

Slingeland

magazine



Introductie 3D-operatietechniek
De beste kinderhartzorg dichtbij
Nieuwe therapie lymfeklierkanker

DECEMBER 2023 - NUMMER 23/4



Dit team met gespecialiseerde logopedisten staat voor je klaar!

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

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



Hofstraat - Bezelhorstweg - Verdilaan - Rooseveltstraat -
Zonneplein - Schubertlaan (De Bolster) - 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
leven zoals u wilt

sensire.nl

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 swelling 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,

Ook in deze uitgave praten we u weer bij over medische onderwerpen en nieuwe ontwikkelingen. We laten daarbij zowel artsen, zorgverleners als patiënten aan het woord.

Zo is er goed nieuws voor patiënten bij wie een polsbreuk niet goed herstelt. Zij kunnen in aanmerking komen voor een 3D-operatie. Traumachirurg Ivo Beetz vertelt hier meer over. En er is meer goed nieuws: bloedziekten zijn steeds beter behandelbaar, dankzij CAR-T-celtherapie, vertelt hematoloog Jolien van Heek.

Achterhoekse kinderen met een hartafwijking kunnen zorg dichtbij huis krijgen dankzij een hechte samenwerking met Radboudumc. Kinderarts Arjan Pijning is deskundig op het gebied van kindercardiologie. Hij vertelt hierover samen met patiënt Veerle van zeventien jaar. Uroloog Ilse van den Dungen praat u bij over nierstenen. Wat zijn nierstenen precies? Hoe ontstaan ze en vooral: hoe kom je er weer van af?

In Nederland krijgt één op de zeven vrouwen te maken met borstkanker. Mammacare-verpleegkundige Petra Huls weet hoe belangrijk het is om vrouwen voor, maar ook na behandeling te ondersteunen. Ervaringsdeskundige Dorothe Huijsmans vertelt over de periode tijdens en na haar ziekte. Momenteel werkt ze als vrijwilliger in Het Oude IJssel Huis, een ontmoetingsplek voor iedereen die te maken heeft met kanker.

Wij wensen u veel leesplezier,
redactie Slingeland Magazine



04

De beste kinderhartzorg



08

3D-operatietechniek

Innovatief: na een polsbreuk is de hand weer goed te gebruiken dankzij een 3D-mal.



18

Nieuwe immuuntherapie bij lymfeklierkanker

Hematoloog Jolien van Heek onder de indruk van CAR-T-celtherapie.

14 Zij aan zij voor vrouwen met borstkanker

22 Nierstenen onder de loep

Colofon

Slingeland Magazine wordt vier maal per jaar uitgegeven.

Eindredactie

Saskia Steenberghe
(PR-functionaris)

Redactie

Laura Scholten
(communicatieadviseur)
Nail Aboosy
(internist)
Ans Lepoutre
(frontoffice medewerker KNO)
Lisanne Posma
(chirurg-oncoloog)

Tekst

Anja Klein
Susanne Mullenders
Joyce de Schepper

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

Slingeland Ziekenhuis en Radboudumc

De beste kinderhartzorg dichtbij huis



delen zorg voor jonge hartpatiënten



Veerle (17) met kinderarts en Cardex Arjan Pijning:
"We noemen het shared care, gedeelde zorg, want ik heb altijd een sparringpartner en back up van een kindercardioloog uit Radboudumc."

Achterhoekse kinderen met een hartafwijking kunnen zorg dichtbij huis krijgen dankzij een hechte samenwerking tussen Slingeland en Radboudumc. Dit maakt het voor gespecialiseerd kinderarts Arjan Pijning mogelijk om zijn patiënten in een vertrouwde omgeving te blijven behandelen, zoals de zeventienjarige Veerle.

Arjan Pijning is een zogenoemde Cardex, een kinderarts met deskundigheid op het gebied van kindercardiologie. Zes keer per jaar is hij in Nijmegen om die expertise te onderhouden en jonge patiënten te bespreken. Veerle is een van de patiënten voor wie de samenwerking de afgelopen jaren een uitkomst is gebleken.





De zeventienjarige Veerle was zowel patiënt in Slingeland Ziekenhuis als in Radboudumc.

Diagnose dankzij samenwerking

Rond 2017 kwam Veerle met klachten van haar bindweefsel in het Slingeland Ziekenhuis terecht. Toen bleek ook dat er problemen waren met haar hart. "Uit angst heb ik mijn controles regelmatig afgezegd. Maar in december 2021 sloeg mijn hart zo op hol dat ik in Nijmegen moest worden opgenomen. Ik raakte in paniek, moest gereanimeerd worden en ben daarna nog een dag in slaap geweest", vertelt Veerle over dat heftige moment.

"Dat weet ik nog goed", zegt kinderarts Pijning tegen Veerle. Dankzij de goede samenwerking met Radboudumc kon hij haar tijdens die acute situatie met advies van de kindercardioloog, op afstand helpen. De benodigde medische gegevens werden doorgegeven, waardoor snel kon worden gehandeld.

Voor verdere behandeling werd Veerle overgeplaatst naar het Radboudumc. Veerle kreeg te horen dat ze een hartritmestoornis heeft, waarvoor een ICD-pacemaker nodig was. "Onder kinderen is dit vrij ongebruikelijk. Veerle is een van mijn drie patiënten met zo'n kastje", zegt Pijning met een vriendelijke knipoog in haar richting.

Zo'n ICD-pacemaker kan hartritmestoornissen opsporen en als het nodig is elektrische pulsen of een schokje geven. Veerle: "Eerst schrok ik ervan dat ik dat nodig had, maar ik had geen keus." Na haar eerste operatie moest Veerle nog twee keer onder het mes en nu zit het ICD-kastje helemaal goed. "In het begin was ik bang voor hoe een schok zou voelen, maar nu ik die al meerdere keren heb gehad weet ik dat ik van de schok zelf niets voel. Ik word duizelig, kom daarna bij en heb dan veel spierpijn onder mijn arm."

Gedeelde zorg

Dankzij de aanwezigheid van een Cardex hoeft een patiënt als Veerle niet volledig overgedragen te worden aan het academische ziekenhuis in Nijmegen. Ze kreeg een vaste kindercardioloog in Nijmegen en kinderarts Pijning bleef haar ook in het Slingeland zien. Tegen Veerle: "Met goedkeuring van de cardiologen van de volwassenzorg in het Slingeland mocht je hier ook op de hartbewaking van de CCU liggen, wat een extra schakel in de gedeelde zorg is. Dat vonden zij goed omdat ik als Cardex verantwoordelijk voor je bleef en indien nodig het lijntje met Nijmegen kon leggen."

