

Slingeland

magazine

Neem
gratis
mee!



Mobiel medisch team
Muziek tijdens operatie
'Walking epidural' bij bevalling

JULI 2022 - NUMMER 22/2



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 zorg thuis, 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,

De zorg voor onze patiënten strekt veel verder dan alleen puur medische zorg. Enkele artikelen in dit Slingeland Magazine illustreren dit. Zo kunnen patiënten die een operatie ondergaan, naar hun favoriete muziek luisteren. Dat kan voor, tijdens en na de operatie. Onderzoek heeft aangetoond dat dit een kalmerende werking heeft en dat dit ook een positief effect heeft op het herstel na de operatie.

Wie opgenomen is in het Slingeland Ziekenhuis, krijgt sinds kort halverwege de ochtend en middag een gezond en smakelijk tussendoortje aangeboden. Pruuveri'j, noemen we dat. Het biedt niet alleen een aangename onderbreking, maar gezond en voldoende eten draagt ook bij aan herstel.

Dat geldt ook voor de pas ingerichte Graafschapkamer op de Kinderafdeling. Een kamer waarin je je als kind helemaal in het stadion van voetbalclub De Graafschap waant.

Uiteraard vindt u ook medische onderwerpen in dit Slingeland Magazine. Deze editie verschijnt aan het begin van de zomer. Hopelijk wordt het een mooie, zonnige zomer. Maar wees voorzichtig met de zon en voorkom huidkanker. Lees hierover in dit Slingeland Magazine.

Ook vindt u interessante artikelen over bijvoorbeeld de gescheurde meniscus, ogen en gezondheid, en de pijnstillende ruggenprik voor vrouwen die bevallen.

We wensen u veel leesplezier.

de redactie van Slingeland Magazine



'In het voetbalstadion'

De Kinderafdeling heeft nu een Graafschapkamer



04

Huidkanker en zon

Explosieve toename huidkanker, zon belangrijkste oorzaak



22

Muziek bij operatie

Kalmerende werking, minder medicatie nodig

06 Gescheurde meniscus: lang niet altijd opereren

08 De crew achter het Mobiel Medisch Team

12 Pruuveri'j: smakelijke en gezonde tussendoortjes

14 Stichting Vrienden van het Slingeland Ziekenhuis

16 Ziektes elders in het lichaam die oogproblemen kunnen geven

18 'Walking epidural' bij bevalling

28 Triagewijzer verloskunde geïntroduceerd

Colofon

Slingeland Magazine wordt vier maal per jaar uitgegeven.

Eindredactie

Saskia Steenberghe (PR-functionaris)

Redactie

Laura Scholten (communicatieadviseur)
Martine Schouten (adviseur patiënten-communicatie)
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

Opplage 5.000

Bladmanager & advertentieverkoop

Digna Schoonen
T 06 44 20 99 10

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

Zonlicht is grootste oorzaak

Aantal gevallen van huidkanker neemt explosief toe

De laatste decennia is het aantal gevallen van huidkanker in Nederland explosief gestegen. Huidkanker is inmiddels zelfs de meest voorkomende kankersoort. Blootstelling aan zonlicht is de belangrijkste oorzaak van deze ziekte. Dermatoloog Rob Veenhuis geeft uitleg.

“De ziekte huidkanker neemt epidemische vormen aan. Zo is in Nederland in 2021 bij ruim 82.000 mensen huidkanker vastgesteld”, zegt Rob Veenhuis. “Je ziet het vooral bij vijftig-plussers, die vroeger niet of nauwelijks zonnebrandcrème hebben gebruikt en veel in de zon hebben gezeten of gewerkt. De relatie tussen

zonlicht en huidkanker was destijds niet zo bekend. Toch zien we ook bij de jongere generaties huidkanker fors toenemen. Een mogelijke verklaring is dat de lucht tegenwoordig schoner is en minder fijnstof en andere deeltjes bevat, die het zonlicht filteren. Ook het gebruik van de zonnebank speelt een rol.”



Dermatoloog Rob Veenhuis: “Gebruind zijn door de zon werd jarenlang gezien als teken van gezondheid. Inmiddels weten we wat de keerzijde daarvan is.”

huidkanker

Zonlicht bevat ultraviolet (UV) licht. Dat is licht waardoor we bruin worden, verbranden en dat huidcellen kan beschadigen. "Het lichaam kan beschadigde cellen repareren, maar dat lukt niet altijd. Een beschadigde cel kan zich dan ontwikkelen tot een tumor, als gevolg van ongeremde celdeling. Het gevaar van kankercellen is dat ze zich via de bloedvaten en lymfebanen kunnen verspreiden door het lichaam en daardoor uitzaaiingen kunnen veroorzaken, bijvoorbeeld in organen."

Soorten huidkanker

De drie meest voorkomende soorten huidkanker zijn basaalcelcarcinoom, plaveiselcelcarcinoom en melanoom. "Met 70 à 75 procent is basaalcelcarcinoom verreweg de meest voorkomende huidkanker", vertelt Rob Veenhuis. "Nu is het zo dat een basaalcelcarcinoom vrijwel nooit uitzaait. Maar basaalcelcarcinoom en plaveiselcelcarcinoom kunnen wel ernstige beschadigingen van de huid of de diepere weefsels geven, met verminkingen tot gevolg. Om dit te voorkomen, moeten ze behandeld worden. Hoe eerder, hoe liever. Want hoe groter het carcinoom, hoe groter bijvoorbeeld de operatiewond. In het gezicht kan dat erg ontsierend zijn." Het melanoom geeft een veel groter risico op uitzaaiingen en kan zich daardoor ontwikkelen tot een levensbedreigende kanker. "Ook bij het ontstaan van een melanoom speelt overmatige blootstelling aan zonlicht een belangrijke rol", vertelt Rob Veenhuis. "Het aantal mensen met een melanoom is de afgelopen twintig jaar meer dan verviervoudigd. Het melanoom ontstaat vaak vanuit een moedervlek. Ga daarom bij een veranderende moedervlek altijd naar de huisarts."

> Wat te doen bij vreemde plekjes?

- Ziet u vreemde plekjes op uw huid? Laat het dan altijd checken door de huisarts. Deze kan de plekjes goed beoordelen. Bij twijfel verwijst de huisarts u naar de dermatoloog.
- Denk bij vreemde plekjes aan: wondjes die steeds maar niet willen genezen, eczeem-achtige plekjes die niet weggaan met hormoonzalf, een moedervlek met afwijkende vorm of kleur, een veranderende moedervlek, een moedervlek die er anders uitziet dan de rest, en alle andere plekjes die u vreemd vindt.
- Een huidonderzoek is niet vervelend, omdat er in het algemeen alleen maar gekeken wordt. Een enkele keer moet er een stukje weefsel (biopsie) worden weggehaald voor onderzoek. Dit is een kleine ingreep, onder plaatselijke verdoving.
- Rob Veenhuis stelt: "Ga bij vreemde plekjes altijd naar de huisarts. Beter een paar keer voor niets de arts bezocht dan één keer te laat."

Ook de zonnebank

"Gebruind zijn door de zon werd jarenlang gezien als teken van gezondheid", zegt Rob Veenhuis. "Inmiddels weten we maar al te goed wat de keerzijde daarvan is. Ook het gebruik van een zonnebank vergroot de kans op huidkanker."

Nu weten we ook dat we voldoende zonlicht nodig hebben om ons prettig voelen en om vitamine D aan te maken. "Dat klopt", beaamt Rob Veenhuis. "Maar daarvoor is dagelijks 15 tot 20 minuten met gezicht en armen in de zon voldoende. Ga dus verstandig om met zonlicht."

> Verstandig omgaan met zonlicht

- Zorg dat je niet verbrandt door de zon.
- Als je aan het eind van de zomer heel bruin bent, heb je eigenlijk te veel zonlicht gehad.
- Ga niet onder de zonnebank.
- Ga je de zon in? Gebruik dan zonnebrandcrème. Hoe hoger de beschermingsfactor, hoe langer de crème beschermt. Ga liefst voor factor 30 of hoger. Smeer iedere twee uur opnieuw.
- Gebruik voldoende zonnebrandcrème. Voor het insmeren van het hele lichaam heeft een volwassene zo'n 35 milliliter (6 à 7 theelepels) nodig. Dat is meer dan de meeste mensen denken. Dat betekent dat je zes keer kunt doen met een flacon van 200 milliliter.
- Door zweten en zwemmen vermindert de werking van de zonnebrandcrème. In dat geval moet je vaker smeren.
- Goed om te weten: hoe meer je zonnebaadt, hoe sterker je huid verouderd. Rob Veenhuis: "De beste anti-verouderingscrème is een zonnebrandcrème!"

