

Welkom bij ZorgSaam



Huis-aan-huis magazine • zomer • 2019



In deze editie:



Uniek in de regio:
de vitale leefstijlcursus
voor mensen met
diabetes of overgewicht

Het vijfsterren slaapcentrum
in Oostburg gaat ook
kinderen onderzoeken

Meer dan
schilderen
alleen...

vastgoedonderhoud



Contact?
Kloosterzande
Tel. 0114 - 69 02 31
Halsteren
Tel. 0164 - 23 40 43
Middelburg
Tel. 0118 - 64 25 17
info@deschrijver.nl
www.deschrijver.nl



■ schilderwerken ■ glas ■ verf & wonen

NERINGWEG 7 4501 PB OOSTBURG TELEFOON 0117-452941
WWW.DUSTE.NL INFO@DUSTE.NL

Podozorg.nl
Sluis

Uw oplossing
voor alle voetgerelateerde
problemen

Podologische zolen

Naar aanleiding van een uitgebreid voetonderzoek en scan, kan er een corrigerende of comfort zool worden gemaakt. Deze scanzool wordt door de podoloog digitaal bewerkt met het juiste reliëf voor uw voetproblemen.

Bel naar +31117-461644 en maak een afspraak met Podozorg Sluis.

Heilleweg 8 | 4524 KM Sluis | loes@podozorgsluis.nl



Martine De Vos
Osteopathie

Praktijk 't Ravelijn
Wilhelminalaan 10
4561 HS Hulst
osteopathiehulst@gmail.com

ZorgSaam Ziekenhuis Antonius
Pastoor van Genklaan 6
4501 AJ Oostburg
osteopathieoostburg@gmail.com

06 - 48 75 28 88
0032 - 3 770 58 64

www.osteopaatmartinedevos.nl



Huis-aan-huis magazine • zomer • 2019

Eindredactie en redactieadres

ZorgSaam Zorggroep Zeeuws-Vlaanderen
Marketing en Communicatie
Wielingenlaan 2, 4535 PA Terneuzen
Tel.: 0115 688000
E-mail: communicatie@zzv.nl

Fotografie

Ralph Borghouts fotografie en ZorgSaam

Uitgeverij

BC Uitgevers, Postbus 416, 8600 AK Sneek
Graaf Adolfstraat 36d, 8606 BT Sneek
Tel.: 0515 429429
E-mail: administratie@bcuitgevers.nl

Bladmanager

Barbara Verschoor, Tel.: 06 - 455 766 70

Opmaak

Nanno van Leeuwen

Druk

Moderna

Welkom bij ZorgSaam

Wist u dat we dit blad al bijna 20 jaar huis aan huis in de regio bezorgen? Meestal in heel Zeeuws-Vlaanderen, maar soms ook alleen in het Westen, zoals nu. Er is zoveel zorg in ontwikkeling in West Zeeuws-Vlaanderen dat ZorgSaam u daar graag meer over vertelt. Het blad zit weer vol met weetjes over onze zorgzame zorg en de diverse vernieuwingen die er zijn. We hebben ook enkele streekgenoten gevraagd. Hoe ervaren zij de zorg in dit gebied? U leest er straks meer over.

Hier staan we eerst nog stil bij de verantwoordelijkheid die ZorgSaam voelt voor de zorg in West Zeeuws-Vlaanderen. ZorgSaam blijft in het Westen investeren. Onder andere door na de zomer verpleeghuis Stelle te renoveren. Voorzieningen moeten goed blijven, anders leiden vergrijzing en krimp tot grote problemen qua leefbaarheid. Daarom is ZorgSaam in het Westen met veel deskundigheid aanwezig en is onze zorg veelal 24 uur per dag, 7 dagen per week beschikbaar. We werken er hard aan om dat zo te houden. Als bijvoorbeeld een dokter door ziekte uitvalt (ook dat kan!) doen we er alles aan om de wachttijden zo kort mogelijk te houden. In vergelijking met de gemiddelde Nederlandse tijden is het al niet zo lang wachten bij ZorgSaam, maar als u iets urgents heeft, maken we sowieso direct tijd. Het is vergeleken bij jaren terug echt anders. De investeringen maken het verschil.

Tot slot nog een weetje. Werkgelegenheid is een belangrijke pijler voor de economie en welvaart van een regio. ZorgSaam biedt als grote werkgever aan zo'n 800 medewerkers in de gemeente Sluis een job. Zij doen dagelijks hun best om de zorg hier van goede kwaliteit en dichtbij te houden. Mede daardoor staat ook het ziekenhuis in Oostburg dit jaar als nummer één streekziekenhuis in Nederland bekend!

Wist u dat u ook heel veel informatie over ZorgSaam op onze website www.zorgsaam.org kunt vinden? Vrijwel alles wat u wilt weten, is daar aanwezig. Of u nu een folder wilt inzien of benieuwd bent hoe een bepaalde dokter eruit ziet of een telefoonnummer van een woonzorgcentrum nodig heeft. Klik er eens rond.



Uitbreiding dermatologie in Oostburg

....

Net zoals vele andere disciplines, is er ook wekelijks spreekuur van de dermatologen in Oostburg. Het spreekuur van dermatologe Annelies Avermaete is sinds 2007 op dinsdag en vrijdag. Reeds meerdere jaren werkt ze met ondersteuning van een gespecialiseerd verpleegkundige. Sinds april is er uitbreiding van de reguliere spreekuren in Oostburg door de start van een nieuwe collega dermatologe, Evelien DeCoster.

Het team wordt verder versterkt door de huidtherapeute, Anne Van Hermon, met als aandachtsgebieden onder andere oedeemtherapie, acnetherapie en peelingbehandelingen.

De meest recente aanwinst in Oostburg, is de plaatsing van een

Light Sheer ontharingslaser, voor permanente ontharing en een fractionele CO2 laser, onder andere voor het verwijderen van zonneshade, voor het verwijderen van pigmentvlekken en voor een aanpak van overige tekens van huidveroudering. Trouwens, via het Huidcentrum ZorgSaam worden ook overige cosmetische

behandelingen, zoals Botox-injecties en fillerbehandeling met Hyaluronzuurfiller in Oostburg aangeboden. Al deze behandelingen worden reeds sedert 2007 aangeboden in Terneuzen. De uitbreiding naar Oostburg past volgens Avermaete bij het streven naar kwalitatieve zorg, dicht bij huis.

