

Slingeland

magazine

Neem
gratis
mee!



Narcose: feiten en fabels

Herstel na knie- of heupoperatie

Kindvriendelijk ziekenhuis

JUNI 2023 - NUMMER 23/2



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) - Dr. Grashuisstraat (Zelhem)
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,

In deze uitgave van Slingeland Magazine praten we u bij over medische onderwerpen en nieuwe ontwikkelingen. We laten daarbij zowel artsen, zorgverleners als patiënten aan het woord.

Word ik wel weer wakker? Dat is de meestgestelde vraag aan anesthesioloog Lucie van Genugten. Ze antwoordt volmondig ja en vertelt over de feiten en fabels en de werking van algehele verdoving.

Relatief nieuw is de techniek die radiologen en neurologen van ons ziekenhuis beter in staat stellen om schade na een herseninfarct aan hersenweefsel te beperken.

Sinds enige tijd wordt een patiënt voorafgaand aan een knie- of heupoperatie gescreend om te zien welke ondersteuning hij nodig heeft na de operatie. En u leest over de schildklier, een belangrijke hormoonklier die veel processen in het lichaam aanstuurt.

Er is aandacht voor vrouwelijke patiënten met kanker tijdens de workshop Look Good Feel Better. En tot slot, we doen er alles aan om een kind gerust te stellen. Een kind mee laten praten over hoe de behandeling wordt uitgevoerd, helpt daarbij.

Wij wensen u veel leesplezier,
redactie Slingeland Magazine



04

Feiten en fabels over narcose



09

Kinderen praten mee

Geruststellen en spelenderwijs voorbereiden op een medische behandeling of onderzoek.



16

Zelfredzaam na een knie- of heupoperatie

Voor de operatie bekijken we al welke ondersteuning de patiënt na een operatie nodig heeft.

12 Schade beperken na een herseninfarct

22 Workshop Feel Good Look Better

26 De schildklier regelt veel processen

Colofon

Slingeland Magazine wordt vier maal per jaar uitgegeven.

Eindredactie

Saskia Steenberg (PR-functionaris)

Redactie

Laura Scholten (communicatieadviseur)
Nail Aboosy (internist)

Ans Lepoutre (frontofficemedewerker KNO)
Lisanne Posma (chirurg-oncoloog)

Tekst

Joyce de Schepper
Fred Meijer
Anja Klein

Bladcoördinatie

Sasja Gerritsen

Fotografie

Marcel Rekers
Toon Hendriks

Uitgever

BC Uitgevers BV
T 0515 42 94 29

Vormgeving

Hannique de Jong

Oplage 5.000

Bladmanager & advertentieverkoop

Digna Ketelaar
T 06 44 20 99 10

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

“Patiënt in goede handen tijdens

Word ik wel weer wakker? Dat is de meestgestelde vraag aan de anesthesioloog in het Slingeland Ziekenhuis. Anesthesioloog Lucie van Genugten glimlacht en begrijpt de vraag, en antwoordt volmondig ‘ja’. In dit artikel vertelt ze over de feiten en fabels en de werking van algehele verdoving.



algehele verdoving”

De anesthesiologen en anesthesiemedewerkers zorgen er tijdens een operatie voor dat een patiënt bij een algehele verdoving geen stress, pijn of angst ervaart. Lucie van Genugten: “Wij begeleiden de patiënt en maken mogelijk dat hij of zij niets meekrijgt van de operatie. Met anesthesie wordt de patiënt

goed bewaakt, wordt de stressreactie onderdrukt en helpen we iemand om lichamelijk goed te herstellen.”

In de volksmond heet het narcose, in vaktermen noem je het algehele anesthesie. Anesthesie betekent letterlijk niet voelen of gevoelloosheid. Er zijn verschillende vormen: van algehele verdoving of een roesje (procedurele sedatie) tot een plaatselijke verdoving via een ruggenprik of blokverdoving. Welke vorm je krijgt, hangt af van het soort operatie. “Buikoperaties, operaties in het gebied van hoofd en hals, of een langdurige operatie aan de botten gebeuren meestal onder algehele verdoving.”

Samen afwegen

Anesthesie begint nooit pas in de operatiekamer. Aan elke (geplande) operatie gaat een pre-operatief spreekuur vooraf. Daar gaat de behandelend specialist of een van haar elf collega-anesthesiologen in gesprek



Anesthesioloog Lucie van Genugten: “Geef het als patiënt aan als u bang bent voor algehele verdoving. Dan kunnen wij eventuele misverstanden wegnemen.”



In de volksmond heet het narcose, in vaktermen noem je het algehele anesthesie. Anesthesie betekent letterlijk niet voelen of gevoelloosheid.

met de patiënt en maken ze samen een afweging voor welke verdoving passend is. “Tijdens deze screening beoordelen we de gezondheid en wegen we de voors en tegens af. Gewicht, leeftijd, aanwezigheid van meerdere aandoeningen en het dagelijks gebruik van medicatie, roken of alcoholgebruik spelen hierbij mee.”

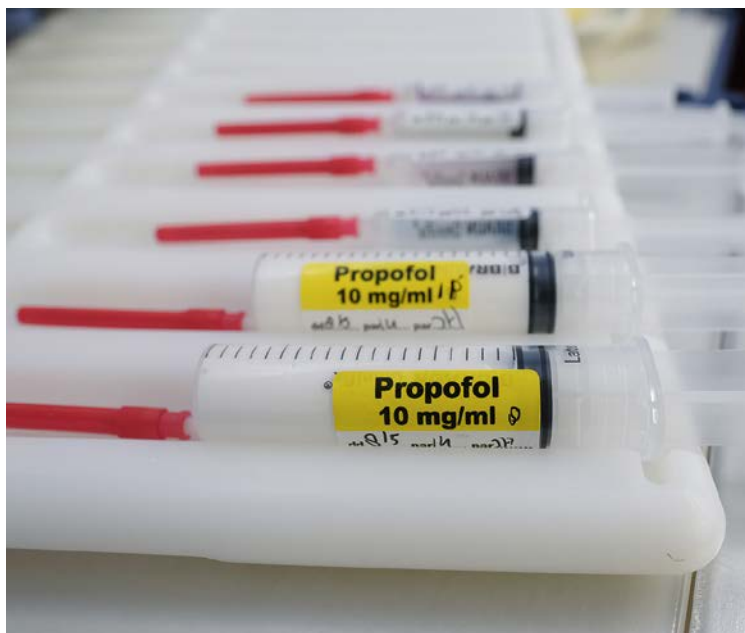
Op de dag van de operatie gaat de patiënt nuchter onder narcose, want dat voorkomt dat er eten uit de maag in de longen kan komen. In de voorbereidingsruimte van het operatiecomplex plaatst de anesthesiemedewerker of verkoevermedewerker een infuus in de hand of arm, waarna de anesthesioloog de patiënt begroet. “De basis van ons vak is vertrouwen geven. Ik vertel de patiënt dat hij of zij bij ons in goede handen is. Als het operatieteam compleet is, starten we met de veiligheidsmaatregelen. Voor de anesthesie gaat

het daarbij om een laatste check op allergieën, bloedverduunners en aandachtspunten zoals een pacemaker.”