Gescheurde meniscus: operatie

Onderzoek heeft nieuwe inzichten gegeven

Orthopedisch chirurg Roland Hollanders voert op operatiekamer een arthroscopie uit (kijkoperatie van de knie).



Een gescheurde meniscus: dan denk je al gauw aan opereren. Maar dat is vaak niet de oplossing. Wetenschappelijk onderzoek heeft namelijk aangetoond dat een operatie in bepaalde gevallen geen nut heeft. En dat er dan bovendien beter voor een andere behandeling kan worden gekozen. Orthopedisch chirurg Ronald Hollanders legt uit.

“De nieuwe wetenschappelijke inzichten hebben geleid tot een ander landelijk beleid voor de behandeling van meniscus-problemen. Maar dat is nog niet algemeen bekend, merken wij. Daardoor komen hier nog steeds regelmatig patiënten op het spreekuur die zich helemaal hebben ingesteld op een operatie. En dan blijkt de behandeling anders te zijn dan ze verwacht hadden”, begint Ronald Hollanders.

Schokbreker

“De meniscus is de schokbreker in de knie”, legt Ronald Hollanders uit. “Het is een rubberachtige, halvemaanvormige laag tussen het bovenbeen en het onderbeen. Het weefsel is enigszins vergelijkbaar met dat van de tussenwervelschijven. Aan weerszijden van de meniscus zit een laagje kraakbeen op het bot.”

vaak niet nodig



Bij een verkeerde beweging van het been, bijvoorbeeld bij sporten, kan de meniscus scheuren. Dat kan ook gebeuren door slijtage. Doorgaans gaat dit laatste gepaard met slijtage van het kraakbeen.

“Een gescheurde meniscus hoeft geen klachten te geven”, vervolgt Ronald Hollanders. “Er zijn mensen met een gescheurde meniscus die daar niets van merken, omdat hun meniscus ondanks de scheur toch zijn functie behoudt.”

Maar er kunnen ook pijnklachten ontstaan en de knie kan zelfs ‘op slot’ schieten. “Dat gebeurt als de gescheurde meniscus dubbelklapt, waardoor er een ‘dubbeldikke laag’ meniscus tussen boven- en onderbeen komt te zitten. Deze mensen kunnen daardoor hun been niet meer volledig strekken. Zit bij iemand de knie permanent op slot, dan is opereren wel de aangewezen weg. Dat doen we dan door middel van een kijkoperatie oftewel arthroscopie.”

Niet altijd opereren

Bij een operatie wordt de meniscus óf gehecht óf het afgescheurde stuk wordt verwijderd. “Welke ingreep het wordt, hangt onder meer af van het type scheur en hoe lang deze er al zit”, licht Ronald Hollanders toe. Schiet de knie slechts af en toe op slot of zijn er alleen pijnklachten, dan is een operatie niet altijd de eerste keuze. “Dit in tegenstelling tot een aantal jaren geleden, toen er in het geval van een gescheurde meniscus vaak wel werd geopereerd.”

Het is namelijk uit wetenschappelijk onderzoek gebleken dat voor de meeste van deze patiënten een operatie geen nut heeft en dat zij meer gebaat zijn bij een andere behandeling: pijnstillers, injecties en/of fysiotherapie. “Bij fysiotherapie krijgen patiënten oefeningen die de knie sterker maken, waardoor de meniscus en het kraakbeen minder

belast worden. Bij een groot deel van deze patiënten verdwijnen dan de klachten, doordat de meniscus als het ware kan herstellen of verlittekenen.”

Slijtage kraakbeen

Maar hoe gaat het verder met de kleine groep patiënten die na fysiotherapie, injecties en/of pijnstillers nog wel klachten hebben? “Dan wordt het soms alsnog een operatie”, antwoordt Ronald Hollanders. “Maar niet in alle gevallen. Met name bij veel patiënten ouder dan ongeveer 50 à 60 jaar heeft een operatie weinig zin, omdat er op die leeftijd meestal ook al slijtage is van het kraakbeen. De pijnklachten komen dan voornamelijk daarvan en niet van de gescheurde meniscus. Het repareren van de meniscus vermindert de klachten dan niet. Een MRI-onderzoek is dan ook vaak niet zinvol.”

Röntgenonderzoek geeft een beeld van de mate van slijtage. “Is het kraakbeen aan het slijten, dan gaat de patiënt een ander traject in, met als eindpunt het plaatsen van een knieprothese.” Overigens is de Orthopedie van het Slingeland Ziekenhuis nog niet zo lang geleden door weekblad Elsevier uitgeroepen tot Topkliniek in het plaatsen van knieprothesen.



◀
Roland
Hollanders,
orthopedisch
chirurg

De crew achter het Mobiel Medisch Team

Iedereen heeft hem wel eens zien vliegen: de gele traumaheli. Met daarin het Mobiel Medisch Team (MMT) dat wordt ingevlogen voor bijzondere situaties. Voor welke situaties wordt het team opgeroepen? En wat houdt hun werk precies in?

Veel mensen veronderstellen dat het MMT patiënten vervoert via de lucht. Dat kan wel, maar dat gebeurt bijna nooit. De helikopter dient om snel ter plaatse medisch-specialistische hulp te bieden. Dat wordt geboden door het Mobiel Medisch Team, bestaande uit een MMT-arts en een MMT-verpleegkundige. We praten MMT-arts Geert-Jan van Geffen en MMT-verpleegkundige Chris Brink. Naast MMT-arts is Geert-Jan van Geffen ook anesthesioloog, een combinatie die je vaker ziet.

Ze zijn beiden lid van het MMT Nijmegen, dat een afdeling is van het Radboudumc in Nijmegen. Het is één van de vier MMT's die Nederland telt. Het MMT van het Radboudumc is gestationeerd op militaire vliegbasis Volkel, nabij het Brabantse Uden. Van daaruit bestrijken zij een groot deel van Zuid- en Oost-Nederland. Ter illustratie: met de helikopter is

het team in een kwartier vanuit Volkel in Doetinchem. De helikopters die de MMT's vervoeren, zijn eigendom van de ANWB-MAA. Daar zijn ook de piloten in dienst (zie kader).

Soms met de auto

Overigens is de helikopter niet het enige vervoermiddel voor het MMT, legt Geert-Jan van Geffen uit. "We hebben ook auto's. Daar kiezen we bijvoorbeeld voor als we ergens moeilijk kunnen landen, zoals in stedelijk gebied. Of bij slecht weer. Of als je met de auto sneller ter plaatse bent. Zo rukt het team van Rotterdam in 80 procent van de gevallen uit met de helikopter. Ons MMT neemt in 95 procent van de gevallen de helikopter. Soms vragen we de ambulance om maar alvast te gaan rijden met de patiënt, om elkaar te treffen op een plek waar wij goed kunnen landen. Of we



vragen om de patiënt naar het dichtstbijzijnde ziekenhuis te brengen en dan vliegen we daarheen, mits we daar goed kunnen landen.”

De beslissing wat te doen, wordt altijd ingegeven door omstandigheden. “Dat geldt ook voor de beslissingen als we ter plaatse zijn: gaat na onze behandeling de patiënt met de ambulance naar het ziekenhuis? Of nemen we de patiënt toch mee in de helikopter naar het ziekenhuis? En naar welk ziekenhuis gaan we? In de helikopter kun je de patiënt nauwelijks behandelen, want daar is eigenlijk geen ruimte voor. Het gaat dan puur om snel vervoer.”

Wanneer MMT?

Wanneer wordt de hulp van het MMT ingeroepen?

“Een veel voorkomende situatie is dat meldkamer op basis van de melding inschat dat een MMT nodig is”, leggen Geert-Jan van Geffen en Chris Brink uit. “Wat soms ook voorkomt, is dat het team van de ambulance ter plaatse alsnog inschat dat we nodig zijn. De meldkamer en de ambulance hebben daar richtlijnen voor.”

Aan wat voor situaties moeten we dan denken?