Dermatologe Avermaete:

"De uitbreiding in Oostburg past bij het streven naar kwalitatieve zorg, dicht bij huis." ”



De medicijnrobot, een unieke Zeeuws-Vlaamse zorgvernieuwing

Geneesmiddelen haal je normaal gesproken overdag bij de eigen apotheek. Maar als je buiten kantoortijden last van iets krijgt en je volgens een arts dringend bepaalde medicijnen nodig hebt, dan moet je naar de dienstapothek. Nu er tijdens de nachten nog maar één zo'n dienstapothek in Zeeland open blijft, in Vlissingen, lijkt dat in die nachtelijke situaties problemen op te leveren voor inwoners van Zeeuws-Vlaanderen. Ver reizen en tunnelkosten bijvoorbeeld. Maar dat is buiten de apotheek in Oostburg gerekend. Zij hebben een unieke medicijnrobot. Zo kunnen inwoners van Zeeuws-Vlaanderen ook 'buiten de uren' goed worden bediend.

Ze zijn er al een tijd mee bezig, maar "het is dan ook een unieke constructie, de eerste in Nederland die zo wordt ingericht", vertelt Esther Derycke in de apotheek in het gezondheidscentrum Antonius Oostburg. "Vanaf deze zomer draait hij." Die hij is de medicijnrobot die ter beschikking komt van de mensen in Zeeuws-Vlaanderen. Esther legt uit: "Onze apotheek werkt al met een robot die secuur en betrouwbaar de juiste medicatie uit de kasten haalt. Nu komt daar een extra robotarm bij die, ook als de meeste mensen slapen, medicatie deelt. Uiteraard alleen na een scan van het juiste voorschrift via de HAP én de Spoed Eisende Hulp én in overleg via een live videoverbinding met de dienstapothek in Vlissingen. Zelfs met een Belgisch voorschrift kun je bij de robot terecht."

Vernieuwen

Evelyn De Caluwé vult haar collega-apotheker aan: "Zeeuws-Vlaanderen is een speciaal gebied. Uitgestrekt, dunbevolkt, veel ouderen, ook toeristen. Het is moeilijk om de zorg hier goed te organiseren. We doen daar met

velen heel hard ons best voor. Kijk bijvoorbeeld wat ZorgSaam en huisartsen doen in het Westen met de extra spoedvoorziening van röntgenfoto's en gips in de avond- en weekenduren. Wij willen ons met de apotheek ook hard maken voor complete en goede zorg in de regio. Daarom zitten

we samen met andere zorgverleners in het gezondheidscentrum in Oostburg en daarom komen we als apothekers met deze innovatie, de medicijnrobot. We bouwen echt aan de zorg in Zeeuws-Vlaanderen, we vernieuwen die zorg. De unieke robot is er een goed voorbeeld van!"



Apothekers Evelyn De Caluwé (l) en Ester Derycke zijn trots op 'hun' unieke medicijnrobot.

ik ga de stad
voor je verven
en op de muren schrijven
ik zal de stad voor je verven
en op de straten schrijven
dat ik van je hou

ik vraag de auto's
of ze willen remmen
en aan de mensen
dat ze hoi tegen je zeggen

'Potzen kunnen verschillende vormen hebben,
gedichten, liedjes, voordrachten, beelden in de
geest, documentaires, schilderijen.
Ze willen indruk maken en aandacht trekken.
De basis van het bedrijf vormen de zogenaamde
statische Potzen. Beelden die tijd kosten en me
de tijd doortrekken.

Ik ben mijn eigen baas en knecht.
Ik kies mijn eigen kooi.

De vrijwillige gevangenis van het beeld waar ik
me door werken uit bevrijd. Een beeld moet een
strekking hebben, een bedoeling. Zonder dat
kan ik niet werken.'



Potzenmakerij Ketelaar



www.janketelaar.nl

Iedere laatste zaterdag van de maand
open werkplaats in Drachten (Tussendiepen 6) of
bel voor een afspraak 06-36009606



Zorgvernieuwingen in de regio

Waar mensen met elkaar samenwerken, ontstaan goede dingen. Ook in de gezondheidszorg. Kijk naar de leefstijlcursussen voor diabetici of mensen met overgewicht die in het gezondheidscentrum en ziekenhuis in Oostburg zijn ontstaan. Door samenwerking komen we tot vernieuwende ketenzorgprojecten die een aanwinst voor de regio zijn.

In het gezondheidscentrum Antonius werken huisartsen, fysiotherapeuten, apothekers, noem maar op. Er is zelfs een fitness. Een verdieping hoger in het ziekenhuis zijn diverse andere deskundigen en medisch specialisten aanwezig. Allemaal aparte stukjes zorg in de totale ondersteuning van een patiënt. Bijvoorbeeld een patiënt met diabetes. Zou het nou niet mooi zijn als we met z'n allen een totaalpakket, goed afgestemd op elkaar, zouden aanbieden aan die diabetespatiënt? Dat was de gedachte die bij huisarts Paul de Bruijkere en zijn praktijk-ondersteuner opkwam, toen ze in de wandelgangen diverse andere zorgverleners tegenkwamen. De gedachte bleek aan te slaan want de diabetespatiënt in West Zeeuws-Vlaanderen kan inmiddels gebruik maken van een prachtig programma. Ook voor andere patiënten zijn er 'ketenzorgprogramma's' beschikbaar of in ontwikkeling. Lees er hiernaast en op pagina 10 meer over.

Vitale leefstijlcursus voor mensen met diabetes of overgewicht



Ongeveer de helft van alle Nederlanders heeft overgewicht of diabetes. Wanneer u te zwaar bent of diabetes heeft, is het waarschijnlijk dat u in de toekomst gezondheidsproblemen zult krijgen. Daarom is het belangrijk om continu te werken aan een gezond lichaamsgewicht.

De juiste voedingskeuze in combinatie met een goed bewegingsplan is belangrijk voor uw welzijn en gezondheid. Door het lichaam te voorzien van alle voedingsstoffen in de juiste balans, wordt namelijk de zelfhelende werking van het lichaam aangesproken. Door een gezonde leefstijl wordt het mogelijk dat u minder medicatie nodig heeft. Dat is uiteraard altijd beter!