Meestal via infuus

In de meeste gevallen verloopt een algehele verdoving via een infuus, waarmee een slaapmiddel, pijnstilling en soms een spierontspannend middel worden toegediend. Het bekende kapje over neus en mond komt er maar kort aan te pas. “Vanwege het milieu werken we in het Slingeland Ziekenhuis steeds minder met narcosegassen; voornamelijk nog bij kinderen aan het begin van een operatie, omdat zij het prikken eng kunnen vinden. Voor de algehele verdoving werken we met het slaapmiddel propofol. Net voordat we dat toedienen, krijgt de patiënt zuurstof via het kapje. Dan heeft het lichaam extra zuurstof in het bloed en dat maakt de anesthesie veiliger.”

Al binnen een minuut is de patiënt in een diepe slaap. “Bij een algehele verdoving stop je met ademen en daarom krijg je een adembuisje in de luchtpijp, waar je overigens niets van voelt, en word je op de beademingsapparaat aangesloten. Als anesthesioloog zie je aan



verschillende metingen zoals de hartslag en bloeddruk of iemand voldoende gesedeerd, dus diep in slaap is. Tijdens de operatie is de patiënt met elektroden en kabels verbonden met de bewakingsapparatuur en bewaak ik samen met de anesthesiemedewerker continu de bloeddruk, hartslag en het zuurstofgehalte en houden we die op peil.”

Geruststellen

Voor wakker worden tijdens de operatie hoeft de patiënt niet bang te zijn, vertelt de specialist. Tijdens de hele operatie worden het slaapmiddel en pijnstilling toegediend (zie ook het kader over misverstanden). Pas wanneer de operatie helemaal op zijn einde loopt, vermindert de anesthesioloog langzaam de toediening. “Pas als de operatie klaar is, stoppen we het slaapmiddel en komt de ademhalingsreflex terug en halen we het adembuisje eruit. Ook daar merkt de patiënt niets van. Al vrij snel komt de patiënt bij bewustzijn, maar is dan nog wel onder invloed. Op de verkoeverkamer mag hij rustig wakker worden en krijgt hij nog pijnmedicatie. Het narcosemiddel zelf is al na een paar uur uit het lichaam.”

Terugkomend op de meestgestelde vraag aan de anesthesioloog. Begripvol antwoordt Lucie van Genugten: “Logisch dat mensen bang zijn, want je staat de controle even af. Het belangrijkste bij angst of zorgen is dat mensen dit kenbaar maken, want dan kan ik uitleggen hoe het werkt en fabels ontkrachten. Ook geef ik de patiënt mee: probeer om te denken. Denk aan het doel van de operatie. Dat is dat u straks minder klachten heeft of helemaal bent hersteld.”

➤ Algehele verdoving: misverstanden en angsten

Fabel 1: Nooit meer wakker worden

Anesthesioloog Lucie van Genugten: “In de praktijk is anesthesie enorm veilig. Daarom zeg ik altijd tegen patiënten die bang zijn: ga er maar vanuit dat u weer wakker wordt. Want dat is ook echt zo. De narcosemiddelen zijn heel veilig en er zijn veel veiligheidsmaatregelen voor en tijdens de operatie.”

Fabel 2: Wakker worden tijdens de operatie

“Awareness, zoals dat heet, bij algehele verdoving is echt uiterst zeldzaam. Zelf ken ik het alleen van beschreven casus uit de vakliteratuur. De vraag is ook of zo’n ervaring een echte awareness was. Tijdens de in- en uitleiding van een grote operatie is het normaal dat je meer bewustzijn hebt. Bij een ‘roesje’ spreek je niet van een awareness-ervaring, omdat diep in slaap zijn niet altijd nodig is.”

Fabel 3: Dwarslaesie door narcose

“Dat is een echt misverstand, want het is onmogelijk dat je door een algehele verdoving een dwarslaesie oploopt. Er is geen sprake van een ruggenprik bij algehele verdoving. Een dwarslaesie na een ruggenprik komt echt héél zelden voor. Zelf heb ik het nog nooit meegemaakt en mijn collega’s ook niet. Wij zouden geen ruggenprik zetten als we mensen een dwarslaesie zouden bezorgen. Ook daar hebben we goede veiligheidsmaatregelen voor. Zo zetten we bijvoorbeeld geen ruggenprik bij bepaalde stollingsstoornissen.”

Fabel 4: Na maanden nog last van narcose

“De lever en nieren zorgen ervoor dat de narcosemiddelen van een algehele verdoving al na een paar uur het lichaam uit zijn. De langwerkende pijnstillers die na de operatie worden gegeven, kunnen wel langer bijwerkingen hebben. Ook gaat het lichaam in herstelmodus en daar kunnen klachten van concentratie en vermoeidheid vandaan komen. Een operatie heeft impact en brengt je even uit balans. Geef jezelf tijd om te herstellen.”

Onze locaties



Annemiek's Hoorstudio Doetinchem
De Veenjtes 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 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



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

Met volle kracht in het leven,
daar zorgen wij voor!

azora

Advies- en behandelcentrum



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
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

Kinderen praten mee

*Medisch pedagogisch
zorgverlener Annerieke
Colenbrander bereidt Lexi
spelerwijs voor op
een bloedonderzoek.*



Het Slingeland Ziekenhuis doet er alles aan om een kind gerust te stellen en goed voor te bereiden op een medische behandeling of opname. “Een kind ervaart een verblijf vooral als aangenaam als het voelt dat het deels zelf de regie mag behouden. Dat stimuleren we door kinderen mee te laten praten over hoe de behandeling uitgevoerd wordt”, zegt Annerieke Colenbrander, een van de vier medisch pedagogisch zorgverleners.

En er zijn extra bezoeken die het verblijf net wat aangenamer maken, zo komen de CliniClowns wekelijks langs bij kinderen op de Kinderafdeling en brengen enkele voetbalspelers van De Graafschap onlangs een verrassingsbezoekje.

Vertrouwen

“Als verpleegkundige, laborant of arts is het belangrijk om te luisteren hoe het kind graag wil dat een behandeling uitgevoerd wordt. Daarmee maak je het ziekenhuis een plek waar kinderen vertrouwen kunnen

hebben in de mensen om hen heen”, vertelt Annerieke. Ze geeft een voorbeeld. “Als bloedonderzoek nodig is, kan er zo nodig verdovende zalf aangebracht worden op de plek waar geprikt wordt. Vervolgens kan een kind aangeven of het mee wil kijken of juist een andere kant op wil kijken. We vragen of het kind het prettig vindt dat er afgeteld wordt tot het moment dat er bloed wordt afgenomen en of het op schoot wil zitten bij een ouder.” Op zo’n manier voelen kinderen dat ze wat te zeggen hebben over hun eigen lichaam.

