

3
Duurzaam onder narcose



5
Advies van uw orthopeed

7
Fit de operatie in



8
Techniek & bouw,
onmisbare schakel

9
De schop zit in de grond

13
Het waarom van
nuchter zijn



15
Zorgen vanuit je hart

PATIËNTENVERHAAL

Silvy Meijer, een sterker mens na strijd tegen borstkanker



Silvy Meijer: "Mijn borstreconstructie voelt als een cadeautje"

In juni vorig jaar kreeg Silvy Meijer (36) de diagnose borstkanker. Eenmaal van de schrik bekomen, koos de Helmondse voor een behandeling bij het in borst(kanker)zorg gespecialiseerde Alexander Monro locatie Zuidoost SJG Weert. In haar geval chemotherapie, gevolgd door een dubbele borstamputatie met borstreconstructie. "Ik wilde het zekere voor het onzekere. Maar ik wilde mezelf ook vrouw blijven voelen."

De lente van 2022 is in volle gang als Silvy de grond onder haar voeten voelt wegzakken. De scan is onverbidlijk: de knobbel in haar rechterborst is kwaadaardig. Haar gedachten schieten alle kanten uit. "Dit kan toch niet waar zijn? Ik ben 34, waarom ik? Wat nu? Zijn er uitzaaiingen? Ga ik dit redden?"

Zodra de eerste paniek is weggeëbd, schakelt Silvy naar de overlevingsmodus. De tumor is gelukkig niet uitgezaaid. Het wordt zwaar, maar ze gaat ervoor. Ze móet wel, ze wil leven. Na een grondige, medische verkenning kiest de Helmondse voor een behandeling op maat bij Alexander Monro Zuidoost in SJG Weert, gespecialiseerd in borst(kanker)zorg. Negen chemobehandelingen, gevolgd door een borstamputatie met directe -reconstructie. Silvy kiest er bewust voor om beide borsten te laten amputeren en reconstrueren. "Ik wilde het risico op terugkeer zo klein mogelijk maken. Tegelijkertijd wilde ik mijn vrouwelijkheid behouden. Ik ben midden 30, heb geen zin om plat door het leven te gaan. Na eerdere operaties aan mijn borstkas was ik niet zo tevreden over hoe het eruitzag. Het klinkt misschien raar, maar een dubbele borstreconstructie voelde in alle ellende als een cadeautje."

Sneltrain

Bij de twee ingrepen, in oktober 2022 en maart 2023, staan de on-

cologisch chirurg en plastisch chirurg samen in de operatiekamer. Nadat dr. Irene Mulder de borst heeft verwijderd, plaatst collega dr. Jeroen Schots een zogeheten tissue expander, een tijdelijk ballonnetje dat het borstweefsel oprekt. Voldoende opgerekt wordt dit ballonnetje vervangen door een blijvende siliconenprothese. Inmiddels zijn bij Silvy aan beide zijden de definitieve prothesen geplaatst, waarmee haar behandeling erop zit. "Ik ben enorm blij met het resultaat."

Het afgelopen anderhalf jaar voelde voor haar als één lange rit in de sneltrain.

"Alles waar ik me vroeger druk over maakte, deed er niet meer toe. Ik was alleen maar bezig met overleven. De kanker heeft me veranderd. De Silvy van vroeger was heel uitbundig, impulsief en vaak gestrest. Nu geniet ik veel meer van de kleine dingen. Een weekendje weg met mijn vriend. Of gewoon een avond op de bank met lekkere hapjes erbij. Begrijp me goed: ik wens niemand kanker toe, maar wel de les die ik ervan heb geleerd. Ik leef bij de dag en geniet. De littekens blijven en dat is niet erg, ze horen bij mij. Ik ben dankbaar dat ik dat nu mag ervaren", vertelt de Helmondse die haar ervaringen de afgelopen maanden op haar eigen TikTok-pagina met de buitenwereld deelde.

Lees het vervolg op pagina 3

Wil je iets voor een ander betekenen?
En is Weert de perfecte uitvalbasis hiervoor?
Dan zijn wij op zoek naar jou!

**solliciteer
vandaag
nog!**

PSW is op zoek naar enthousiaste medewerkers in Weert!

Word **JJ** de begeleider die in een van onze woningen de bewoners ondersteunt in hun dagelijks leven? **Kijk op www.werkenbijpsw.nl voor onze actuele vacatures. Wie weet tot snel!**

psw  *Onze passie kent geen beperkingen*

Een hoop ellende met uw gebit? Goed advies scheelt de helft!

Wat vindt u belangrijk? Wat wilt u graag? Wat is uw probleem? Wat zijn de mogelijkheden? En niet onbelangrijk: wat zijn de kosten?

Het zijn maar een paar simpele vragen maar wel heel erg belangrijk. Een luisterend oor en een goed advies voorkomen vaak veel ellende. Vaak loop je langer met een probleem dan nodig is, sommige mensen hebben al jaren last, laten hun gebit uit, denken dat er 'niks meer te redden valt' of verwachten dat de kosten te hoog zijn.

Als je nog eigen tanden hebt, zijn er veel mogelijkheden. We kunnen een frame maken van staal, een plaatje van kunststof of we verwijderen u door naar de implantoloog of tandarts om met kroon- en brugwerk aan de slag te gaan. De mondhygiëniste bij ons helpt ook veel patiënten met achterstallig onderhoud aan hun gebit om het behoud van de tanden te stimuleren.

Heeft u echt slechte tanden en is het beter om deze te verwijderen dan werken we samen met de kaakchirurg of de tandarts. Ook dan is het goed om te weten wat de stappen zijn. U loopt nooit zonder gebit. Als tanden getrokken worden krijgt u een noodgebit en na een half jaar meten we een nieuw definitief gebit aan.

Wij willen uw kaak, mondgezondheid en gebit goed in de gaten houden. Uw mondgezondheid en kaak veranderen, dus jaarlijks krijgt u van ons een oproep voor de controle. Mijn collega's en ik kunnen veel doen maar de verantwoordelijkheid ligt ook bij de patiënt zelf. Patiënten die niet op controle komen hebben vaak 'ineens' een kapot gebit. Wij leggen uit waarom controle belangrijk is en dat dit ook vervelende situaties voorkomt. Want net op vakantie je gebit kapot, wil niemand.

Een belangrijk onderdeel van goed advies is ook duidelijk de kosten bespreken. Wat zijn de vergoedingen, wat betaalt u zelf en welk gedeelte wordt door uw verzekering vergoed. Iedereen in Nederland krijgt 75% van een normaal gebit vergoed. Bij implantaten ligt de vergoeding hoger én implanteren zelf wordt volledig vergoed. Geen aanvullende verzekering nodig, dit is gewoon basisverzekering.

Wilt u advies? Of merkt u dat u last heeft maar er toch al te lang mee rondloopt? Iedereen is bij ons welkom en daarom is ons advies ook gratis. U doet ermee wat u wilt, zo houden wij de drempel laag!



Gewichtsverlies van 6 tot 10 kilo per 6 weken!

Afvallen zonder shakes, sporten, pillen of maaltijdvervangers? Kies voor de individuele behandeling van Endovelicus! Dankzij een persoonlijk voedingsschema en een goede begeleiding maakt u komaf met uw overgewicht.

U krijgt 100% garantie dat u het gewenste aantal kilo's voorgoed kwijt raakt!

Dankzij de individuele behandeling van Endovelicus wordt de balans tussen insuline, serotonine en het groeihormoon in uw lichaam hersteld en verdwijnen de kilo's.

Via een bloedanalyse wordt voor u een persoonlijk voedingsschema opgesteld, waardoor u zonder honger tijdens de behandeling kunt rekenen op een gewichtsverlies van 6 tot 10 kilo per 6 weken!

Slank de winter in!



Saskia Vlassak

Willem II straat 34
6021 EB Budel

s.vlassak@endovelicus.nl
0031 (0)6-40459295

www.endovelicus.nl
Endovelicus Budel

100% garantie • geen shakes, geen pillen,... • voeding als medicijn • gewichtsverlies van 6 tot 10 kilo per 6 weken



Revalideren bij Libra Locatie Weert

Heeft u te maken met een aangeboren aandoening, ziekte, ongeval, operatie of chronische pijnklachten?

Libra Revalidatie staat voor u klaar om samen te werken aan uw herstel, het verbeteren van uw functioneren en het verhogen van uw participatie en levenskwaliteit.

Diagnoses:

- Aanhoudende pijnklachten
- Reumatische aandoeningen
- Beenamputatie
- Klachten na ongeval/trauma
- Kanker
- Beroerte (CVA)
- Spierziekten (MS, NMA, e.a.)
- Parkinson
- Dwarslaesie

Behandelteam:

- Revalidatiearts
- Fysiotherapeut
- Ergotherapeut
- Bewegingsagoog
- Psycholoog
- Maatschappelijk werk
- Logopedist
- Arbeidsconsulent

Kunnen wij vanuit medisch specialistische revalidatie iets voor u betekenen? Neem contact op met uw huisarts of medisch specialist. Hij/zij kan u doorverwijzen.



www.libranet.nl

Vogelsbleek 1b | Ingang Land van Horne
6001 BE Weert | T 088 313 2433



Joep van Engelen
tandprotheticus

van Engelen

TANDPROTHETIEK

Geopend: maandag t/m vrijdag voor reparaties en info
Behandelingen op afspraak (0495) 592 622 | www.eengoedgebit.nl
Weert, Kerkstraat 38a | Maarheeze, Smits van Oyenlaan 2a
Roermond, Zwartbroekstraat 3

ARTIKEL

Al 20 jaar duurzaam onder narcose in SJG Weert

Duurzaamheid is geen trend, maar een gegeven in SJG Weert. Twintig jaar geleden al kozen we ervoor om onze patiënten op de OK op een milieuvriendelijke manier onder narcose te brengen. Dat wil zeggen: stoppen met lachgas en verminderen van het gebruik van overige narcosegassen. Het ziekenhuis was zijn tijd hiermee ver vooruit. Met al die jaren ervaring beheerst ons OK-team deze duurzame techniek tot in de puntjes.