Gezonde leefstijl

In het Gezondheidscentrum Antonius in Oostburg kunt u na verwijzing van de huisarts deelnemen aan een programma van 8 maanden met een vervolg van 14 maanden. In dit traject leert u van alles over een gezonde leefstijl plus hoe deze toe te passen is in uw eigen leven. U leert niet alleen nieuwe dingen, maar gaat ook zelf aan de slag door twee keer in de week te bewegen. Dat zorgt voor fitheid, een beter gevoel en meer kwaliteit van leven. En dat is precies wat de bedoeling is. Niet voor niets komt dit initiatief uit het gezondheidscentrum Antonius, dat zich

zoals de naam al zegt, richt op een gezond gevoel.

Leefstijlcoach

We wandelen met de groep eenmaal per week 60 minuten. Daarnaast is er eenmaal per week een gezamenlijk half uur sporten en bewegen in het fitness centrum. Bovendien zijn er verdeeld over de 38 weken, telkens in aansluiting op het half uur sporten, 10 theoriesessies van een uur met een leefstijlcoach over diverse onderwerpen zoals motivatie, voeding, slapen, valkuilen en roken.

Stok achter de deur

We helpen u graag om uw streefgewicht te benaderen door u intensief te begeleiden met voeding én beweging. U staat er dus niet alleen voor. Deze benadering zorgt voor de vaak zo noodzakelijke stok achter de deur, waardoor de kans veel groter is dat u de gewenste resultaten zult behalen. En als u zover bent dat u de resultaten behaald hebt, is het door de begeleiding gemakkelijker om op dit gewicht te blijven.



Een nieuwe heup voor Eddy Geernaert



Eddy Geernaert, 65, uit Aardenburg, heeft sinds een jaar een nieuwe heup. Zijn leven ziet er anders uit.



**"Helemaal
geen pijn
meer!"**

"Ik moet nog een keer terug op controle hier in Oostburg, maar alles voelt prima in orde. Helemaal geen pijn meer! Dat is een groot verschil kan ik je zeggen. De laatste jaren had ik er veel last van. Gelukkig zag de orthopeed wat er loos was. Een compleet versleten heup, terwijl de andere nog prima is. 45 jaar was ik automonteur en als je dan altijd met dezelfde kant een auto inschuift, dan slijt dat blijkbaar."

'Mee de kniepers'

"Tijd voor een nieuwe heup dus. Ik ben geweldig ontvangen door het team van orthopedie. Alles werd perfect uitgelegd. Ook de verzorging vooraf en achteraf was heel goed, een grote pluim voor de verpleging. Ik heb nog wel even 'mee de kniepers' gezeten want 'stel dat ze m'n heupbot te kort afzagen', maar het was niet nodig. Dokter Cools heeft echt getoverd!"

Eerlijk gezegd

Eddy loopt soepel door zijn tuin in Aardenburg. "We zijn hier natuurlijk dicht bij België. Sommigen gaan de grens over naar Knokke en Eeklo. Ik snap dat niet eerlijk gezegd. Oostburg is nog dichterbij! De ingreep gebeurt weliswaar in Terneuzen maar ervoor en erna kun je de controle gewoon in Oostburg laten doen. Da's toch prachtig? En bij ZorgSaam kom je er als het urgent is echt wel tijdig tussen hoor. Dat het even duurt wil niet zeggen dat ze je onnodig laten wachten. Vergeet bovendien niet dat er heel goede dokters zijn hier, anders ben je als klein ziekenhuis niet de nummer 1 van Nederland, toch? Maar goed, ieder doet wat hij doet. Ik maak ook gebruik van België, als het nodig is. Maar dan wel via het systeem van ZorgSaam dus met de topziekenhuizen in Gent en Brugge."



Orthopeden Karelse, Van de Kerkhove, Nijman en (rechts-onder) Cools. De nieuwe orthopeed die in de plaats van dokter Beckers is gekomen is dokter Van den Berg (zie foto hieronder, hij houdt ook spreekuur in Oostburg.



Orthopeed Cis Cools is blij met de complimenten van Eddy Geernaert: "We werken dagelijks aan goede persoonlijke zorg, dicht bij huis in een vertrouwde omgeving. Het is fijn daar tevreden patiënten over terug te horen. Onze orthopedie is op meerdere plekken in Zeeuws-Vlaanderen beschikbaar en scoort hoog op kwaliteit."

Laag risico

"Zoals ook in de AD ziekenhuis top 100 stond, kennen we een opvallend laag risico op infecties en andere complicaties bij het plaatsen van een nieuwe knie of heup. Dit is ook bekend bij zorgverzekeraar CZ, die ons als voorkeurpartner ziet. We hanteren in samenspraak met hen én in het belang van de patiënten de nationale richtlijnen. Medische studies tonen namelijk dat het plaatsen van een nieuwe knie op jonge leeftijd en bij lichte slijtage vaak tot onbevredigende resultaten leidt. We gebruiken bovendien knie-

en heup prothesen die door de zorgverzekeraar en de wetenschappelijke vereniging worden erkend als topkwaliteit."

Zeer korte lijnen

"Een nieuwe knie of heup is een beslissing waar dikwijls niet-operatieve behandelingen aan voorafgaan en die dus in samenspraak met uw specialist goed te plannen is. Wachttijden? Die zijn er wel, maar vergelijkbaar met andere Nederlandse ziekenhuizen, en met die voor Belgische patiënten in Belgische ziekenhuizen. Dagelijks werken we hard, met velen, om iedereen die het nodig heeft te helpen. ZorgSaam bestaat uit van een keten van zorg, samen met de thuiszorg en revalidatie. Dat is een pluspunt. Bovendien zijn de lijnen tussen de specialist en de huisarts zeer kort, waardoor snel kan worden ingespeeld op eventuele problemen."

Rapid recovery

"We hebben reeds in 2015, nu 4 jaar geleden, het 'rapid recovery' protocol geïntroduceerd, met bewezen snellere

en betere resultaten, korter verblijf in het ziekenhuis (1 tot 2 nachten, soms ook in dagbehandeling) en meer comfort. Onze afdeling orthopedie is bovendien laagdrempelig bereikbaar voor patiënten. Er is persoonlijke opvolging na de ingreep en mogelijkheid tot veelvuldig contact. Zo hebben we een mooi zorgaanbod, waar meneer Geernaert en anderen blij mee zijn."