Ook die goede relatie met de cardiologen in het Slingeland had voordelen. "Soms vond je het lastig om naar die afdeling boven te gaan. Dan mochten we het echoapparaat hier naar de kinderafdeling halen, zodat het voor jou te doen was. Dat vraagt een andere mindset, een soort omdenken van ons als arts." Veerle was blij dat ze naast de goede zorg in Nijmegen ook naar Slingeland mocht komen. "Voor mij voelde het kleinschalige vertrouwd en veilig."

Toekomstdroom

Nu Veerle bijna 18 wordt gaat ze over naar de volwassen Cardiologie. "Mijn controles zijn niet meer zo vaak en ik ben nu wat ouder, dus is dit voor mij het moment om alles op één plek te gaan doen, in Nijmegen. Na de zomer in 2024 rond ik mijn tussenjaar af en ga ik leren voor wat ik al mijn hele leven wil. In de toekomst wil ik voor de klas staan en dan het liefst kinderen begeleiden die in plaats van alles uit de boeken, beter op een creatieve manier kunnen leren."

Kindercardioloog Fabienne Marchau van Radboudumc: "Als academisch ziekenhuis is het voor ons belangrijk om een Cardex in de regio te hebben."

Fabienne Marchau

➤ Kindercardiologische zorg in de Achterhoek

Slingeland heeft als middelgroot ziekenhuis geen eigen kindercardioloog, maar wel een Cardex. Dat is een kinderarts met expertise op het gebied van kindercardiologie. Kinderarts Arjan Pijning begon negen jaar geleden aan deze opleiding in het Radboudumc en onderhoudt daar ook zijn deskundigheid met bijscholing. Hij werkt er goed samen met kindercardioloog Fabienne Marchau en haar collega's. "Als academisch ziekenhuis is het voor ons belangrijk om een Cardex in de regio te hebben", vertelt Marchau, "Niet alleen als een kind in de omgeving van Doetinchem de eerste acute zorg nodig heeft, maar ook voor controles en zorg op maat aan jonge patiënten in Slingeland."

Shared care

Kinderarts Pijning: "We noemen het shared care, gedeelde zorg. Voor mij betekent het dat ik een sparringpartner en altijd back up heb van een kindercardioloog uit Nijmegen. De meerwaarde van een Cardex voor Slingeland is dat ik meer expertise van hartritme problemen bij kinderen heb en ook een hart-echo, hartfilmpje of een 24 uren-bewakingsonderzoek kan doen en beoordelen. Daarbij helpt de samenwerking met Radboudumc mij ook om de grens van mijn vak te bewaken, want sommige dingen, zoals een hartoperatie, kunnen wij hier niet doen." Kindercardioloog Marchau: "Kinderen met een ingewikkelde aangeboren afwijking, complexe ritmestoornis en bijvoorbeeld een hartprobleem waar ook radiologie of genetica aan te pas komt, zien we in Nijmegen. Maar dat gaat altijd in overleg met de Cardex, de eigen kinderarts en niet onbelangrijk, de huisarts."

De samenwerking kent over en weer grote voordelen. Niet alleen gaat de Cardex zes keer per jaar naar Nijmegen, ook komt een kindercardioloog vier keer per jaar naar Doetinchem om echo's te beoordelen en jonge hartpatiënten van Slingeland én SKB Winterswijk te bespreken. Fabienne Marchau tot slot: "Voor de patiënt is het fijn dat ze weten dat ze zich in het eigen ziekenhuis veilig kunnen voelen, dat ze met vragen bij hun Cardex terechtkunnen en dat er voor ingewikkelde vragen overleg is met ons."

Na polsbreuk hand weer goed gebruiken dankzij 3D-mal

Traumachirurg introduceert 3D-

Zo'n twee keer per dag komt er iemand met een polsbreuk binnen op de Spoedeisende Hulp, meestal met een goede afloop na behandeling. Maar patiënten bij wie de breuk niet goed herstelt, kunnen sinds dit najaar in aanmerking komen voor een nieuw type operatie in Slingeland. Traumachirurg Ivo Beetz vertelt erover.



“Juist als chirurg moet je openstaan voor nieuwe technieken, maar wel met een kritische blik. Deze techniek is wat we noemen *state of the art* en voor patiënten in Slingeland is hier zeker winst mee te behalen”, vertelt Ivo Beetz enthousiast. Als traumachirurg ziet hij veel botbreuken voorbijkomen. Daarvan is een polsbreuk de meestvoorkomende breuk op de Spoedeisende Hulp.

Vaak zijn het kinderen of 75-plussers die na een val op een uitgestrekte hand hun spaakbeen en soms ook ellepijp breken. Ivo Beetz: “Bij een breuk met een ‘matige stand’ volgt er een operatie met een plaat en schroeven. Maar in veel gevallen is een behandeling met gips mogelijk. Na een week is er een controle van de stand van het bot, en als die goed is gaat de patiënt opnieuw voor vier weken in het gips. Daarna volgt een revalidatietraject, vaak onder de begeleiding van een fysiotherapeut, van zes tot negen maanden. Maar

bij sommige patiënten geneest het bot niet in de goede stand en heeft een patiënt last van pijn of een beperking in het bewegen.”

Nog nauwkeuriger

Patiënten bij wie dit herstel niet goed verloopt, kunnen nu in aanmerking komen voor de 3D-operatie. In het najaar voerde Ivo Beetz die operatie voor het eerst in het Slingeland uit, samen met een collega-chirurg uit het Radboudumc. Bijzonder aan de operatie is dat ze gebruik maken van een exact op maat gemaakte mal. Die mal komt uit de 3D-printer van een gespecialiseerd bedrijf in Ede. “Voorheen gebruikten we als chirurg de röntgenfoto's en ons timmermansoog om te bepalen, plastisch gezegd, waar we het bot moesten doorzagen om de breuk beter te kunnen herstellen. Ook dat ging uiteraard goed, alleen bepalen we dankzij de mal nóg nauwkeuriger waar we dat moeten doen en is de kans op goed herstel van de hand nog groter.”

operatietechniek in Slingeland

Gezondheidswinst

De eerste patiënt die dit najaar in aanmerking kwam voor de operatie had aanhoudende klachten. "Deze man van in de vijftig had pijn en bewegingsklachten, omdat het bot in de verkeerde stand was vastgegroeid. Toen zijn we in gesprek gegaan over een operatie, toch een traject met veel impact, omdat je als patiënt al een jaar aan je herstel hebt gewerkt. Als je ermee instemt, volgt een operatie en moet je opnieuw in het gips en weer revalideren", legt de medisch-specialist uit.