Onderzoek laat er geen misverstand over bestaan: narcosegassen zijn nog veel schadelijker voor het milieu dan CO². Het zwaarste narcosegas (Desfluraan) is bijna 7000 keer schadelijker waardoor dit broeikasgas aanzienlijk meer bijdraagt aan de opwarming van de aarde. Ter vergelijking: een operatie van twee uur met narcosegas is bijna even vervuilend als een autorit van Nieuwegein naar Parijs.

Voormalig anesthesioloog Eugène Hanssen van SJG Weert - een groot natuurliefhebber en hobby-imker - sprak ruim twintig jaar geleden al zijn zorgen over uit deze vorm van narcose waarbij het slaapgasmixtuur uitademing via een gesloten systeem de buitenlucht wordt ingeblazen.

Begaan met de toekomst van onze planeet introduceerde de Weertse specialist rond de eeuwwisseling de 'intraveneuze techniek' op de OK. "Na een infuusprik krijgt de patiënt een slaapmedicijn via de bloedvaten toegediend. Bijkomend voordeel van deze methode is dat mensen na de narcose minder last hebben van misselijkheid", zo licht anesthesiemedewerker Vital Vandesande toe.

Uitzondering bij kinderen

Kleine kinderen worden op de OK nog wel op de 'oude manier', dus via een mondkapje met slaapgasmixtuur onder narcose gebracht. "De reden daarvan is dat het bij hen vaak erg lastig is om in alle rust en zorgvuldigheid een infuus te prikken en hen goed te voorbereiden op de procedure. Bij oudere kinderen gaat dit wat makkelijker, zeker met een verdovende pleister op de huid. Op het prikje na is een narcose via het infuus een stuk comfortabeler, zo leert de ervaring. Je hoeft geen 'stinkend' kapje op je mond en valt na het toedienen van de medicatie direct in slaap."



Anesthesioloog Johannes Swalve en Vital Vandesande, anesthesiemedewerker

Tijdens de operatie laat het anesthesieteam niets aan het toeval over. "Aan de hand van een monitor controleren we continu de diepte van de slaap. Indien nodig kunnen we onmiddellijk bijsturen. Zodra de operatie klaar is bouwen we de dosering slaapmedicijnen langzaam af tot de patiënt weer wakker is. Omdat we hierin jarenlang zijn getraind, beheersen we deze techniek feilloos."

Milieubewustzijn

Niet alleen bij operaties denkt SJG Weert aan het mi-

lieu. Het nieuwe ziekenhuis, dat de komende jaren in twee fasen wordt gebouwd, wordt een van de meest duurzame ziekenhuisgebouwen van Nederland. Compact en daardoor zeer efficiënt in het gebruik en ultrazuinig (energielabel A+++ in het verbruik). Het gebouw wordt aardgasvrij, volledig geïsoleerd en uitgerust met 230 zonnepanelen. Verder is in het ziekenhuis, en dus ook op de OK, alles erop gericht om afval goed te scheiden en zo min mogelijk materialen te verspillen.

Vormen van anesthesie in SJG Weert

Afhankelijk van uw gezondheidssituatie en de ingreep die nodig is, kunt u in overleg met uw anesthesist kiezen voor verschillende vormen van anesthesie. Bij een narcose bent u volledig buiten bewustzijn en merkt u dus niets van de operatie. Bij een ruggenprik (spinaal of epiduraal) is alleen uw onderlichaam verdoofd. Een methode die o.a. vaak toegepast wordt bij het plaatsen van heup- en/of knieprothese of een keizersnede. Verder bestaan er nog diverse

zenuwblokkades voor pijnverlichting. Daarnaast gebeuren in SJG Weert ook steeds meer kleinere ingrepen onder sedatie of lokale verdoving. Bij sedatie - ook wel een roesje genoemd - krijgt u via het infuus medicijnen die u slaperig en minder gevoelig maken voor pijn. Eventueel in combinatie met pijnstillende medicatie. Welke manier van anesthesie voor u het meest geschikt is zal de anesthesist met u bespreken.

VERVOLG PATIËNTENVERHAAL SILVY MEIJER

Silvy ontdekte ook dat ze veel sterker is dan ze dacht. "De kanker heeft me in één klap volwassen gemaakt. Ik ben blijven geloven in mezelf, in mijn lichaam en in de artsen die mij hebben behandeld. Ook dat laatste is heel belangrijk. Heb vertrouwen!"

Het team van Alexander Monro begrijpt volgens Silvy helemaal waar zorg om draait. "Ook al ben je patiënt, je wordt als mens gezien en gehoord. Je denkt en beslist mee over de behandeling en als er iets is, wordt

er direct geschakeld. Met verpleegkundig specialist Sandra Janssen heb ik heel laagdrempelig contact. Die betrokkenheid is echt fantastisch."

Echte liefde

Bevrijd van de kanker werkt de Helmondse nu fysiek en emotioneel aan haar herstel. Daarbij wordt ze door dik en dun gesteund door haar ouders en haar vriend

Danny die de afgelopen maanden net als zij door een zware periode gingen. Silvy kende Danny een half jaar toen ze de diagnose borstkanker kreeg. "Ik heb tegen hem gezegd dat het een heftige tijd zou worden en dat niemand het hem kwalijk zou nemen als hij voor zichzelf zou kiezen. Maar Danny was heel duidelijk. Hij pakte me vast en zei: 'Sil', ik ga die strijd met jou aan. Samen komen wij hier doorheen."



Dankzij patiëntenparticipatie geen lege stoel meer aan tafel

Programmamanager Claudia Offermann (links), junior projectcoördinator Anne Gubbels zetten zich, samen met een groep ambassadeurs binnen Maastrou, in voor patiëntenparticipatie.

Bij Maastrou is recent een bewustwordingscampagne gestart waarbij patiënten en naasten actief werd gevraagd mee te doen aan een digitaal patiëntenpanel. Team patiëntenparticipatie heeft zich ten doel gesteld om deze vorm van betrokkenheid structureel te maken.

Topspecialistische zorg

Gedreven vanuit een subsidie die Maastrou ontving uit het programma Topspecialistische Zorg en Onderzoek, kortweg TZO, is de vereiste dat patiëntenparticipatie een vast onderdeel wordt in de organisatie. Programmamanager Claudia Offermann: 'Gaat het over de patiënt, dan mag zijn

mening niet ontbreken. Wij vragen diens mening en nemen deze mee bij bepaalde afwegingen.'

Patiëntenparticipatie is al enige tijd onderdeel van het zorgpad. Voorbeelden zijn: samen beslissen, wat zijn de wensen en zorgen van de patiënt bij de behandelkeuze. Er is ook een kaartensysteem als in de sportwereld: rode en gele kaarten, en vooral ook groene die de patiënt toont als hij tevreden is. De nieuwe vorm van meedenken sluit mooi aan op de rol van de cliëntenraad. 'Zo wordt patiëntenparticipatie steeds meer ingebed in de organisatie', vult Anne Gubbels, junior projectcoördinator, aan.

Meerwaarde

Dit meedenken betekent dat iedere onderzoeker of projectleider bij de start van een nieuw onderzoek nadenkt over de meerwaarde ervan door een patiënt bij zijn project te betrekken. 'Het is de

bedoeling dat patiëntenparticipatie straks door iedere projectleider op dezelfde manier wordt toegepast. Zo zorgen we ervoor dat patiëntenparticipatie wordt geborgd in de organisatie', aldus Claudia. Anne: 'De ene patiënt voelt zich prettiger bij een luisterende rol, de andere juist meer bij een adviserende rol.' Het is aan de projectleider om met de patiënt diens rol af te stemmen, die kan per fase in het project verschillen.

Samenwerking

Inmiddels hebben zich ruim tweehonderd-zeventig meedenkers aangemeld. 'Met de input van hun wensen en behoeften kunnen we de zorg echt verbeteren', licht Anne toe.

Het eerste vraagstuk richting het patiëntenpanel is reeds uitgezet, een groep afgevaardigden zal daarmee aan de slag gaan. Tot slot blikkt het team positief terug op een eerste succesvolle patiëntenparticipatie dag, die recent werd georganiseerd in samenwerking met de cliëntenraad. Hier kwamen alle leden samen. Een mooie aftrap voor een vervolg.



www.maastrou.nl/patientenparticipatie

Maastrou
In de beste handen

Riny Beelen, vrijwilligster zorg aan bed:

Ik wou vooral ook iets "goeds" doen en van betekenis zijn voor anderen net als ik in mijn werkzame leven heb gedaan in het onderwijs.

Mensen zeggen wel eens: "Ja maar Riny waarom ga je juist in het hospice vrijwilligers werk doen, dat is toch vreselijk moeilijk, veel kommer en kwel en niets vrolijks?"

