zijn door de artsen van het Slingeland Ziekenhuis zelf samengesteld, om daarmee betrouwbare medische informatie beschikbaar te stellen.

De zoekfunctie neemt nu een centrale plaats in op de Homepagina en deze functie is tevens verbeterd: zo worden nu ook de folders van het Slingeland gevonden. En ook de plattegronden van de route in het ziekenhuis en bloedafnamelocaties. We bekijken of we tevens de vacatures via werkenbij.slingeland.nl kunnen tonen.

Veiligheid en wetgeving

De gemiddelde levensduur van een website is zo'n vier à vijf jaar. Die was bij het Slingeland Ziekenhuis ruimschoots overschreden. Dus werd het hoog tijd voor een website met een modernere uitstraling. Er worden in de vormgeving beelden van mensen gebruikt die aansluiten bij onderwerpen die passen

bij het Slingeland Ziekenhuis, zoals betrokkenheid, verbinding, vitaliteit, gezondheid en actief leven. Ook de veiligheid van de website is aangescherpt. De eisen die hieraan worden gesteld zijn hoog en dit onderwerp krijgt doorlopend de aandacht. Door de website naar een geheel nieuwe omgeving te verplaatsen, is de veiligheid ook vergroot. Dat geldt ook voor de snelheid en de betrouwbaarheid.

Toegankelijkheid

Er is meer aandacht besteed aan de digitale toegankelijkheid van de website voor alle gebruikers, dus bijvoorbeeld ook voor mensen met een beperking. Vanuit de overheid worden er eisen gesteld aan onder meer organisaties in de gezondheidszorg ten aanzien van deze toegankelijkheid. Dat zijn de zogeheten Web Content Accessibility Guidelines (WCAG).

In onze samenleving kun je bijna niet meer zonder het internet en computers. Mensen met een beperking moeten ook mee kunnen doen. Daarom is digitale toegankelijkheid belangrijk, ook voor onze website. Zo zijn de kleuren in het ontwerp zo gekozen dat er voldoende contrast is, zodat mensen met een visuele handicap de teksten goed kunnen lezen. Ook het kunnen vergroten van de letters en duidelijke koppen en titels horen daarbij.

Andere technische veranderingen hebben bijvoorbeeld te maken een duidelijke navigatiestructuur, de mogelijkheid om met voorleessoftware bepaalde delen over te slaan, de beschrijving van afbeeldingen, het gebruik van filmpjes met ondertiteling, en het zoveel mogelijk vermijden van pdf-bestanden en tabellen.





Home
Mijn Slingeland
Werken bij
Contact
AA

Slingeland Ziekenhuis

Patiënt >
Bezoek & locatie >
Over Slingeland >
Verwijzer >
🔍

Waar bent u naar op zoek?

Zoeken

Website Slingeland.nl vernieuwd

Nieuws

- Website Slingeland.nl vernieuwd >
- Uitbraak norovirus onder controle >
- Extra bedden voor coronazorg >
- Derde coronavaccinatie voor patiënten met een ernstige afweerstoornis >
- Exposities in oktober en november in het Slingeland >

Direct naar

- Babywatch >
- Bloedafname >
- Stuur een kaart >
- Routenummers >
- Bezoektijden >

Naar het ziekenhuis? Doe de Coronacheck!

Klik hier >

Maatregelen i.v.m. het Coronavirus

Lees ze hier >

Betere zorg begint met een goed gesprek

Wij vinden het belangrijk dat u meedenkt en meespraakt over uw zorg. Een goed gesprek tussen u en uw arts is daarom belangrijk.

Meer informatie >

Vacatures

- Netwerccoördinator Netwerk Ouderen en Veerkracht Achterhoek
- Medewerker schoonmaak
- Teammanager afdeling Klinische Chemie
- Radiologisch assistent / Doktersassistent
- Teammanager Hospitality

Bekijk alle vacatures >

De Beweegmakelaar; advies op maat om verantwoord te bewegen

Fit zijn en sporten is voor iedereen belangrijk, maar niet voor iedereen vanzelfsprekend.

Voor (chronisch)zieken of mensen met een beperking is het soms lastig om te bepalen wat aan beweging mogelijk is. Een zorgverlener kan iemand dan verwijzen naar de beweegmakelaar.

Lees meer >



Maaltijdservice Rijn en IJssel

Is zelf koken niet meer mogelijk of lastig?

Wat als er door ziekte, na een ziekenhuisopname of andere omstandigheden er een (tijdelijke) situatie ontstaat dat zelf koken of boodschappen doen niet meer goed mogelijk is?

Dan is het goed om te weten dat er alternatieven zijn.