Artrose

"We blijven ontwikkelen en investeren, ook in Oostburg. In een volgende uitgave vertellen we graag meer over het artrose-meekijksprekkuur bij de huisarts, dat we ook in deze regio willen introduceren."

"Onze orthopedie afdeling scoort hoog op kwaliteit." ”



Stichting Ambulance Wens vervult de wensen van mensen die lijden aan een ongeneeslijke ziekte en niet lang meer te leven hebben.

Stichting Ambulance Wens verzorgt vervoer met speciaal voor dit doel ontworpen ambulances en een extra comfortabele brancard. Bij elke wens gaat ook kundig medisch geschoold personeel mee.

Nog één keer er samen op uit...

Stichting Ambulance Wens

Wij zijn telefonisch bereikbaar
van 8.00 - 17.00 uur telefoon:

010 - 226 55 16 of

06 - 12 55 99 99.

E-mail: info@ambulancewens.nl
www.ambulancewens.nl

Volg ons
ook op facebook
en twitter.

[facebook.com/
stichting.ambulancewens](https://facebook.com/stichting.ambulancewens)
[@Stambulancewens](https://twitter.com/Stambulancewens)



**Stichting
Ambulance
Wens**



**Helpt wensen
mogelijk maken**

Vertrouwd thuis met onze steun

Heeft u thuiszorg nodig? Bijvoorbeeld na een ziekenhuisopname of als het thuis (even) niet meer zelfstandig gaat? ZorgSaam Thuiszorg staat paraat, dag en nacht. Er zijn 26 wijkteams in heel Zeeuws-Vlaanderen. Altijd is er een team in uw buurt.

Waar u ook woont in de gemeente Sluis, in de stad, in een dorp of in de polder... u kunt bij ons terecht voor bijvoorbeeld douchen, aankleden, steunkousen aan- en uitdoen, oogdruppelen, controle op medicijninname en wondverzorging. En we bieden specialistische zorg, zoals sondevoeding, infuustherapie en chemo- of pijnpomp. Onze verzorgenden en verpleegkundigen staan 24/7 voor u klaar, ook bij acute situaties 's nachts. Vertrouwd thuis met onze steun.

We werken nauw samen met uw huisarts en de assistentes. Ook met het



Onze verzorgenden en verpleegkundigen staan 24/7 voor u klaar, ook bij acute situaties 's nachts.

ziekenhuis is er een kort lijntje (dezelfde organisatie immers). Zo krijgt u goed op elkaar afgestemde zorg en dat is prettig. We doen overigens meer dan alleen verpleging en verzorging bij u thuis. Vanuit de thuiszorg bieden we ook huishoudelijke verzorging, thuisbegeleiding, nachtzorg en personenalarmering aan.

We houden zoveel mogelijk rekening met uw wensen, zoals tijdstip van zorg. Woont u in de gemeente Sluis? Bel dan naar tel: 0117 – 456500. De wijkverpleegkundige komt bij u langs voor een intakegesprek. Samen met u spreken we af welke zorg er nodig is en wanneer. Indien nodig kunnen we de zorg dezelfde dag nog opstarten.

Seniorenkliniek Oostburg

De Seniorenkliniek is er voor kwetsbare ouderen om te revalideren na bijvoorbeeld een botbreuk, beroerte of ziekte. Ook kunnen mensen er tijdelijk terecht na

een ziekenhuisopname of als het thuis om medische redenen even niet gaat. Het verblijf is kortdurend, patiënten worden alleen opgenomen als terugkeer naar huis haalbaar is. Alles in de Seniorenkliniek staat in het teken van herstel. We bereiden de patiënt voor om na het verblijf, op een verantwoorde manier, thuis weer zelfstandig te functioneren.

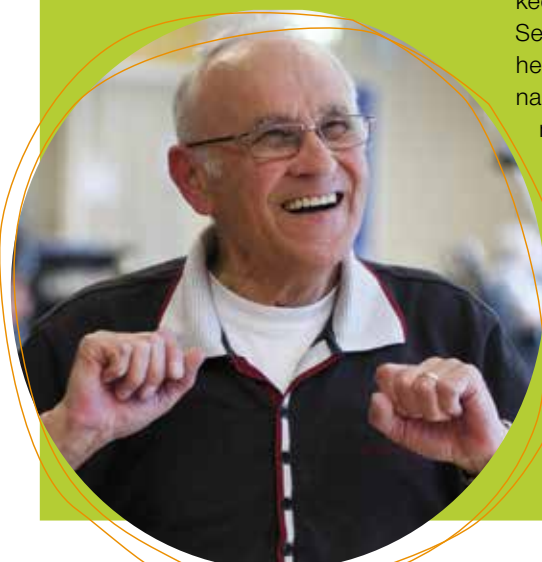
"Ik kan nu dichtbij huis herstellen, met familie in de buurt. Zo'n drie weken blijf ik hier. Ik weet al wanneer ik naar huis ga. En dan red ik mij weer. Daar werk ik naar toe, samen met de fysiotherapeut."

ZorgSaam speelt met de Seniorenkliniek in op een grote behoefte,

omdat Geriatrie Revalidatie Zorg (GRZ) in West Zeeuws-Vlaanderen tot anderhalf jaar geleden niet werd aangeboden. Patiënten uit West Zeeuws-Vlaanderen hebben nu dus de gelegenheid om dicht bij huis, met vertrouwde mensen (zoals familie of mantelzorgers) in de buurt, te revalideren of te herstellen.

"Je wilt zo lang mogelijk thuis wonen, maar soms is het beter om het tijdelijk in een veilige zorgomgeving te doen. Dan is deze Seniorenkliniek een uitkomst. Het 'thuisfront' komt nu makkelijk even langs. Samen herstellen met medepatiënten, dat vind ik gezellig. Goed voor het humeur!"

De Seniorenkliniek is onderdeel van het Gezondheidscentrum Antonius.



Zorgvernieuwingen in de regio: waar mensen met elkaar samenwerken, ontstaan goede dingen. Ook in de gezondheidszorg. Door samenwerking komen we tot vernieuwende ketenzorgprojecten die een aanwinst voor de regio zijn.