Dat is niet zo voor mij; ik ben blij dat ik zoveel kan betekenen voor anderen en de moed heb gevonden om juist dit vrijwilligerswerk te doen.

Is uw interesse gewekt in vrijwilligerswerk in het Franciscus Hospice in Weert, meld u dan aan bij Rianne Goldenbeld, coördinator van de vrijwilligers en maak vrijblijvend een afspraak....

 0495-498977



Franciscus
Hospice



ARTIKEL

Uw orthopeed adviseert, u kiest



Een operatie aan de heup, het blijft maatwerk

Bij slijtageklachten of botbreuken aan de heup kunt u in SJG Weert kiezen uit verschillende hoogwaardige behandelingen. Uw orthopedisch chirurg bekijkt of een ingreep nodig is en welke operatietechniek in uw situatie het meest geschikt is. De keuze is vervolgens aan u.

Veruit de meeste mensen die in SJG Weert een heupoperatie ondergaan, kiezen na een gedegen voorlichting voor de zogeheten 'achterste benadering'. Een alom bewezen techniek waarbij de patiënt in zijligging, via een snee aan de zijkant van de heup, wordt geopereerd. Het orthopedisch team in Weert heeft al 25 jaar ervaring met deze succesvolle methode die voor vrijwel iedereen geschikt is en garant staat voor een snel herstel. Daarnaast kan de patiënt in Weert in overleg met de orthopedisch chirurg ook kiezen voor de 'voorste benadering'. "In sommige gevallen kan dit een prima alternatief zijn, bijvoorbeeld voor dames met een slank postuur. Of voor patiënten bij wie er een verhoogd risico is dat de heupprothese uit de kom schiet. Per patiënt zoeken we naar de beste oplossing", vertelt orthopedisch chirurg Joost den Teuling.

Operatie als sluitstuk

Voor de goede orde: een operatie aan de heup of knie is in SJG Weert geen vanzelfsprekendheid. Integendeel. Bij slijtageklachten (artrose) komt een orthope-

dische ingreep pas in beeld wanneer andere alternatieven, zoals fysiotherapie en pijnstillende medicatie, geen oplossing meer bieden en de patiënt serieus wordt beperkt in zijn dagelijks functioneren. "Het uitgangspunt is dat we samen tot een verstandige keuze komen. Niet alleen over de operatie, maar ook over de zorg eromheen. De een wil graag in dagbehandeling geholpen worden, de ander wil toch liever een nachtje in het ziekenhuis blijven. Zolang het veilig en medisch verantwoord is, mag de patiënt zelf kiezen", aldus Joost den Teuling.

Keuzes voor de knie

Ook bij artrose in de knie kunt u in SJG Weert terecht voor een uitgebreid pakket aan behandelingen. Afhankelijk van de diagnose en de ernst van uw klachten kan het orthopedisch team het kniegewricht geheel of gedeeltelijk vervangen. Een volledige knieprothese, een halve kunstknie aan de binnenkant of de buitenkant, een prothese tussen de knieschijf en het bovenbeen, een standscorrectie of het vervangen van een oude knieprothese: het is allemaal mogelijk.

Uitgebreide voorlichting

Het maken van de juiste keuze begint bij goede informatie. De vakgroep orthopedie verzorgt daarom bijna maandelijks een voorlichtingsavond om nieuwe patiënten met artrose goed voor te bereiden op een operatie. Het goede nieuws daarbij is dat zij niet lang hoeven te wachten. "Omdat de lijnen kort zijn en orthopedische zorg in ons ziekenhuis de volle aandacht krijgt, bent u binnen vier tot zes weken aan de beurt", zo besluit de orthopeed.

SJG Gezondheidskrant

Nummer 2 • oktober 2023 • Jaargang 17

De **SJG Gezondheidskrant** informeert inwoners van Weert en omliggende gebieden over ontwikkelingen in de zorg van SJG Weert. Deze krant verschijnt in een oplage van 85.000 stuks. Het verspreidingsgebied bestrijkt o.a. de gemeenten Asten, Cranendonck, Leudal, Meijel, Maasgouw, Nederweert, Horn, Beegden, Heel, Panheel, Buggenum, Nunhem, Someren en Weert.

Redactieadres:

SJG Weert afdeling communicatie
Vogelsbleek 5, 6001 BE Weert
Telefoon: 0495 - 57 21 25
E-mail: gezondheidskrant@sjgweert.nl

Uitgever:

SJG Weert Redactie Maria Beeren, Nadine Hermans, Sandra Notenboom, Loes van Rijt, Rita Peerlings en Bas Poell

Fotografie:

Franco Gori en Smile fotografie

Vormgeving, druk, spreiding en acquisitie

Bee in Media, Landgraaf.
algemeen@beeinmedia.nl | www.beeinmedia.nl
Sama Media, Thorn.
info@samamedia.nl | www.samamedia.nl

ARTIKEL

Ziektepreventie in de strijd tegen kwetsbaarheid

Gezond oud worden, het gaat helaas niet altijd vanzelf. Wanneer u merkt dat uw gezondheid brozer wordt, kan de geriater u helpen om de risico's te beperken zodat u zo lang mogelijk uw zelfstandigheid kunt behouden. De vakgroep geriatrie van SJG Weert staat voor u klaar met deskundig advies, bijvoorbeeld over een gezonde leefstijl, veilig medicijngebruik en valpreventie. Geriater Wieke Segers legt uit hoe deze preventieve ondersteuning voor kwetsbare ouderen eruitziet.



Aan de hand van een totaalplaatje helpen we u

'De ouderdom komt met gebreken', luidt het spreekwoord. Mogelijk heeft u het zelf al aan den lijve ondervonden. U kampt bijvoorbeeld met meerdere kwalen waarvoor u dagelijks verschillende medicijnen moet innemen. Misschien bent u wel vergeetachtig of verward of maakt u zich zorgen omdat u zonder duidelijk aanwijsbare reden achteruitgaat of gewicht verliest. Of u bent recent gevallen en vreest dat dit opnieuw gebeurt.

Kwetsbaarheid bij ouderen kent vele gezichten en is niet altijd even makkelijk op te sporen. Daarom is het belangrijk dat de huisarts u bij twijfel vroegtijdig verwijst naar de poli geriatrie voor een diagnose en deskundig behandeladvies. "Als u er vroeg bij bent, kunnen we gerichte acties in gang zetten om te voorkomen dat uw gezondheidsproblemen verergeren. Denk aan fysio- of ergotherapie of medicatie", zegt Wieke Segers, een van de vijf geriateren van SJG Weert.

Allround-specialist

Waar de cardioloog, neuroloog, internist of longarts ieder vanuit hun eigen vakgebied naar de oudere patiënt kijken, beoordeelt de geriater met een brede blik wat er aan de hand is. Hoe kwetsbaar u bent, welke medicijnen u allemaal gebruikt en hoe uw

levensstijl eruitziet. Maar ook hoe het thuis gaat, of er mantelzorg beschikbaar is en of uw mantelzorger niet te zwaar belast wordt. En vooral: wat u zelf belangrijk vindt en aankunt in de herfst van uw leven en wat voor u het doel van de behandeling zou moeten zijn. "Aan de hand van dit totaalplaatje proberen we u en uw naaste zo goed mogelijk te helpen. Die brede benadering is heel belangrijk. Veruit de meeste kwetsbare ouderen die op verwijzing van de huisarts op de poli geriatrie komen, hebben namelijk meerdere kwalen. Denk aan diabetes, hart- en vaatziekten, nierfalen, geheugenproblemen of een onverklaarbare achteruitgang in het functioneren. Zowel lichamelijke, geestelijke als sociale belemmeringen die elkaar vaak beïnvloeden en versterken", zo licht Wieke Segers toe.

Gezond leven

Omdat voorkomen altijd beter is dan genezen besteedt de vakgroep geriatrie in haar voorlichting aan patiënten veel aandacht voor een gezonde leefstijl. Wieke Segers: "Gezond eten en veel bewegen is voor iedereen goed en belangrijk, zeker op hogere leeftijd. Het houdt het lichaam sterk en soepel en vermindert bijvoorbeeld het risico op hart- en vaatziekten en dementie."

Medicijnbeheer

De geriater ziet ook toe op een veilig medicatiegebruik. Wie verschillende aandoeningen heeft, gebruikt vaak verschillende medicijnen voorgeschreven door verschillende artsen. Medicijnen die elkaar kunnen beïnvloeden en versterken en waardoor weer andere klachten kunnen ontstaan. "Om gezondheidsproblemen te voorkomen is het belangrijk dat één arts hier de regie in neemt en kritisch het overzicht bewaakt", zo licht Wieke toe.

Valpoli

Jaarlijks belanden veel kwetsbare ouderen door een val in het ziekenhuis. Vaak wordt nog gedacht dat vallen nou eenmaal bij de leeftijd hoort, maar die aanname klopt niet. Meestal zijn er meerdere oorzaken. Met de juiste medische beoordeling en begeleiding kunt u de kans op vallen aanzienlijk verkleinen en vermindert u uw valangst. "Op onze valpoli bekijken we samen met onze fysiotherapeuten hoe het verhoogde valrisico wordt veroorzaakt. Als je de oorzaak weet, kun je er ook gericht iets aan doen." In een klein ziekenhuis als SJG Weert gaat dat overleg met collega's overigens heel snel en efficiënt, zo weet Wieke Segers uit ervaring. "De lijnen zijn ultrakort, we lopen gewoon bij elkaar binnen."