De vrijwilligers van Stichting Maaltijdservice Rijn en IJssel bezorgen uw koelversmaaltijden graag bij u aan huis. U heeft een ruime keuze uit soepen, salades, nagerechten en 75 maaltijden inclusief zoutarme, gemalen en gluten- & lactosevrije maaltijden. U bereidt de maaltijden eenvoudig in de magnetron (gratis in bruikleen).



Maak direct kennis en bestel een proefpakket u ontvangt dan 5 maaltijden voor € 19,15.

Bel: 0314 – 32 32 32 of ga naar onze website

www.maaltijdservicerijnenijssel.nl

55+ en werkloos?
We horen graag úw verhaal of ideeën!



De OuderenOmbudsman:
0900 - 60 80 100 (5 cent/min.)
www.ouderenombudsman.nl



**OUDEREN
OMBUDSMAN**



VZ GROOT BIJSTERVELT



WONEN MET ZORG EN TIJDELIJK VERBLIJF

Valuas Groot Bijstervelt biedt hoogwaardige zorg en service aan ouderen als thuis wonen niet meer gaat.

28 appartementen voor wonen met 24-uurs zorg

35 zorghotelkamers voor tijdelijk verblijf en herstelzorg

Ervaar hoge kwaliteit zorg in een groene en ruimtelijke omgeving

Heeft u interesse om bij ons te wonen of werken? Neem dan contact met ons op voor meer informatie via **info@valuaszorggroep.nl** of bel **+31(0)499 725 500**

Valuas Groot Bijstervelt is onderdeel van **Valuas Zorggroep**



Buikpijnpoli

SPECIALISTISCHE BUIKPIJNZORG



Heeft u (on)verklaarbare buikklachten?

- Multidisciplinair paramedisch team
- Advies en behandelplan op maat
- Alleen via verwijzing medisch specialist en- of huisarts

www.buikpijnpoli.eu

Buikpijnpoli Achterhoek
Zegendijk 3B | 7136 LS Zieuwent
T. 0544 - 793001

Buikpijnpoli Twente
Blankenburgerstraat 37 | 7481 EA Haaksbergen
T. 053 - 7920016



oude ijssel
A P O T H E E K

Poliklinische apotheek en dienstapotheek

Deze apotheek bevindt zich in het TEC-gebouw van het Slingeland Ziekenhuis, boven de Huisartsenpost. Apotheek Oude IJssel is overdag een poliklinische apotheek en gedurende de avond, nacht en weekenden is deze apotheek de dienstapotheek voor de regio Doetinchem en omstreken. U kunt er ook te allen tijde terecht voor zelfzorgmiddelen zonder recept.

Poliklinische apotheek 08.00-17.30 uur

Bij de poliklinische apotheek kunt u terecht met recepten afkomstig van de specialist na een polikliniek bezoek, van de verpleegafdeling na een ontslag uit het ziekenhuis en van de huisarts.

Dienstapotheek 17.30-08.00 uur

Buiten de openingstijden van de andere apotheken kunt u bij de apotheek Oude IJssel terecht met uw recept van de huisartsenpost of van uw huisarts.

Kruisbergseweg 27 7009 BL Doetinchem Tel: 0314-363475 E-mail: oudeijssel@ezorg.nl



De Gelderse Pruikenmaker

- Meer dan 25 jaar ervaring
- Behandeling in privéruimte
- Onzichtbare haarstukken, geheel aan te passen aan uw eigen haar
- Complete vergoeding zorgverzekeraar

Bel 0314-354321 voor
GRATIS informatie
en vrijblijvend advies



“Gewoon jezelf kunnen zijn”

DE STAP NAAR HET DRAGEN VAN EEN PRUIK BIJ HAARVERLIES IS GROOT. De Gelderse Pruikenmaker erkent de ingrijpende, emotionele situatie en neemt de tijd voor klanten.

“Veel mensen worden onzeker als ze hun haar verliezen. Met goed haarwerk probeer ik hen een stukje zelfvertrouwen terug te geven. Dat begint met goed te luisteren naar iemands verhaal en te kijken naar iemands stijl, leeftijd en persoonlijkheid. Daarbij streef ik ernaar om iemand met een pruik er zo mooi en natuurlijk mogelijk uit te laten zien. Ik help u graag”, *Hans Houwer.*



**DE GELDERSE
PRUIKENMAKER**
ONDERDEEL VAN MARDI KAPPERS

professioneel en persoonlijk

Houtkampstraat 33, 7001 ED Doetinchem
E-mail info@mardikappers.nl
www.degeldersepruikenmaker.nl