Ziekenhuispaspoort

Een klein kind tijdens een bloedonderzoek in een houdgreep nemen, kan grote impact hebben op latere leeftijd. “Door zo’n ervaring kan iemand een angst ontwikkelen die er op volwassen leeftijd voor kan zorgen dat zorg gemeden wordt”, vertelt Annerieke. “Gelukkig zijn we ons daar steeds meer van bewust en daarom is het zo belangrijk om ziekenhuis-ervaringen zo goed mogelijk te laten verlopen. De afspraken die we maken met de kinderen kunnen in een ziekenhuispaspoort staan. Daarin staat hoe een kind graag wil dat de handelingen verlopen en daar moeten we ons als zorgverleners aan houden. Als een handeling toch anders moet dan vooraf is

besproken, zul je dat als zorgverlener eerst moeten bespreken met het kind. Zo weten kinderen dat ze serieus genomen worden.”

Vorbereidingskoffertje

Naast het ziekenhuispaspoort, zijn er ook andere positieve afleidingen dankzij een bijdrage van Stichting Vrienden van het Slingeland Ziekenhuis. Zo kunnen



Het bezoek van enkele voetballers van De Graafschap was een welkome onderbreking tijdens het verblijf van de elfjarige Siem. De kamer was helemaal in Graafschapstijl versierd. Kinderen mogen hun kamer inrichten met spulletjes van thuis. Als Siem weer thuis is, is het hele gezin uitgenodigd om naar een thuiswedstrijd van De Graafschap te komen kijken.

kinderen met elektrische kinderauto's van de Kinderafdeling naar de operatiekamer rijden. Er is een kleurrijke muurschildering op de afdeling, een speelkasteel en een kinderboerderij aangrenzend aan de afdeling. "Om kinderen voor te bereiden op een operatie zijn er voorbereidingskoffertjes en fotoboeken waarin de kinderen en hun ouders stap voor stap kunnen zien wat er gaat gebeuren. Dat is belangrijk, niet alleen voor kinderen, maar ook voor ouders."

MRI-scan

Het komt ook voor dat een kind een verwijzing krijgt voor een MRI-scan. "Jonge kinderen en hun ouders of verzorgers komen eerst bij ons op de afdeling. We bereiden kinderen voor door te laten zien hoe een MRI eruit ziet en wat er gebeurt als je in dat apparaat ligt en laten horen wat voor geluid de MRI kan maken. We vertellen dat het heel belangrijk is dat ze héél stil liggen. Kinderen kunnen ook even proef liggen. Dat is voor ons meteen een goed moment om in te schatten of een MRI-scan wel of niet gaat lukken. Bovendien krijgen ouders de kans om te zien wat zij bij kunnen dragen tijdens het onderzoek. Na het proef liggen, volgt het echte onderzoek op een andere dag. Ook dan begeleiden we het kind en de ouder of verzorger", vertelt Annerieke.



In het schaalmodel van de LEGO MRI Scanner is een kleedruimte, een bedieningsruimte en een scanruimte (behandelruimte). Kinderen kunnen kiezen welk poppetje de scan gaat bedienen en welk poppetje in de scan gaat. Het apparaat kan opengeklapt worden en er kan een poppetje in de scan geschoven worden, net zoals in een echt apparaat.

Indrukwekkend lawaaiig apparaat

Froukje Duenk is radiodiagnostisch laborant en werkt op de afdeling Radiologie. "De uitdaging is om een zo goed mogelijk resultaat te krijgen van de MRI, zodat de specialist aan de hand van goede beelden een diagnose kan stellen", vertelt Froukje. "Voor een goed resultaat is het van belang dat het kind zo stil mogelijk ligt. Een goede voorbereiding en begeleiding door de medisch pedagogisch zorgverleners helpt daarbij. Het is een indrukwekkend apparaat, dat nog meer indruk maakt door het geluid dat ie maakt." Vorig jaar las Froukje dat The LEGO Foundation wereldwijd een LEGO MRI Scanner wilde doneren aan ziekenhuizen. "Ik pikte dat bericht ergens op en schreef ons ziekenhuis in. Eerlijk gezegd had ik er niet op gerekend dat wij een exemplaar zouden ontvangen, totdat er een doos lego arriveerde. Met daarin een MRI-scanner van lego op schaal gemaakt. De ervaring leert dat kinderen in de leeftijd van vier tot tien jaar het leuk vinden om met het schaalmodel te spelen voordat ze de scanner ingaan." En er zijn meer hulpmiddelen om het MRI-onderzoek letterlijk te verzachten. "Oordopjes van bolletjes die zich vormen naar de gehoorgang dempen het geluid van de scanner. Daarnaast mogen kinderen hun favoriete muziek meenemen waar ze via een koptelefoon naar kunnen luisteren. Na het onderzoek krijgen kinderen een Super Stil Lig Diploma, een bijzonder diploma omdat bijna niemand dat heeft. Het diploma wordt officieel overhandigd voorzien van de naam van het kind en de behandelaar."

"Kinderen in de leeftijd van vier tot tien jaar vinden het leuk om met het schaalmodel te spelen voordat ze de scanner ingaan", zegt radiodiagnostisch laborant Froukje Duenk.

Neuroloog Elles van Keeken:

“Nieuwe onderzoeksmethode

Door een relatief nieuwe techniek zijn radiologen en neurologen in het Slingeland Ziekenhuis beter in staat om onherstelbare en herstelbare schade aan het hersenweefsel te onderscheiden. Ook als de klachten langer dan 4,5 uur bestaan.



Een scheve mond, een verlamde arm of onduidelijke spraak? In dat geval is het van groot belang om meteen de huisarts of 112 te bellen. Grote kans dat er sprake is van een herseninfarct. Hoe sneller de behandeling, hoe beter vooruitzicht op herstel! benadrukt neuroloog Elles van Keeken. Bij een herseninfarct, ook wel CVA genoemd, gaat er iets mis in de hersenen. De bloedtoevoer naar de hersenen stagneert en zo ontstaat een zuurstoftekort. Een herseninfarct is een afsluiting

van een bloedvatje door een stolseltje vanuit het hart, soms vanuit de bloedvaten in de hals of door aderverkalking in het hoofd. Dan krijgen de hersenen eromheen geen bloed en geen zuurstof en daardoor ontstaan er acuut uitvalsverschijnselen.

Spoedteam

Meteen nadat de huisarts of 112 is gebeld en er verdenking is van een patiënt met een CVA gaat er een

beperkt hersenbeschadiging”



Een handig ezelsbruggetje is FAST: Face, Arm, Speech and Test. Scheve mond, verlamde arm, verwarde spraak; test of de persoon in kwestie kan spreken en armen op kan tillen. Zo niet, bel 112 of de huisarts, adviseert neuroloog Elles van Keeken.

ambulance op weg. Tegelijkertijd wordt het ziekenhuis gebeld dat er een patiënt onderweg is met verdenking van een herseninfarct. Op dat moment wordt er een team gealarmeerd: de verpleegkundige op de SEH, een SEH-arts, een radioloog en radiodiagnostisch laborant, een verpleegkundige neurologie en een neuroloog. Bij de behandeling van een herseninfarct is dat hele team actief. Zij staan klaar om de patiënt op te vangen en te beoordelen of de verschijnselen passen bij een

beroerte. Snelheid is ook dan geboden; dit vergroot de kans op een succesvolle behandeling. Elke minuut vertraging betekent dat er meer hersencellen afsterven: Time is brain! Letterlijk.