"Natuurlijk maak ik als chirurg een goede inschatting van de gezondheidswinst, maar garanties zijn er bij geen enkele operatie. Uiteindelijk neemt de patiënt zelf de beslissing." In het geval van deze man pakt de operatie zoals verwacht goed uit. "Nu bijna twee maanden later herstelt zijn pols goed, kan hij hem al verder buigen en strekken dan voorheen en heeft hij minder pijn. Over tien maanden weten we of het helemaal geslaagd is."

Aandenken

Ivo Beetz verwacht dat in het Slingeland vijf patiënten per jaar geholpen kunnen worden met deze operatietechniek (zie in kader meer uitleg over hoe de operatie in zijn werk gaat). De kosten voor de zorg



De 3D-geprinte mallen die nauwkeurig passen op de pols van de patiënt dankzij de vooraf gemaakte CT-scan.

blijven ongeveer gelijk. "Maar het levert maatschappelijk zeker veel op, omdat het de gezondheid en het functioneren van de patiënt ten goede komt en mogelijk arbeidsongeschiktheid wordt voorkomen."

De eerste exemplaren van de 3D-mallen houdt Ivo Beetz zelf, als aandenken aan de eerste keer dat hij deze operatie in Slingeland uitvoerde. Na toekomstige operaties worden de mallen verzameld voor hergebruik, want ze zijn prima geschikt voor recycling.

[Lees verder op pagina 11 >>](#)



Gerdine van Kooten Uitvaartzorg

Een uitvaart met een persoonlijke benadering

Waarbij rust, aandacht, kwaliteit en vakkundigheid de uitgangspunten zijn.

Bij het verzorgen van een uitvaart staan rust, aandacht, kwaliteit en vakkundigheid bij mij centraal. Samen met een professioneel team help ik families met de uitvaart door volledig te ontzorgen en de uitvaart volledig naar wens van de overledene of de familie te laten plaatsvinden.

Voor mij is niets standaard en is uw eigen inbreng erg belangrijk, zowel in de dagen voorafgaand aan de uitvaart als op de dag van de uitvaart zelf. Wilt u meer weten over de mogelijkheden die er zijn voor het afscheid van uw naaste? Of wilt u misschien uw eigen uitvaart bij leven vorm geven?

Maakt u dan gerust een afspraak voor een vrijblijvend gesprek bij u thuis.



Gratis
Memory box



“Gerdine is een heel oprecht, hartelijk en warm persoon en doet er alles aan om er samen een mooi en waardig afscheid van te maken.”



➤ Hoe gaat de 3D-operatie in zijn werk?

De ontwikkeling met deze 3D-techniek is al enige tijd gaande, maar voor Slingeland had traumachirurg Ivo Beetz dit najaar de primeur.

Wat houdt het traject voor de patiënt in?

Een patiënt die volgens de chirurg voor deze operatietechniek in aanmerking komt en dat ook graag wil, krijgt eerst een röntgenfoto om de standsafwijking vast te stellen. Dan volgt er een CT-scan van beide polsen, waarbij de gezonde pols een spiegel is voor de pols die geopereerd moet worden. Vervolgens gaan de scans naar het Radboudumc voor overleg. Als een patiënt definitief geschikt is, ontwerpt de Nijmeegse collega Vincent Stirlor met speciale software een 3D-afbeelding en een planning voor de operatie. Een gespecialiseerd bedrijf in Ede print de 3D-mallen die in het Slingeland steriel worden gemaakt. "Uiteindelijk willen we de software ook in Slingeland zelf gaan gebruiken."

Tijdens de operatie dient de mal als hulpmiddel. Chirurg Beetz plaatst de eerste mal op het spaakbeen, die exact past omdat die dankzij de CT-scan virtueel op het bot van die patiënt is afgemeten. Door de voorgevormde gaten in de mal boort de chirurg nauwkeurige gaten voor de schroeven. Vervolgens wordt de tweede mal op het bot gelegd. Dankzij een inkeping in de mal weet de chirurg op de millimeter precies waar hij moet zagen. Daarna kunnen het gebruikelijke plaatje en de schroeven in de pols en wordt het gat opgevuld met kalkblokjes of donorbot elders uit het lichaam, waar het bot weer aan vastgroeit. Daarna kan de patiënt beginnen aan zijn herstel.

Traumachirurg Ivo Beetz: "Twee maanden na de 3D-operatie kan de patiënt zijn pols al verder buigen en strekken en heeft hij minder pijn. Over tien maanden weten we of de behandeling helemaal geslaagd is."



Ivo Beetz

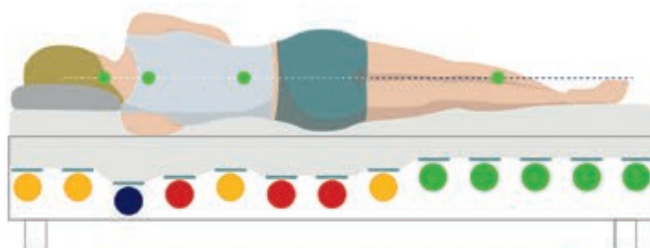
Goed en gezond slapen

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

Boek **jouw slaapttest**



Wat is jouw SLAAP-DNA®?



Bekijk de  op [morgana.nl](https://www.morgana.nl) voor meer info

Een goede slaapprobleemstelling 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 slaapprobleemstelling samenstellen, geniet je optimaal van een goede nachtrust en wordt je elke dag fit en uitgerust wakker!

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



Dankzij onze jarenlange ervaring en onze unieke slaapttest zijn wij in staat u een persoonlijk en deskundig slaapprobleem te geven. Daarbij nemen wij uw persoonlijke voorkeuren zoals slaaphouding, lichaamsbouw, eventuele aandoeningen en budget als uitgangspunt. Kortom, een persoonlijke slaapprobleemstelling 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

ELASTISCHE KOUSSEN NODIG? SCHMIDT MEDICA

contracten
met alle
verzekeraars

Doetinchem Slingeland
Kruisbergseweg 25
7009 BL Doetinchem

Doetinchem de Raad
Raadhuisstraat 22
7001 EW Doetinchem

Doetinchem Dermatologie
Gezellenlaan 10
7005 AZ Doetinchem

In Doetinchem meten wij uw **elastische kousen** aan. In samenwerking met specialisten uit de omgeving, zorgen wij voor de beste behandeling van uw klachten.

Schmidt Medica heeft spreekuren op drie locaties in Doetinchem. Niet meer zo mobiel? Wij bezoeken u **gratis aan huis**.

Voor het maken van een afspraak of voor vragen kunt u elke werkdag tussen 09.00 en 17.00 uur contact met ons opnemen via **088 00 47 470** of info@schmidtmedica.nl.



