

Slingeland

magazine

Neem
gratis
mee!

**Van bloedafname tot uitslag
Zaadbalkanker goed te behandelen
De gipsmeester doet meer dan botbreuken**

SEPTEMBER 2025 - NUMMER 25/3



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.



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

Uw specialist voor kleine klachten of complexe problemen

Een team van specialisten staat voor u klaar.
Mensen uit uw buurt, met een hart voor
de zorg. Van revalidatie tot ziekenhuiszorg
bij u thuis. Altijd afgestemd op uw situatie.

Ontdek de zorg die bij u past:

- ➔ Fysiotherapie
- ➔ Ergotherapie
- ➔ Logopedie
- ➔ Diëtik

Advies- en behandelcentrum | Terborg

☎ 0315 - 338 260

✉ abc@azora.nl

Zó zorgen we voor elkaar
in de Achterhoek.



azora



azora-abc.nl | volg ons |

'In voor en tegenspoed'

'In voor en tegenspoed', we gebruiken deze woorden vaak in persoonlijke relaties: bij een huwelijk, een goede vriendschap of met mensen die dicht bij je staan. Het betekent dat je iemand écht ziet en steunt, zowel in mooie als in moeilijke tijden. Dit geldt ook voor de zorg. In het Slingeland Ziekenhuis staan we voor u klaar, in goede én in moeilijke tijden.

In deze editie van het Slingeland Magazine nemen we u mee in bijzondere verhalen rondom dit thema. Zoals het mooie gesprek met uroloog Arno Geboers over zaadbalkanker, een ziekte die vooral jonge mannen treft. Vroege herkenning kan levens redden, daarom is openheid zo ontzettend belangrijk. Daarnaast spreken we met Anne Hebbink en Nadia Kogelenberg, medisch maatschappelijk werkers. Zij bieden een luisterend oor, praktische hulp en begeleiding bij zorgen die verder gaan dan medische vragen - aan patiënten én hun familie. Want we weten dat het niet alleen gaat om medische expertise, maar ook om wat een ziekte of behandeling met je doet.

Heeft u zich wel eens afgevraagd wat er gebeurt nadat uw bloed is afgenomen? We volgen het buisje stap voor stap, van de afname tot de uitslag. Ontdek op pagina 22 hoeveel precisie en teamwork daarbij komen kijken.

Verder vertelt gynaecoloog Lauren Bullens over de overgang. Wat gebeurt er in je lichaam, hoe herken je de signalen en welke mogelijkheden zijn er om klachten te verlichten? En we nemen ook een kijkje in de gipskamer bij Eva Schabbink, voor wie het werk veel verder gaat dan alleen een gipsverband aanleggen. Stabiliseren, ondersteunen, beschermen - elke dag is anders.

Of u nu leest voor herkenning, informatie of inspiratie: we hopen dat deze verhalen u raken en inzicht geven in de zorg die wij, in voor én tegenspoed, samen bieden.

Otwin van Dijk,
voorzitter
raad van bestuur



04

Zaadbalkanker goed te behandelen

Wacht niet als je iets ontdekt



08

De gipsmeester

De gipskamer is het vrolijkste hoekje van het ziekenhuis



14

Medisch maatschappelijk werker

Ziek zijn raakt meer dan je lijf alleen

16 Eén op de vier vrouwen ervaart overgangsklachten

20 Van bloedafname tot uitslag

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
Laura Thuis
Maaïke Kuyvenhoven

Fotografie

Marcel Rekers
Karel Peters
Jennifer Grosman

Bladcoördinatie
Sasja Gerritsen

Uitgever

BC Uitgevers BV
T 0515 42 94 29

Vormgeving

Hannique de Jong

Oplage 5.000

Bladmanager & advertentieverkoop

Barbara Verschoor
T 06 45 57 66 70

www.slingeland.nl
instagram.com/slingelandziekenhuis
facebook.com/Slingeland

Zaadbalkanker goed te behandelen in Slingeland Ziekenhuis

“Wacht niet als je iets ontdekt”

Zaadbalkanker komt niet vaak voor. En de vooruitzichten op genezing zijn goed. Wel is het de meest voorkomende vorm van kanker bij mannen tot 40 jaar. Maandelijks zelfonderzoek loont. Daarom benadrukt uroloog Arno Geboers: “Wees een vent, zorg dat je je ballen kent.”

Met die landelijke slogan wil de uroloog jonge Achterhoekers bewust maken van de ziekte. Want die is ingrijpend, zelfs als je er op tijd bij bent. Vorig jaar constateerden Arno en zijn collega-urologen bij tien jonge mannen in de regio zaadbalkanker. “Als jonge man schrik je natuurlijk van zo’n diagnose, maar ik zeg altijd: Ga ervanuit dat je geneest, zelfs als je uitzaaiingen hebt.”

Wat is een typische klacht waarmee jonge mannen via de huisarts bij de uroloog terechtkomen? “Meestal is dat een pijnloze, vaste zwelling in een van de zaadballen. De huisarts belt ons meteen of verwijst soms eerst door naar de radioloog. Als de echo wijst op zaadbalkanker krijgt de patiënt dat direct

te horen.” Jonge mannen die het overkomt, belanden in een rijdende trein, ziet de uroloog. Na de eerste shock en goede opvang door een van de oncologie-verpleegkundigen gaat die trein rijden.

Kinderwens

Een van de eerste vragen die de uroloog tijdens de diagnose stelt: ‘Heb je een kinderwens?’ Want zaadbalkanker heeft een groot effect op de vruchtbaarheid. “De patiënt kan binnen drie dagen zijn sperma laten invriezen in het fertiliteitscentrum in Arnhem. Dan behoudt hij de mogelijkheid om via kunstmatige inseminatie nog kinderen te krijgen. Hoewel het met de overgebleven bal soms ook via de natuurlijke weg lukt om zwanger te raken.”

Ook krijgt de patiënt binnen 72 uur bloedonderzoek en een CT-scan om vast te stellen of er uitzaaiingen zijn, en volgt er een operatie. “Dat is bedoeld om uitzaaiingen zoveel mogelijk te voorkomen.” Daarbij verwijdert de uroloog in het Slingeland Ziekenhuis de bal via een klein sneetje in de lies. “Meestal kan de patiënt nog dezelfde dag naar huis. Een balbesparende operatie wordt heel weinig gedaan, omdat de patiënt dertig procent kans houdt op uitzaaiingen. Ook bespreken we een balprothese. Maar dat moedig ik niet aan, omdat het kunstmateriaal is waarvan je op lange termijn nog niet weet wat het in het lichaam zal doen.”