“Bijvoorbeeld als de ademhaling van de patiënt bedreigd wordt, bij beknellingen, een val van hoogte, ernstig gewonde kinderen of een ongeval met meerdere slachtoffers. Als MMT hebben wij veel ervaring met beknellingen: wij kunnen daarom de brandweer adviseren hoe een slachtoffer het beste te bevrijden, bijvoorbeeld bij een auto-ongeval.”

In slaap brengen

Naast het feit dat een medisch specialist deel uitmaakt van het MMT, is het MMT ruimer uitgerust met hulpmiddelen dan een ambulance. “Zo kunnen wij indien nodig een patiënt in slaap brengen en een beademingsbuis plaatsen. Ook kunnen wij medicatie



toedienen om de hersenen te beschermen. Verder hebben wij meer middelen voor pijnstilling. Ook kunnen we een borstkas openen, om bijvoorbeeld het hart te hechten bij een steekwond. Ook belangrijk: we bieden nazorg aan naasten, bijvoorbeeld als een reanimatie niet gelukt is.”

De leden van het MMT vertellen gepassioneerd over hun werk. “Het is bijzonder werk. Het vraagt flexibiliteit, veerkracht en samenwerking. We houden allemaal van ons werk.”

Sjoerd van der Meer, traumachirurg Slingeland Ziekenhuis: “We zijn er blij mee dat we in Nederland MMT’s hebben die snel ter plaatse kunnen zijn om medisch-specialistische hulp te bieden. Ook in ons verzorgingsgebied, waar relatief veel ongevallen voorkomen. Verreweg de meeste patiënten die in het verzorgingsgebied van het Slingeland Ziekenhuis door het MMT worden behandeld, worden daarna met de ambulance naar ons ziekenhuis vervoerd voor verdere behandeling.”

Wetenswaardigheden

- In Nederland is in 1995 bij wijze van proef gestart met de traumaheli, naar voorbeeld van het Duitse ADAC (de zusterorganisatie van de ANWB). De proef was een succes en nu zijn er vier MMT’s in Nederland.
- De heli’s van de MMT’s mogen in Nederland overal landen. Daarvoor hebben ze een landingsplaats nodig van tenminste 25 bij 25 meter.
- De verpleegkundige zit naast de piloot en helpt navigeren. Binnenkort worden de heli’s van de MMT’s uitgerust met een automatische piloot, waarmee de verpleegkundige de heli aan de grond kan zetten in geval de piloot onwel wordt.
- Sinds 2012 vliegt de heli van het MMT ook ’s nachts. Dat gebeurt op zicht (dus niet met behulp van bijvoorbeeld radar). Piloot en verpleegkundige hebben dan een nachtkijker op.

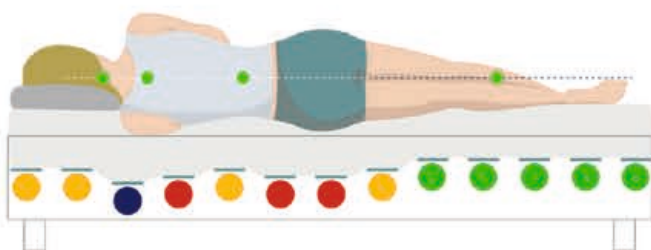
Goed en gezond slapen

Ook elke dag **fit** en **vitaal** wakker worden?

Boek jouw slaaptest



Wat is jouw SLAAP-DNA®?



Bekijk de  op [morgana.nl](https://www.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 slaadvies 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

Wonen & Zorg

In Groenlo en Ruurlo vindt u aangepaste zorg in huiselijke sfeer in drie stijlvol gerenoveerde panden:

Al meer dan 20 jaar biedt Eminent wonen en zorg in de Achterhoek. Er zijn twee locaties in Ruurlo (Villa Roderlo en La Fontaine) en een derde in Groenlo (Huize Sonnevank). Wij bieden kleinschalige zorg, met een hoog kwaliteitsniveau van service, verzorging en verpleging in een aangename en huiselijke woonomgeving.

Een team van gekwalificeerde verplegenden en verzorgenden combineert professionele 24-uurs zorg met een persoonlijke betrokkenheid bij het welzijn van de bewoners. Zo ervaart iedere bewoner in hoge mate comfort en geborgenheid.

Zorghotel bij Eminent Wonen & Zorg

Ook kortdurende opvang is mogelijk, bijvoorbeeld voor herstel na een ziekenhuisopname. In samenspraak met u stellen wij een individueel plan op en betrekken de benodigde disciplines om samen met u te werken aan uw herstel.

Onze kamers zijn van alle gemakken voorzien en geschikt voor herstel na een medische ingreep of wanneer het thuis (tijdelijk) niet meer gaat.



**aangepaste ZORG
in huiselijke
sfeer**



Kosten Zorghotel:

Wanneer u een verwijzing heeft van uw medisch specialist of huisarts, voor "ELV laag complex" worden de kosten voor verblijf en verpleging (grotendeels) vergoed door de zorgverzekeraar. Dit is afhankelijk van hoe u verzekerd bent. Ook kunt u het verblijf zelf bekostigen via een "zorghotel" constructie, al vanaf €124,- per dag. Voor meer informatie kunt u natuurlijk contact opnemen.

Groenloseweg 12 | 7261 AN Ruurlo | T. 0573 726 826

info@eminent-wonen.nl | www.eminent-wonen.nl

"ook bereikbaar in de avond en weekend"

Uw specialist voor kleine klachten of complexe problemen!

Advies- en behandelcentrum

azora

azora
Fysiotherapie

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

Met zijn allen
onder 1 dak voor:

- advies
- begeleiding
- behandeling
- training

azora
Diëtetiek



azora
Logopedie

azora
Ergotherapie

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

Pruuveri': gezonde tussendoortjes

Na succesvolle proef nu op de verpleegafdelingen

Na een kleinschalige, succesvolle proef heeft het Slingeland Ziekenhuis de Pruuveri' geïntroduceerd. Dit houdt in dat opgenomen patiënten twee keer per dag gezonde tussendoortjes krijgen aangeboden. Een aangename verrassing, die meerdere doelen dient. Diëtist Mariëlle Steentjes geeft uitleg.



Medewerker gastenservice René Thus overhandigt een smakelijk en gezond tussendoortje aan patiënte Femke Verstegen.

Een fruitsalade. Of een stukje gegrilde zalm. Twee voorbeelden van gezonde tussendoortjes waarmee opgenomen patiënten, in de loop van de ochtend en in de middag, verrast worden. "Eind vorig jaar hebben we hier een proef mee gedaan, op enkele afdelingen. Dit was zo'n succes, dat besloten is om het vanaf begin maart op alle afdelingen te introduceren. De patiënten zijn enthousiast", zegt diëtist Mariëlle Steentjes. Pruuveri', zo heet de nieuwe service: Achterhoeks voor 'proeverij'. "We willen hiermee patiënten laten ervaren dat gezond eten ook lekker kan zijn. Daarmee

sluiten we tevens aan bij het landelijk streven dat ziekenhuizen hun patiënten gezonde voeding aanbieden."

Belang van tussendoortjes

Waarom tussendoortjes? Mariëlle Steentjes legt uit. "Veel opgenomen patiënten hebben minder eetlust. Zieke mensen voelen zich vaak niet lekker, zijn misselijk of hebben pijn. Deze patiënten kunnen de drie hoofdmaaltijden vaak niet helemaal op. Daardoor krijgen ze te weinig voedingsstoffen binnen, wat niet goed is voor het herstel. Gezonde tussendoortjes dragen er

voor patiënten

aan bij dat ze wel voldoende binnenkrijgen.”

Het verstrekken van tussendoortjes aan patiënten is niet nieuw in het Slingeland Ziekenhuis. “We doen dit alweer een aantal jaren voor patiënten die ondervoed zijn of risico lopen om ondervoed te raken”, merkt Mariëlle Steentjes op. “Maar die tussendoortjes zijn ook belangrijk voor diverse andere patiëntengroepen. Bijvoorbeeld mensen die geopereerd zijn. Die hebben extra eiwitten nodig om te herstellen, zo’n zes weken lang bijna twee keer zoveel als normaal. En vaak ook extra energierijke voeding.”

Op maat gemaakt

Omdat de ene patiënt meer energie en eiwit nodig heeft dan de ander, zijn de tussendoortjes ‘op maat gemaakt’. Mariëlle Steentjes illustreert: “We bieden bijvoorbeeld een salade met appel en walnoot aan. Voor patiënten die extra eiwit nodig hebben, is hieraan kaas toegevoegd.”