NIEUWSBERICHT

Nieuwe bestuurder SJG Weert: Marc Rouppe van der Voort

Met de aanstelling van Marc Rouppe van der Voort is het bestuur van SJG Weert per 1 januari 2024 weer compleet. Hij vormt vanaf dan samen met Gertjan Kamps de raad van bestuur van het ziekenhuis. Hiermee is de vacature, ontstaan door het vertrek van bestuurder Henri Janssen per september, ingevuld. De raad van toezicht en zittend bestuurder Gertjan Kamps zijn blij met de benoeming. Marc Rouppe van der Voort is op dit moment interim manager zorg & bedrijfsvoering Hartcentrum en programmamanager 'Juiste zorg Juiste plaats Juiste kosten' in het St. Antonius Ziekenhuis in Utrecht/Nieuwegein.

Cees Sterk, voorzitter raad van toezicht SJG Weert: "Marc heeft waardevolle ervaring om de gekozen strategie van ons ziekenhuis succesvol voort te zetten. Hij is een expert als het gaat om zorgprocessen en de inrichting daarvan, zowel intern als in samenwerkingen. Samen met hem zullen we verder werken aan de toegankelijkheid, kwaliteit en betaalbaarheid van de zorg in de regio. De nieuwbouw van het ziekenhuis is daarin een cruciale stap. We zien zijn komst met veel vertrouwen tegemoet."



Marc Rouppe van der Voort.

PATIËNTENVERHAAL

Cor Meijer (92) onderging zijn darmkankeroperatie met vertrouwen

Met ruim 90 jaar op de teller bleef Cor Meijer uiterst kalm toen hij hoorde dat hij darmkanker had. Het leven had hem al zoveel moois gebracht. De vitale Weertenaar ging eind 2022 fit en vol vertrouwen de operatie in en herstelde wonderbaarlijk snel. Mede dankzij het speciale trainingsprogramma waarmee SJG Weert, patiënten met kanker voorbereidt op hun emotionele ingreep.

Zijn zelfstandigheid is zijn grootste goed. Cor Meijer mag dan 92 zijn, hij heeft het heft stevig in eigen hand. In zijn aanleunwoning bij verpleeghuis Ververshof, midden in de stad met uitzicht op de Kasteelsingel, is hij de koning te rijk. De geboren Rotterdammer doet zelf zijn boodschappen en kiest er bewust voor om elke middag beneden in het restaurant te eten. Zo brengt hij structuur in zijn leven en komt hij tussen de mensen. Aan hobby's geen gebrek. Cor maakt legpuzzels, breidt mutsen, knutselt miniatuur bouwdoosjes en volgt het nieuws op zijn iPad. Daarnaast geniet hij van zijn (achter)kleinkinderen en wandelt hij dagelijks door de stad. Menig pensionado schiet in de stress van zo'n druk programma.

Ontspanning in de sportzaal

Een jaar geleden werd zijn gevoel van vrijheid plotseling bedreigd. Wat begon als een onschuldige blaasontsteking bleek uiteindelijk darmkanker te zijn. Gelukkig zonder verdere uitzaaiingen. Cor liet het vonnis gelaten over zich heen komen. Hij had een rijk en gezond leven achter de rug en om eerlijk te zijn voelde het leven ook niet meer helemaal compleet. In 2019 moest hij zijn vrouw Leny afgeven met wie hij ruim zeventig jaar lief en leed deelde en voor wie hij tot het laatst zorgde.



'Ik wil fit blijven zodat ik zelfstandig mijn leven kan blijven leiden'

Na een intensieve periode van rouw besloot Cor er maar weer het beste van te maken. "Omdat ik de negentig was gepasseerd, wilde chirurg Jeroen van Essen me voor de operatie natuurlijk wel even zien om te beoordelen of ik fit genoeg was. Dat was geen probleem. Op advies van de sportarts heb ik eerst een paar maanden gesport. Lopen, fietsen, krachttoefeningen, twee keer in de week een uur, onder begeleiding van de fysiotherapeut en afgestemd op mijn niveau. Ook dat ging prima. Als ze me vroegen iets tien keer te doen, deed ik het twintig keer. Het was helemaal niet vervelend, we hebben samen juist heel veel gelachen."

Fit blijven

Dat hij aan de operatie noodgedwongen een stoma heeft overgehouden, deert hem niet. "Wat moet, dat moet. De stoma zorgt er juist voor dat ik mijn vrijheid en zelfstandigheid behoud. Nadat stomaverpleeg-

kundige Kim de Kleijn me uitlegde hoe ik het moest verschonen, zei ik: 'De volgende keer doe ik het zelf.' Inmiddels kan ik het net zo goed als zij."

Met grote tevredenheid kijkt Cor terug op de zorg en begeleiding in SJG Weert. "Mij hoor je niet klagen. Het zijn stuk voor stuk toppers. Kundig en vriendelijk. En dankzij de casemanager darmkanker was ook op de achtergrond alles perfect geregeld."

Het medische boek is inmiddels gesloten. Sinds zijn ontslag uit het ziekenhuis maakt Cor elke dag trouw zijn ronde door de stad. Over de singel of langs het water tussen de stadsbrug en de Biesterbrug. Hij wandelt niet op medisch advies, maar omdat hij dat zelf graag wil. "Zolang ik fit ben, kan ik zelfstandig mijn leven leiden. Dat is voor mij het allerbelangrijkste."

Hoe fitter de operatie in, hoe sneller het herstel

Patiënten met kanker herstellen sneller van hun operatie wanneer ze vooraf via een speciaal trainingsprogramma hun conditie hebben verbeterd. "Doordat zij zich fitter voelen, gaan zij met meer vertrouwen de operatie in en nemen zij na de ingreep ook sneller hun revalidatie in eigen hand, stelt sportarts Marieke Brinkman van SJG Weert.

'Prehabilitatie', zo heet dit programma dat het ziekenhuis in het voorjaar van 2021 introduceerde voor mensen met darmkanker. De ervaringen zijn zo positief dat het inmiddels ook aan patiënten met andere vormen van kanker of andere darmaandoeningen wordt aangeboden. "Met name mensen die vanwege hun hoge leeftijd of een meervoudige aandoening extra kwetsbaar zijn, hebben veel baat bij prehabilitatie", zegt Marieke Brinkman. "Niet alleen vooraf aan een operatie, maar ook bij chemotherapie. Hoe fitter je een chemokuur ingaat, hoe minder het risico op vervelende bijwerkingen.

Vandaar dat mensen ook gedurende deze therapie, waar nodig aangepast, blijven doortrainen."

Op maat gemaakt programma

Na de diagnose kanker krijgt de patiënt de mogelijkheid om bij zijn behandeling zelf de regie te nemen. In plaats van thuis te wachten op de operatie kan hij onder professionele begeleiding van de sportarts en fysiotherapeut intensief gaan trainen en zo alvast werken aan zijn herstel. Ook is het mogelijk om dit programma bij de eigen fysiotherapeut te volgen. Voor elke patiënt stelt de sportarts samen met

andere zorgprofessionals een op maat gemaakt programma samen. Een combinatie van intensieve conditie- en krachttraining en voedingsondersteuning, zorgvuldig afgestemd op de persoonlijke situatie en de belastbaarheid. En waar nodig wordt dit programma aangevuld met psychologische begeleiding of een stoppen-met-roken-traject.

Volgens de sportarts vinden patiënten het een prettig idee dat ze zelf invloed kunnen uitoefenen op hun herstel. Bijvoorbeeld door gezond te eten, regelmatig te bewegen of als de fysieke gezondheid het toelaat intensief te trainen. "Vergelijk het met het lopen van een marathon. Ook dan wil je je zo goed mogelijk voorbereiden binnen de mogelijkheden die je hebt, zodat je met vertrouwen aan de start staat."

ARTIKEL

Techniek & bouw: onmisbare schakel in het ziekenhuis

Ze zijn onmisbaar in SJG Weert, de medewerkers van de afdeling techniek & bouw. Zonder deze vakmensen zouden we u als inwoner van deze regio nooit de hoogwaardige zorg kunnen bieden die u van ons gewend bent en mag verwachten. Als schakel tussen techniek en zorg doen zij hun werk volledig in dienst van hun zorgcollega's en diens patiënten. We stellen vijf professionals aan u voor.

John Kneepkens (40):

"Aandacht voor techniek en voor de mens"

Woonplaats: Nederweert

Functie: vakman techniek & bouw

"Twee jaar geleden verruilde ik mijn baan als service-monteur installatietechniek voor een allround-functie, dicht bij huis in SJG Weert. Een bewuste keuze. Mijn zontje is ziek, ik wil snel bij hem kunnen zijn als het niet goed met hem gaat. Daarbij sprak het werken in een ziekenhuis me aan.

Als vakman techniek & bouw ben je breed inzetbaar. Ik zie erop toe dat alle klimaatsystemen in het gebouw doen wat ze moeten doen. Verder doe ik alle voorkomende werkzaamheden, zeg maar het storingsonderhoud van alle niet-medische apparaten. De veelzijdigheid maakt het werk interessant. Ik ben niet alleen met techniek, maar ook met mensen bezig. Ik kom met iedereen in contact. Artsen, verpleegkundigen, managers, administratief medewerkers, schoonmakers of technici: om een ziekenhuis te laten draaien, heb je iedereen nodig. Als er één schakel ontbreekt, is de ketting niet meer compleet en kan SJG Weert niet de zorg bieden die patiënten mogen verwachten. Uiteindelijk draait daar alles om. Ook voor ons team. We proberen ons werk zo te doen dat de patiënt geen last van ons heeft."