Naar een gezond gewicht met het KinderObesitasTeam

....

Een nieuw 'ketenzorgprogramma' in de gemeente Sluis is de aanpak van overgewicht bij kinderen en jongeren. Voor hen staat het KinderObesitasTeam klaar. Dat is nodig want steeds meer kinderen hebben te maken met overgewicht. Maar liefst één op de zeven kinderen is te zwaar. Het doel is om ervoor te zorgen dat uw kind gezonder leeft en weer lekker in zijn vel komt te zitten.

Er zijn verschillende oorzaken voor overgewicht bij kinderen te noemen. Te weinig beweging, een ongezondere levensstijl of psychische klachten kunnen mogelijke oorzaken zijn. Maar erfelijke aanleg kan ook een rol spelen. Al op jonge leeftijd kunnen deze factoren het ontstaan van overgewicht of zelfs obesitas bepalen. Vaak wordt bij de GGD of bij de huisarts ontdekt dat de groei van het kind zich buiten de curve ontwikkelt. Als dit is gesignaleerd, is een doorverwijzing naar de kinderarts een mogelijkheid. Met de arts wordt de eventuele deelname aan het KinderObesitasTeam (KOT) besproken. De aanpak van het KOT, met onder andere diëtiste, kinderpsycholoog en fysiotherapeut, is gericht op het hele gezin. Deze werkwijze is volgens de methode van Mil die 'Verder kijken dan

de kilo's' heet. Gezamenlijk wordt gekeken wat uw kind nodig heeft om op een gezond gewicht te komen. Afvallen is niet altijd prioriteit. Er wordt naar gestreefd het gewicht te stabiliseren, zodat als uw kind groeit, de Body Mass Index (BMI) daalt. Ieder traject duurt minimaal 9-12 maanden, afhankelijk van de groei van uw kind. Als er een gezondere BMI wordt bereikt, blijft uw kind nog een jaar onder controle bij de kinderarts, om ervoor te zorgen dat uw hele gezin blijft werken aan een gezonde levensstijl.

Bent u ongerust over het gewicht van uw kind? Maak dan een afspraak met uw huisarts of bespreek uw vragen met de jeugdarts van de GGD. Zij kunnen u doorverwijzen naar de kinderarts van ZorgSaam in Oostburg voor deelname aan het KOT.



"Afvallen is niet altijd prioriteit."

”

Hallux Valgus

Een ander ketenzorgprogramma betreft hallux valgus, een vergroeiing van de grote teen. Een derde van alle volwassenen heeft enige mate van een hallux valgus. In 80% van deze gevallen is pijn de voornaamste klacht. Bij de

behandeling van een hallux valgus zijn verschillende zorgaanbieders betrokken. Ook zij hebben gezamenlijk een programma ontwikkeld waarmee de juiste zorg op het juiste moment aan iedere patiënt in de gemeente Sluis geboden kan worden.

Het zorgpad start bij de huisarts. Afhankelijk van de mate van klachten verwijst de huisarts door naar de fysiotherapeut, podotherapeut, lifestylecoach, diëtist en/of orthopeed. Het streven is om de klachten zo mogelijk conservatief (zonder operatie) te behandelen.

Een gedeelte van de patiënten, afhankelijk van de ernst van klachten, komt in aanmerking voor operatie door de orthopeed. Dit wordt beoordeeld door de huisarts, podotherapeut of fysiotherapeut.

De behandeling is afhankelijk van de klachten. Mogelijke behandelingen zijn corrigerende zolen, schoenadvies, training voetspieren, houding advies, de beweeglijkheid vergroten of een operatie. Het resultaat? Vrijwel geen pijn meer en beter kunnen bewegen met en zonder schoenen.



Het vijfsterren slaapcentrum in het ZorgSaam Ziekenhuis in Oostburg



Iedereen slaapt weleens minder goed. Zo'n twintig procent van de Nederlandse bevolking heeft echter last van heuse slaapstoornissen. 'Slecht slapen' is een probleem als in- en doorslapen heel vaak niet lukt én als de diepe slaap achterwege blijft. Het gevolg, een ernstig slaaptekort, is een belasting voor de gezondheid en het sociale leven en de omgeving van de patiënt.

In het Slaapcentrum van ZorgSaam worden de mogelijke oorzaken en oplossingen van slaapproblemen onderzocht. Longarts Geert Van Pottelberge; "Soms is een patiënt al geholpen met aanpassing van de slaaphygiëne, bijvoorbeeld meer regelmaat, beweging en een frisse slaapkamer. Maar het merendeel van de klachten heeft te maken met de ademhaling. Daarvoor zetten we een uitgebreid slaaponderzoek (polysomnografie) in. Daarbij blijft de patiënt een nachtje in het Slaapcentrum in Oostburg. Elektroden op het lichaam meten de hersen-

activiteit en ademhaling, snurken en spierspanning."

"Na zo'n nacht kunnen we de oorzaak aantonen. Dat kunnen er vele zijn. Eén ervan is het Slaap-Apneu Syndroom, waarbij de patiënt ademhalingsstilstanden krijgt door belemmering van de ademweg. Dat komt door bijvoorbeeld de tong (bij obstructief slaapapneu syndroom) of omdat de hersenen daartoe aansturen (bij centraal slaap-apneu syndroom). Na het vinden van het probleem, kan een oplossing gezocht worden, zoals een CPAP."

Ook kinderen...

Het slaapcentrum in Oostburg heeft vijf slaapkamers, wordt door de Apneu patiëntenvereniging gewaardeerd met het maximale aantal vijf sterren en verricht jaarlijks een kleine 900 slaaponderzoeken. Vanaf dit najaar kunnen ook jongeren en kinderen worden onderzocht tijdens een nachtje slapen in Oostburg.

Meer lezen?

Kijk op www.slaapcentrumzeeland.nl en www.apneuvereniging.nl.



Het kan best gezellig zijn in het slaapcentrum getuige deze foto van een eerder 'pyjamafeestje'.