Er is veel variatie in de tussendoortjes voor patiënten, die dit zeker op prijs stellen. “Patiënten zijn aangenaam verrast als ze voor het eerst meemaken dat we dit aanbieden”, weet Mariëlle Steentjes. “Dat is ook het mooie van Pruuveri’j: het draagt bij aan gezondheid en herstel van patiënten, en het is tegelijk een stuk gastvrijheid dat we als Slingeland Ziekenhuis willen bieden.”

Kok Vera Oosterhoff en diëtist Mariëlle Steentjes. “We willen smakelijke, gezonde tussendoortjes aanbieden.”



‘Maatwerk per patiënt’

Kok Vera Oosterhoff, werkzaam in de centrale keuken, was nauw betrokken bij het bedenken van de tussendoortjes. Dat is veel werk geweest en dat gaat ook nog steeds door, vertelt ze. “We willen smakelijke, gezonde tussendoortjes aanbieden. En per gerecht wil je graag flexibel zijn, om rekening te kunnen houden met de patiënten die een dieet volgen. Dus je wil hetzelfde gerecht ook bijvoorbeeld zoutarm kunnen aanbieden. Of een salade kunnen verrijken met eiwit. Ook houden we rekening met mensen die vegetariër zijn of geen varkensvlees eten. We willen per patiënt maatwerk bieden, maar het moet in de keuken logistiek en organisatorisch wel te doen zijn. Dat is goed gelukt en we blijven nog steeds aanpassen, ook naar aanleiding van reacties van patiënten.”

➤ ‘Wennen aan een vlaflip bij de koffie’

Naast zijn werk als medewerker gastenservice belt René Thus regelmatig voor de zogeheten Feedback Radar. Hij vraagt mensen dan naar hun ervaringen in het Slingeland Ziekenhuis. “Sinds maart komt dan ook de Pruuveri’j ter sprake. Patiënten zijn daar erg over te spreken. Ik merk het ook als ik de tussendoortjes aanbied bij de patiënten. Het verhaal erachter is belangrijk om aan patiënten te vertellen: waarom we dit doen en waarom juist dit soort tussendoortjes. Daarin hebben wij als medewerkers gastenservice een duidelijke rol.”

René Thus merkt wel dat een aantal patiënten moet wennen aan het soort tussendoortjes. “Het is niet de koek die iemand thuis eet bij de koffie of thee. Zo brengen we in de ochtend bijvoorbeeld een vlaflip. En ‘s middags bijvoorbeeld een kipspiesje. Dat zijn mensen niet gewend. Maar de meesten stappen daar makkelijk overheen en willen het wel proberen en ervaren.”



Stichting Vrienden van het Slingeland Ziekenhuis

Veraangename van het verblijf van patiënten

Zoals u ongetwijfeld weet van televisie en krant, wordt de gezondheidszorg al jaren geconfronteerd met beperkte middelen. Dat geldt ook voor het Slingeland Ziekenhuis. Bij de keuze hoe de beschikbare middelen te besteden, krijgt uiteraard de noodzakelijke medische en verpleegkundige zorg voorrang. Er blijft dan soms te weinig over voor investeringen die het verblijf van patiënten nog wat kunnen veraangename. Daarom willen wij een beroep op u doen.

Specialisten, verpleegkundigen en alle andere medewerkers zetten zich in om kwalitatief de beste zorg te verlenen. Naast de zorg spelen er andere factoren die uw verblijf in het ziekenhuis zo aangenaam mogelijk kunnen maken. Denk aan elektrische autootjes waarmee jonge patiëntjes naar de operatiekamer kunnen rijden. Het beweegprogramma voor patiënten op de dialyseafdeling of workshops Look Good Feel Better voor patiënten met kanker. Belangrijke voorzieningen die helaas niet uit het ziekenhuisbudget kunnen worden betaald.



Dankzij de Stichting Vrienden zijn al heel wat projecten gerealiseerd

- Koosje Troostje knuffels op de SEH
- Elektrische (kinder-) auto's op de Kinderdagverpleging
- Vleugel in ruimte tussen centrale hal en bezoekersrestaurant
- Babywatch op kinder- en kraamafdeling
- Prikpaspoorten voor de kinderafdeling
- Muurschildering op de Kinderdagverpleging
- Lotgenotendag voor jonge diabetes-patiënten
- Fotowand in wachtruimte OK
- Speelkasten in diverse wachtruimtes poliklinieken
- Fotobehang in meerdere ruimtes op F2
- Handmassageproject op Geriatrie
- Look Good, Feel Better; workshops uiterlijke verzorging voor oncologiepatiënten.
- Shuttlebus voor vervoer op het parkeerterrein en kleding voor de chauffeurs
- Spellen t.b.v. kwetsbare ouderen
- Voorbereidingskoffertjes en fotoboeken voor KinderDagVerpleging
- Waakkoffer
- Warmtedekenkasten
- Beweegproject op de Dialyseafdeling
- Relaxstoel voor 'hartfalen'-patiënten
- Wolkenplafond bij CT-scan
- Kanjerketting(en) voor kinderafdeling
- Elektrische bedfiets voor de Intensive Care Unit (ICU).
- Decubituskussens voor ergotherapie;
- Bedbanken voor de kinderafdeling (i.s.m. Stichting DaDa)
- Kinderboerderij bij de kinderafdeling;
- Gezellige binnentuin en heraanplant
- Virtual Reality bril op SEH
- Graafschapkamer op Kinderafdeling



Stichting Vrienden van het Slingeland Ziekenhuis zamelt geld in om uiteenlopende projecten te realiseren die het verblijf van patiënten en bezoekers zo aangenaam mogelijk maken. Voor groot en klein.

Ook u kunt Vriend worden

Hoe? Door een eenmalige schenking of jaarlijks een bijdrage te doneren. Wellicht heeft u een goed idee om het verblijf van patiënten en bezoekers te veraangename? Laat het ons weten, samen kunnen we uw idee ondersteunen en helpen realiseren. Ontmoet eens per twee jaar andere vrienden tijdens de gezellige en informatieve Vriendenavonden. Bedrijfsvrienden krijgen daarnaast een vermelding op de vriendenwand in de centrale hal en op de website.