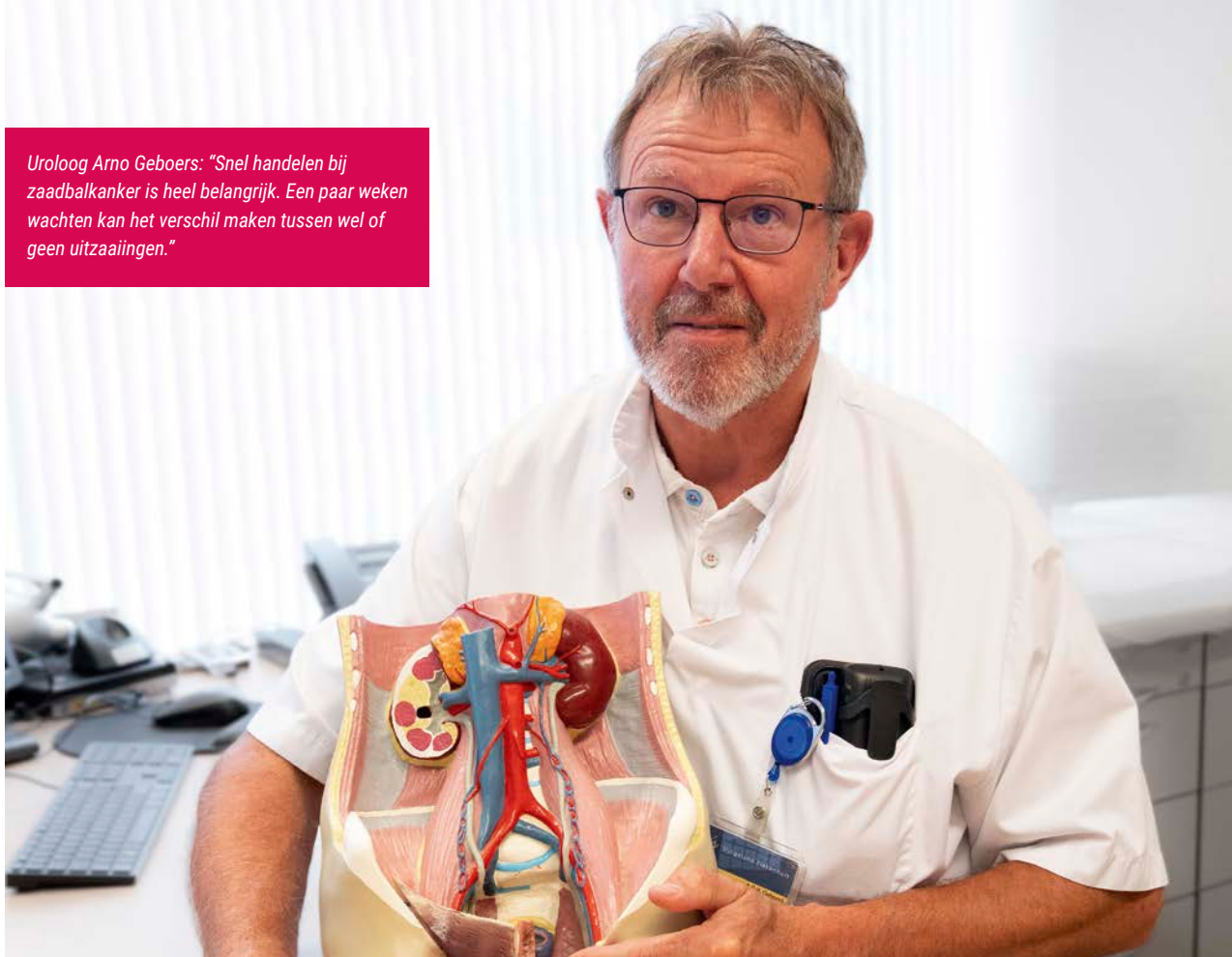
Duidelijk behandeltraject

Na verwijdering van de bal en uitgebreid onderzoek krijgt de patiënt meestal na een week duidelijkheid over verdere behandeling. “Daarin werken we goed samen binnen ons oncologisch netwerk ARTZ met Rijnstate, Ziekenhuis Gelderse Vallei en met het academische Radboudumc. Op woensdag bespreken we elke patiënt tijdens het zogeheten multidisciplinair overleg en maken we een behandelplan.”

Wat is zaadbalkanker?

Zaadbalkanker is een kwaadaardige tumor die ontstaat in de zaadbal, meestal in de cellen die zaad produceren. Het is de meest voorkomende kankersoort bij mannen tussen de 15 en 40 jaar. In ons land krijgen ongeveer 900 mannen per jaar de diagnose. Uroloog Arno Geboers: “We zien een verdubbeling in 25 jaar tijd, maar we weten nog niet waardoor dat komt.” Risicofactoren zijn: zaadbalkanker in de familie, niet-ingedaalde zaadbal bij de geboorte, verschrompelde zaadbal, afwijkingen aan de plasbuis of vruchtbaarheidsproblemen.

Uroloog Arno Geboers: "Snel handelen bij zaadbalkanker is heel belangrijk. Een paar weken wachten kan het verschil maken tussen wel of geen uitzaaiingen."



3 symptomen van zaadbalkanker



Vergroting
Je voelt een zwelling of verdikking.



Verharding
Je voelt een hard, meestal pijnloos bultje of een bobbel.



Voelt anders dan anders
Je ballen voelen anders dan anders. Bijvoorbeeld kleiner of zwaarder.

Afbeelding: KWF

Zaadbalkanker kent vier stadia. In het eerste stadium zijn er geen uitzaaiingen en zijn er alleen een operatie en intensieve controles nodig bij de uroloog in het Slingeland. Dat stadium komt het vaakst voor. Bij de volgende stadia is er wel sprake van uitzaaiingen naar de lymfeklieren in de buik (stadium 2), naar de borstholte (stadium 3) of naar de organen (stadium 4).

"In het geval van uitzaaiingen draag ik de patiënt over aan de oncoloog. Bij uitzaaiingen in de klieren achter in de buik krijgt de patiënt chemokuren in het Radboudumc in Nijmegen of bestralingen in het Arnhemse Rijnstate. Bij ernstige uitzaaiingen wordt de man soms dezelfde dag nog verwezen voor chemotherapie in Nijmegen, nog voordat de bal wordt verwijderd. Zaadbalkanker is een agressieve soort, maar door die snelle celdeling reageert het vaak ook goed op bestraling en chemokuurbehandeling."

Misverstanden over zaadbalkanker

- Zaadbalkanker wordt niet veroorzaakt door zelfbevrediging.
- Ook is zaadbalkanker geen geslachtsziekte.
- Zaadbalkanker is niet besmettelijk.
- Je mobiel in je broekzak dragen is geen oorzaak.
- Na het verwijderen van een zaadbal krijg je niet minder zin om te vrijen.
- Je wordt ook niet impotent.

Hoopvolle uitkomst

Natuurlijk vraagt behandeling met of zonder bestralingen of chemotherapie fysiek en mentaal veel van jonge patiënten. Want in elk stadium volgen veel controles. Toch draagt de uroloog een hoopvolle boodschap uit: "Zelfs met uitzaaiingen heb je 90 procent kans dat je na tien jaar nog leeft." Ook al neemt dat niet weg dat de wereld op zijn kop staat na de diagnose. Hoe zit het met mijn studie, kan ik nog een hypotheek afsluiten of een gezin

stichten? Met al die vragen kan de patiënt in het Slingeland terecht bij het AYA-netwerk voor jonge kankerpatiënten.

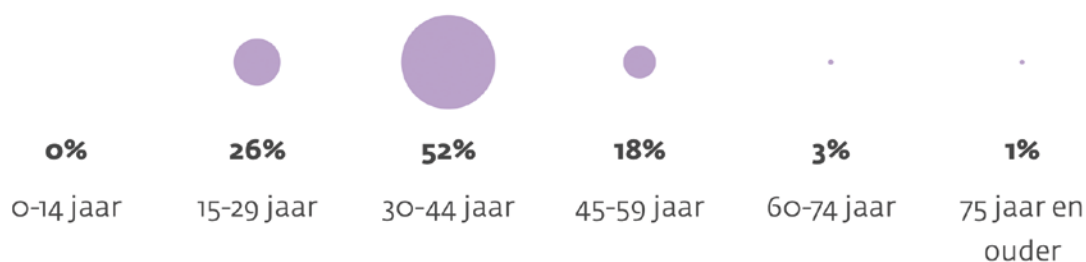
Achterhoekse aard

Arno Geboers viert dit jaar als uroloog zijn dertigjarige jubileum in het Slingeland Ziekenhuis. Als geboren Zeeuw vallen hem een paar dingen op aan Achterhoekse mannen. "Aan de ene kant steken ze

soms hun kop in het zand. Dat maakte ik een keer mee met een jongeman die heel lang wachtte, doodziek bij ons binnenkwam en zaadbalkanker bleek te hebben. Aan de andere kant zijn Achterhoekers relatief nuchter en pakken ze na de behandeling van deze kankersoort de draad weer op. Of we daarna nog geboortekaartjes krijgen op onze afdeling? Ja, vooral na sterilisatiehersteloperaties, maar zeker ook van patiënten die genezen zijn van zaadbalkanker."