De CPAP: "Echt romantisch is het niet, maar het helpt"

Roger Feij uit Goes verbleef onlangs twee keer een nachtje in het Slaapcentrum. Hij kampt met het Centraal SlaapApneu Syndroom, zo blijkt uit het onderzoek. Het Continious Positive Airway Pressure (CPAP)-systeem geeft hem inmiddels verlichting. Met dit apparaat wordt luchtdruk via een neusmasker toegediend, zodat de luchtwegen open blijven. Roger Feij is opgelucht dat er een oplossing is. 'Echt romantisch is het niet, maar ik heb het apparaat gewoon nodig. Een slaapprobleem beheerst je leven. Uitgerust zijn is zo belangrijk! Het brengt absoluut meer kwaliteit van leven. De nachtjes in Oostburg zijn me bevallen. De begeleiding is prima, ik slaap er redelijk goed en in West Zeeuws-Vlaanderen verblijven is zeker geen straf.'



Longarts Geert Van Pottelberge

Toekomstige Zorg West Zeeuws-Vlaanderen

Nu en in de toekomst zorg en ondersteuning dichtbij



Zorg en ondersteuning dichtbij, voor alle inwoners van Zeeuws-Vlaanderen. Dat is waarnaar we streven, nu en in de toekomst. Dat is niet zo makkelijk als het lijkt.

Want de wereld verandert. We worden steeds ouder, het aantal ouderen neemt in verhouding toe. We moeten en willen steeds langer zelfstandig blijven wonen en de arbeidsmarkt staat onder druk. Al met al verandert de vraag naar en het aanbod van zorg en ondersteuning. Willen we dit goed organiseren en daarin de juiste balans vinden, nu en in de toekomst, dan moeten we samenwerken.

Met gemeente, zorg- en welzijns-aanbieders, zorgverzekeraar en burgers. Door krachten te bundelen, ontstaan kansen! In West Zeeuws-Vlaanderen werken de gemeente Sluis, ZorgSaam, Emergis, Nucleuszorg, HAGRO (Huisartsengroep), CZ Zorgverzekeraar en Woongoed Zeeuws-Vlaanderen nauw met elkaar samen vanuit het programma Toekomstige Zorg West Zeeuws-

Vlaanderen. Door deze samenwerking ontstaan inspirerende projecten, die ervoor zorgen dat u ook in de toekomst een beroep kunt doen op zorg en ondersteuning dichtbij.

Eén van die inspirerende projecten is het Centrum voor Zorg en Ondersteuning in Breskens. Bij dit centrum kunnen inwoners terecht voor huisartsenzorg, WMO én wijkverpleging. Het proefproject bleek een succes, waardoor het centrum wordt uitgebreid met onder andere GGZ-zorg en naar meerdere kernen. Daarnaast is de spoedzorg voor het toerisme en voor inwoners van de gemeente Sluis uitgebreid, dankzij samenwerking tussen de huisartsen en ZorgSaam. Een ander voorbeeld is de visie op wonen en zorg die partijen gezamenlijk ontwikkelen. Welke zorg organiseren we aan huis en welke zorg bieden we aan via woonzorgcentra? En hoe gaan we dat organiseren? Wat willen mensen en wat kán er? Daarbij kijken we ook naar moderne technieken zoals beeldschermzorg, de inzet van robots en slimme sensoren in je huis.

Inbreng van burgers

Inwoners van West Zeeuws-Vlaanderen betrekken we bij het programma via onder andere de stads- en dorpsraden. Ook gaan we langs verschillende kernen in de gemeente Sluis om het programma toe te lichten en te luisteren naar ervaringsverhalen. Het programma is voortdurend in ontwikkeling en wordt in de loop van de tijd aangevuld met steeds meer projecten. Daarnaast willen partijen dit programma uitbreiden naar de gemeenten Terneuzen en Hulst. Zo ontstaat een programma Toekomstige Zorg Zeeuws-Vlaanderen.

Onder andere wijkverpleegkundige Irina Mookhoek van ZorgSaam, huisarts Peter Ballière en WMO-consulente Lydie van Klinken zijn betrokken bij het centrum ZO.

Christiane van de Vijver:

"Zeer tevreden over de persoonlijke zorg in Oostburg"

.....

Christiane van de Vijver, 64, uit Sint Anna ter Muiden, woont zo'n beetje op de grens. Ze kiest bewust voor de zorg van ZorgSaam.

"Ik moet jaarlijks op controle en dat doe ik in het ziekenhuis in Oostburg. Ik ben zeer tevreden over de persoonlijke zorg daar en het is dichtbij. Het is er ook gemoedelijk. Je komt elkaar tegen, groet elkaar of maakt een praatje, het gebouw heeft duidelijk een sociale functie. Uiteraard kun je elkaar beter in het café tegenkomen, maar toch! Nog een pluspunt van het Antonius vind ik de goede lijn met Terneuzen en als het nog complexer is het UZ Gent of Brugge. Dat is gewoon heel goed geregeld."

"Daar komt bij dat ik het belangrijk vind dat de voorzieningen in onze streek in stand blijven. Ik kan bijvoorbeeld best boos worden om het feit dat sommige ouders hun kinderen naar een school in België sturen. Daarmee ondermijnt je het onderwijs hier. Op den duur blijft er niets meer over. Willen we dat? We wilden toch niet met Zeeuws-Vlaanderen bij België horen? Hoe minder we hier gebruik maken van de eigen voorzieningen, of het nou openbaar vervoer, kinderopvang, onderwijs of zorg is, hoe minder we ervan overhouden. Dat zeg ik ook tegen huisartsen hier, die nogal gemakkelijk verwijzen naar ziekenhuizen buiten West Zeeuws-Vlaanderen. Het is mooi dat een patiënt keuze heeft, laat de patiënt dan ook bewust kiezen, vul het niet voor hen in."



ZorgSaam is in heel West Zeeuws-Vlaanderen dichtbij aanwezig. Niet alleen op de locaties zoals op het kaartje, maar ook bij mensen thuis met Thuiszorg en onderweg met de ambulancezorg van ZorgSaam.



**Shirley is genezen
van kanker.**

Helaas 25% overlijdt!

KiKa heeft als doel om de genezingskans in 2025 naar **95%** te vergroten. Om dit te realiseren, is er nog veel kostbaar onderzoek noodzakelijk.