Voor aanmelden en meer informatie:
www.slingeland.nl/vrienden

***'Met elkaar
kunnen we veel
mogelijk maken'***

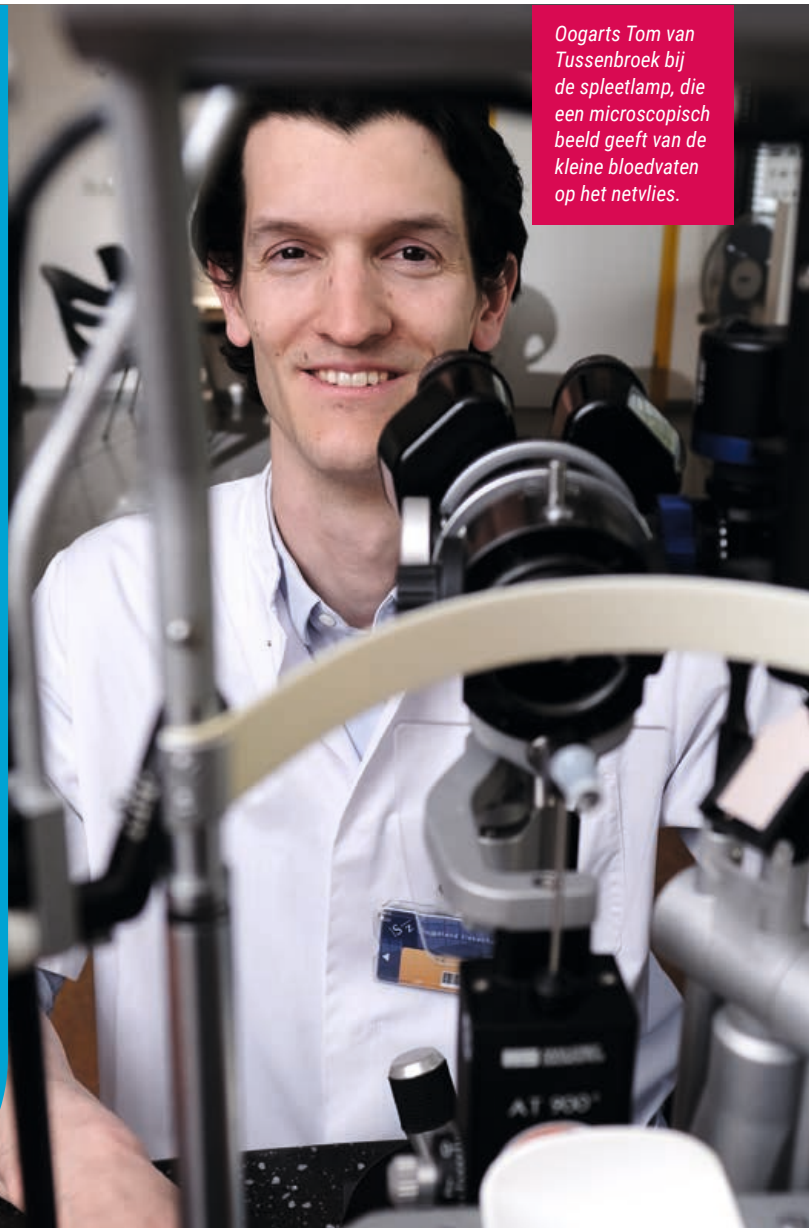


**Vrienden van het
Slingeland Ziekenhuis**

Wat ogen kunnen vertellen

Over ziektes elders in het lichaam die oogproblemen kunnen geven

Er zijn verschillende ziektes elders in het lichaam die problemen in de ogen kunnen geven. Voorbeelden daarvan zijn diabetes, hoge bloeddruk en jeugdreuma. Verder is er een methodiek in ontwikkeling om aan de hand van een foto van het netvlies, het risico op hartziekten in te schatten. Oogarts Tom van Tussenbroek geeft uitleg.



Oogarts Tom van Tussenbroek bij de spleetlamp, die een microscopisch beeld geeft van de kleine bloedvaten op het netvlies.

“Onderzoek van de ogen kan een beeld geven van iemands gezondheid”, vertelt Tom van Tussenbroek. “Het bijzondere aan de ogen is namelijk dat dit de enige plek in het lichaam is waar je de kleine bloedvaten echt kunt zien. Dat doen wij met behulp van een zogeheten spleetlamp, die een microscopisch beeld geeft van de kleine bloedvaten op het netvlies. Dat is de achterkant van de oogbol, waarop het binnenvallende beeld wordt ‘geprojecteerd’. Dit beeld wordt via de oogzenuw aan de hersenen doorgegeven. De spleet-

lamp brengt de bloedvaatjes zo duidelijk in beeld, dat je zelfs de rode bloedlichaampjes afzonderlijk kunt zien.”

Diabetes

De conditie van de bloedvaatjes in het netvlies geeft belangrijke informatie. Zo zijn er ziektes die schade aan die vaatjes veroorzaken. De meest voorkomende ziekte die dit doet, is diabetes (suikerziekte). Bij iemand met diabetes is het weefsel minder gevoelig

voor het hormoon insuline of vindt er minder productie van insuline plaats. Dit hormoon regelt de bloedsuikerspiegel in het lichaam. Diabetes kan op termijn de kleine bloedvaten beschadigen. Bijvoorbeeld in de voeten, de nieren, de hersenen en ook de ogen.

“Door deze beschadigingen in de ogen ontstaat er zuurstofgebrek in het netvlies, waardoor er nieuwe vaatjes kunnen ontstaan”, legt Tom van Tussenbroek uit. “Je zou misschien denken dat het goed is dat er nieuwe vaatjes komen, maar dat is het niet. Want door dit proces kan op termijn het netvlies loslaten, waardoor iemand zijn of haar zicht verliest.”

Laseren netvlies

Vanwege dit risico bezoeken diabetespatiënten regelmatig de oogarts voor controle. Maar hoe kun je nu als diabetespatiënt zo goed mogelijk voorkomen dat je kleine bloedvaten beschadigd raken? “Ten eerste met de juiste leefstijl”, antwoordt Tom van Tussenbroek. “Denk daarbij aan gezond eten en voldoende bewegen. Verder is het belangrijk dat een diabetespatiënt, zoals dat heet, goed ingesteld is. Met andere woorden, dat de medicatie zo wordt toegediend, dat er zo weinig mogelijk schommeling is van de bloedsuikerspiegel. Want juist die schommelingen zijn slecht voor de bloedvaatjes.”

Als er schade is, is die dan nog omkeerbaar? “Vaak wel”, antwoordt Tom van Tussenbroek. “En dan door de juiste leefstijl en goede instelling van de medicatie. We zien dan dat patiënten weer beter zicht krijgen als ze deze adviezen goed opvolgen.”

En kan de oogarts ook iets doen? “In sommige gevallen laseren we het netvlies om zichtverlies op de lange termijn zoveel mogelijk tegen te gaan. Door het laseren ontstaat littekenweefsel in het netvlies. Dat remt de zuurstofbehoefte van het netvlies en daarmee de aanmaak van het stofje VEGF. Dat stofje stimuleert namelijk de aanmaak van nieuwe vaatjes. Ook injecteren wij vaak anti-stoffen tegen VEGF in het oog.

Deze anti-stoffen remmen de aanmaak van nieuwe vaatjes.”

Hoge bloeddruk

Een ander gezondheidsprobleem dat zich kan uiten in het oog, is hoge bloeddruk. Iemand met een hoge bloeddruk voelt daar aanvankelijk weinig of niets van, maar het kan op den duur schade veroorzaken in de bloedvaten. “Ook dit kun je zien aan de bloedvaatjes in het netvlies”, zegt Tom van Tussenbroek. “Verder kan een hoge bloeddruk zwelling van de oogzenuw tot gevolg hebben. Dit kan wijzen op orgaanfalen, dus het uitvallen van organen elders in het lichaam. Een patiënt moet dan meteen worden opgenomen op de intensive care.”

Een veel te hoge bloeddruk is acuut gevaarlijk en moet uiteraard naar beneden. Maar als de oogzenuw is gezwollen, mag dat niet te snel. Tom van Tussenbroek legt uit waarom. “Het lichaam heeft een verdedigingsmechanisme tegen hoge bloeddruk: om schade aan de organen te voorkomen, worden de bloedvaatjes vernauwd. Laat je nu de bloeddruk te snel zakken, met behulp van medicatie, dan blijft die vernauwing nog een tijdje aanhouden. Daardoor komt er ineens te weinig zuurstof in het weefsel, bijvoorbeeld de oogzenuw, waardoor het weefsel afsterft. Als er patiënten met een hoge bloeddruk op de Spoedeisende Hulp komen, worden deze ook vaak gecheckt door de oogarts. Blijkt de oogzenuw gezwollen, dan weet de behandelend arts dat de bloeddruk niet te snel omlaag mag worden gebracht.”

Jeugdreuma

Een groep die ook regelmatig op controle komt bij de oogarts, zijn kinderen met jeugdreuma. De meest voorkomende daarvan is de zogeheten juveniele idiopathische artritis, kortweg JIA. “Kinderen met JIA kunnen ontstekingen aan de ogen krijgen”, zegt Tom van Tussenbroek. “Daar hebben deze kinderen op dat moment doorgaans geen last van, dus melden ze ook geen klachten. Maar op termijn kan het schade geven. Daarom komen deze kinderen regelmatig op controle bij ons. Het is kenmerkend voor ons vak van oogarts én leuk: onze patiënten variëren van pasgeborenen tot honderdplus.”

➤ Voorspellen van hartziektes

Uit recent onderzoek is gebleken dat met behulp van een foto van het netvlies het risico op hartziekten bij mensen met een hoge bloeddruk kan worden voorspeld. “De vaatdichtheid geeft een indicatie van dat risico”, zegt Tom van Tussenbroek. “Het staat nog in de kinderschoenen, maar er is een grote kans dat dit in de toekomst een serieuze toepassing gaat vinden.”



Anesthesioloog Maartje de Gier dient een 'walking epidural' toe.

‘Walking epidural’ bij bevalling

Pijnstilling met ruggenprik, vrouw blijft mobiel



‘Walking epidural’. Zo heet de nieuwe, pijnbestrijdende ruggenprik die sinds kort op de verloskamers wordt gegeven. Vrij vertaald: ‘een ruggenprik waar je mee kunt lopen’. Gynaecoloog Tamara Verhagen en anesthesioloog Maartje de Gier vertellen waarom hiervoor gekozen is en hoe het werkt

Het ‘kunnen lopen’ met de nieuwe ruggenprik verschilt enigszins per vrouw, merkt Maartje de Gier op. “Maar, al dan niet met wat hulp, kan de barendende vrouw er mee naar het toilet gaan. Met de ‘oude’ ruggenprik was de vrouw niet mobiel en was zelfstandige toiletgang onmogelijk. Daardoor was je voor het plassen aangewezen op het aanbrengen van een katheter (slangetje) in de blaas, wat een klein risico op infectie geeft.”