088 00 47 470
06 30 835 335

info@schmidtmedica.nl
[schmidtmedica.nl](https://www.schmidtmedica.nl)



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

Zorgverleners zij aan zij voor

In Nederland krijgt één op de zeven vrouwen te maken met borstkanker. Vrouwen tussen de 50 en 75 jaar worden uitgenodigd om deel te nemen aan het bevolkingsonderzoek borstkanker. Ook symptomen ontdekt door zelfonderzoek kunnen reden zijn voor nader medisch onderzoek. Als borstkanker vroegtijdig wordt ontdekt, is de kans op een succesvolle behandeling groter. Na verwijzing door de huisarts, komen patiënten terecht op de mammapoli. Daar bieden mammacare-verpleegkundigen informatie en begeleiding om een patiënt zo snel mogelijk zekerheid te verschaffen over de aard en behandeling van de aandoening.



Rondom patiënten met borstkanker staat een heel team van zowel verpleegkundig specialisten als medisch specialisten, waaronder radiologen, chirurgen, internist-oncologen en radiotherapeuten. Op de foto mammacare-verpleegkundige Petra Huls in overleg met radioloog Ralph Caris.

vrouwen met borstkanker

Visual: Heidi Kraan, studio HEIDISIGN



"Kanker en de behandeling ervan verstoort je leven in alle opzichten", zegt Els Meuleman verpleegkundig specialist oncologie. "Iedere patiënt is uniek en heeft andere behoeften. Het is voor mij belangrijk om na te gaan wat die unieke persoon nodig heeft en te kijken hoe we daarin kunnen ondersteunen met de juiste zorg op de juiste plek op het juiste moment. Dat kan in het ziekenhuis zijn, maar vaak ook daarbuiten. Een goede samenwerking hierin vind ik belangrijk."

Petra Huls is een van de vijf mammacare-verpleegkundigen met specialistische kennis over de verzorging en begeleiding van patiënten met borstkanker of met verdenking van borstkanker. "Patiënten hebben het eerste contact met één van ons tijdens hun afspraak met de mammapoli."

Begeleiding

"Voorafgaand aan de onderzoeken geef ik uitleg. Daarna loop ik met de patiënt mee naar Radiologie waar een mammografie-echografie gemaakt wordt. Als ik de patiënt daarna weer ophaal, ben ik op de hoogte van alle onderzoeken. Ik weet dan bijvoorbeeld of er een punctie gedaan is en of er eventueel vervolgonderzoek nodig is", vertelt Petra. Na de radiologische onderzoeken gaat ze met de patiënt mee naar een van de chirurgen met als specialisatie

borstchirurgie. Daar volgt een lichamelijk onderzoek. "Samen met de chirurg en de patiënt bespreken we wat het onderzoek heeft uitgewezen. Als er aanvullend onderzoek nodig is, leggen we uit wat daarbij komt kijken." Omdat de mammacare-verpleegkundigen tijdens het hele traject aanwezig zijn bij alle consulten, weten ze wat de bevindingen van de artsen zijn. Petra: "Na elk gesprek checken we of de patiënt de informatie en de uitslagen goed heeft begrepen. Blijkt dat er verdere behandeling en/of een operatie nodig is, ook dan zijn we steeds bij de consulten en regelen we alles van voorbereiding op een behandeling tot nazorg. Voor het beantwoorden van tussentijdse vragen kunnen patiënten ons bellen of via de BeterDichtbij app terecht voor digitaal contact." De vragen zijn divers. "In het begin van het ziekteproces zitten patiënten vaak in de

overlevingsstand. Ze willen vooral duidelijkheid en hopen dat de behandeling zo snel mogelijk achter de rug is. Na de behandeling leven er andere vragen. Meestal wordt de belangstelling van de omgeving wat minder en willen patiënten zelf ook niet altijd over hun ziek-zijn praten. Zeker na een chemo en/of bestralingstraject is de opluchting groot. Je bent klaar, wil door met leven, maar zo werkt het niet."

Extra ondersteuning

Als de behandeling achter de rug is, ontstaat er ruimte voor emoties, het verwerken van het ziek-zijn en het besef over hoe ziek iemand is geweest. Vaak komen dan vragen over de gezinssituatie, werkhervatting en relationele en seksuele relaties. "Soms is er behoefte om gewoon even te spuien en is een luisterend oor voldoende. Vrouwen die eerder stevast met hun partner

Dorothe Huijsmans: **Na de behandeling ben ik klaar, dacht ik...**

Dorothe Huijsmans kreeg negen jaar geleden de diagnose borstkanker. "De mammacare-verpleegkundige was voor mij een ervaren en deskundige vraagbaak waar ik altijd terecht kon. Toen eenmaal het medische traject achter de rug was, dacht ik 'en nu ben ik klaar'. Ik had een vlag gekocht, champagne en wilde een feestje geven. Naar dit moment had ik lang uitgekeken. Ik wilde doorgaan met mijn leven waar ik twee jaar daarvoor was gebleven. Maar, er was een grote maar... mijn lichaam wilde niet. Ik was moe. Nog te moe om op te staan en een kop thee te zetten. Laat staan om mijn plannen uit te voeren. En nu dan?" vroeg Dorothe zichzelf af.

"Kan ik ook gelukkig leven met kanker vroeg ik mezelf af"

Langzaam beseft Dorothe dat ze rust nodig had. Tijd voor herstel en die tijd gunde ze zichzelf. "Ik ging met mezelf in gesprek. Wat kan ik doen om mijn leven te veraangename? Om mezelf te vertroetelen? Lief te zijn voor mezelf? Kan ik ook gelukkig leven met kanker?" Het was een overbuurvrouw die als vrijwilligster betrokken was bij Het Oude IJssel Huis die zei: 't is maar dat je het weet Dorothe, maar er is in Doetinchem een ontmoetingscentrum voor leven met en na kanker. "Wow, dacht ik meteen, dus ook voor mensen na kanker!? Dat triggerde me."

Vertroetelingen

Tegelijkertijd voelde ik ook twijfels. "Ik associeerde Het Oude IJssel Huis met een soort somberte,

een zwaarte. Het ging door mijn hoofd dat ik veel liever leuke dingen wilde doen dan samen te zijn met zieke mensen en hun problemen. En toch, ik gaf mezelf het voordeel van de twijfel en bezocht de website van Het Oude IJssel Huis. Daar zag ik dat er allerlei leuke dingen werden gedaan, zoals schilderen en muziek maken waar ik zo van houd. Maar ook reiki en voetreflexmassage, heerlijke vertroetelingen waar mijn lichaam heel veel behoefte aan had. Ik besloot erheen te gaan en mijn vooroordeel smolt bij binnenkomst al weg. Er hing een warme, veilige sfeer, mensen waren open en uitnodigend. Het voelde als een warm bad." Tijdens een schilderactiviteit kwam Dorothe in contact met andere vrouwen met borstkanker. "Tegen mijn verwachting in vond ik het fijn om ervaringen uit te wisselen. Vooral tijdens activiteiten zoals wandelen, fietsen, schilderen en koken, kom je vanzelf in gesprek. Zeker met vrouwen die dezelfde ervaring hebben, geeft dat veel (h)erkenning. Bovendien is het fijn om je verhaal te delen zonder belastend te zijn voor je naasten. Dat vond ik een bijzondere ervaring."