Samenwerking Rijnstate

Bij iedere patiënt die binnenkomt, wordt een CT-scan gemaakt. Als de klachten minder dan 4,5 uur bestaan, kunnen patiënten soms behandeld worden met een infuus met bloedverdunners. Daarnaast wordt met behulp van een CT-angio gekeken of er een bloedstolsel zichtbaar is in de hersenen. Als dat het geval is, gaat de patiënt direct door naar Rijnstate in Arnhem. Daar wordt het bloedpropje in de hersenen weggehaald met een katheter via de lies. Deze behandeling is zinvol tot zes uur nadat de klachten zijn ontstaan. Het Slingeland Ziekenhuis heeft een intensieve samenwerking met Rijnstate waar een team dag en nacht klaarstaat.

Nieuwe techniek

Meteen alarm slaan na uitvalsverschijnselen is van levensbelang. Maar het komt voor dat mensen wakker worden met uitvalsverschijnselen en niet weten hoe lang de klachten al bestaan. Dankzij een nieuwe techniek kunnen radiologen en neurologen, ook als ze niet weten hoe laat de klachten zijn ontstaan, herstelbare schade van onherstelbare schade in de hersenen onderscheiden. En kan er soms alsnog een behandeling toegepast worden die erop gericht is om verdere hersenschade te voorkomen. Dankzij de CT-perfusie kunnen mensen behandeld worden tot 12 uur - in sommige gevallen zelfs tot 24 uur - na de uitvalsverschijnselen.

CVA-nazorgpoli

Mensen die een beroerte hebben gehad, krijgen na ontslag uit het ziekenhuis een afspraak bij CVA-nazorgpoli waar een verpleegkundige de patiënten terugziet. Tijdens de opname wordt een vervolgtraject voor revalidatie afgestemd in goede samenwerking met fysio- en ergotherapeuten, logopedisten en revalidatie-artsen van Klimmendaal, de patiënt en diens naasten.

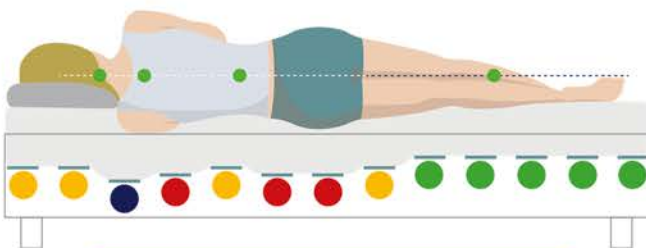
Goed en gezond slapen

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 slaappropping 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 slaappropping 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 slaappropping 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

SCHMIDT MEDICA ALTIJD BIJ U IN DE BUURT

contracten
met alle
verzekeraars

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

schmidtmedica

📞 088 00 47 470

✉ info@schmidtmedica.nl

📞 06 30 835 335

🌐 schmidtmedica.nl

RX# 231-479-161

EEN KNUFFEL VAN MAMA JOYCE:
DRIE MAAL DAAGS TOEDIENEN
* * BLIJVEN HERHALEN * *



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®

Francis Bongers en Mayke Zwiers:

“Sneller zelfstandig na een

“Het proces rondom een knie- of heupoperatie is sinds enige tijd anders georganiseerd. De patiënt wordt voorafgaand aan de operatie gescreend. Op basis van die gegevens maken we een geplande ondersteuning op maat”, vertelt Francis Bongers, coördinator Transferbureau Zorg. “Anders gezegd; op basis van deze screening bekijken we al voor de operatie welke ondersteuning de patiënt nodig heeft om zo snel mogelijk weer op de been te zijn”, vult Mayke Zwiers, wijkverpleegkundige bij Sensire namens de ketenpartners, aan.

“Mensen die voorafgaand aan een knie- of heupoperatie zelfredzaam zijn, vinden het prettig om ook daarna zelf de regie te behouden”



knie- of heupoperatie”

“Mensen worden niet afhankelijk gemaakt door een operatie, maar worden geholpen hoe ze zichzelf kunnen redden na een operatie. Dat is een heel andere insteek”, vertelt Sensire wijkverpleegkundige Mayke Zwiers.





"Patiënten worden vooraf goed geïnformeerd en zijn daardoor voorbereid op wat ze na de operatie kunnen verwachten. Dat is prettig voor alle betrokkenen; niet alleen voor patiënten, ook voor zorgverleners", zegt Francis Bongers, coördinator Transferbureau Zorg.

"In de regio werken we samen met de ketenpartners, waarmee we afspraken hebben gemaakt voor deze groep patiënten." Voorheen werden mensen opgenomen, geopereerd en pas dan gescreend. Patiënten die thuis revalideerden, kregen standaard twee keer per dag wijkverpleegkundige zorg. Deze zorg werd pas na de operatie aangevraagd. "Met de nieuwe werkwijze zijn zowel de patiënt als de zorgverleners van het ziekenhuis én de wijkverpleging tijdig voorbereid. Als thuis revalideren niet mogelijk lijkt, kan zo nodig eerder een revalidatieplek in een verpleeghuis worden aangevraagd. Met deze aanpak creëren we een goede doorstroom vanuit het ziekenhuis naar huis of verpleeghuis. Door proactief te werken, kunnen we de juiste zorg op de juiste plek plannen", zeggen Francis en Mayke.

Preoperatief spreekuur

Hoe werkt het in de praktijk? Via een verwijzing van de huisarts kunnen mensen terecht bij de orthopedisch chirurg. Die beoordeelt of de patiënt gebaat is bij een operatie. Vervolgens wordt een afspraak gemaakt voor het preoperatief spreekuur. "Tijdens dat spreekuur wordt de patiënt gescreend op zijn of haar mogelijkheden en brengen we iemands thuissituatie en conditie in kaart. Zo kijken we of een patiënt slecht ziet (visusklachten heeft), al wijkverpleging heeft, ouder is dan 65+ en alleen woont. En of iemand samenwoont met een zieke partner of geen mantelzorg heeft", legt Francis uit. "Ook of iemand loophulpmiddelen nodig heeft vanwege een andere aandoening dan knie- of heupklachten, bijvoorbeeld als iemand halfzijdig verlamd is als gevolg van een hersenbloeding (CVA). In een aantal gevallen volgt een verwijzing naar een geriatrisch spreekuur voor advies om wel of niet te opereren."