Maar dat is niet de belangrijkste reden om de standaard ruggenprik te vervangen door de ‘walking

epidural’, legt Tamara Verhagen uit. “Bij de standaard ruggenprik verliest de vrouw bijna alle kracht uit haar benen. Dat heeft tot gevolg dat ze niet zelf kan draaien in bed of even kan gaan staan. Het is voor het verloop van de bevalling juist goed dat dit wel kan. Want beweging stimuleert de ontsluiting en het indalen van het kindje. Even gaan staan doet dat ook.” Ook kan de vrouw beter kracht zetten bij het persen en voelt ze ook beter wanneer ze dat moet doen. “De pijnbestrijding met deze ruggenprik kan doorgaan tijdens het persen. Met de standaard ruggenprik kon

dat niet altijd. Dan moest je de pijnstilling vaak stoppen zodra de persfase begon.”

Vrouw bedient zelf

Net als bij een standaard ruggenprik wordt bij ‘walking epidural’ een dun slangetje in de rug van de vrouw gebracht. Via dit slangetje wordt een pijnstillertoegevend (voor een nadere uitleg over de ruggenprik: zie kader).

Maar wat is er nu, technisch gezien, anders aan ‘walking epidural’? “Ten eerste is de dosering van de pijnstillertoegevend lager. De ‘walking epidural’ wordt daarom ook wel ‘ruggenprik light’ genoemd”, antwoordt Maartje de Gier. “Zeker zo belangrijk: daarnaast bepaalt de barende steeds zelf de toegediende hoeveelheid.” Dit laatste heet ‘bolus-functie’ en dat werkt als volgt: “Het genoemde slangetje is verbonden met een pompje. Dit pompje wordt door de vrouw zelf bediend, al naar gelang haar behoefte aan pijnstilling. Als ze pijn voelt opkomen, kan ze door het drukken op een knop de toevoer van de vloeistof even verhogen.”

➤ Ruggenprik: verschillende varianten

De ruggenprik is bedoeld voor pijnbestrijding in het onderste deel van het lichaam. Het is een prik in de onderrug, waarbij een verdovende vloeistof wordt ingebracht.

De ruggenprik kent twee varianten: spinaal en epiduraal. Bij de spinale ruggenprik wordt het hele onderlichaam verdoofd. Hierbij is het tijdelijk niet mogelijk om de benen te bewegen. De spinale ruggenprik wordt veel toegepast op de operatiekamer voor korte ingrepen onder de navel, bijvoorbeeld bij een knieoperatie of een keizersnede.

Bij de epidurale ruggenprik wordt er een klein slangetje ingebracht, waardoor verdovende medicijnen worden gegeven. Het is met name voor pijnbestrijding waarbij er geen volledige uitval van de spieren gewenst of nodig is. Het slangetje kan zelfs tot enkele dagen blijven zitten.

Uiteraard is het systeem beveiligd tegen overdosering. “Onderzoek heeft uitgewezen dat dit zelf aansturen een betere pijnbestrijding geeft dan een continue toevoer van de vloeistof. En dat zien wij zelf ook in de praktijk.”

Pijnbestrijding bij bevalling

De ‘walking epidural’ bestaat al een aantal jaren, maar heeft de laatste paar jaar steeds meer zijn intrede gedaan in de verloskamers van de Nederlandse ziekenhuizen. En nu dus ook in het Slingeland Ziekenhuis. “Pijnbestrijding tijdens de bevalling wordt steeds meer gebruikelijk in Nederland”, zegt Tamara Verhagen. “Hoewel het in de landen om ons heen vaker wordt toegepast dan in ons land. De zwangere geeft zelf aan tijdens het proces van bevallen als zij behoefte krijgt aan pijnbestrijding. Alle aanstaande moeders weten dat deze mogelijkheid er is, want gynaecologen en verloskundigen zijn verplicht hen rond de 33e week hierover te informeren.”

Er zijn verschillende manieren van pijnbestrijding tijdens een bevalling. Dat varieert van een warm bad of massage tot medicinale pijnbestrijding. Dat laatste kan alleen bij een bevalling in het ziekenhuis. “En daarvan is de ruggenprik het meest effectief”, zegt Maartje de Gier. “De anesthesiologen in het ziekenhuis zijn hiervoor zeven dagen per week, 24 uur per dag beschikbaar.”



Gynaecoloog
Tamara Verhagen:
“Pijnbestrijding
tijdens de bevalling
wordt steeds meer
gebruikelijk in
Nederland.”

**SAMEN
WERKEN AAN UW
GEZONDHEID.**

www.ggnet.nl | info@ggnet.nl



**GGNet
OUDEREN**

Expertisecentrum ouderenpsychiatrie

Psychiater Bouke Overdorp over samenwerken in het ziekenhuis

"Een vrouw op leeftijd komt ondervoed en met uitdrogingsverschijnselen in het ziekenhuis terecht. Op de kamer van de patiënt gaan arts en psychiater in gesprek met haar. De psychiater stelt de diagnose: haar verwaarlozing komt voort uit psychische klachten. Lichamelijk knapt mevrouw op, en is ze snel weer fit genoeg om naar huis te gaan. Mentaal gaat dit echter nog niet. Mevrouw kan door onze samenwerking direct vanuit het ziekenhuis naar onze kliniek voor ouderen, bij wijze van twee gangen verderop."

Wij werken samen met het ziekenhuis bij patiënten die niet alleen lichamelijk zorg behoeven maar ook mentaal. Dat is ook de reden dat wij direct naast het Ziekenhuis zitten. Op deze manier kunnen wij makkelijk bij patiënten in het ziekenhuis op bezoek voor een gesprek.

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.annemiekshoorstudio.nl

Persoonlijke aandacht



Goedendag,
mijn naam is Annemiek de Rooij.
We werken met een klein team
waarbij u zelf kunt aangeven bij wie
u wilt 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 erin onafhankelijk.



Waarom Annemiek's Hoorstudio

- Gratis hoortest & hooradvies t.w.v. €55,00
- Geen wachtrij
- Markonafhankelijk & Zelfstandige audicien
- Second opinion Expertise
- Gespecialiseerd in Kinderen



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**.

contracten
met alle
verzekeraars

Elastische kousen

Circ-aid & Juxtafit

Compressiekleding

Aantrek hulpmiddelen

schmidtmedica

088 00 47 470

06 30 835 335

info@schmidtmedica.nl

schmidtmedica.nl

Muziek voor de operatie, minder

Patiënten mogen voor, tijdens en na operatie naar hun favoriete

Muziek doet wonderen. Zo heeft wetenschappelijk onderzoek aangetoond dat muziek er onder meer voor kan zorgen dat iemand die geopereerd moet worden, minder medicatie nodig heeft om onder narcose te gaan. Wie in het Slingeland Ziekenhuis een operatie ondergaat, mag sinds kort zelf muziek meenemen om te luisteren.

Anesthesie-assistent en sedatie praktijk specialist Igor Milanović moet regelmatig, op bijvoorbeeld een polikliniek, een patiënt sederen voor onderzoek. Sederen is het geven van medicatie voor pijnstilling en bewustzijnsverlaging ('roesje'). "Veel patiënten zijn gespannen voor een onderzoek. Als de patiënt dan kan luisteren naar muziek waar hij of zij van houdt, wordt de patiënt vaak rustiger en is er bovendien minder medicatie nodig voor sedatie. Met daardoor ook minder kans op bijwerkingen."

Minder pijn

Hoe het precies werkt, weten we nog niet. Maar meerdere wetenschappelijke studies tonen aan dat muziek op verschillende fronten positief werkt voor patiënten die een operatie of onderzoek moeten ondergaan. Om maar wat te noemen: de patiënt ervaart minder angst, er is minder rustgevende medicatie nodig, de patiënt heeft minder pijn na de operatie, en er is minder risico op een delier na de operatie (plotselinge verwardheid). "Muziek blijkt niet alleen heilzaam als je voor en na de operatie luistert, maar zelfs als je onder volledige narcose luistert. Dat laatste klinkt wonderlijk, maar

blijkt echt zo te zijn", zegt anesthesioloog Maarten Crommentuijn.