Reza Zarrabi (55): "We zijn een vriendenteam"

Woonplaats: Weert

Functie: vakman techniek & bouw

"Ook al lever ik geen zorg, indirect help ik toch patiënten. Als ons team er niet zou zijn, kunnen mensen bijvoorbeeld geen tv kijken op hun kamer of een verpleegkundige inschakelen via het elektronische oproepsysteem. Ook zou het binnenklimaat voor patiënten en medewerkers allesbehalve aangenaam en veilig zijn.

In april 2011 ben ik begonnen bij techniek & bouw, hier in dit ziekenhuis. Ik hoorde van mensen dat het er fijn werken is. En dat klopt helemaal. We zijn een vriendenteam, we kennen elkaar en helpen elkaar waar we kunnen. Als ik er in mijn eentje niet uitkom, kan ik altijd een collega inschakelen. Maar zelfstandig een storing verhelpen, blijft voor mij toch het mooi-



ste. Dat je bijvoorbeeld 's nachts tijdens een bereikbaarheidsdienst een oproep krijg omdat er ergens apparatuur is uitgevallen. En dat je dan diezelfde nacht nog tegen de verpleegkundige en patiënt kunt zeggen: 'Het is opgelost'. Dat geeft een kick, dan kruip ik met een lekker gevoel mijn bed in."

Raf Bouchet (47): "Geen werkdag is hetzelfde"

Woonplaats: Weert

Functie: vakman techniek & bouw

"Veel mensen staan er niet bij stil wat er achter de schermen allemaal gebeurt om ons ziekenhuis draaiende te houden. Hoe belangrijk ieder radertje in het totale klokwerk is. Ons team zorgt ervoor dat alle installaties goed blijven functioneren. Daarmee dragen we dus ook indirect bij aan de zorg en veiligheid van de patiënt. Als de netspanning bijvoorbeeld wegvalt, nemen grote noodaggregaten de boel direct over zodat alles gewoon kan blijven doordraaien. Het kan natuurlijk nooit zo zijn dat de chirurg een operatie moet afbreken omdat de stroom is uitgevallen.

Mijn werk is heel gevarieerd, geen dag is hetzelfde. Daarbij draait het niet alleen om techniek. Je moet ook sociaal, integer en discreet zijn. Je komt immers in aanraking met medewerkers en patiënten van alle afdelingen. In stressvolle situaties moet je de rust bewaren. Dan is het fijn dat je op je collega-vakmannen kunt leunen. We zijn allrounders, ieder met z'n eigen specialisatie. In het brede vakgebied van de elektro- en installatietechniek kan één persoon nooit alles weten. En dat hoeft ook niet. We doen het samen."

Tim Hustings (31): "Het voelt goed om dit werk in een ziekenhuis te doen"

Woonplaats: Weert

Functie: vakman techniek & bouw

"Ik ben iemand die graag met z'n handen werkt, ik wil dingen maken. Als er een storing is, kijk ik wat het probleem is en hoe ik dat kan oplossen. Het voelt

goed om dat in een ziekenhuis te doen. Hier kan ik voor mensen écht van betekenis zijn. Het meest geniet ik van het contact met de ziekenhuismedewerkers. Zij zijn onze klanten. We hebben hetzelfde doel. Samen zorgen we ervoor dat alles blijft draaien zodat de patiënt de beste zorg krijgt. Het voordeel van een klein ziekenhuis als SJG Weert is dat je iedereen leert kennen. Je bouwt snel een band op met de mensen. Dat maakt het werk leuk en gezellig.

Hoewel ik als storingsmonteur allround inzetbaar ben, richt ik me vooral op de centrale sterilisatieafdeling. Ook het oplossen van storingen in onze bedpanspoelers is mijn pakkie-an. Waar ik blij van word? Als ik merk dat medewerkers tevreden zijn over het werk dat ik heb geleverd. 'Wat fijn Tim dat je zo snel hebt gereageerd en het probleem hebt opgelost.' Ik kan je zeggen: zo'n compliment geeft je werkdag kleur."

Tom Neijns (36): "Als we het zelf kunnen oplossen, doen we het zelf"

Woonplaats: Weert

Functie: werkvoorbereider en contractbeheerder

"Als werkvoorbereider zorg ik ervoor dat alle werkzaamheden binnen onze afdeling goed voorbereid en ingepland worden. Om dat voor elkaar te krijgen, werk ik nauw samen met verschillende collega's in het ziekenhuis, maar ook met onze externe contractpartners. Samen gaan we voor de hoogste kwaliteit en veiligheid.

Ik ben geen klassieke werkvoorbereider. Mijn werkgebied is heel breed, ik ben betrokken bij alle lopende projecten en onze nieuwbouwplannen. Wat mijn werk in SJG Weert prettig maakt is dat ik heel snel met collega's kan schakelen. Wanneer er bijvoorbeeld iets vervangen moet worden, hoef ik maar met één persoon te praten. Dat is echt een voordeel van werken in een kleinschalig ziekenhuis. Als we een probleem zelf kunnen oplossen, doen we het zelf en zien we direct het resultaat van onze inspanningen."

ARTIKEL

De schop zit in de grond, ons nieuwe ziekenhuis wordt nú gebouwd

Onder het toezien van tientallen ziekenhuismedewerkers ging op 11 oktober jongstleden de eerste schop in de grond voor de bouw van het nieuwe SJG Weert. Met dit feestelijke moment kwam er een einde aan een periode van intensieve voorbereidingen, waarbij alle geledingen in het ziekenhuis werden betrokken. Directeur Vastgoed Will van Grimbergen kijkt met een goed gevoel terug.



"Trots op wat we samen hebben bereikt"

Bij de start van het project in 2019 stuitte hij nog op veel scepsis toen hij artsen en medewerkers informeerde over de plannen voor een nieuw ziekenhuis. 'Dat gaat toch niet door', zo was de teneur. Nieuwbouw was sinds 2005 al zo vaak geopperd, maar door allerlei omstandigheden kwamen de plannen nooit van de grond.

De twijfel bij de collega's was voor Will van Grimbergen een extra trigger om er vol voor te gaan en met grote zorgvuldigheid te werk te gaan. "In plaats van plannen uit te werken met een klein clubje mensen koos ik ervoor om alle geledingen in het ziekenhuis bij het ontwerp en de scenario's te betrekken. Daarbij maakte ik met mezelf de afspraak dat ik geen beloften zou doen die ik niet kon waarmaken. Op die manier zou het enthousiasme en het vertrouwen bij medewerkers vanzelf groeien, zo was mijn gedachte."

Verzetje in coronatijd

En zo geschiedde. Verdeeld in verschillende werkgroepen dachten en spraken artsen, verpleegkundigen en ondersteunende medewerkers mee over het gewenste ontwerp van het nieuwe SJG Weert. Eenvoudig was die opgave allerminst. Omdat het nieuwe ziekenhuis qua oppervlakte bijna de helft kleiner wordt, werd van de werkgroepen een groot inlevingsvermogen gevraagd en oog voor efficiency. Midden in de coronatijd,

toen het ziekenhuis volledig op z'n kop stond, organiseerde Will vijf online werkconferenties. Medewerkers logden massaal in. "Na de vierde avondsessie vroeg ik of ze een vijfde werkconferentie nog wel trokken. 'Ja graag', was het antwoord. Na de zoveelste zware werkdag hadden mensen juist behoefte aan een verzetje. Ze vonden het fijn om mee te praten over de toekomst van hun ziekenhuis. Of om ter inspiratie deel te nemen aan een virtuele rondleiding door andere nieuwe ziekenhuisgebouwen in het land. Dat was voor mij de bevestiging dat ik de juiste keuze had gemaakt."

Spannend moment

Nadat in maart 2023 het technisch ontwerp was afgerond sloot SJG Weert in juli een aannemingsovereenkomst met BAM Bouw en Techniek B.V. "Het bereiken van overeenstemming over de prijs was het spannendste moment", zo blikt Will terug. "De oorlog in Oekraïne, de sterk stijgende prijzen; het zijn onzekere tijden. Ik ben dan ook heel blij dat we er financieel samen zijn uitgekomen."

Alle reden voor een feestje dus, afgelopen oktober. Een feestje van en voor de medewerkers van SJG Weert. Ter aftrap van nieuwbouwfase 1 staken artsen, verpleegkundigen en facilitaire/ondersteunende medewerkers, symbolisch dertien schoppen in de grond. De houten stelen waren omgevormd tot kleurrijke kunstwerkjes door medewerkers van PSW, die in het ziekenhuis diverse ondersteunende functies verrichten.

Dat de bouw nu is gestart, betekent voor Will van Grimbergen niet dat hij rustig achterover kan leunen. "Aan alleen stenen hebben we natuurlijk niks. De komende tijd gaan we met het MT aan de slag om van het gebouw een optimaal werkend ziekenhuis te maken. Van goederenlogistiek tot polikliniekwerkzaamheden en van de radiologie tot de beveiliging: alle processen moeten hierop ingericht worden. Werk aan de winkel dus."