Hoe vaak komt zaadbalkanker voor per leeftijdsgroep?

Zaadbalkanker komt vooral voor bij mannen **onder de 45 jaar**.



Abbeiding: kanker.nl

Wat is de overleving van zaadbalkanker?

Gemiddeld zijn 5 jaar na de diagnose nog **95 van de 100** mannen in leven.



Let op: dit zijn gemiddelde cijfers voor alle mensen met deze soort kanker. Jouw vooruitzichten kunnen anders zijn dan het gemiddelde. Bespreek dit met de arts.

Abbeiding: kanker.nl

Wees er op tijd bij: check jezelf

- Zelfonderzoek is heel belangrijk: doe het elke maand op een vaste tijd.
- Bij voorkeur na het douchen als de balzak ontspannen is.
- Gebruik je duim en wijsvinger (bekijk ook een animatie online).
- Voel je een knobbel, verharding, onregelmatigheid of zwelling? Maak dan meteen een afspraak bij de huisarts.

Zie ook campagnes als [#CheckJeBallen](#), [het Ballenalarm](#) en [Zaadbalkanker.nl](#).



Sebas had zaadbalkanker

“Wees eerlijk als je er niet gerust op bent”

“Rond mijn 37ste viel het me op dat ik aan één kant een beetje knijpend gevoel had en dat een van mijn zaadballen wat kleiner was. Ook was er een leeftijdsgenoot met teelbalkanker in mijn omgeving en daarom leek het me goed om het te laten checken”, vertelt Sebas (41), een sportieve vader van twee dochters, met een veelzijdige baan in het voortgezet onderwijs. “Mijn opluchting was groot toen de vervangende huisarts wel het verschil in grootte opmerkte, maar ervan uitging dat er niets aan de hand was. Na bijna een jaar kreeg ik soms een kloppend gevoel vanbinnen. Ook onze eigen huisarts voelde wel iets, maar vond het niet verontrustend. Toen heb ik eerlijk gezegd dat ik er zelf niet gerust op was.

Een echo in het Slingeland Ziekenhuis wees uit dat er een randje langs mijn zaadbal zat, maar de huisarts vond dat niet alarmerend. Puur voor de geruststelling heb ik toch om een afspraak bij de uroloog gevraagd. Die bevestigde dat er iets zat wat er niet hoorde, en adviseerde om geen risico te nemen en de bal te laten verwijderen. Hij vroeg ook of we nog een kindwens hadden, maar met twee dochters van toen 6 en 8 was ons gezin compleet.

Diezelfde middag werd ik al gebeld en de volgende ochtend had ik meteen een operatie die prima verliep. De uroloog kon nog geen definitief uitsluitsel geven, maar zei dat de operatie een goede keuze was geweest. Na weefsel-, bloed-

en röntgenonderzoek kreeg ik na een week de diagnose teelbalkanker, zonder uitzaaiingen. Vanaf dat moment kreeg ik elke zes maanden nacontrole om uitzaaiingen uit te sluiten.

Toen ik naar huis ging en de arts me sterkte wenste, kwam het besef. Dat het leven dat me zo dierbaar is, zo kwetsbaar kan zijn. Er is geen aanwijsbare oorzaak voor de kanker en ik heb er geen invloed op. Dat maakt het ongrijpbaar. En ik ben ook een stuk alerter geworden. Huilen kon ik op dat moment niet, dat kwam later pas. Professionele gesprekken heb ik niet gehad, want ik kan er met mijn vrouw en vrienden goed over praten.

In mijn lichaam kon ik wel veel stress voelen en daardoor kortademig worden. Dankzij mijn moeder, die ayurvedisch masseuse is, had ik na drie dagen weer een normale ademhaling. Het komt alleen nog maar terug in de week voorafgaand aan de controle. De uitslag is elke keer weer spannend, maar ik ben er ook aan toe om te weten hoe het zit. Wat ik tegen andere mannen wil zeggen? Wees niet naïef als je iets gekst voelt, ga naar je huisarts en zeg het als je ongerust bent.

Over ouder worden denk ik nog steeds hetzelfde, ook al voel ik me niet meer zo onsterfelijk. Dat is een gegeven. Toch zie ik het leven als een grote ontdekkingstocht en geniet ik dagelijks, met iedereen om me heen.”

De gipsmeester doet veel

“De gipskamer is het vrolijkste hoekje van het ziekenhuis”



meer dan botbreuken



Eva Schabbink is gipsverbandmeester. Zij en haar collega-gipsverbandmeesters behandelen niet alleen botbreuken, maar bedenken ook oplossingen voor een lekkende stoma of een buikwandbreuk. “Alles dat het lichaam kan ondersteunen in de genezing.” Eva werkt met kunststof, ‘ouderwets’ mineraalgips en ander materiaal.

Kinderen die, letterlijk, op hun tenen lopen. Wonden die in het gips moeten om de druk te verlichten. Een brace voor een nek. Zo’n 60% van de werkzaamheden die Eva en haar collega’s van de gipskamer doen, betreft botbreuken. Die andere 40% betreft van alles. “Een tijd geleden hadden we een patiënt met een buikwandbreuk. De buik van de patiënt hing zo laag, dat het leven van die persoon er ernstig door werd beïnvloed. We hebben een ondersteuning gemaakt waardoor de buik werd gelift. De kwaliteit van leven van deze patiënt ging daardoor met stappen omhoog. Ik vind het super om dit voor iemand te kunnen doen.”

Alles weten van anatomie

Eva werkt sinds 2011 op de gipskamer. Ze begon hier als verpleegkundige, deed de opleiding tot gips-

meester aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam - “de enige plek waar je dat kunt doen” - en leerde het vak verder op de afdeling. Gipsmeesters werken nauw samen met onder andere artsen en verpleegkundigen van de Spoedeisende Hulp en trauma-chirurgen. “Verpleegkundigen van de Spoedeisende Hulp leggen zelf gipsspalken aan. Dit leren ze in hun opleiding. Wij scholen hen daar verder in om die aangeleerde techniek te verfijnen.” Dagelijks hebben Eva en haar collega’s een ‘radiologiebespreking’ met artsen van de Spoedeisende Hulp en trauma-chirurgen. Ze bekijken foto’s van traumaletsel, ‘voornamelijk botbreuken’, van de dag ervoor en overleggen of het goede beleid is ingezet. Eva: “Ik let scherp op de stand van ledematen en gewrichten tijdens ons spreekuur. Ik weet hoe het anatomisch





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

Oogziektes zie je niet aankomen

Steun het

Oogfonds

GUV Uitvaartzorg

Persoonlijk, betrokken en dichtbij



*Bel ons voor een
vrijblijvend gesprek!*

Onze betrokken en professionele uitvaartbegeleiders:

- Persoonlijke begeleiding
- Één vertrouwd aanspreekpunt
- Alle tijd en aandacht voor u
- Betrokken en professioneel



*Bel altijd
eerst GUV!*

Wij komen bij u aan huis en nemen met u al uw wensen door. Al uw vragen worden uitgebreid beantwoord. Ook krijgt u een goed beeld van de kosten van een uitvaart volgens uw wensen.