Wijkverpleegkundig consult

Na de ziekenhuisscreening volgt er een wijkverpleegkundig consult bij de patiënt thuis. Daar neemt de wijkverpleegkundige de screening nog eens samen met de patiënt door. "We hebben een open gesprek om te achterhalen wat nodig is na de operatie en kijken hoe patiënten de zorg in hun thuissituatie het beste kunnen organiseren. Eigen regie is steeds het uitgangspunt", zegt Mayke. "We bespreken of een patiënt met mantelzorg ondersteund kan worden en welke hulpmiddelen kunnen worden ingezet, zodat mensen deze kunnen huren of aanschaffen. Met de hulpmiddelen kunnen ze dan thuis voorafgaand aan de operatie oefenen zo vaak ze willen. Dat is een heel ander uitgangspunt dan wanneer je na een operatie met pijn nog moet gaan leren om met krukken te lopen. Deze proactieve aanpak geeft goede resultaten. Mensen zijn daardoor veel handiger en mobieler." Ook is er digitale ondersteuning. De inzet van fysieke zorg in de vorm van wijkverpleegkundige zorg is niet langer standaard noodzakelijk, maar pas als het echt nodig blijkt.

Nazorg voorkomen

"In gesprek met patiënten gaat het steeds over hoe we nazorg kunnen voorkomen. De nadruk ligt steeds op wat iemand nodig heeft en wat iemand zelf kan doen. We merken dat mensen daar vaak zelf al over nadenken en het prettig vinden dat we samen kijken hoe we hen zo snel mogelijk weer op de been kunnen krijgen", zeggen coördinator Francis en wijkverpleegkundige Mayke. Denk daarbij aan praktische zaken zoals het regelen of invriezen van maaltijden of de aanschaf van een douchestoeltje. "Het screenen en het bespreken van iemands mogelijkheden draagt bij aan eigen regie

van de patiënt. Daar komt bij dat er inmiddels andere inzichten zijn over de behandeling na een operatie. We merken dat mensen mobieler zijn nu ze niet meer stil hoeven te zitten. Op basis van onderzoek blijkt bovendien dat het aantrekken van elastische kousen geen meerwaarde heeft. En er wordt gebruik gemaakt van pleisters die minder vaak vervangen hoeven te worden. Al met al betekent dat minder inzet van zorg nodig is.”



“We kijken wat iemand nodig heeft om zo snel mogelijk weer op de been te zijn.”



➤ Ketenzorg in de regio

De zelfredzaamheid van de patiënt wordt vergroot dankzij de inzet van hulpmiddelen in de thuis-situatie. Patiënten kunnen daardoor meer eigen regie voeren over hun zorgproces. De wijk-verpleging neemt alleen zorg over in de thuissituatie als dat noodzakelijk is. De werkwijze is transmuraal ontwikkeld met verpleging-, verzorging- en thuiszorgketenpartners in de Achterhoek en de Liemers: Azora, Careaz, Buurtzorg, De Gouden Leeuw Groep, Markenheem, Sensire, STMG, Groot Gelre en Attent. Alle organisaties conformeren zich aan een uniforme werkwijze in het preoperatief organiseren van een wijkverpleegkundig consult. De afgelopen vijf jaar werden de positieve ervaringen in Oost-Achterhoek gedeeld met andere ziekenhuizen in de regio. Inmiddels werken de ziekenhuizen van Arnhem, Deventer, Winterswijk, Zutphen en ook ons ziekenhuis op deze basis.



Roessingh
Revalidatie Techniek

'Onderdeel van mijn leven'

Prothesen
Orthesen
Mammacare
Elastische kousen
Orthopedische schoenen

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

Ellen
Klant van RRT



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



Het
Oude IJssel Huis

Centrum voor leven met en na kanker

Voor zowel u of naasten:

- luisterend oor
- hulp bij omgaan met kanker
- lotgenotencontact
- ontspannende activiteiten

Loop gewoon eens binnen of bel of mail voor een afspraak met een coach

Openingstijden:

Dinsdag t/m woensdag 10.00 tot 16.00 uur
Plantenstraat 2, Doetinchem

Meer info: www.hetoudeijsselhuis.nl
0314-0646024
info@oudeijsselhuis.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: 0314-32 93 88 E-mail: apotheekoudeijssel@ezorg.nl

Goed voorbereid op vakantie?

Vergeet uw medicatieoverzicht niet

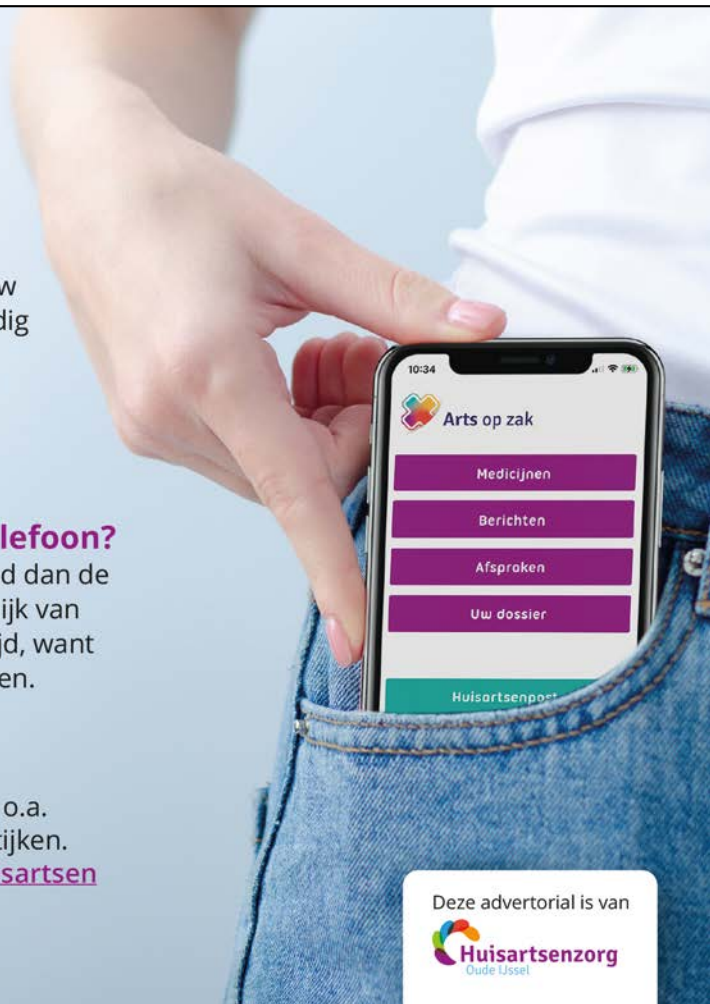
Het is weer bijna vakantie! Wanneer u tijdens uw vakantie medische hulp nodig heeft, is het handig om uw medische gegevens op zak te hebben. Dat kan via het printen van een overzicht in het patiëntenportaal van uw huisarts. Ga hiervoor naar de website van uw eigen huisarts.

Liever uw medische dossier op uw telefoon?

Ook dat kan bij de meeste huisartsen. Download dan de Arts op zak app of de MedGemak app, afhankelijk van waar uw huisarts mee werkt. 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



Deze advertorial is van



Bij workshop Look Good Feel Better ziekte even naar achtergrond
“Mooie make-up brengt



uitdrukking terug”



Je weer even vrouw voelen, in plaats van patiënt met kanker. Dat is het doel van de workshop Look Good Feel Better en dat is ook precies wat op de ochtend in mei gebeurt. De twaalf deelnemers voelen zich duidelijk op hun gemak bij elkaar en passen met plezier de tips van de beautyprofessionals toe.