Mijn leven verrijkt

"Ik kan zeggen dat de ziekte me heel veel heeft gebracht. Het heeft mijn leven verrijkt. Ik voel dat ik nu veel intenser leef en dat heeft er alles mee te maken dat je bijna niks kunt als je ziek bent. Je beseft ten volle dat je er niet meer had kunnen zijn", vertelt Dorothe. "Het was een feest om mijn leven weer op te bouwen, te fietsen, de wind door mijn haren te voelen. Alsof ik alles voor het eerst beleefde. Het geeft een bepaalde spanning, een positieve tinteling aan het leven. Juist omdat het niet meer zo vanzelfsprekend is, ga je het leven veel meer waarderen. Pas dan lijkt je te beseffen

kwamen, zien we dan ook wel na de behandeling bewust alleen komen. Even voor zichzelf. Het kan zijn dat één nagesprek voldoende is, maar het kan ook zijn dat mensen behoefte hebben aan extra ondersteuning. Contact met medisch maatschappelijk werk, een klinisch psycholoog of geestelijk verzorger kan helend werken, maar is niet altijd nodig. We wijzen mensen ook op Het Oude IJssel Huis: een huis waar de deur openstaat

voor patiënten en hun naasten tijdens en na kanker. Geheel vrijblijvend; niks moet, alles mag. Je kunt er terecht voor een kopje koffie en een luisterend oor, maar ook voor allerlei ontspannende activiteiten. Voor mensen die eerst de sfeer eens willen proeven in Het Oude IJssel Huis, zijn de Lichtpuntjesconcerten een aanrader. Je kunt er zomaar samen met je partner of vriendin binnenlopen voor een gezellige muzikale zondagochtend."

Dorotheë schreef 'Expeditie borstkanker', een ontroerend, authentiek en met humor geschreven verslag over haar lange weg naar genezing en de impact van de ziekte op het leven van alledag. Met haar tweede boek 'Aangenaam leven met kanker' wil Dorotheë ieder die te maken heeft met kanker motiveren en inspireren. Naast schrijven en schilderen heeft Dorotheë een passie voor muziek.



wat echt belangrijk is. Uiteindelijk zijn dat toch de mensen om je heen. De liefde. Dat wist ik natuurlijk altijd al, maar nu beleef ik dat heel sterk. Ik heb geen tijd voor geneuzel. 'Pluk de dag, leef in het moment', is mijn motto. NU! Zo wilde ik altijd al graag piano spelen. En dat doe ik nu ook."

Het Oude IJssel Huis

Dorotheë is inmiddels een van de tachtig vrijwilligers van Het Oude IJssel Huis. Een gemêleerd gezelschap van gastvrouw tot tuinman, van PR-medewerker tot bestuurder, van manager tot yogadocent. "Begonnen met een lezing over mijn boek 'Expeditie borstkanker', voer ik inmiddels persoonlijke gesprekken. Daarnaast ben ik bezig met de opzet van een lotgenotengroep voor vrouwen

met borstkanker en een gespreksgroep voor mensen die niet meer kunnen genezen. Uit eigen ervaring weet ik hoe belangrijk het is om met mensen te praten die dezelfde ervaring hebben." Bovendien heeft Dorotheë al jarenlang een eigen coachpraktijk. "Graag geef ik mijn kennis, kunde en ervaring door aan een doelgroep waar ik veel affiniteit mee voel vanuit mijn eigen ervaring. Door tijdens mijn ziekte heel bewust te kiezen hoe ik met mijn ziekte om wilde gaan, kreeg ik weer grip op mijn leven, werd het aangenamer. Dat wil ik heel graag overbrengen. Ik doe dit werk omdat ik Het Oude IJssel Huis een warm hart toedraagt en er zelf veel aan heb gehad."

Nieuwe immuuntherapie bij lymfeklierkanker

Hematoloog Jolien van Heek onder

Bloedziekten zijn steeds beter behandelbaar, patiënten blijven langer in leven en kunnen meer soorten behandeling krijgen. CAR-T-celtherapie is een innovatieve behandeling die voor sommige patiënten levensreddend kan zijn.



Hematoloog Jolien van Heek: "CAR-T-celtherapie is mogelijk een hoopvolle ontwikkeling voor behandeling van agressieve lymfeklierkanker."

CAR-T-celtherapie is een redelijk nieuwe therapie die onder andere wordt gegeven bij patiënten met snelgroeïende lymfeklierkanker bij wie andere vormen van behandeling niet goed werkten. Goede ervaring met de therapie is er al wel bij een andere bloedziekte. Ruim tien jaar geleden werd de eerste jongere met acute lymfatische leukemie al met CAR-T-celtherapie behandeld.

Sinds 2020 komen ook patiënten met snelgroeïende lymfeklierkanker vanuit het Slingeland Ziekenhuis in aanmerking voor deze behandeling in het Radboudumc in Nijmegen. Vanuit het Slingeland zijn er tot nu toe twee patiënten naar het Radboudumc verwezen voor CAR-T-behandeling. Dit heeft te maken met de voorwaarden om in aanmerking te komen. In het Radboudumc zijn er tot nu toe 24 patiënten behandeld met CAR-T.

Grotere overlevingskans

Met nieuws over innovatieve behandelingen voor kanker is voorzichtigheid geboden. Dat neemt niet

weg dat hematoloog Jolien van Heek en haar collega-hematologen hoopvol zijn over de ontwikkeling met CAR-T-celtherapie. "De reactie van het lichaam op deze therapie is erg goed te noemen. Ongeveer 85 procent van de patiënten laat een verbetering van de lymfeklierafwijkingen zien. Na vijf jaar is ongeveer 45 procent van de behandelde patiënten nog in leven. Bijna vijftig procent overlevingskans klinkt voor mensen misschien niet als zoveel. Maar voor mensen die al twee andere behandeltrajecten hebben gehad, is dat goed. Zeker voor patiënten die eerder geen andere behandelopties meer zouden hebben."