Tel. 0800 - 0809 (24/7 gratis) www.guv.nl

Ook als u ergens anders verzekerd bent!

GUV
Persoonlijk, betrokken en dichtbij



zou moeten staan en ken de marges die ik kan accepteren. Als ik iets zie dat buiten de marge valt, bespreken we met de arts of er aanvullend onderzoek nodig is of dat er op korte termijn moet worden geopereerd.” Voor patiënten met een onderbeen-amputatie, kinderen die op hun tenen lopen of patiënten van de voetenpoli, werken de gipsverbandmeesters nauw samen met de revalidatieartsen en vaatspecialisten. Voor nachtsplanken of braces voor een knie, heup, enkel of rug is er een samenwerking met orthopeden. Eva: “We draaien ook dagelijks een gezamenlijke poli met twee traumaorthopeden en traumachirurgen, zij zijn gespecialiseerd in de behandeling van verschillende soorten trauma's.”

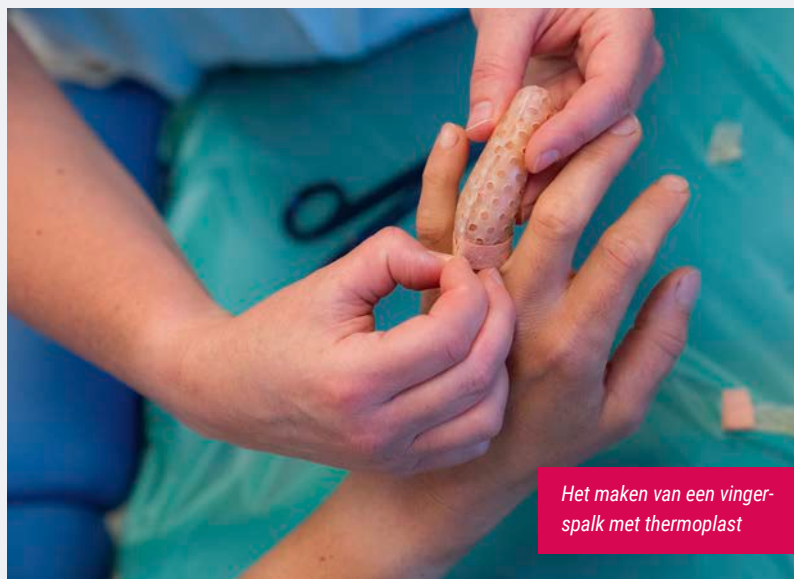
Kunststof en ‘ouderwets’ mineraalgips

Maar de gipsverbandmeesters zijn de kenners. Naast alle kennis van de anatomie, begint hun werk bij alle materialen waarmee botbreuken ‘en andere issues in het steun- en bewegingsapparaat’ kunnen worden behandeld. “Regelmatig hebben we patiënten wiens ledematen beknelde hebben gezeten, denk bijvoorbeeld aan een voet onder een heftruck. Dan is het erg belangrijk om de weke delen in de gaten te houden en goed te letten op alarmsignalen van een ‘compartiment-syndroom’ dat kan ontstaan wanneer de zwelling de bloedtoevoer verstoort. Mocht dat syndroom optreden, dan is acute medische zorg noodzakelijk. Bij dit soort letsels verwacht je sowieso veel zwelling, dus dan is het belangrijk om juist met een spalk te werken in plaats van een gips dat volledige om de ledemaat zit, zodat de zwelling ook weer weg kan.”

Bij sommige breuken is gips niet mogelijk. Dan kunnen we de patiënten soms met tape behandelen, bijvoorbeeld bij gebroken ribben of breuken rondom de schouder. “Soms worden we gebeld door een arts bijvoorbeeld op de OK met een acute vraag. Een schouder die iedere keer uit de kom gaat bijvoorbeeld. “Hij zit er nu in. Wil je nu komen en iets maken waardoor ‘ie op z’n plek blijft?” Dan maken we ter plekke iets. Ook werken we met scharnieren en thermoplast. Ons vak is echt ontzettend breed.” In de wereld van het gipsen verandert momenteel veel. Eva: “Ik kan me voorstellen dat de 3D-scanner hier een belangrijke rol in gaat spelen. Maar dit vak zal nooit verdwijnen. Maatwerk blijft altijd noodzakelijk.”

Van 0 tot 100

“Als ik een botbreuk heb behandeld met gips van kunststof, krijg ik wel eens de vraag “Doen jullie dit nou de hele dag?” Maar dit is dus heel afwisselend werk. Wij zien patiënten in de leeftijd van 0 tot 100. We moeten soms enorm creatief zijn. Wat voor de een werkt, werkt voor de ander niet. Voor iedereen bedenken we een oplossing die bij hem of haar past. Voor andere letsels is er de zogenoemde virtual fracture care. Dat is een behandeling met een drukverband of brace waarbij de patiënt met behulp van een app kan lezen wanneer het verband of de brace er af mag, wanneer het er om moet en hoe het herstel verder zal gaan. Als er dan vragen zijn, kan de patiënt de breuklijn bellen. Een van de gipsverbandmeesters geeft dan antwoord. De gipskamer is in ieder geval het vrolijkste hoekje van het ziekenhuis. Het overgrote deel van de problemen waar wij een oplossing voor zoeken is van tijdelijke aard. Wij helpen mensen weer op de been.”



Het maken van een vinger-spalk met thermoplast



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



CURSUS

LEVEN MET DIABETES

Word wegwijs met
diabetes type 2

Heb je net de diagnose diabetes type 2 gekregen en komt er veel op je af?
Of heb je al jaren diabetes en wil je meer grip op jouw aandoening en gezondheid?
Wil je graag actuele informatie en leren van anderen en een deskundige cursusleider die spreekt uit eigen ervaring?

Kom dan naar de cursus **Leven met Diabetes**.
Een praktische cursus van drie avonden boordevol kennis en tips die er voor zorgen dat je voluit kunt leven mét diabetes.

Deze cursus is voor mensen met diabetes type 2, die patiënt zijn bij een huisarts die verbonden is aan Huisartsenzorg Oude IJssel én waarvan de huisarts de hoofdbehandelaar is voor diabetes type 2. Wil je weten of je huisarts verbonden is aan Huisartsenzorg Oude IJssel? Kijk dan op huisartsenzorgoudeijssel.nl/huisartsen.

Locatie: Amphionstraat 67, 7001 DP Doetinchem
Datum: 14, 21 oktober en 11 november 2025
Tijd: 19:30 tot 21:30 uur, inloop vanaf 19:00 uur

Let op
We hebben maar beperkt plaats, dus schrijf je snel in. Lukt dit niet of heb je vragen?
Mail dan naar info@hzoij.nl of bel 085 485 4000.

Aanmelden is
verplicht en kan
via de QR-code





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



**Goed ouder worden
doe je samen.**

Frans Miggelbrink

**Ga d'r eens voor
zitten en begin op
tijd het gesprek
over fit blijven,
wonen en zorg.**



De Achterhoekbank

Het lijkt misschien nog ver weg, maar wie straks ook vol van het leven wil blijven genieten, praat vandaag over morgen. Over hoe je elkaar in de toekomst kunt helpen bijvoorbeeld.