Haarwerksspecialist Monique Hartjes, oncologieverpleegkundige Cindy Kerkemeijer, LGFB-directeur Henriëtte Uffing, schoonheidsspecialist Sandra Bresser en vrijwilliger Marijke Jorna. “Deelnemers leren zich tijdens de workshop weer op te peppen.”



Henriëtte Uffing, directeur van stichting Look Good Feel Better: “Het is maar make-up, zou je denken, maar het doet zoveel aan de buitenkant. Als je bijvoorbeeld negen maanden in behandeling bent voor kanker, word je ook negen maanden geconfronteerd met je veranderde uiterlijk. Dat voelt als een handicap in je sociale leven. Het is mooi om te zien dat mensen na deze workshop weer dichterbij zichzelf zijn.”

Het is de stichting Look Good Feel Better die de workshop hier al dertien jaar samen met het Slingeland Ziekenhuis aanbiedt aan vrouwen tijdens hun behandeltraject. Enkele vaste beauty- en haarprofessionals stellen hun tijd en kennis belangeloos beschikbaar, ondersteund door vrijwilliger Marijke Jorna, zelf voormalig kankerpatiënt: “In de ochtend komen ze met witte snuitjes binnen, daarna gaan ze mooi en vrolijk de deur uit.”

Goede afleiding

Oncologieverpleegkundige Cindy Kerkemeijer brengt de workshop op de Dagbehandeling onder de aandacht: “Vaak moeten patiënten over een drempel heen, maar na afloop zijn ze superenthousiast. Dat gun ik iedereen. We adviseren patiënten om vrij snel na de start van hun behandeling mee te doen. Het geeft afleiding tussen de behandelingen door en ze voelen zich er vaak beter door.”

Met een boekje en een 12-stappenplan, spiegel en een luxe gevulde toilettas leren de deelnemers vanochtend van alles over het gebruik van make-up, hydratering en huidverzorging bij kanker. Geliefd zijn de tips over het tekenen van wenkbrauwen, die vaak uitvallen door de behandeling. Maar ook naar alle informatie over het dragen van haarwerk, een haarband of mutsje, luisteren ze met aandacht. Na twee uur zien de vrouwen er stralend uit. Een van hen gaat nog even de stad in voor een nieuwe jas, zegt ze met een grote glimlach.

Vier keer per jaar is er een workshop, waar patiënten zich via de Dagbehandeling Oncologie voor kunnen aanmelden. De workshop is bedoeld voor mensen met kanker die chemotherapie, bestraling of andere vormen van behandeling ondergaan, waarvan de laatste niet langer dan zes maanden geleden is. Stichting Look Good Feel Better, Stichting Vrienden van Slingeland, beauty- en haarprofessionals en ondersteunende vrijwilligers maken de workshops in het Slingeland Ziekenhuis mogelijk.

Ook u kunt Vriend worden via www.slingeland.nl/vrienden.



Vrienden van het
Slingeland Ziekenhuis



www.lookgoodfeelbetter.nl

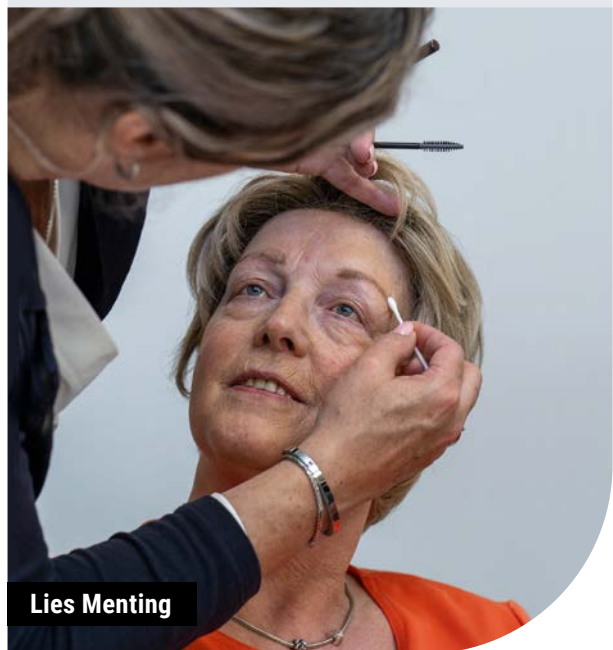


Joyce Schieven

Joyce Schieven, met 38 jaar de jongste deelnemer, heeft het duidelijk naar haar zin tijdens de workshop:

“Heel goed dat het ziekenhuis dit aanbiedt. Als je kanker krijgt kom je veel meer thuis, in je eigen bubbel te zitten. Mijn naasten zijn heel lief, maar soms word ik er naar van dat ik steeds moet vertellen hoe het gaat. Ik wil het ook wel eens over iets anders hebben. Ik heb me voor de workshop opgegeven voor de gezelligheid en omdat het in een vertrouwde omgeving gebeurt. Voorgaand aan mijn behandeling had ik het schrikbeeld dat ik overal heel zichtbaar een ‘kankerhoofd’ zou hebben. Daarom twijfelde ik niet en heb ik voor de eerste chemo mijn haar afgeknipt en op een haarband laten zetten. Met een mutsje, baret of pet zie ik er nu nog steeds als mezelf uit.”

Lies Menting: “Voor de tweede keer heb ik Hodgkin, een vorm van lymfeklierkanker. Ook tijdens mijn ziekte maak ik me op en doe ik mijn wenkbrauwen, want je wil er toch op je mooist uitzien. Thuis doe ik ook makkelijk mijn pruik af, behalve als de kleinkinderen komen want dat vind ik voor hen niet fijn. Ik durfde weinig met make-up bij de ogen te doen en hier leer ik hoe ik dat wel kan doen. Ook mijn couperose maak ik minder zichtbaar. In plaats van alleen maar chemo-behandelingen te krijgen, is het leuk om mee te doen aan een gezellige en informatieve ochtend over wat me aanspreekt. Iets wat ik leuk vind, geeft me ook enorm veel energie. Bij deze: bedankt aan het hele team!”



Lies Menting



Marlies Kok

Marlies Kok: “Ik had geen idee wat me te wachten stond, maar deze workshop voelt als een warm bad. Echt gigantisch leuk. Toen ik op de Dag-behandeling Oncologie de folder kreeg, wist ik meteen dat ik eraan mee wilde doen. Ik heb veel aan de tips en trucs, bijvoorbeeld over de huid en zonbescherming. Maar ik vind het ook zeker fijn om te horen hoe het is als mijn haar straks weer groeit. Het was heel emotioneel dat ik bij de behandeling van mijn lymfeklierkanker al na twee dagen mijn haar kwijt was. Een pruik wilde ik niet en nu draag ik een bijpassend mutsje. Voor mij was het altijd belangrijk om er op en top verzorgd uit te zien, en nu nog steeds. Dan voel je je beter en dat geeft zelfvertrouwen.”