Belangrijk om mee te geven is dat niet iedere patiënt met lymfeklierkanker in aanmerking komt. Het gaat op dit moment om bepaalde soorten snelgroeïende lymfeklierkanker. Ook zitten er voorwaarden aan de kostbare behandeling. Jolien van Heek legt uit: "Als een patiënt lymfeklierkanker heeft, krijgt hij eerst chemo en/of immuuntherapie omdat we weten dat we een groot deel van de patiënten hiermee genezend kunnen behandelen. Om in aanmerking te komen voor CAR-T-therapie moet

de indruk van CAR-T-celtherapie

de patiënt minimaal twee verschillende soorten kuren hebben gehad. Ook moet de patiënt lichamelijk en conditioneel in staat zijn de therapie aan te kunnen. Daarvoor kijken we vooraf of het hart, de longen, de nieren en de lever goed werken, en of zij fit genoeg zijn om deze pittige behandeling te ondergaan.”

Spannende behandeling

De behandeling in het Radboudumc is best een opgave voor de patiënt. De behandeling begint met infusen in de elleboog die de T-cellen in enkele uren uit het bloed filteren (zie kader voor meer uitleg). Daarna worden de T-cellen bewerkt in een laboratorium, wat ongeveer vier weken duurt. Soms zijn er in die periode overbruggende chemokuren of bestralingen nodig om de ziekte tussentijds te onderdrukken. Dan volgt opname in het ziekenhuis van gemiddeld vier weken om de patiënt de eigen cellen terug te geven en de patiënt te laten aansterken.

“Het spannendste is of ze de eerste fase goed doorkomen”, vertelt de hematoloog. Bijwerkingen tijdens de ziekenhuisopname zijn er ook. “Dan kan gaan om een soort allergische reactie, ontstekingsreacties met koorts, rillingen en infecties, of neurologische problemen met spraak en geheugen. Soms komt iemand ook tijdelijk op de IC of aan de beademing. Heel soms overlijden patiënten aan de complicaties, maar bij de meeste patiënten verbeteren de bijwerkingen binnen een paar weken.”

Boost

De hematoloog tot slot: “Als de behandeling aanslaat, mag de patiënt verwachten dat hij of zij een redelijk goede kwaliteit van leven heeft. De onderzoeken voor CAR-T-cel therapie lopen nu pas enkele jaren voor lymfoompatiënten, maar de behandeling lijkt een goede kans op genezing te geven. Het is nog te vroeg om definitief te zeggen of mensen kunnen genezen. In de afgelopen jaren zagen we wel dat er mensen zijn bij wie de ziekte niet terugkomt. De tijd gaat het ons leren.”

In het voorjaar van 2024 volgt er een voorlichtingsbijeenkomst in het Slingeland over o.a. CAR-T-celtherapie, in samenwerking met de patiëntenorganisatie Hematon.

➤ Wat is CAR-T-celtherapie?

CAR-T-celtherapie is een redelijk nieuwe vorm van immuuntherapie. Deze behandeling maakt gebruik van eigen witte bloedcellen, de T-cellen. Die cellen spelen een belangrijke rol in het afweersysteem. Ze kunnen beschadigde cellen, zoals kankercellen, aanvallen en opruimen.

Hematoloog Jolien van Heek licht toe: “Bij CAR-T-therapie pas je de eigen witte bloedcellen, de T-cellen, van een patiënt aan om tumorcellen te behandelen. Die T-cellen zitten in ons bloed om infecties te bestrijden en kanker te onderdrukken als dat ontstaat. Via infusen in de plooiën van de elleboog worden de T-cellen uit het bloed gehaald. In het laboratorium worden de genen van de T-cel aangepast, waardoor deze cellen de lymfeklierkankercellen beter herkennen en kunnen afstoten. Als de CAR-T-cellen de tumor herkennen, remmen ze de groei daarvan direct. Wat ze op den duur moeten gaan doen is zelf stoffjes uitscheiden, om het immuunsysteem aan te laten slaan en die tumorcellen te herkennen. Daar raken de cellen in getraind.”

Patiënten uit het Slingeland Ziekenhuis gaan voor deze behandeling naar Radboudumc in Nijmegen.

Jolien van Heek





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.



Centrum voor leven met en na kanker

Voor iedereen die met kanker te maken heeft

- een luisterend oor
- ondersteuning bij het omgaan met kanker
- contact met lotgenoten
- ontspannende activiteiten

U bent welkom

Op dinsdag, woensdag en donderdag tussen 10.00 en 16.00 uur aan de Plantenstraat 2 in Doetinchem

Loop gewoon eens binnen. Wilt u graag meer informatie of maakt u liever een afspraak? Bel of mail ons dan.

Kijk ook eens op www.hetoudeijsselhuis.nl
0314 - 64 60 24



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

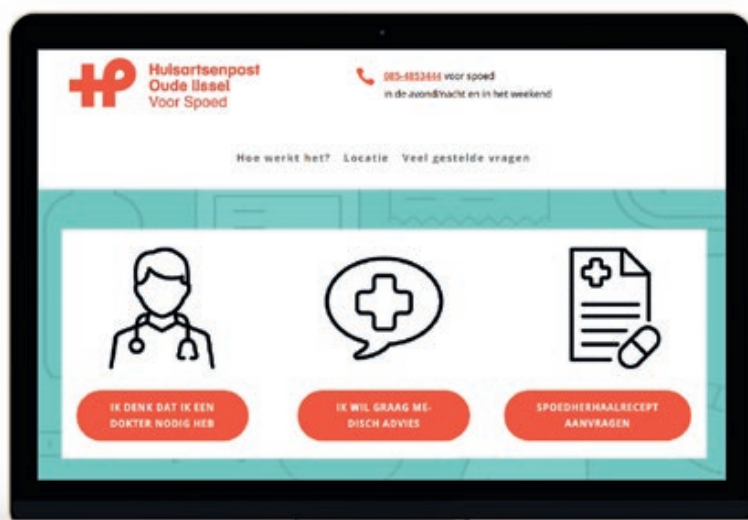
Bij de poliklinische apotheek kunt u terecht met recepten afkomstig van de specialist na een polikliniek bezoek, van de verpleegafdeling na een ontslag uit het ziekenhuis en van de huisarts.

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

De website en telefonie van de huisartsenspoedpost zijn vernieuwd om u nog beter te kunnen helpen!



Twijfelt u of u de huisartsenspoedpost nodig heeft? Onze vernieuwde website en telefonie helpen u mee te beslissen door middel van digitale zelftriage. Dit is een veilig hulpmiddel dat ontwikkeld is door artsen en al uitgebreid is getest en onderzocht.

De huisartsenspoedpost is alléén bedoeld voor medische klachten die niet kunnen wachten tot de volgende werkdag.