Veel Achterhoekers vragen liever niet om hulp. Zeker niet als je gewend bent om alles zelf te doen en anderen niet tot last wilt zijn. Toch is het belangrijk te bespreken hoe je elkaar kunt helpen als er later zorg nodig is. Bijvoorbeeld door er nu al over te praten met vrienden, familie en naobers.

Meer weten?

Scan de QR-code en kijk voor de handige gesprekskaart, praktische tips en een agenda met regionale activiteiten op achterhoekbank.nl



Wanneer ziekte het gewone leven verstoort

‘Medisch Maatschappelijk Werk

Ziek zijn raakt meer dan je lijf alleen. Het kan het leven zoals je gewend was flink op zijn kop zetten. De medisch maatschappelijk werkers van het Slingeland Ziekenhuis staan patiënten bij die dat echt nodig hebben: “Bij ons staat de deur altijd op een kier.”



Stel, je ligt in het ziekenhuis en hoort dat je een ingrijpende buik- of hartoperatie moet ondergaan. Of de arts vertelt je dat je kanker hebt of aan beginnende dementie lijdt. Ingrijpende situaties die veel betekenen voor je dagelijkse leven, je thuissituatie en bijvoorbeeld je werk. Zo'n nieuwe realiteit kan je zo overweldigen of zo ingewikkeld zijn dat de arts of verpleegkundige, in overleg, het team Medisch Maatschappelijk Werk inschakelt.

Sociaal plaatje

“Ons werk doen wij na opname van patiënten in het ziekenhuis, maar ook op de poliklinieken als het gaat om mensen op de afdeling Geriatrie, dialysepatiënten, patiënten met kanker, en kwetsbare zwangeren op de POP-poli”, vertelt medisch maatschappelijk werker Anne Hebbink over het team dat vier maatschappelijk werkers telt. Haar collega Nadia van Kogelenberg

helpt je weer richting te vinden'

vult haar aan: "Zeker bij complexe patiënten wil je na opname snel een beeld hebben: wat voor mens is de patiënt, heeft hij of zij een netwerk, hoe is de thuis-situatie? Daarin willen we meteen kunnen schakelen. De gesprekken doen we op de patiëntenafdeling, op de kamers bij maatschappelijk werk en eventueel thuis." Het is een veelzijdig en breed vak, vertellen Anne en Nadia. "Ik noem ons ook wel 'bewegwijzeraars' voor de patiënt. En voor de arts en verpleegkundige kleuren we het sociale plaatje van de patiënt in", legt Nadia uit. Anne vertelt: "We hebben echt oog voor de persoon en vandaaruit werken we verder. Daarbij kijken we naar alle levensdomeinen en vragen waar voor hem of haar het zwaartepunt ligt. Waar kunnen we iemand in zijn kracht zetten, waar kun je samen beslissen, en wat kunnen we samen met de patiënt of naasten doen?"

Maatschappelijk werk is méér dan het ogenschijnlijk 'fijne gesprek', dat mensen vaak op prijs stellen of benoemen. "We voeren therapeutische gesprekken, waarin we mensen helpen bij verwerking, het vinden van oplossingen en het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden. Achter het luisterend oor gaat dus methodische hulpverlening schuil", legt Anne uit.

Altijd maatwerk

Niet alleen hun vak, maar ook de problemen van patiënten kunnen breed zijn: moeite hebben met het verwerken van de diagnose, stress, schulden, huisvestingsproblemen, alcohol- of drugsgebruik of relationele problemen. "Alles waar je tegenaan kunt lopen in het leven", merkt Nadia op. Anne: "Soms is onze rol klein en proberen we iemand te versterken, bijvoorbeeld om zelf dingen te zeggen of te vragen aan de arts. Soms is onze rol groter en schakelen we met professionals buiten het ziekenhuis, voor bijvoorbeeld dagbesteding of extra ondersteuning thuis, vaak vanuit de gemeente. We kunnen op vrijwel alle leefgebieden met mensen in gesprek, over relaties, werk, maar ook over rouw, verlies en eventueel naderend levenseinde. Maar we kunnen ook betrokken worden bij een vermoeden van bijvoorbeeld ouderenmishandeling."

Anne en Nadia benadrukken: "Geen mens is hetzelfde. Het is altijd maatwerk dat wij bieden." Hun werk gaat

dan ook van een enkel gesprek tot aan de repatriëring van een Canadese inwoner die tijdens familiebezoek in het Slingeland terecht kwam. De duur van hun ondersteuning hangt sterk af van de aard en omvang van de problemen, de relatie tot het ziek zijn en welke partij de beste ondersteuning of hulp kan bieden. "Verwijzen waar nodig en waar het kan, staat hierin voorop. Zodat de patiënt snel en zo zelfstandig mogelijk verder kan."

Realiteit

De maatschappelijk werkers noemen zichzelf een soort tolk/vertaler tussen arts en patiënt, en omgekeerd. "Dan geven we handen en voeten aan wat de arts de patiënt en zijn naasten heeft verteld", zegt Nadia, "En omgekeerd kunnen we de arts of verpleegkundige meer een totaalbeeld geven van de patiënt. Hoewel zij ook de psychosociale zorgbehoefte van een patiënt zien. Zij signaleren voor ons dat er bijvoorbeeld iets speelt in de sociale omgeving, rondom de zelfzorg of in het contact met dierbaren, of juist het ontbreken daarvan."

Daarin lopen de zorgprofessionals ook regelmatig tegen de weerbarstige realiteit aan: die van de wachtlijsten in de geestelijke gezondheidszorg, verslavingszorg, de verpleeghuizen en de druk op de woningmarkt. "Regelmatig moeten we ook aan verwachtingsmanagement doen, ook bij onze collega's in het ziekenhuis", vertellen Anne en Nadia. Want deze maatschappelijke problemen raken ook de ziekenhuispatiënt. "Wij kunnen vanuit het ziekenhuis van alles bedenken voor de patiënt, over wat goed of beter zou zijn voor hem of haar, maar de werkelijkheid kan heel anders zijn. Niet altijd is onze gedroomde oplossing iets wat de patiënt wil, of het is door wachtlijsten niet haalbaar. Wat wij wel kunnen doen is meedenken over alternatieven of over hoe een patiënt een periode kan overbruggen."

Heftig

Medisch maatschappelijk werkers zijn zelf ook mens. Hoe gaan zij zelf met de soms heftige situaties van patiënten om? Anne en Nadia wijzen meteen naar elkaar: "Daar hebben wij elkaar voor!"

'Ga de overgang eerst met

Ook hormoontherapie kan een veilige keuze zijn bij klachten

Maar liefst één miljoen vrouwen in ons land zitten er middenin: de overgang. En vier op de vijf vrouwen ervaren klachten. "Daar zijn goede oplossingen voor, zoals hormoontherapie. Hoewel dat ook geen magie is. Niet elke klacht komt door de overgang en het is niet voor iedereen geschikt", zegt gynaecoloog Lauren Bullens. Leefstijl is volgens haar ook erg belangrijk.

De overgang is de periode van een aantal jaren rondom de laatste menstruatie. Die levensfase kan klachten geven, zoals opvliegers en pijn bij het vrijen. "Een derde van het ziekenverzuim van vrouwen in de leeftijd van 40 tot 60 jaar is toe te schrijven aan overgangsklachten. Maatschappelijk heeft de overgang veel gevolgen", zegt Lauren. De gynaecoloog wil graag meer bewustzijn kweken, veelgehoorde mythes ontkrachten en vertellen wat vrouwen zelf kunnen doen.