De schildklier regelt veel

Verschillende ziektes kunnen dit verstoren

De schildklier is een belangrijke hormoonklier, die zich onderin de hals bevindt. Hij is belangrijk, omdat hij veel processen in het lichaam aanstuurt. Welke processen zijn dat? Wat zijn de meest voorkomende ziektes van de schildklier? Hoe worden deze ziektes behandeld? Internist-endocrinoloog Marieke Velema geeft uitleg.

Marieke Velema is internist-endocrinoloog. Endocrinologie is een zogeheten subspecialisatie binnen de Interne Geneeskunde, dat zich richt op de hormoonhuishouding. Hormonen zijn chemische

stoffen die het lichaam zelf aanmaakt en die allerlei processen in het lichaam aansturen. Deze hormonen worden geproduceerd in verschillende organen, de zogeheten hormoonklieren.



Internist-endocrinoloog Marieke Velema:
“Niet bij alle patiënten is meteen duidelijk dat er een schildklierprobleem is. Maar gelukkig zijn de huisartsen hier alert op.”

processen in het lichaam

➤ Schildklierziekten: hoe wordt de diagnose gesteld?

Bloedonderzoek is een belangrijk onderdeel van de diagnose van ziekten aan de schildklier. Daarbij wordt bepaald of het bloed te veel of te weinig schildklierhormonen bevat. De belangrijkste maat hiervoor is TSH, het hormoon waarmee de hypofyse de schildklier stimuleert.

Een hoog TSH wijst op een te laag schildklierhormoon en andersom. Dit komt door de zogeheten negatieve terugkoppeling van T4 en T3 op de hypofyse (en hypothalamus): een hoog schildklierhormoon heeft een remmende werking op de hypofyse, waardoor het TSH daalt en er in een normale situatie minder stimulatie van de schildklier plaatsvindt. Zo houdt je lichaam het systeem in balans.

Om te bepalen of een vergrote schildklier de luchtpijp en slokdarm afknelt, en waar precies, kan een speciale CT-scan worden gemaakt. Met behulp van echografisch onderzoek kunnen de nodi (knobbel in schildklier) zichtbaar worden gemaakt.

Soms wordt nucleair beeldvormend onderzoek gedaan. Daarmee kan worden bekeken of de schildklier al dan niet te veel hormoon produceert. En ook waar die overmatige productie plaatsvindt: in de hele schildklier of alleen in één of meerdere nodi.

Medisch model van een normale schildklier. De schildklier bevindt zich onderin de hals, rond de luchtpijp. Het zijn twee kwabben aan beide zijden van de luchtpijp, met elkaar verbonden via de isthmus.



Een belangrijke hormoonklier is de schildklier. “Deze bevindt zich onderin de hals, rond de luchtpijp en de slokdarm”, legt Marieke Velema uit. “Het zijn eigenlijk twee kwabben die via de zogeheten isthmus met elkaar verbonden zijn.” Kun je de schildklier

Medisch model van een vergrote schildklier. Dit heet struma, ook wel krop genoemd.



voelen als je op je hals drukt? “Een schildklier van normale omvang is vaak niet te voelen. Een vergrote schildklier is soms zichtbaar door een verdikking in de hals. Die beweegt dan mee bij slikken.”

Snelle en trage schildklier

Wat doet de schildklier? Marieke Velema legt uit: "De schildklier produceert de hormonen T3 en T4. Deze schildklierhormonen regelen de stofwisseling in het lichaam. De stofwisseling is het geheel van biochemische processen dat plaatsvindt in onze lichaamscellen. In feite regelen de schildklierhormonen de snelheid van de stofwisseling. Hoe meer schildklierhormoon, hoe sneller de stofwisseling." De schildklier zelf kan te snel of te traag werken, met te veel of te weinig schildklierhormoon als gevolg. Marieke Velema vertelt welke klachten dit kan geven: "Een te snelle schildklier geeft onder meer gewichtsverlies, diarree, verhoogde hartslag en hartkloppingen, zweten, een gejaagd gevoel en snel geprikkeld zijn. Een trage schildklier geeft onder meer gewichtstoename, obstipatie (verstopping), vermoeidheid, kouwelijk zijn, een droge huid, somberheid."

Huisartsen zijn alert

Veel van deze klachten kunnen ook andere oorzaken hebben. "Dat klopt", zegt Marieke Velema. "Daarom is het niet bij alle patiënten meteen duidelijk dat er een schildklierprobleem is. Maar gelukkig zijn de huisartsen hier alert op. Als zij enigszins vermoeden dat er een schildklierprobleem speelt, laten zij het bloed van de patiënt hierop onderzoeken."

De meeste patiënten komen dan ook via de huisarts bij de internist-endocrinoloog. "Maar ik krijg bijvoorbeeld ook patiënten via de maag-darm-lever-artsen, bij wie zij werden geanalyseerd vanwege diarree."

Ook worden sommige patiënten verwezen door de cardioloog. "Hartpatiënten krijgen soms medicijnen voorgeschreven die zowel een te snelle als een te traag werkende schildklier als gevolg kunnen hebben."

Hypofyse en schildklier

De schildklier wordt voor een belangrijk deel aangestuurd door de hypofyse, een hormoonklier die zich in de hersenen bevindt. De hypofyse produceert het schildklier stimulerend hormoon, genaamd TSH.

De schildklier zelf communiceert weer met de hypofyse via een zogeheten negatief terugkoppelingssysteem. Daarmee geeft de schildklier aan dat er genoeg schildklierhormoon wordt geproduceerd en de hypofyse een stap terug kan doen in het stimuleren. "De hypofyse en de schildklier zijn voorbeelden van hormoonklieren die onderling samenwerken en invloed hebben op elkaar", merkt Marieke Velema op. "Een schijnbaar schildklierprobleem kan daardoor het

Medisch model van een schildklier met een zogeheten nodus (knobbel aan de buitenzijde). Dit is soms een zogeheten toxische nodus, die ongeremd schildklierhormoon produceert.



gevolg zijn van een probleem in de hypofyse. Het vakgebied endocrinologie is dus soms echt puzzelen." Ziektes van de schildklier komen relatief vaak voor. Ze resulteren vaak in een te laag of een te hoog schildklierhormoon. De belangrijkste ziektes zijn:

Ziekte van Hashimoto

"De ziekte van Hashimoto is de meest voorkomende oorzaak van een trage schildklier", vertelt Marieke Velema. "Het is een auto-immuunziekte. Bij een dergelijke ziekte keert het immuunsysteem zich tegen het eigen lichaam, waardoor er ontstekingen ontstaan. In dit geval in de schildklier, die daardoor minder goed werkt."

Bij de ziekte van Hashimoto wordt de schildklier wel voortdurend gestimuleerd door de hypofyse. "Maar met onvoldoende resultaat, omdat de schildklier niet goed werkt. Je ziet bij bloedonderzoek dan een hoog gehalte aan TSH (schildklier stimulerend hormoon) en een laag gehalte aan schildklierhormoon. De ziekte is helaas niet te genezen. De klachten worden bestreden door het innemen van medicijnen, in dit geval kunstmatig schildklierhormoon."