"Hoe meer gespannen een patiënt is voor een operatie, hoe meer medicatie wij moeten geven om de patiënt onder volledige narcose te brengen. Dat komt onder meer door een verhoogd niveau van het stresshormoon adrenaline. Daarom krijgen patiënten doorgaans rustgevende medicatie vlak voor de operatie. Luistert een patiënt voor de operatie naar zijn of haar favoriete muziek, dan is er vaak én minder rustgevende medicatie nodig én is er ook minder medicatie nodig om de patiënt onder narcose te brengen." Deze medicatie is belastend voor de patiënt en kan bijwerkingen hebben. Dus hoe minder er nodig is, hoe beter. "En het mooie van muziek is: het heeft geen enkele bijwerking", zegt Maarten Crommentuijn.

Draadloze oordopjes

In het Slingeland Ziekenhuis zijn Igor Milanović en Maarten Crommentuijn de initiatiefnemers van 'muziek rond een operatie'. "De technologie helpt ons ook. Vroeger had je grotere apparaten nodig, met kabels, om muziek te kunnen luisteren. Dat was niet handig.

➤ Speciale patiëntenfolder

Via de website van het Slingeland Ziekenhuis kunt u een patiëntenfolder downloaden over muziek voor, tijdens en na de operatie. Deze vindt u op www.folders.slingeland.nl. In die folder vindt u nuttige aanwijzingen voor het geval u graag muziek wilt luisteren.

In ieder geval goed om te weten: op de operatiekamer kunt u de muziek alleen offline luisteren, dus naar geluidsbestanden die u van tevoren heeft opgeslagen. Online luisteren kan de apparatuur op de OK storen.

pijn erna

muziek luisteren

Tegenwoordig heb je genoeg aan een telefoon of een mp3-spelertje en kleine, draadloze oordopjes. Die zijn voor en na de operatie ook gemakkelijk te ontsmetten. Bij de meeste ingrepen is het daardoor mogelijk voor patiënten om naar hun favoriete muziek te luisteren.” De toevoeging ‘favoriete’ is wel belangrijk: muziek blijkt alleen heilzaam te zijn als het iemands favoriete muziek is.

“We merken dat nog niet alle patiënten bekend zijn met de mogelijkheid om bij een operatie naar muziek te luisteren”, zegt Maarten Crommentuijn. “Dat kan zowel bij operaties onder plaatselijke narcose als onder gehele narcose. Dus neem gerust uw favoriete muziek mee als u een operatie moet ondergaan.”

Anesthesie-assistent en sedatie praktijk specialist Igor Milanović (links) en anesthesioloog Maarten Crommentuijn: “Neem gerust uw favoriete muziek mee als u een operatie moet ondergaan.”

De ‘Big 5’ rond een operatie



Het ondergaan van een operatie kan (voor en na) bepaalde klachten geven. De zogeheten ‘Big 5’ daarvan zijn angst, stress, pijn, slaapstoornissen en delier (plotselinge verwardheid, met name bij ouderen). Wereldwijd worden er ieder jaar zo’n 360 miljoen chirurgische ingrepen gedaan. Het blijkt dat driekwart van deze patiënten van tevoren angstig is. Die angst vooraf zorgt er weer voor dat de patiënt na de operatie meer pijn heeft en dat er meer medicatie nodig is voor pijnstilling.

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat muziek voor, tijdens en na de operatie de angst bij patiënten vermindert. En dat daarmee de klachten uit de genoemde Big 5 ook verminderen. Uit de meeste studies komt naar voren dat het effect het grootst is als patiënten gedurende de hele ziekenhuisopname minstens 30 minuten per dag muziek luisteren. Voor chirurgische patiënten geldt: vanaf één dag voor de operatie tot aan ontslag. En uiteraard ook rond de operatie.



Kinderafdeling krijgt Graafschapkamer



Met een klein beetje fantasie waan je je in een echt voetbalstadion. Van één van de kamers van de Kinderafdeling is de lange muur tegenover de bedden helemaal beplakt met een foto van De Vijverberg, het stadion van De Graafschap. De vloer heeft het motief van een grasmat.

Patiënt Lars en De Graafschap-keeper Hidde Jurjus openen de Graafschapkamer op de Kinderafdeling. In het midden mascotte Guus.





Een impressie van de Graafschapkamer. De foto van het stadion beslaat een hele muur.

Het is alsof je zelf in het stadion zit, misschien wel aan de rand van het veld. Je ziet een groot stuk van het veld voor je, de voetballers volop in hun spel, de tribune tegenover je. "En als 's avonds de lampjes achter de bedden branden, lijkt het net alsof je naar avondwedstrijd kijkt", zegt Veronie Gebbinck, Teammanager Vrouw & Kind.

De Kinderafdeling van het Slingeland Ziekenhuis heeft al een lange relatie met Betaald Voetbalorganisatie De Graafschap. "Jarenlang kwamen de spelers één keer per jaar naar het ziekenhuis om chronisch zieke kinderen te ontmoeten, met ze op de foto te gaan en leuke dingen met ze te doen. Door corona is dat tijdelijk stil komen te liggen."

De Graafschap Verbindt

De Graafschap heeft altijd een sterke, maatschappelijke binding met de regio gevoeld. Daarom is in 2020 'De Graafschap Verbindt' opgericht, een stichting die maatschappelijke projecten initieert in de regio, om nog meer verbinding tussen de club en de samenleving te maken.

"Onze missie is 'Geen Achterhoeker aan de zijlijn'", zegt Odette Dhondt van De Graafschap Verbindt. "We vinden het dan ook fantastisch om met chronisch zieke kinderen positieve herinneringen te creëren in het ziekenhuis. Zo hebben ze echte stoeltjes gekregen, met originele wedstrijdshirts en een aankleding om de kamer nog meer een De Graafschap-uitstraling te geven."



Opening Graafschapkamer

"Het plan is dat we samen met De Graafschap twee keer per jaar een happening hebben voor chronisch zieke kinderen", vertelt Veronie Gebbinck. "Eén keer in het ziekenhuis, één keer bij De Graafschap. We weten dat we veel kinderen daar een enorm plezier mee doen."

En dan is er sinds kort ook de speciale Graafschapkamer op de Kinderafdeling. "Het is één van de kamers waar de opgenomen kinderen verblijven", vertelt Veronie Gebbinck. "We weten dat zieke kinderen baat hebben bij een kamer waar ze zich prettig voelen en dat dit genezing kan bevorderen."

De kamer is gefinancierd door De Graafschap, de Stichting Vrienden van het Slingeland Ziekenhuis en FastFloor, die de speciale vloer legde: een vinylvloer met een grasmotief en natuurlijk met het Graafschap-logo erin.

De opening van de speciale Graafschapkamer vond plaats op 31 mei jongstleden en werd verricht door de twaalfjarige Lars, die chronisch ziek is en regelmatig voor controle naar het ziekenhuis komt.

www.slingeland.nl/vrienden

Vrienden van het
Slingeland Ziekenhuis

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



(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



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



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

“Mijn voetklachten waren snel verholpen”

GRATIS VOETCHECK

Heb jij ook last van voetklachten, maar weet je niet precies wat je ermee moet doen? Kom dan zeker eens bij ons langs voor een gratis voetcheck. Zo weet je binnen 20 minuten waar je aan toe bent en hoe deze klachten vaak eenvoudig verholpen kunnen worden.

Last van je voeten?
Blijf er niet mee lopen!

Maak eenvoudig een afspraak

☎ 0475-493900 (bereikbaar ma t/m vrij: 08.00 - 17.00 uur)
Bilderdijkstraat 2 Doetinchem | pendersvoetzorg.nl/afspraak



Penders Voetzorg

Voel je goed. Beweeg je vrij.

Triagewijzer verloskunde

Vaste werkwijze voor bepalen urgentie bij klachten tijdens

De juiste zorg voor een zwangere vrouw, op de juiste plek, op het juiste moment. Dat is het doel van de telefonische triagewijzer verloskunde, die het Slingeland Ziekenhuis begin februari heeft geïntroduceerd. Als een zwangere vrouw belt met klachten, wordt dit altijd op dezelfde manier afgehandeld. Iedereen bepaalt nu volgens een vaste werkwijze de urgentie van de klachten.