Geen test voor

Gemiddeld wordt een vrouw op haar 51ste voor de laatste keer ongesteld. De enkele jaren ervoor en het jaar erna noem je de overgang. In die periode zoekt het lichaam naar een nieuw hormonaal evenwicht. "Als gynaecologen zeggen we dat het normaal is dat vrouwen vanaf hun veertigste in de overgang kunnen komen, ook al is dat relatief vroeg. Het is lastig te zeggen hoelang de overgang duurt. Het begint met het onregelmatig worden van je menstruatiecyclus en duurt tot een jaar na je laatste menstruatie. Die periode varieert per vrouw. Het heeft meestal geen zin om te testen, want dat kan de overgang niet aantonen."

(A)typisch klachten en leefstijl

Tijdens de overgang geven de eierstokken minder van het hormoon oestrogeen af in je bloed. Dat kan zorgen voor bekende klachten als een onregelmatige menstruatiecyclus en opvliegers. "Maar er zijn ook



goede leefstijl te lijf'

Gynaecoloog Lauren Bullens: "Stap één is kijken naar je leefstijl. Als dat niet voldoende werkt, kan hormoontherapie een optie zijn."



atypische klachten, zoals gewrichtspijn en mentale klachten als stemmingsstoornissen en concentratiestoornissen", vertelt Lauren, "Het is wel lastig om zeker te zeggen of een wat vagere klacht als snel geïrriteerd zijn, hoofdpijn of vergeetachtigheid door de overgang komt."

Veel klachten kunnen wel passen bij de overgang. Stap één om hier iets aan te doen: leefstijl. "Dat is veruit het belangrijkste!", benadrukt Lauren. "Zorg voor een normaal gewicht en gezonde botten, eet gezond, beweeg veel, rook niet en drink minder of geen alcohol. Dat helpt ook je hart- en bloedvaten gezond te houden. Op [Thuisarts.nl](https://thuisarts.nl) vind je veel informatie. En de twee overgangsconsulenten waar wij in de regio goede ervaring mee hebben, kunnen je ook adviseren over leefstijl en omgaan met klachten. Verder is het bewezen dat traditionele acupunctuur zinvol kan zijn."

> De overgang: leefstijl-weetjes

- Stoppen met roken loont! Rook je meer dan een pakje sigaretten per dag, dan kan je door schade aan je eierstokken gemiddeld twee jaar eerder in de overgang komen.
- Je ervaart minder overgangsklachten door een gezond gewicht, gezond eten en bewegen.
- Minder alcohol drinken geeft mogelijk ook minder klachten.

Achterhaalde studie hormoontherapie

Daarnaast is ook hormoontherapie gangbaar bij vrouwen met ernstige overgangsklachten. "Daarbij zien we nog wel enige schroom. Dat komt door een vroegere Amerikaanse studie, die stelde dat hormoontherapie een verhoogd risico op borstkanker gaf. Later bleek dat die studie helemaal niet te vertalen is naar

gezonde vrouwen die net in de overgang zijn. Maar dat gevoel is blijven hangen. Terwijl we weten dat het voor een grote groep vrouwen veilig is om uit te proberen of hormoontherapie verbetering geeft. Zeker als je het via de huid toedient met een pleister, gel of spray.”

Ze vervolgt: “Wel is het belangrijk om er binnen tien jaar na je laatste menstruatie mee te beginnen. Vrouwen die nog hun baarmoeder hebben, moeten er een ander bioïdentiek hormoon (progesteron) bij gebruiken om doorbraakbloedingen en het te dik worden van het baarmoederslijmvlies te voorkomen. Evalueer ook jaarlijks of je kunt proberen te stoppen en gebruik het zo kort mogelijk. Goed afbouwen is ook belangrijk, want we willen ‘start-stop-start-stop’ voorkomen. En doe vooral mee aan het tweejaarlijkse bevolkingsonderzoek voor borstkanker en controleer je bloeddruk voor de start en bij controleafspraken.”

Lauren: “Heel soms willen vrouwen geen hormonen gebruiken omdat ze er gevoelsmatig weerstand tegen

hebben. Als je uitsluitend opvliegers hebt, zijn er ook niet-hormonale medicijnen beschikbaar. Die worden vaak voorgeschreven bij vrouwen met een zogeheten contra-indicatie, bijvoorbeeld omdat ze een hormoon-gevoelige kanker hebben gehad of ernstige hart- en vaatziekten.” Omgekeerd is het zo dat als een vrouw voor haar 40ste in de overgang komt, het juist aan te bevelen is om hormoontherapie te geven vanwege het risico op botontkalking en hart- en vaatziekten.

Mythes

Lauren wil ook graag afrekenen met een aantal mythes en onwaarheden rondom de overgang. Zo voorkomt het plaatsen van een hormoonspiraaltje geen overgangsklachten. Hooguit verhelpt het spiraaltje problemen met je menstruatiecyclus. En is je baarmoeder verwijderd? In tegenstelling tot wat sommige vrouwen denken, kom je na verwijdering niet direct in de overgang. Want je hebt je eierstokken nog en die blijven werken tot je natuurlijke overgang begint (zie afbeelding). “Neem ook niet alles op social media voor waar aan. Daar gaat nu rond dat vrouwen in het



Hormoontherapie in spray, gel of pleistervorm kan een veilige therapie zijn bij ernstige overgangsklachten.

> Overgang: wat gebeurt er in je lichaam?

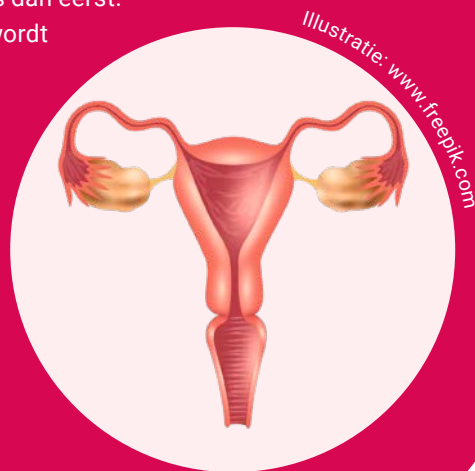
Vrouwen worden geboren met ongeveer twee miljoen eicellen en zijn vanaf hun puberteit vruchtbaar. Dat betekent dat elke maand een eikel rijp wordt en loskomt uit de eierstok. Tussen de leeftijd van 40 tot 60 jaar zijn de eicellen op of worden niet meer rijp. Gemiddeld heeft de Westerse vrouw haar laatste menstruatie rond haar 51ste jaar. Dat heet de menopauze. Voor en na die laatste menstruatie gaat haar lichaam op zoek naar een nieuw hormonaal evenwicht: die periode noemen we de overgang.

Lichaam moet wennen

Wanneer de eierstokken geen eikel meer loslaten, maakt het lichaam minder vrouwelijk hormoon aan. Door minder oestrogeen groeit het slijmvlies van de baarmoeder anders dan eerst.

Daardoor wordt een vrouw vaker of minder vaak ongesteld. Ook wordt de huid van de vagina dunner, kan hinderlijk bloedverlies ontstaan, en ervaren vrouwen soms mentale klachten en pijn in de spieren en gewrichten. Verder moet het deel in de hersenen dat de temperatuur in het lichaam regelt, wennen aan minder oestrogeen. Het kan opeens seintjes geven dat het lichaam moet opwarmen, terwijl dat niet zo is. Hierdoor gaan de bloedvaten van de huid meer openstaan en dat veroorzaakt de bekende opvliegers. Gynaecoloog Lauren Bullens: "Waarom de hersenen niet goed afgestemd zijn, weten we nog niet precies."