Vacatures techniek & bouw

Hou jij van afwisseling en uitdagingen en spreken de werkzaamheden van de afdeling techniek en bouw je aan? Dan gaan wij graag met jou in gesprek. Wij zoeken nieuwe collega's die ons team komen versterken. Bekijk het filmpje om een indruk te krijgen van de dynamiek van werken in ons ziekenhuis en kijk op onze website naar de vacatures.





vino
thorn



vinothorn.nl
T 0475 - 566 126




van Gansewinkel
— uitvaartverzorging —

Uw zorg uit
handen nemen...



Groenewoudlaan 4, 6004 VE Weert
Patersveld 19, 6001 SN Weert
Tel 0495 - 54 38 15 - Fax 0495 - 54 61 84
E-mail info@uitvaart-vangansewinkel.nl
www.uitvaart-vangansewinkel.nl

lid van
BGNU
Branchevereniging Geaccrediteerde
Nederlandse Uitvaartondernemingen

INRUILACTIE PRUIKEN



Ben je toe aan een nieuwe pruik? Wil je kennis maken met de laatste haarintegratie-technieken? Of mee-gaan met de haartrends voor deze zomer? Maak gebruik van onze inruilactie en wissel een pruik in die je niet (meer) draagt!

Bij aankoop van een nieuwe pruik ontvang je € 100,00 **korting** voor een pruik van echt haar en € 50,00 voor een synthetische pruik. Dit bedrag wordt uiteraard verrekend met de nieuwe pruik die je bij A-clinic oncologische haarzorg koopt.

*Niet inwisselbaar voor contant geld.

Waar je wel op mag je rekenen als je een nieuwe pruik aanschaft, is een **gratis mini-kleuradvies** en een **make-up touch up**; een snelle make-up met een verrassend resultaat.

A-Clinic is gespecialiseerd in haarwerken, pruiken en kapsels. Je kunt zowel in de zaak van Thijs en Angela als bij A-clinic of bij het OECW terecht voor alles wat te maken heeft met je eigen hoofdhaar en een haarwerk. Op integere, professionele wijze adviseert A-clinic over het beste, onzichtbare resultaat dat **jouw persoonlijkheid** onderstreept. Belangrijk is dat jij je goed, mooi en zelfverzekerd voelt!

Op beide locaties loopt de inruilactie tot 1 januari 2024.
Maak snel een afspraak voor een vrijblijvend adviesgesprek!

A-Clinic
Past. Greijmanstraat 1,
6039 GG Stramproy
+31 495 561 663 | info@a-clinic.nl

OECW
A-clinic oncologische haarzorg
Biest 37, 6001 AP weert
+31 495 782 010
oecw.nl/haarwerk-en-pruiken/

A-clinic®
HAARSPECIALIST

OPROEP

Uw ervaring delen



Bij SJG Weert geloven we dat het delen van ervaringen steun biedt. Daarom zijn wij op zoek naar (voormalige) patiënten die hun persoonlijke verhaal met ons willen delen. Leeft u met een aandoening, heeft u een behandeling ondergaan of bent u op weg naar herstel van een ziekte? En staat u open voor het delen van uw verhaal op onze kanalen, zoals bijvoorbeeld onze website of onze Gezondheidskrant? Dan horen wij graag van u. Stuur uw naam, contactgegevens en een beknopte omschrijving van uw verhaal naar communicatie@sjgweert.nl. We nemen dan zo snel mogelijk contact op.

NIEUWSBERICHT

Samenwerking Ciro en SJG Weert uitgebreid met hartfalenrevalidatie

Al jarenlang werken SJG Weert en Ciro uit Horn intensief samen op het gebied van longrevalidatie. Sinds kort is de samenwerking uitgebreid naar patiënten met hartfalen. Ciro is een kennis- en behandelcentrum voor patiënten met chronisch longfalen (bijv. COPD of ernstig astma), hartfalen en slaapgerelateerde ademhalingsstoornissen.



Nu kunnen dus naast patiënten met longfalen óók patiënten met hartfalen in SJG Weert terecht voor een gespecialiseerde behandeling. Het gaat dan om patiënten uit Weert en omgeving die een poliklinische behandeling volgen bij Ciro. De behandeling wordt in SJG Weert uitgevoerd. Op deze manier bieden de organisaties samen passende zorg dichtbij huis.

Persoonlijke doelen

Doel van de behandeling is het verbeteren van de kwaliteit van leven en het teruggeven van regie aan mensen die door een chronische aandoening grip op hun leven verliezen. Dit betekent voor ieder individu

wat anders. Elke patiënt heeft dan ook zijn eigen doelen waar hij aan werkt. De behandeling wordt hierop met zorgvuldig maatwerk afgestemd.

De behandeling

Gedurende ongeveer drie maanden komen patiënten drie keer per week een dagdeel naar het ziekenhuis. Daar volgen ze een persoonlijk trainingsprogramma onder begeleiding van een fysiotherapeut en verpleegkundige. Daarnaast krijgen patiënten scholing waarin ze leren hoe om te gaan met hun chronische aandoening. Deze scholing is zoveel mogelijk gericht op het dagelijks leven.

Een afspraak in SJG Weert: hoe werkt het?

Heeft u binnenkort een afspraak voor een consult, onderzoek of behandeling in SJG Weert? Een afspraak in het ziekenhuis kan spannend zijn. Zeker als het de eerste keer is. Wat staat me te wachten? Vergeet ik niks belangrijks? We zetten het voor u op een rijtje. Zo bent u goed voorbereid!

- Alle informatie over uw afspraak versturen we van tevoren aan u. Bij voorkeur doen we dat digitaal in het patiëntenportaal MijnSJG. Digitaal betekent dat u onze berichten per e-mail krijgt en informatie als folders, vragenlijsten en brieven in het patiëntportaal MijnSJG worden opgenomen. Na inloggen met uw DigiD kunt u deze informatie bekijken. Heeft u de gegevens liever per post dan kunt u dit aangeven.
- Wanneer u onze informatie digitaal ontvangt, dan kunt u 24 uur voor uw afspraak al de belangrijkste gegevens controleren. Dit noemen we 'inchecken'. Dit doet u in MijnSJG omgeving. Het aanmelden in de centrale hal bij de aanmeldzuil kost dan minder tijd.
- Neem de informatie tijdig en op uw gemak door. Vul eventuele vragenlijsten op tijd in en vergeet ze niet mee te nemen naar uw afspraak als het een vragenlijst op papier is.
- In de informatie die wij toesturen staat of er bepaalde voorbereiding nodig is. Bijvoorbeeld nuchter blijven voor een ingreep of geen bodylotion smeren voor een onderzoek. Het is belangrijk dit op te volgen om te voorkomen dat een ingreep of onderzoek niet door kan gaan.
- Zorg dat u voor vertrek naar het ziekenhuis de belangrijkste spullen heeft ingepakt. Uw identiteitsbewijs en een actuele medicatielijst heeft u altijd nodig wanneer u een afspraak bij een specialist heeft of preoperatief onderzoek krijgt. Ook kinderen hebben een eigen identiteitsbewijs nodig. Uw medicatielijst vraagt u op bij uw eigen apotheek.
- Bij aankomst in het ziekenhuis meldt u zich aan bij één van de aanmeldzuilen. Deze vindt u in de centrale hal. Hier controleren we wie u bent door uw identiteitsbewijs te scannen. Ook controleren wij uw belangrijkste gegevens. Als u dat al online heeft gedaan wordt deze stap overgeslagen. Als u zich aangemeld heeft weten we dat u er bent!
- Vindt u het lastig om de aanmeldzuil te gebruiken? Onze gastvrouwen en -heren staan klaar om u wegwijs te maken. Vraag ze gerust om hulp!
- Na deze controle bij de aanmeldzuil ontvangt u een ticket. Hierop staat hoe laat en waar u voor uw afspraak of afspraken moet zijn. Is een route niet duidelijk vraag dan de gastvrouw of gastheer voor uitleg.

- Volg de routeborden naar de plek van bestemming en neem plaats in de ontvangstruimte. U hoeft zich daar niet te melden aan de balie, tenzij dat uitdrukkelijk vermeld staat op uw ticket. Door de controle bij de aanmeldzuil weten we immers al dat u er bent.

In de ontvangstruimte kunt u gerust iets te drinken nemen. Wij doen ons uiterste best om u op het afgesproken tijdstip binnen te roepen! Wilt u meer informatie over het voorbereiden op uw afspraak, kijk dan op onze website. Daar staat bijvoorbeeld welke vragen u kunt stellen en of u een gesprek mag opnemen. Ook vindt u er meer informatie hoe de aanmeldzuilen werken.

Scan de QR-code om naar de website te gaan.



Een afspraak in SJG Weert? Neem altijd uw legitimatiebewijs mee en meld u bij binnenkomst bij de aanmeldzuil.



Veilig, Tijdig en Comfortabel

Princen Personenvervoer

Bij ernstige gezondheidsproblemen heeft u andere zaken aan uw hoofd dan vervoer van en naar uw behandelingen. De medewerkers van de afdeling Ziekenvervoer Weert begrijpen dat als geen ander. Daarom verzorgen wij al uw ziekenvervoer met persoonlijke aandacht. Uw zorg is onze specialiteit.



Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 17.00 uur
Maaseikerweg 155, 6005 AD Weert
T 0495-580585 E ziekenvervoerweert@princen.com

www.princen.com

Arm- en beenklachten pijnloos verhelpen

Wat is vacuümtherapie?

Bij vacuümtherapie maken wij gebruik van de Vacumed. Uw arm of been wordt in dit moderne apparaat met tussenpozen onder een licht vacuüm gebracht. Door het vacuüm wordt meer bloed en lymfevocht in de arm of het been gezogen. Tijdens de pauzes wordt het bloed en lymfevocht, door ontspanning van de spieren, er juist weer uitgedrukt. Dit zorgt voor een optimalere circulatie van uw ledematen.

De werking

De behandeling zorgt ervoor dat de doorbloeding optimaliseert in uw ledematen en de fijne haarvaten zich herstellen, waardoor gevoelens van koude, rustloze of pijnlijke armen en/of benen minder worden of verdwijnen.

Waar richt de behandeling zich op?

De vacuümtherapie richt zich op diverse klachten in armen en benen.

Armsklachten:

• RSI-klachten, zoals muisarm • Tenniselleboog • Golferselleboog • Lymfoedeem • Ziekte van Raynaud • Syndroom van Quervain • Carpaal Tunnelsyndroom

Beenklachten:

• Lymfoedeem • Verstoorde wondgenezing • Diabetes-voet • Spataderen • Vermoeide benen • Restless legs-syndroom • Krampen

Eerste afspraak maken

Als eerste vindt er een intakegesprek plaats. Na de intake wordt met u besproken of uw klacht in aanmerking komt voor een behandeling. De intake wordt vergoed vanuit uw aanvullende verzekering. De vacuümbehandelingen komen niet in aanmerking voor vergoeding. Een sessie van 8 vacuümbehandelingen bedraagt € 100,-. U heeft geen verwijsbrief van de huisarts nodig voor een behandeling.

De voordelen van vacuümtherapie

De behandeling is pijnloos en ontspannend en na 3 tot 4 behandelingen kunt u resultaat verwachten. Het brengt bloed naar de dunne haarvaten en optimaliseert/intensiveert de bloedcirculatie. Verder verbetert de doorstroming van het lymfatisch stelsel.

Voor meer informatie kunt u een video bekijken op YouTube, onder de zoekterm vacuümtherapie Weert.



Patronaatsplein 7, 6001 GX Weert | T 0495-215664
E info@vacuumtherapie-weert.nl
I www.vacuumtherapie-weert.nl



ARTIKEL

Uitleg over het waarom van nuchter zijn voor een operatie

Als u geopereerd moet worden krijgt u de vraag om ervoor te zorgen dat u nuchter bent. In de informatiefolder 'nuchter blijven voor een ingreep' staat aangegeven hoe lang van te voren u niets gegeten of gedronken mag hebben. Het hebben van een lege maag tijdens een operatie is belangrijk. Is uw maag niet leeg dan is dat een van de belangrijkste redenen waarom een operatie niet door kan gaan. We leggen graag uit wat 'nuchter zijn' betekent en waarom het zo belangrijk is om de instructies van uw arts op te volgen zodat een operatie door kan gaan.

Lege maag bij operatie

Nuchter zijn betekent het hebben van een lege maag, dus zonder vocht of voedsel erin en met zo weinig mogelijk maagzuur. Om de operatie te beginnen met een lege maag, moet u op tijd stoppen met eten en drinken én rekening houden met wat u in de uren voor een operatie eet en drinkt. Zo bent u goed voorbereid op de operatie.

Kans op verslikken

Tijdens een operatie wordt u onder narcose gebracht. U krijgt hiervoor een slaapmiddel en spierverlappend middel toegediend. Hierdoor heeft u geen controle over uw hoest- en slikreflex. U kunt zich onder narcose verslikken en maaginhoud en maagzuur in uw longen krijgen, met een longontsteking als mogelijk gevolg. Dit is een levensgevaarlijke situatie die we absoluut willen voorkomen. Om die reden kan uw operatie niet doorgaan als uw maag niet leeg is voor de operatie.

Kinderen

Voor kinderen onder de 16 jaar geldt, net als bij volwassenen, dat het hebben van een lege maag voor een operatie van levensbelang is. Maar kinderen zijn ook gevoeliger voor uitdroging. Daarom moeten zij voor vertrek naar het ziekenhuis nog een glaasje heldere drank drinken. Heldere drank is water, thee

(zonder melk), ranja, sportdrank, appelsap of helder vruchtensap (zonder vruchtvlees) of koolzuurhoudende frisdrank. Zo krijgen zij genoeg vocht binnen voor de operatie.

Instructies opvolgen

Voor uw eigen veiligheid en om de teleurstelling van het afzeggen van uw operatie te voorkomen, is het van belang dat u de instructies voor het nuchter blijven voor een operatie opvolgt. Deze staan in de folder 'Nuchter blijven voor een ingreep' op onze website. Wanneer u staat ingepland voor een operatie krijgt u deze folder digitaal of per post toegestuurd, afhankelijk van uw eigen voorkeur. Soms maakt uw arts andere afspraken met u over het nuchter blijven. Volg in dat geval altijd de instructies van uw arts op.

De folder bekijken? Scan de QR-code

Vindt u het lastig om de instructies in de folder te volgen? Om het gemakkelijker te maken hebben we voor volwassenen en voor kinderen ook een afbeelding gemaakt van de informatie.



Vacatures in SJG Weert

Wil jij betekenisvol werk doen en een bijdrage leveren aan de zorg voor onze patiënten?

Kijk dan op onze website:
www.sjgweert.nl/vacatures

Wij gaan graag met je in gesprek.





Heeft u zorg nodig in de directe nabijheid?
Is uw huis/appartement te groot of niet meer geschikt?
Bent u veel alleen en wilt u meer aanspraak en afleiding?
Voert u het liefst de regie over uw eigen leven?
Is een verpleeghuis helemaal niks voor u?

www.huizemolenveld.nl - info@huizemolenveld.nl

Of bel ons gewoon even voor een afspraak 0495 782082

Hier uw advertentie?
info@samamedia.nl

Speciaalzaak in contactlenzen en optometrie

mennen
CONTACTLENZEN SPECIAALZAAK
decock



Al meer dan 30 jaar zijn wij het vertrouwde adres als contactlenzen-speciaalzaak voor Weert en omgeving. Onze contactlensspecialisten en HBO optometrist staan klaar met deskundig advies, goede voorlichting en constante nazorg.

Contactlenzen

Het aanmeten van de juiste contactlenzen kan complex zijn. Bij ons kun je terecht voor diverse soorten lenzen, zoals multifocale lenzen. Wij bieden voor iedere 'zicht-situatie' een passende oplossing.

Droge ogen

Wij zijn tevens gespecialiseerd in de aanpak van droge ogen problematiek. Onze optometrist bekijkt uw situatie en maakt vervolgens een persoonlijk behandelplan.

Wilhelminasingel 185

6001 GS Weert

T +31 495 544588

www.mennenendecock.nl

ZORGEN VANUIT JE HART

'Oprechte aandacht voor de patiënt, daar draait het om'

Zorgen is zoveel meer dan medisch handelen. In een klein ziekenhuis als SJG Weert begrijpen we dit als geen ander. Zorgen gaat over mensen en vraagt dus om warmte en genegenheid. Oftewel: je helpt een ander zoals je zelf geholpen wil worden. Tender, Love en Care (TLC) heet dat in het Engels. In Weert noemen we dat zorgen vanuit het hart. In deze aflevering vertelt hartrevalidatieverpleegkundige Franca Verkennis (60) wat dit voor haar betekent.

Nog net geen achttien was Franca toen ze in 1981 begon met haar inservice-opleiding in het St. Jans Gasthuis. De Nederweertse kan zich niet herinneren dat ze ooit iets anders wilde worden dan verpleegkundige. "Als kind was ik al gefascineerd door de wereld van het ziekenhuis. Wanneer ik bij mijn zieke oma op bezoek kwam, keek ik mijn ogen uit. Zonder dat ik me ervan bewust was, heeft dat zorgen er altijd wel ingezet. Ik voel me van nature betrokken bij andere mensen."

De patiënt als brandstof

Als verpleegkundige op 2 Noord zorgde ze 25 jaar lang voor patiënten met uiteenlopende aandoe-



ningen. Vol overgave. Franca volgde haar hart en verlegde haar grenzen en groeide mee met de tijd. Ze specialiseerde zich in de cardiologie en stond aan de wieg van de hartfalenpoli en de hartrevalidatie in SJG Weert. Tegenwoordig begeleidt zij als hartrevalidatieverpleegkundige patiënten na een ingrijpende gebeurtenis zoals een hartinfarct, dotterbehandeling, hartoperatie of reanimatie bij hun herstel. Een maand lang komen zij twee keer per week naar het ziekenhuis om onder medische begeleiding te sporten. Samen met collega Eugenie van der Sande verzorgt Franca de intake. Ze stelt patiënten op hun gemak, checkt de medicijnen, geeft leefstijladvies en houdt tijdens de trainingen samen met een fysiotherapeut de vinger aan de pols. De verpleegkundige doet het met dezelfde toewijding als waarmee ze 42 jaar geleden in het ziekenhuis begon. "Het contact met patiënten en collega's geeft mij enorm veel energie. Daarom doe ik dit werk al zo lang en met trots."