Uw steun is dus hard nodig!

www.kika.nl - Giro 8118



De opbrengsten komen ten goede aan de centra voor kinderoncologie: Emma Kinderziekenhuis AMC Amsterdam | UMC Groningen Koningin Beatrix Kinderkliniek | Willem-Alexander Kinder- en Jeugdcentrum Leiden | UMC St. Radboud Kinderziekenhuis Nijmegen | Erasmus MC - Sophia Kinderziekenhuis Rotterdam | VU Medisch Centrum Amsterdam | Wilhelmina Kinderziekenhuis Utrecht

Verloskundigen Manon Ritico
en Marloes Provoost:

**"Wij proberen iedere
zwangere de zorg te
bieden die zij nodig
heeft."** ”



Vlakbij huis voorbereiden op de bevalling

....

Verloskundigen houden binnen verschillende dorpen en steden in Zeeuws-Vlaanderen spreekuur bij huisartsen.

Voordeel is dat zwangeren voor de controles dicht bij huis terecht kunnen. In het Westen houden de verloskundigen van het Geboortecentrum van ZorgSaam spreekuur in Biervliet, Breskens en Oostburg.

Verloskundigen Marloes Provoost en Manon Ritico geven aan dat je geen verwijsbrief nodig hebt van de huisarts om een verloskundige te mogen bezoeken. "Als je de polikliniek gynaecologie belt, kun je direct een afspraak maken. Bovenop de reguliere controles zijn wij altijd bereikbaar. Er is immers altijd iemand aanwezig in het ziekenhuis die je te woord kan staan en waar je langs kunt komen voor een extra controle of een echo indien nodig. Elke zwangere is anders en wij proberen iedere zwangere de zorg te bieden die zij nodig heeft. Wij vinden het daarbij belangrijk om zorg op maat te bieden en zoveel mogelijk tegemoet te komen aan de wensen en beleving van de zwangeren en hun partners."

"Daarnaast heeft het ziekenhuis in Terneuzen nog heel wat meer te

bieden: kraamsuites waarbij de partner kan blijven slapen na de bevalling, voorzien van eigen douche, toilet, televisie, enzovoorts. De meeste aanstaande moeders bevallen supergraag in de kraamsuites van het ziekenhuis. Indien zich complicaties voordoen, kan daar immers snel passende hulp worden geboden. Als wij als verloskundige bijvoorbeeld bezig zijn de bevalling te begeleiden en het blijkt dat het kindje in het vruchtwater heeft gepoept, is een gynaecoloog direct in de buurt. Wij als verloskundigen kunnen dan gewoon blijven begeleiden. Voor de bevallende vrouwen is het op dat moment fijn dat zij hetzelfde gezicht blijven zien."

"We hebben verschillende voorlichtingsavonden, zodat je goed voorbereid aan de bevalling en het ouderschap kunt beginnen. Ook is er 24 op 7 de

mogelijkheid tot het kiezen van pijnstilling of ruggenprik. Wij zien in Terneuzen ook veel zwangeren uit Walcheren die bewust voor ons kiezen en wij hopen dat er ook uit West-Zeeuws-Vlaanderen veel zwangeren voor ZorgSaam blijven kiezen. Met onze spreekuren in Breskens, Oostburg en Biervliet is het gemakkelijk om dat te doen."

Een afspraak
maken kan via het verlos-
kundig spreekuur, 0115 - 688442
elke werkdag van 13.30 uur
tot 14.30 uur of via de poli-
assistentie tijdens kantooruren
op 0115 - 688517. Mailen naar
de verloskundigen kan via
verloskundigen@zzv.nl

Paul de Bruijckere, al meer dan 30 jaar huisarts in Oostburg:

"Alle inwoners van West-Zeeuws-Vlaanderen hebben een rol in het behoud van de leefbaarheid in onze regio."

• • • •

"Ik vind het jammer dat mensen voor onderwijs, medische zorg en aankopen geen gebruik maken van voorzieningen binnen onze regio terwijl deze hier wel voorhanden zijn. Om voorzieningen in stand te houden en zelfs verder te ontwikkelen is het nodig dat mensen er gebruik van maken. Alleen dan blijft het leefbaar, ook voor jongeren die we hard nodig hebben in deze regio. Door de vergrijzing hebben meer mensen zorg nodig van anderen. Het is voor deze groep oudere streekgenoten van belang dat deze jongere mensen er zijn en blijven. Zij en hun kinderen blijven alleen als er voldoende voorzieningen zijn... Ik doe daarom een oproep aan de inwoners van (West-)Zeeuws-Vlaanderen om indien mogelijk zoveel mogelijk gebruik te maken

van de voorzieningen, ook de medische, binnen onze regio. Hopelijk kunnen we hierdoor met z'n allen een positieve bijdrage leveren aan ons mooi West Zeeuws-Vlaanderen, waar het (nog steeds) prettig wonen is. Laten we, zeker ook voor de ouderen, proberen de medische zorg en diverse andere voorzieningen dichtbij huis te behouden!"

"Kijk, in het verleden zijn er patiënten voor hun zorg naar België gegaan, onder andere omdat deze zorg in onze regio niet geleverd kon worden. De laatste jaren is er veel veranderd in de zorg in het Westen. ZorgSaam heeft diverse onderzoeken en behandelingen ontwikkeld die nu binnen onze regio, ook vaak in Oostburg,

met kwaliteit geleverd worden. Gelukkig zijn ook de wachttijden bij de meeste specialisten korter geworden. In het verleden was dit ook regelmatig een reden om voor medische zorg uit te wijken over de grens. Er is een grote verbetering geweest en nog gaande. Dat zie ik zelf bijvoorbeeld in het Gezondheidscentrum, waar ik samen met vele andere zorgverleners zit. Dat werkt goed. Patiënten kunnen er makkelijk bij meerdere deskundigen terecht. Ook de prima samenwerking tussen de specialisten van het ziekenhuis en de huisartsen - met regelmatig overleg en korte lijnen omdat we elkaar kennen - draagt bij aan de goede geneeskundige zorg hier. Het zou mooi zijn dat nog meer mensen hiervan gebruik van gaan maken."