Wilt u meer informatie hebben over uw klacht of probleem? Op de website www.thuisarts.nl vindt u betrouwbare en toegankelijke informatie over gezondheid en ziekte. Deze website is gemaakt door huisartsen en medisch specialisten.

Van oorzaak tot behandeling

Nierstenen onder de loep



Plotselinge heftige pijn in de zij, die met golven aanzwelt en gepaard gaat met misselijkheid... Vaak is dat een eerste symptoom van een niersteen. Maar wat zijn nierstenen eigenlijk precies? Hoe ontstaan ze? En vooral: hoe kom je er weer van af? We vroegen het Ilse van den Dungen, sinds 1 oktober uroloog in ons ziekenhuis.



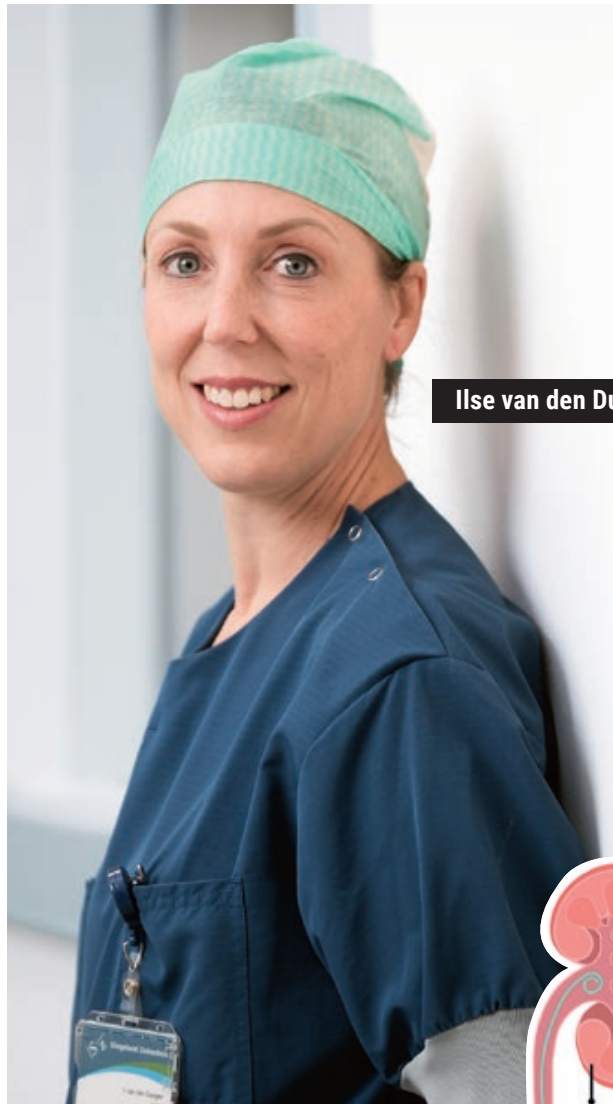
Tijdens haar studie legde Ilse zich (onder meer) toe op endo-urologie, een specialisme waarbij urologische problemen worden behandeld met een camera die via de plasbuis wordt ingebracht. Bijvoorbeeld bij een vergrote prostaat of blaastumor, maar ook bij nierstenen. Wat zijn nierstenen eigenlijk precies? Uroloog Van den Dungen legt uit: "Onze nieren filteren afvalstoffen uit het bloed en die verlaten het lichaam in de urine. Als er te veel afvalstoffen zijn, kunnen er kristallen in de nieren ontstaan: nierstenen. Die kunnen losraken en in de urineleider terecht komen. Dat is niet altijd een probleem: je kunt ze gewoon uitplassen. Maar als ze te groot zijn of vast komen te zitten, kan je een zogenaamde niersteenkolië krijgen: een hevige pijn aanval in de buik of flank, die wordt veroorzaakt doordat de urineleider met een knijpende beweging de steen naar beneden probeert te bewegen. Doordat de steen de urineleider blokkeert, kan de urine minder goed afgevoerd worden. Daardoor komt druk op de nier te staan, wat resulteert in pijn."

Zeefje

Bij de afdeling urologie zien Ilse en haar collega-urologen regelmatig mensen met nierstenen. Hoe handelen ze dan? "We grijpen niet altijd in. Patiënten mogen met pijnstilling naar huis als de nier niet is uitgezet en als we zien dat het steentje niet te groot is. Bovendien moet de pijn dan onder controle zijn en de nierfunctie normaal. We hopen dan dat patiënten het steentje vanzelf uitplassen. We geven het advies om een tijdje in een zeefje of maatbeker te plassen om zeker te weten dat de steen weg is. Ook adviseren we goed te bewegen, zodat de zwaartekracht een handje kan helpen. En natuurlijk controleren we poliklinisch of de steen is afgevoerd."

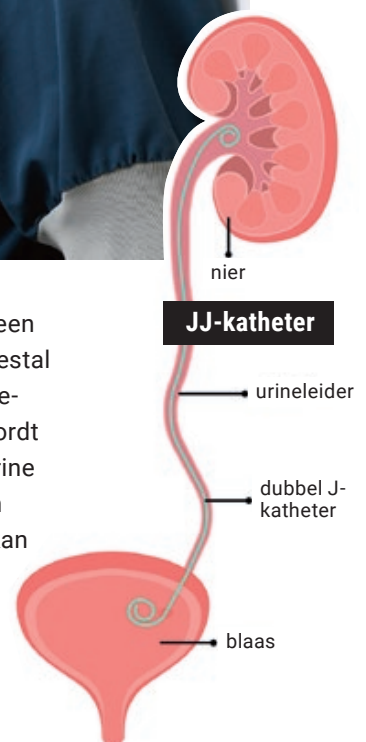
Een 'dubbel J'

Maar niet alle patiënten komen op deze manier af van hun nierstenen. Dan zijn er meerdere behandelingen mogelijk. "Als een patiënt veel pijn heeft en/of we zien dat de nierfunctie afneemt, dan kunnen we een JJ-katheter plaatsen (uitgesproken als 'dubbel J')." Ze laat er een zien: een dun slangetje van zacht



Ilse van den Dungen

materiaal met aan twee kanten een krul. "Die plaatsen we dan – meestal poliklinisch, soms op de operatiekamer – in de urineleider. Die wordt daardoor iets wijder, zodat de urine weer naar beneden kan stromen en de koliekpijn verdwijnt. Ook kan zo het steentje makkelijker geloosd worden. Met foto's of een CT-scan controleren we of dat echt gebeurt."



Ware grootte van de niersteen is ongeveer 1 bij 0.5 centimeter.