Een vrouw van haar woord

Zorgen vanuit het hart betekent voor Franca "oprechte aandacht hebben voor je patiënten". "Oftewel: goed luisteren en je in de ander verplaatsen zodat diegene zich begrepen voelt. Maar ook eerlijk zijn naar elkaar. Ik spreek duidelijk uit wat de patiënt van mij kan verwachten en wat ik van de patiënt verwacht. Als ik

zeg dat ik terugbel, dan bel ik terug. Ik ben iemand van mijn woord, mensen moeten mij kunnen vertrouwen. Verder durf ik me kwetsbaar op te stellen. Ik heb in mijn leven zelf inmiddels ook het nodige meegeemaakt. Uit ervaring weet ik hoe moeilijk het is om te stoppen met roken of om op gewicht te blijven. Als het nodig is gebruik ik mijn levenservaring om het ijs te breken en de patiënt gerust te stellen. Ook humor vind ik heel belangrijk. De mensen die ik begeleid hebben fysiek en emotioneel flink wat voor de kiezen gehad. Sporten is heel belangrijk voor het herstel, maar het moet ook gewoon gezellig zijn. We willen immers dat ze ook na het revalidatieprogramma blijven sporten."

Samen zorgen

Het is Franca ten voeten uit. Toegankelijk voor iedereen en met beide benen op de grond. "Ik probeer zo goed mogelijk voor de patiënt te zorgen, maar dat doe ik natuurlijk niet alleen. In dit ziekenhuis, waar de lijnen heel kort zijn, draagt iedereen z'n steentje bij. Niet alleen de medisch-specialisten en verpleegkundigen, maar ook de maaltijdbezorgers, de schoonmakers, de mensen van techniek en zij die onze computersystemen laten werken: we doen het samen. Dat is onze kracht, dat maakt SJG Weert zo bijzonder."

NIEUWE SPECIALISTEN



Lees op de website meer over deze specialisten.

www.sjgweert.nl/specialisten



Davy van Dam
internist acute geneeskunde
Aandachtsgebied: acute interne geneeskunde



Edo Stam
kinderarts
Aandachtsgebieden: acute kindergeneeskunde, longziekten, endocrinologie



Karin Maas-van Weert
revalidatiearts
Aandachtsgebieden: klachten in houding en beweging, beenamputaties, diabetische voet

Anne Drost-Wijnne
ziekenhuisapotheker
Aandachtsgebieden: geneesmiddelspiegels, toxicologie, farmacogenetica, VTGM





Mobiliteitswereld Sittard

U bent van harte welkom in de grootste hulpmiddelenwinkel van de Euregio

In Sittard ligt de grootste hulpmiddelen speciaalzaak van Limburg. Hier vindt u rollators, scootmobielen, hoog-laagbedden, sta-op-stoelen en andere producten die u ontzorgen of mobieler maken. U kunt hier gewoon binnenrijden of binnenlopen en ontelbare nieuwe en gebruikte hulpmiddelen uitproberen. Voor reparaties of advies kunt u ook altijd - zonder afspraak! - in deze winkel met liefst 650 vierkante meter vloer-ruimte terecht. Tijdens kantooruren is er altijd een adviseur en een monteur in huis.



Mobiliteitswereld ligt op een makkelijk bereikbare zichtlocatie aan de Rijksweg Zuid in Sittard. Buiten kunt u gratis parkeren op de royale parkeerplaats, die tevens als testbaan voor scootmobielen of rollators dienst doet. Binnen kijkt u uw ogen uit, want hier staan vele honderden hulpmiddelen overzichtelijk gepresenteerd. U kunt ze stuk voor stuk uitproberen en er zijn zowel binnen als buiten testbanen. Met name het grote aantal scootmobielen springt in het oog. Ze blijken allemaal uit voorraad leverbaar en worden gratis thuis afgeleverd. 'Vooral de service, de grote keuze en het feit dat je hier alle producten uit kunt proberen spreekt klanten aan', vertelt Vincent, de verrassende jonge eigenaar van de grootste hulpmiddelenwinkel van de Euregio. 'Er zijn hier producten voor iedere beurs. Het loopt van tweedehands, eenvoudig, middenmoters tot absolute topproducten. Onze medewerkers zijn geen verkopers, maar adviseurs die samen met de klant nadenken over het meest geschikte product. We bieden een uitstekende service en nemen alle tijd voor onze klanten. Het is mijn ervaring dat tevreden klanten vanzelf weer terugkomen.'



onderhoud, ook als je de hulpmiddelen niet hier hebt gekocht', vertelt Vincent. 'Er is hier altijd een monteur in huis en dat betekent dus 'klaar terwijl u wacht!'. Mensen die eenmaal de weg kennen naar Mobiliteitswereld blijven meestal terugkomen. Ze vinden het fijn dat ze op één plek terecht kunnen voor alles rond hulpmiddelen. Laatst kwam hier een vrouw van in de vijftig binnen. Ze speelde hier tegenover bridge en zag onze winkel. Haar moeder werd onverwachts uit het ziekenhuis ontslagen en ging de volgende dag weer terug naar huis. Ze had daarom dringend een douchebeugel nodig. Eenmaal in de winkel besefte ze dat haar moeder meer hulpmiddelen nodig had. Ze zat echt met de handen in het haar. Samen met onze adviseur heeft ze toen uiteindelijk ook een seniortelefoon, een hoog-laagbed en een sta-op-stoel gekocht. Het is praktisch dat we hier alles op voorraad hebben, want we konden de producten dezelfde dag nog leveren en installeren.'

STA-OP-STOELN VOOR ELKE BEURS
Mobiliteitswereld heeft sta-op-stoelen toegevoegd aan het assortiment. Het gaan zitten in of opstaan uit een stoel, kan op zekere leeftijd lastig worden. Met name het opstaan is een pittige belasting voor de bovenbenen. Een sta-op-stoel voorkomt dat door langzaam omhoog of omlaag te gaan en je kunt er tevens lekker in liggen. Bij Mobiliteitswereld in Sittard is er een grote keuze aan sta-op-stoelen op voorraad voor iedere beurs. Het loopt van tweedehands modellen in topconditie van een paar honderd euro, nieuwe middenmoters van rond de duizend euro tot en met topstoelen

van drieduizend euro waarin soms zelfs verwarming zit. Het grote voordeel van mobiliteitswereld is dat er zeer vele modellen sta-op-stoelen op voorraad staan, zodat u altijd een stoel op uw maat vindt. De adviseurs helpen u graag, zodat u precies de juiste stoel kunt kiezen. Wanneer de stoel in het dagelijks gebruik onverhoopt niet helemaal bevalt, kan hij probleemloos worden omgeruild voor een andere.

U heeft de keuze uit meer dan 100 sta-op-stoelen in alle prijsklassen. Alle modellen zijn op voorraad en indien noodzakelijk dezelfde dag geleverd!

Mobiliteitswereld geeft 5 jaar garantie op sta-op-stoelen en uw stoel wordt altijd gratis thuis bezorgd!

GROOT IN HULPMIDDELEN ÉN SERVICE

Mobiliteitswereld is een winkel met 650 vierkante meter vloeroppervlakte. Het is de grootste hulpmiddelenwinkel van de Euregio met binnen en buiten een testbaan. Mobiliteitswereld kan u op tal van manieren ontzorgen, als u door omstandigheden minder mobiel bent geworden. In onze grote winkel hebben we rollators, scootmobielen, douchestoeltjes, beenwarmers, wandelstokken, seniortelefoons, speciale producten en tal van accessoires. Tevens is er een eigen monteur die vanuit de werkplaats direct kan helpen met uw rolstoel of scootmobiel. Persoonlijke service is bij ons standaard inbegrepen, net als een kopje koffie en een verse plak cake. Ook voor reparaties of advies bij scootmobielen of andere

producten die niet bij ons zijn gekocht, bent u altijd van harte welkom. Laat u gewoon eens verrassen door de vele mogelijkheden!

Bij Mobiliteitswereld krijgt u standaard altijd 1 jaar garantie op gebruikte scootmobielen en 2 jaar op nieuwe scootmobielen. Als extra service ontvangt u bij aanschaf van een nieuwe of gebruikte scootmobiel altijd een nieuwe accu en acculader met 2 jaar garantie!

Dé 10 voordelen van Mobiliteitswereld

- Scherpe prijzen
- Advies op maat
- Eigen reparatiedienst
- Alle producten op voorraad
- Gratis parkeren
- Mogelijkheid tot proefrijden binnen en buiten
- Servicegerichte medewerkers die de tijd voor u nemen
- Nieuwe en gebruikte producten
- Gratis bonenkoffie en zelfgemaakte cake
- Een groot deel van de producten kunt u bij ons leasen, zodat u de betaling in termijnen kunt voldoen. Vraag gewoon eens naar de mogelijkheden.

BONENKOFFIE EN VERSE CAKE

Aan de grote huiselijke houten tafel die midden in de winkel staat, zitten een heer en een dame te wachten. Ze genieten ondertussen van een kop koffie en een stukje versgebakken cake. Mijnheer komt voor een kleine reparatie aan zijn scootmobiel, terwijl mevrouw nieuwe remkabels en remblokjes voor haar rollator nodig heeft. 'Iedereen is hier welkom voor



Mobiliteitswereld

voor al uw hulpmiddelen

Rijksweg Zuid 212 | 6134 AG Sittard | T: 046-782 0552

www.mobiliteitswereld.com