Tijdens een zwangerschap kan er van alles gebeuren. Denk aan bloedverlies, gebroken vliezen, minder leven voelen, weeën, klachten als gevolg van een hoge bloeddruk enzovoorts. Zwangere vrouwen bellen dan hun verloskundige. Of ze bellen, als ze onder behandeling zijn van een gynaecoloog, naar het ziekenhuis. “Degene die het telefoontje afhandelt, moet dan de urgentie bepalen. Die urgentie kan variëren van een zelfzorg-advies tot zo snel mogelijk met de ambulance naar het ziekenhuis komen. En alles wat daar tussen zit: bijvoorbeeld ergens op dezelfde dag een bezoek aan de afdeling verloskunde. Doordat we nu de landelijke triagewijzer verloskunde gebruiken, en daar ook in geschoold zijn, handelt iedereen deze telefoontjes op dezelfde manier af. En bepalen we steeds op dezelfde manier de urgentie.”

We praten over de triagewijzer verloskunde met obstetrie-verpleegkundigen Suzan Jurriëns en Mieke

Bijenhof, en klinisch verloskundige Cezanne Peerderman. “We hadden over de triagewijzer gelezen in ons vakblad. Dat sprak ons aan en we wilden er ook graag mee gaan werken. Maar daarvoor is wel een scholing nodig. We hebben de Stichting Kapel (verbonden aan het ziekenhuis) hierover aangeschreven en die heeft de scholing gefinancierd.”

Ruim zestig mensen hebben de scholing gevolgd: verloskundigen, verpleegkundigen, gynaecologen, assistenten en secretaresses. “Waar we ook blij mee zijn, is dat ook de zelfstandig werkende verloskundigen in de regio de scholing hebben gevolgd. Zo werken we in deze regio allemaal op dezelfde manier.”

Urgentie inschatten

Triage is het inschatten van urgentie en is een bekend begrip in de zorg. De Spoedeisende Hulp en de huisartsenpost werken er ook al jarenlang mee, volgens vaste protocollen. “Een gedegen triage helpt voorkomen dat je de urgente gevallen over het hoofd ziet”, legt Cezanne uit. “Tegelijk voorkomt het ook dat je urgentie te hoog inschat en te veel mensen te snel naar het ziekenhuis laat komen. Door te zeggen dat iemand meteen moet komen, terwijl dat niet nodig is, kun je diegene onnodig ongerust maken. Bovendien, als je veel mensen onnodig snel laat komen, krijg je lange wachttijden. Tot soms meerdere uren toe. Die tijd had de vrouw ook nog even thuis kunnen doorbrengen, in plaats van in de wachtruimte. De triagewijzer verloskunde helpt om dit te voorkomen.”

In één telefoontje

“De triagewijzer helpt ook om helemaal zelfstandig een telefoontje te kunnen afhandelen”, vertellen Suzan en Mieke. “Eerder moest je nog wel eens overleggen met een collega, om de zwangere vrouw daarna weer terug te bellen met advies. Nu kunnen we vrijwel altijd zelfstandig, dus tijdens hetzelfde telefonisch contact, de vraag afhandelen. Dat is ook klantvriendelijker.” Cezanne voegt toe: “De triagewijzer is een geweldig hulpmiddel bij het bepalen van urgentie. Maar uiteraard gebruik je natuurlijk ook altijd je eigen kundigheid en ervaring. Soms heeft de zwangere vrouw een medische voorgeschiedenis, die de zorgvraag urgenter kan maken. Bijvoorbeeld: het is een tweede zwangerschap en de eerste zwangerschap was van een tweeling met

geïntroduceerd

zwangerschap



Verpleegkundige Mieke Bijenhof (links) en klinisch verloskundige Cezanne Peerdeman. "Een gedegen triage helpt voorkomen dat je de urgente gevallen over het hoofd ziet."

een keizersnede. Zulke zaken neem je altijd mee in je afweging."

In patiëntendossier

Het is soms de aanstaande vader die belt als zijn partner klachten heeft. "Toch willen we altijd graag de zwangere vrouw zelf aan de telefoon hebben. Daardoor kunnen we de situatie beter beoordelen. Mede omdat de manier van praten aangeeft hoe de vrouw zich voelt en hoeveel pijn ze heeft", aldus Suzan en Mieke.

Cezanne noemt nog een belangrijk voordeel van de triagewijzer: "Het gespreksverslag wordt meteen vastgelegd in het digitaal patiëntendossier van de zwangere vrouw. Voorheen was dat niet zo en we vinden dit een enorme verbetering."

Communicatie is ook een belangrijk aspect van de triagewijzer: "We hebben een poster en een folder ontwikkeld, waarin we uitleggen wat de vrouw van een consult kan verwachten. En vooral ook hoe lang onderzoeken duren. Zo zijn patiënten beter op de hoogte van de wachttijd."

Oirschot

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 herstellzorg**

**Ervaar hoge kwaliteit zorg in een groene
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**

“Zorg en welzijn gaan bij Valuas Zorggroep hand in hand”

Goed voorbereid op vakantie?

Vergeet uw medicatieoverzicht niet

Het is weer bijna vakantie! Wanneer u tijdens uw vakantie medische hulp nodig heeft, is het handig om uw medische gegevens op zak te hebben. Dat kan via het printen van een overzicht in patiëntenportaal van uw huisarts. Ga hiervoor naar de website van uw eigen huisarts.

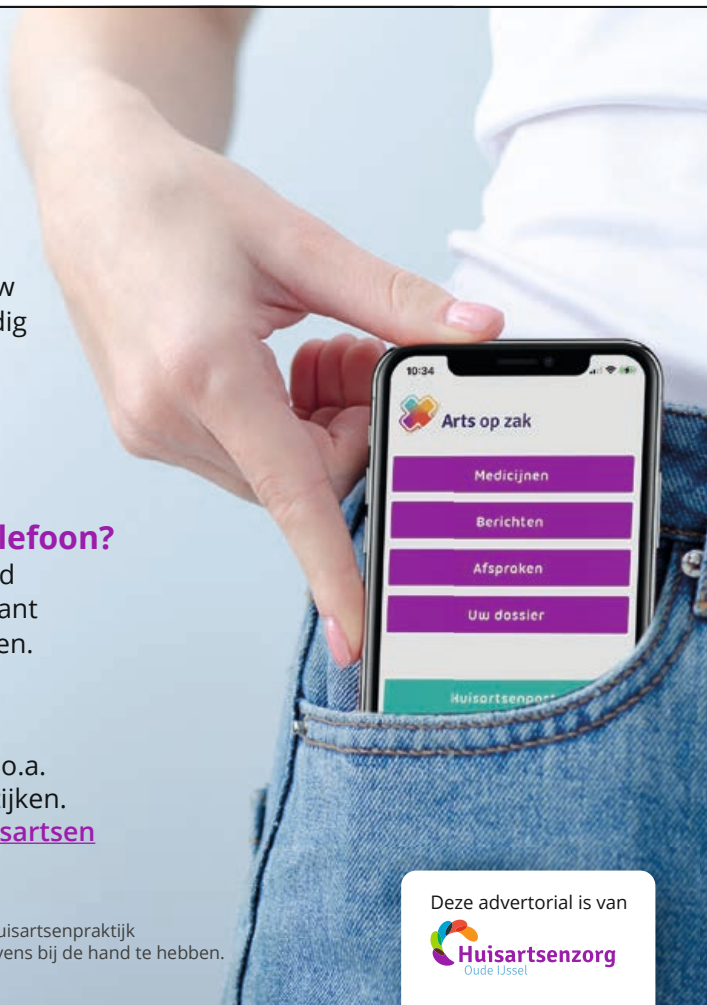
Liever uw medische dossier op uw telefoon?

Ook dat kan bij de meeste huisartsen. Download dan de Arts op Zak app.* Doe dit ruim op tijd, want de assistente moet de verbinding nog accorderen. Zo gaat u goed voorbereid op vakantie!



Op de website van HZOIJ vindt u o.a. alle aangesloten huisartsenpraktijken.
huisartsenzorgoudeijssel.nl/huisartsen

*Bent u patiënt bij een huisarts in Terborg, Gaanderen, Silvolde of bij huisartsenpraktijk Whemerhof download dan de MedGemak app om uw medische gegevens bij de hand te hebben.



Deze advertorial is van



Er is een medicijn dat elk ziek kind beter laat voelen: familie. Daarom zijn er de Ronald McDonald Huizen. Zo zijn mama en papa altijd dichtbij.



Ronald McDonald Kinderfonds Nederland

Keeping families close™



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