Deels overgenomen uit bronnen van Thuisarts.nl en NVOG.nl.



buitenland soms testosteron bij libidoverlies krijgen voorgeschreven. Dit wordt alleen aanbevolen in zeer uitzonderlijke gevallen waarbij een testosterontekort is bewezen."

Nog even een intiem punt. Er heerst ook een misverstand over het vrijen tijdens en na de overgang. De gynaecoloog ziet het zelfbeeld van vrouwen veranderen omdat de vocht- en vetverdeling in het lichaam anders wordt. Ook wordt de huid van je vagina dunner. Dat kan jeuk, droogheid of juist meer vocht en slijm veroorzaken. "Het is wel een fabel dat je na de overgang tijdens de seks minder vochtig wordt. Je moet er alleen meer voor doen om opgewonden te raken. Investeer meer in het voorspel en ga samen ontdekken." En tot slot: bedenk dat je tot omstreeks je 51ste anticonceptie moet gebruiken, omdat er nog een hele kleine kans is dat je zwanger raakt.

Meer lezen kan op [Thuisarts.nl](https://thuisarts.nl), [NVOG.nl](https://nvog.nl), [Vuurvrouw.nu](https://vuurvrouw.nu). Ook kun je op [Thuisarts.nl](https://thuisarts.nl) een keuzekaart invullen wanneer je last hebt van opvliegers.



"Naast een goede leefstijl kan ook hormoontherapie een veilige keuze zijn tegen overgangsklachten", vertelt gynaecoloog Lauren Bullens.



DE PIJNLIJKE REALITEIT VAN REUMA

JE MOET STEEDS JE VRIENDINNEN AFZEGGEN

Er leven in Nederland meer dan twee miljoen mensen met reuma. De beschadiging van hun gewrichten en spieren is nog steeds niet te genezen. Mensen met reuma hebben vaak het pijnlijke gevoel dat ze tekortschieten. Als ouder, vriend(in) of collega. Terwijl de buitenwereld denkt dat het allemaal wel meevalt. Dat is de pijnlijke realiteit van reuma. Te pijnlijk om te negeren. Steun ReumaNederland.



Steun nu

 **ReumaNederland**



Met ruim 40 jaar historie, een begrip in de Gelderse Achterhoek. Ons bedrijf biedt nagenoeg elke denkbare dienst op het gebied van 'groei en bloei'. Of het nou enkele vierkante meters privetuin of zelfs meerdere hectaren bedrijfsgroen betreft, afgestemd op uw behoefte ontvangt u service op maat.



Tuinontwerp & aanleg



Tuinonderhoud



Boomverzorging



Vordenseweg 21 | 7231 PC Warnsveld | Telefoon 0575 43 16 93
www.luijendijk-hoveniers.nl | info@luijendijk-hoveniers.nl



Wij
behandelen
bij voorkeur op
verwijzing van
huisarts of
specialist

Het adres voor:

- Voet(gerelateerde) klachten
- Steunzolen
- Ortheses
- Nagelbeugels
- DM voetscreening en behandeling

Praktijk Podotherapie
Luiten Knippenborg



Hoofdlocatie | Caenstraat 21 | 7002 GA Doetinchem
Locatie Slingeland | Kruisbergseweg 25 | 7009 BL Doetinchem
Route 12 (maandag en donderdag)
Locatie Sinderen | Sinderenseweg 68A | 7065 BL Sinderen
Centraal telefoonnummer: 085 - 8769891
www.pplk.nl | info@pplk.nl

ELASTISCHE KOUSSEN NODIG? SCHMIDT MEDICA



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

Van bloedafname tot uitslag: Zo loopt dat proces!

Bijna iedereen heeft wel eens bloed laten afnemen. Maar wat gebeurt er nu eigenlijk met die buisjes? En wie zijn de mensen die met het bloed aan de slag gaan? Mirjam Schepers, coördinator op de afdeling bloedafname/trombosedienst en Petra Kunkels, coördinator medisch laboratorium KCHL (Klinische Chemie en Hematologie), geven tekst en uitleg.

Mirjam Schepers en Petra Kunkels bij een aanmeldzuil voor bloedafname. Sinds kort is het ook mogelijk om zelf een afspraak in te plannen bij Laboratorium Afname via www.slingeland.nl/afsprakelabafname.

“Kijk, dit is voor veel patiënten wel een bekende ruimte.” Gastvrij gebaart Mirjam Schepers naar de wachtruimte met twee aanmeldzuilen voor bloedafname. “Hier begint ‘de reis van bloedafname tot uitslag’. Als je als patiënt een afspraak hebt gemaakt via de website, huisarts of op andere wijze meld je je hier bij een aanmeldzuil aan. Waarna het systeem je doorverwijst naar de juiste kamer.”

Check, dubbelcheck

Mirjam vervolgt: “We werken met een speciaal systeem dat ervoor zorgt dat de aanvraag goed doorkomt. Zo weten onze medewerkers bloedafname precies waarvoor er bloed moet worden afgenomen. Toch doen we altijd nog een extra controle. We vragen actief naar je naam en geboortedatum om er zeker van te zijn dat we de juiste persoon voor ons hebben. Na de bloedafname plakken we etiketten op de buisjes met bloed. Daarna leggen we ze in een speciaal bakje voor ‘laboratorium inname’ hier direct achter de afdeling bloedafname. Daar worden de buisjes met bloed verder verwerkt door onze analisten in het laboratorium.”

In het laboratorium

“En hier komen wij in beeld”, vult Petra Kunkels aan terwijl ze ons binnenlaat in het medisch laboratorium dat normaal gesproken gesloten blijft voor bezoekers en patiënten. “Hier verwerken we het grootste deel van de buisjes met bloed in een speciaal apparaat: de pre-analytische module

Mirjam Schepers:

‘We nemen dagelijks van honderden patiënten bloed af’



Petra Kunkels voor de zogenaamde pre-analytische module (PAM). Een speciaal apparaat dat onder meer rode bloedcellen kan scheiden van bloedplasma. Dit is nodig voor sommige bloedonderzoeken, aangezien elk onderzoek zijn eigen methode en voorbehandeling heeft.

(PAM). Ieder bloedonderzoek heeft namelijk zijn eigen methode en voorbehandeling. Zo zijn er onderzoeken die je met 'volbloed' doet, ofwel het bloed zoals dat door je lichaam stroomt. Dit gebruik je bijvoorbeeld voor het testen van het Hb-gehalte. Maar er zijn ook onderzoeken waarvoor je de rode bloedcellen eerst moet scheiden van het bloedplasma. Dit gebeurt allemaal met dit speciale apparaat."

Bevestigen of uitsluiten

Petra: "Het doel van bloedafname is divers. Zo helpt bloedonderzoek in zijn algemeenheid om inzicht te krijgen in de werking van verschillende organen en systemen in het lichaam. En specifieker bij het bevestigen of uitsluiten van een diagnose. Ook wordt bloedonderzoek ingezet om de oorzaak van klachten te achterhalen. En aandoeningen op te sporen zoals auto-immuunziektes en bacteriële of virale infecties. Voor (jaarlijkse) controles van aandoeningen zoals diabetes is bloedonderzoek ook belangrijk. Net als het monitoren van behandelingen. Zo kunnen veranderingen in bloedwaarden bij een patiënt met kanker tijdens een chemobehandeling aanleiding zijn om de behandeling aan te passen."