Ziekte van Graves

Dan de ziekte van Graves, ook een auto-immuun-ziekte. "Bij deze ziekte werkt de schildklier te snel", vertelt Marieke Velema. "Ook kunnen er oogklachten ontstaan, zoals dubbelzien en uitpuilende ogen. Om de klachten te bestrijden, schrijven we meestal medicatie voor die de productie van schildklierhormoon remt."

Overigens kan de ziekte spontaan tot rust komen. "Daarom stoppen we meestal na een jaar met medicatie. Soms blijft de ziekte weg, soms komt hij na verloop van tijd terug. Daarom blijven we deze patiënten controleren."

Nodus en struma

Een nodus is een knobbel in de schildklier (zie foto op pagina 27). Zijn er meerdere knobbels (multi-nodulair), dan kan de schildklier in zijn geheel vergroot zijn. Dit heet struma (ook wel krop genoemd).

"Een nodus is meestal 'onschuldig'. Dat betekent dat hij goedaardig is en geen invloed heeft op de hormoonproductie", legt Marieke Velema uit. "Maar hij kan wel druk geven op bijvoorbeeld de luchtpijp. In dat geval is vaak een operatie nodig, waarbij de halve schildklier verwijderd wordt."

Maar een nodus kan ook toxisch zijn. "Zo'n nodus gaat dan qua hormoonproductie zijn eigen gang, waardoor het gehalte aan schildklierhormoon te hoog wordt. Deze schildklierziekte wordt meestal behandeld met radioactief jodium."

Radioactief jodium

Radioactief jodium is een behandeling voor een te snel werkende schildklier, dat in principe eenmalig als capsule (pil) wordt ingenomen. Daarbij is jodium de transportstof. "De schildklier is het enige orgaan dat jodium goed opneemt", legt Marieke Velema uit. "Daardoor

komt het radioactieve jodium vooral in de schildklier terecht. Vervolgens wordt de schildklier van binnenuit bestraald door de radioactieve stof, waardoor de werking wordt geremd. Dit radioactieve medicijn is relatief veilig en heeft over het algemeen weinig bijwerkingen."

Soms een operatie

Bij ziektes die een trage schildklier tot gevolg hebben, is het innemen van een kunstmatig ('nagemaakt') schildklierhormoon in een pil vaak de aangewezen behandeling. Bij een te snelle schildklier is het innemen van schildklierremmende medicatie vaak de aangewezen behandeling.

En opereren? "Daar kiezen we in een enkel geval voor", antwoordt Marieke Velema. "Bijvoorbeeld als een vergrote schildklier de luchtpijp en de slokdarm afknelt, en zo slikken en ademen bemoeilijkt. Ook in het geval van schildklierkanker, of de verdenking daarop, is een operatie de aangewezen behandeling."



➤ Jodium in het zout

Struma (een vergrote schildklier) kan ook veroorzaakt worden door een gebrek aan jodium. In Nederland komt dit nauwelijks meer voor. In sommige gebieden elders in de wereld wel, bijvoorbeeld Pakistan. Het komt doordat de grond in dat gebied arm is aan jodium, waardoor het verbouwde voedsel te weinig jodium bevat. In Nederland kwam het vroeger voor in het gebied rond Kampen. In Nederland wordt jodiumtekort voorkomen door geïodeerd zout aan brood toe te voegen. Geïodeerd keukenzout (JoZo) is ook te koop in de supermarkt.

GERDINE VAN KOOTEN *Uitvaartzorg*

In 2008 ben ik begonnen als uitvaartverzorgster bij een grote landelijke uitvaartorganisatie. Hier heb ik het beroep van uitvaartverzorgster mogen leren.

Voor veel families in de Achterhoek heb ik de afgelopen jaren naar volle tevredenheid een uitvaart mogen verzorgen en dit heeft mij in 2014 doen besluiten om voor mijzelf te gaan werken als uitvaartverzorgster onder de naam Gerdine van Kooten Uitvaartzorg.

www.vankootenuitvaartzorg.nl



Gratis
Memory Box

Een uitvaart met een
persoonlijke benadering

Vanaf het moment van binnenkomen van de overlijdensmelding tot en met de dag van de uitvaart zal ik u begeleiden. Ik zal u met raad en daad terzijde staan om vorm te geven aan een passend afscheid. Daarnaast werk ik samen met een professioneel team van mensen die mij helpen bij onder andere de laatste verzorging van een overledene. De laatste verzorging mag u uiteraard zelf doen, we kunnen het samen doen maar u mag het ook aan mij overlaten.

Wilt u meer weten over de mogelijkheden die er zijn? Of wilt u misschien uw eigen uitvaart bij leven vorm geven?

Maakt u dan gerust een afspraak. In een vrijblijvend gesprek bij u thuis informeer ik u graag over de vele mogelijkheden die er zijn.

Gerdine van Kooten Uitvaartzorg

Looiersweg 10 | 7061 CW Terborg

0315-237792 | 06-43245363

gerdine@vankootenuitvaartzorg.nl


Gerdine van Kooten
Uitvaartzorg



SAAMBORGH

Wonen met zorg nieuwe stijl

Welkom bij Saamborgh Bent u niet meer in staat om zelfstandig te wonen? Of vindt u het gevoel van altijd zorg in de nabijheid een prettig idee? Dan is wonen bij Saamborgh met 24 uur professionele zorg in de nabijheid een uitstekende keuze. Ons team van gekwalificeerde zorgverleners levert professionele zorg en ondersteuning op maat aangepast aan uw individuele wensen. Het is ook mogelijk om samen met uw partner te wonen bij Saamborgh.



REEDEWAARD - ALMERE HAVEN



HOGHE HAEGHE - ALMERE BUITEN



VILLA VERDE - ALMELO



VILLA DE LA PORTE - ALMELO



'T BREWINC HOF - DOETINCHEM



HUIZE WILLIBRORDUS - RUURLO



HOF VAN WAAL - TIEL



RIJNZICHT - TOLKAMER

Saamborgh biedt zorg op maat voor ouderen in een kleinschalige setting. Het kan daarbij gaan om lichamelijke (somatische) zorg en zorg voor ouderen met geheugenproblemen. Saamborgh heeft 10 locaties in Nederland.



WESTERSTAETE - WESTERVOORT



WILGENPAS - WESTERVOORT

Saamborgh biedt:

- Zelfstandig geclusterd wonen
- Ook tweepersoons appartementen
- 24 uur zorg in de nabijheid
- Persoonsgerichte zorg op maat
- Welzijnsactiviteiten

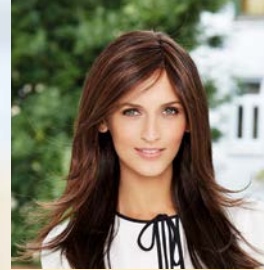
Ook bij ons wonen? Neem dan vrijblijvend contact op: 085 - 273 74 13 (werkdagen van 9 - 17 uur) welkom@saamborghwonen.nl



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