Vergruizen

Als dat lozen niet vanzelf gebeurt of als de steen te groot is, kan een poliklinische ESWL-behandeling met een niersteenvergruizer een oplossing zijn, soms in combinatie met een JJ-katheter. “Een niersteenvergruizer is een apparaat dat nierstenen met schokgolven kapot trilt tot gruis. Voor deze behandeling moet het steentje wel zichtbaar zijn met röntgenstraling. De patiënt gaat liggen en dan richten we de vergruizer op de plek van het steentje. Het gruis kan de patiënt daarna uitplassen.” ESWL lukt niet altijd, vertelt Ilse. “Meestal doe ik één poging. Als het niet werkt, is een operatie de volgende stap.”

Met een cameraatje

Er zijn verschillende operaties mogelijk. “Allereerst een URS: een operatie waarbij we met een cameraatje in de urineleider en/of de nieren kunnen kijken en de steen kunnen verwijderen. Maar dat is niet altijd zo makkelijk als het klinkt. Want zo’n steentje kan bijvoorbeeld vastzitten in de wand van de urineleider of te groot zijn. Met een laser kunnen we de steen dan dusten (tot stof verpulveren) of in kleine stukjes fragmenteren.”

Bij deze operatie kan een uroloog een semirigide of flexibele URS gebruiken. “Bij een semirigide URS is de camera niet flexibel; daarmee kunnen we alleen in de urineleider kijken. Maar als een steen in de nier zit, dan moeten we een hoek kunnen maken. Daarvoor is een flexibele URS nodig, waarmee we alle kelkjes van de nier goed kunnen beoordelen.”

Van buitenaf

PNL is de andere operatie. Die gebeurt van buitenaf, vertelt Ilse. “Daarbij prikken we door de huid heen



Uroloog Ilse van den Dungen kijkt tijdens een URS-operatie met een cameraatje in de urineleider.



Met de ureterorenoscoop, een kleine camera, kan de uroloog tot in het nierbekken kijken.

de nier aan. Dan kunnen we werken met een grotere camera dan bij een URS. Deze operatie voeren we uit als de niersteen groot is. Aanprikken doen we met een stuggere buis. Vervolgens leiden we de camera door de buis en dan kunnen we de steen met een tangetje pakken. Of we gebruiken de LithoClast: een apparaat dat de steen vergruist en de stukjes tegelijk opzuigt.”

Veel drinken

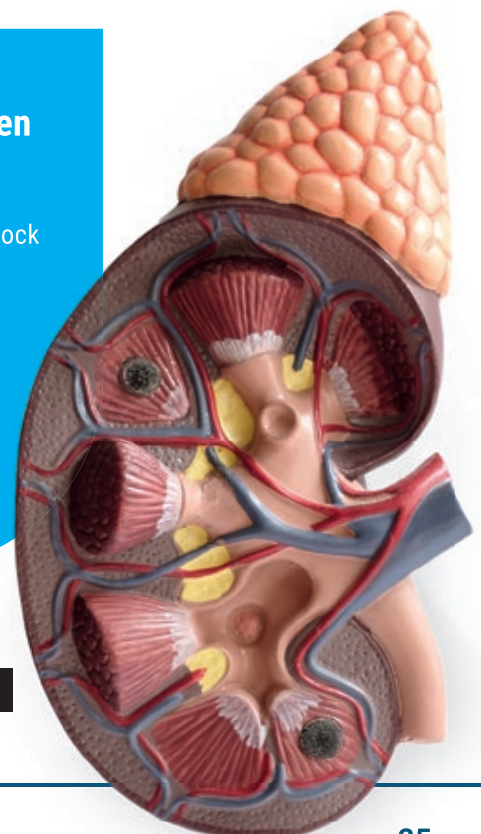
Zijn er mensen die meer risico lopen op nierstenen? De uroloog knikt: “Ze komen meer voor bij mannen. En bij mensen tussen de 40 en 60 jaar. In die leeftijds-categorie komt meer overgewicht voor en dat vergroot de kans op nierstenen. Ook mensen in warmere gebieden lopen meer risico. Waarschijnlijk heeft dat te maken met de hogere temperaturen in combinatie met te weinig vochtinname.” Want, legt Ilse uit, om nierstenen te voorkomen is voldoende drinken het allerbelangrijkst. “Per dag moet je zo’n 2 à 2,5 liter urine produceren. Daarvoor moet je nog net iets meer drinken, verdeeld over de dag. Zo houd je je urine helder en verklein je de kans op kristallen.” Zijn er nog andere adviezen die nierstenen kunnen helpen voorkomen? “Soms speelt erfelijkheid een rol; daar kan je niet zoveel aan doen. Maar voor iedereen geldt dat een gezond gewicht en bepaalde aanpassingen in de voeding gunstig zijn. Zo kan je dierlijke eiwitten – vlees, vis, melkproducten, eieren – beter vermijden. En donkere thee: daar zit oxalaat in, een stof die het risico op nierstenen vergroot. Je hoort wel vaker dat je calcium moet vermijden, maar dat is een misvatting. Soms kunnen we medicatie starten om het risico op nierstenen te verkleinen, vaak gaat dat in samenwerking met de internist.”

Expertise

Als je eenmaal nierstenen hebt gehad, is de kans groter dat je ze opnieuw krijgt. Voorkomen is dus beter dan genezen. “Maar in dit ziekenhuis ben je in goede handen”, zegt Ilse trots. “We hebben veel ervaring met niersteenbehandelingen. Binnenkort starten we met een nieuwe JJ-katheter: een variant met magneetjes. Die is makkelijker te verwijderen. Om de huidige JJ te verwijderen moeten we met een cameraatje naar binnen en met een grijpertje werken. De nieuwe JJ-katheter kunnen we verwijderen met een dun buisje met magneetjes eraan. Dat bespaart tijd en kosten. En vooral: het is fijner voor de patiënt!”

De afkortingen

ESWL =
Extracorporeal Shock
Wave Lithotripsy
URS =
Ureteroscopie
PNL =
Percutane
Nefrolithotrypsie



Nier

Onze locaties



Annemiek's Hoorstudio Doetinchem
De Veenjes 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 merk onafhankelijk.



Waarom Annemiek's Hoorstudio

- Gratis hoortest & Hooradvies t/m €55,00
- Geen wachlijsten
- Marktonafhankelijk & Zelfstandige audicien
- Second opinion Expertise
- Gespecialiseerd in Kinderen

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

- ➔ Fysiotherapie
- ➔ Ergotherapie
- ➔ Logopedie
- ➔ Diëtetiek

azora

Advies- en behandelcentrum | Terborg

azora-abc.nl | ☎ 0315-338260 | f @ YouTube in



Uw specialist voor kleine klachten of complexe problemen

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

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



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



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