Spoedsituaties

Na hoeveel tijd je als patiënt de uitslag krijgt, heeft met een aantal factoren te maken. Petra: "Voor poliklinische behandelingen - die via de huisarts lopen

- zijn de meeste uitslagen dezelfde dag bekend. Die uitslag sturen wij direct door naar de huisarts met hulp van een beveiligd systeem. Maar er zijn ook bloedonderzoeken die niet iedere dag worden gedaan. In dit geval volgt de uitslag meestal na vijf werkdagen. Klinische bloedmonsters daarentegen zijn binnen een uur bekend en komen via Mijn Slingeland bij de specialist in het ziekenhuis terecht. En bij spoedsituaties handelen we uiteraard nóg veel sneller. Denk aan patiënten op de Spoedeisende Hulp, hartbewaking en spoedsituaties in de verloskamers."

> Wist u dat...

- ... het medisch laboratorium niet alleen bloed onderzoekt, maar bijvoorbeeld ook sperma-analyses uitvoert en beenmergonderzoek?
- ... het medisch laboratorium het vaakst onderzoek doet naar kreatine? Petra Kunkels: "Kreatinine zegt veel over het functioneren van de nieren, iets waar artsen altijd heel alert op zijn."
- ... het medisch laboratorium 24/7 bemand is?

Coördinator medisch laboratorium Petra Kunkels doet bloedonderzoek. "Dit helpt artsen en specialisten bij het bevestigen of uitsluiten van een diagnose."



Petra Kunkels:
'Bloedonderzoek helpt bij het bevestigen of uitsluiten van een diagnose'

Een buisje bloed wordt verwerkt in een speciaal apparaat: de pre-analytische module (PAM). Iedere bloedonderzoek heeft namelijk zijn eigen methode en voorbehandeling.



Teamwork

"Van dit laatste heb ik wel een keer een echte spoedsituatie meegemaakt, die gelukkig goed afliep. Ik had nachtdienst - ons laboratorium is 24/7 bemand - en liep met de pieper rond toen ik werd opgeroepen door de polikliniek verloskunde. Er was een patiënt die na haar bevalling een flinke bloeding bleef houden, acuut bloed nodig had en naar de operatiekamer werd gereden. Op onze afdeling verwerken we namelijk niet alleen bloedmonsters, maar we geven ook bloedtransfusies. En we zorgen ervoor dat de benodigde zakken bloed, bloedplasma en/of bloedplaatjes bij de ziekenhuisafdelingen komen die dat nodig hebben. Deze keer was het dus verloskunde. Maar ik was alleen. En ik moest ervoor zorgen dat de zakken bloed bij de afdeling kwamen, nieuwe zakken bloed werden besteld bij de bloedbank én opgehaald bij de receptie. Ik kon natuurlijk niet op meerdere plekken tegelijk zijn maar er was wél nood aan de man. Uiteindelijk heeft de beveiliging de mensen van de bloedbank opgewacht en de zakken bloed naar het laboratorium gebracht. Na het registreren en checken van de zakken bloed door mij heeft de beveiliging de zakken bloed naar de OK gebracht. Dan merk je wel dat je op elkaar kunt bouwen in het Slingeland Ziekenhuis. En de patiënt heeft het gered."



Goed om te weten



- Sinds eind juni 2025 is het mogelijk om zelf een afspraak in te plannen bij Laboratorium Afname via www.slingeland.nl/afpraaklabafname. Als patiënt krijgt u vervolgens via de mail een QR-code die u zelf kunt scannen bij een van de aanmeldzuilen bij de bloedafname. Handig, want zo plant u zelf het moment in dat u uitkomt en hoeft u minder lang te wachten. Het is overigens wel zo dat inloop gewoon mogelijk blijft.
- Naast een afspraak in Slingeland Ziekenhuis is het ook mogelijk om bloed te laten afnemen bij de prikposten in de regio. Die vindt u op www.slingeland.nl/bloedafname

> Ziekenhuis + prikposten + huisbezoeken = honderden patiënten per dag

Dagelijks verwerkt het medisch laboratorium van Slingeland Ziekenhuis bloedmonsters van wel honderden patiënten. Dit zijn buisjes bloed die zijn afgenomen in het ziekenhuis, via huisbezoeken én de prikposten in de regio. Om ervoor te zorgen dat die bloedafnames goed verlopen - bij jong en oud - neemt het ziekenhuis verschillende maatregelen.

Mirjam: "Bij kinderen en volwassenen met prikangst nemen we volgens speciale richtlijnen bloed af. Zo is een pedagogisch medewerker aanwezig, worden woorden als 'bloed' en 'prikken' niet gebruikt. En wordt voor afleiding gezorgd. Denk aan het voorlezen van een boekje aan kinderen. Ook mag de patiënt aangeven dat er bijvoorbeeld na zo veel tellen wordt geprikt." Mirjam vindt het belangrijk dat dit soort voorzieningen er zijn, maar merkt ook op dat er best wat misverstanden zijn rond bloedafname. "Op verjaardagen hoor je nog wel eens dat iemand 'wel vijf keer is geprikt' of dat er héél véél mensen flauwvallen. Maar dit komt maar zelden voor. Met de expertise van onze medewerkers lukt het over het algemeen heel goed om bij iedereen bloed af te nemen. En er zijn ook mensen die er helemaal geen moeite mee hebben. Zo hebben wij een patiënt uit Doesburg met trombose die na elk bezoek aan de prikpost - en sinds kort na elk huisbezoek - een doosje Merci-chocolaatjes geeft als bedankje. Laatst zag een collega het doosje wel liggen, maar de patiënt zei er niets over. Dus nam de collega het doosje uiteraard niet mee. Terug in het ziekenhuis hoorde ze dat de patiënt naar de trombosedienst had gebeld. Om zijn excuus aan te bieden, omdat hij was vergeten het doosje Merci mee te geven... Dit zijn wel bijzondere verhalen."



Mirjam Schepers: "Bij kinderen en volwassenen met prikangst nemen we volgens speciale richtlijnen bloed af."

Vraag het magazine **gratis** aan!



trombosestichting.nl/magazine

TROMBOSE
STICHTING


NIERSTICHTING

**“Zoutbewust
eten kan je zo
veel ellende met je
nieren besparen.”**

Taurai Becker - Patiënt & Auteur kookboek



Scan & doneer

**Steun mijn strijd tegen
toenemende nierschade.**

www.nierstichting.nl

Onze locaties



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

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

info@anhd.nl
www.annemiekshoorstudio.nl

Persoonlijke aandacht



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

Onze visie

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



Waarom Annemiek's Hoorstudio

- Gratis hoortest & Hooradvies t.w.v. €65,00
- Geen wachtlijsten
- Merkonafhankelijk & 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

De zorgverleners van de huisartsenpraktijk en huisartsenspoedpost staan samen 24 uur per dag voor je klaar als het nodig is. Verbale agressie hoort niet bij hun werk.

Toch kreeg 51% van alle zorgverleners er het afgelopen jaar mee te maken: scheldpartijen, een harde toon of onredelijke eisen. Dat kan leiden tot stress en verminderde concentratie en aandacht voor andere patiënten of hun naasten.

BLIJF JEZELF, TEL EVEN TOT 11.

Wees zuinig op onze zorgverleners
en kies voor bewust gedrag,
juist als de emoties hoog oplopen.



Goed en gezond slapen

Laat NU
GRATIS je
SLAAP-DNA®
meten!



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



Laat je **SLAAP-DNA®** meten & ontdek
het bed dat past bij jou

Wat is jouw SLAAP-DNA®? Bekijk de video op www.morgana.nl

Morgana Doetinchem
Doetinchemseweg 95
0314 392 058
www.morgana.nl/doetinchem

 **morgana.nl**
Goed en gezond slapen

ELKE ZONDAG OPEN