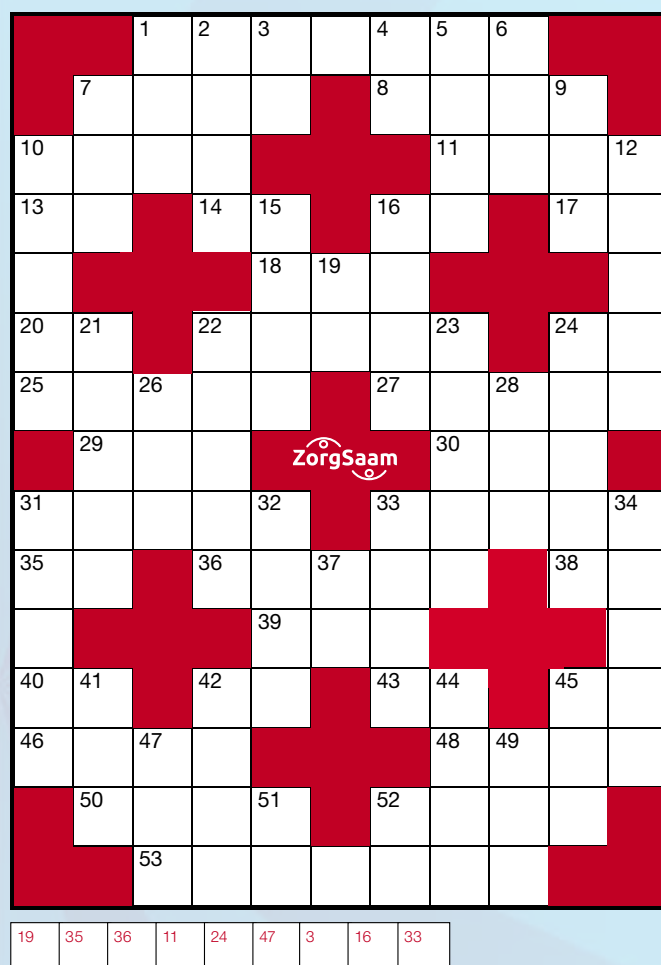
Kruiswoordpuzzel

• • • •

Als u de kruiswoordpuzzel af heeft, kunt u de oplossing mailen aan communicatie@zzv.nl of sturen aan ZorgSaam, team communicatie, R. Maas, Wielingenlaan 2, 4535 PA Terneuzen. Onder de goede inzenders wordt een prijs verloot.

Horizontaal: 1 kamerverhuurster 7 land in Zuid-Amerika 8 tennisterm 10 bordspel 11 plek 13 annexus 14 slee 16 civiel ingenieur 17 gewicht 18 mager 20 bijwoord 22 ongehoorzaam 24 rijksuniversiteit 25 jaargetijde 27 veldfles 29 grappenmaker 30 sterke drank 31 cijfer 33 staat in Amerika 35 grondtoon 36 mislukken 38 noordzuid 39 masker 40 met name 42 voorzetsel 43 gewicht 45 dat is 46 bloem 48 liefdesgod 50 frisdrank 52 bosgod 53 beroep.

Verticaal: 1 kledingstuk 2 zwaardwalvis 3 Sovjet-Unie 4 ter plaatse 5 opschik 6 Algemeen Voortgezet Onderwijs 7 metalen staafje 9 hevig 10 flard 12 harde klap 15 kerkgebruik 16 golfstok 19 en omstreken 21 soort appel 22 boetedoening 23 dwingeland 24 boekvorm 26 vochtig 28 zet 31 rubbersoort 32 verlichtingsmiddel 33 kledingstuk 34 pl. in Turkije 37 lichamelijke opvoeding 41 Ned. dagblad 42 Europese hoofdstad 44 vogel 45 Spaanse titel 47 elektrisch geladen deeltje 49 vogel 51 administratietroepen 52 frater.



Aanwezig in het ziekenhuis in Oostburg



Spreekuur medisch specialisten

Cardioloog
 Chirurg
 Dermatoloog
 Gynaecoloog
 Internist
 Kaakchirurg
 Kinderarts
 Klinisch geriater
 KNO-arts
 Longarts
 MDL-arts
 Neuroloog
 Oogarts
 Orthopedisch chirurg
 Plastisch chirurg
 Psycholoog
 Uroloog

Onderzoeken en behandelingen

Bloedonderzoek
 CT-scan
 Functie-onderzoek cardiologie
 Fysiotherapie
 Geheugentest
 Gehoortesten
 Gipskamer
 Instrumenten – schoenmaker
 Neurologisch functie-onderzoek
 Niersteenvergruizer
 Röntgenonderzoek
 Scopie-onderzoek
 Slaapcentrum
 Spoedeisende hulp

Overige spreekuren

Bandagiste
 Bariatrieverpleegkundige
 Diabetesverpleegkundige
 Diëtiste
 Dermatologieverpleegkundige
 Hartrevalidatieverpleegkundige
 Logopediste
 Longverpleegkundige
 Lymfespreekuur
 Mammapoli
 Neurologieverpleegkundige
 Oncologieverpleegkundige
 Orthoptiste
 Pacemakertechnicus
 Pijnpoli
 Pré operatief spreekuur (POS)
 Stomaverpleegkundige
 Uro-oncologieverpleegkundige
 Vaatpoli
 Verloskundige

Medische ingreep eventueel met kort verblijf

Chirurgie
 Dermatologie
 Kaakchirurg
 KNO
 Orthopedie
 Plastische chirurgie
 Urologie

Verpleegafdelingen

Dagbehandeling
 Slaapcentrum
 Seniorenkliniek

waar zorg samenkomt
Antonius
🏠 🩺 🧠

Gezondheidscentrum Antonius

Het GCA, te bezoeken op de begane grond van het Ziekenhuis in Oostburg, is er om de gezondheid en het welzijn van de West Zeeuws-Vlaamse bevolking te verbeteren.

Met de juiste zorg op de juiste plek van de juiste zorgverlener. Maar ook vanuit een samenwerking van de diverse zorgverleners die in het gebouw werken. En dat zijn er velen. Een apotheek, 2 huisartsenpraktijken en de HAP, Podotherapie Derumeaux, diverse fysiotherapeuten, osteopathie, acupunctuur, Healthcenter Bodyline, psychologie Mentaal Beter, het

ZorgAdviesPunt, de Seniorenkliniek, Resto Bij Sil.

Het GCA is een netwerkorganisatie en ontmoetingsplaats. De diverse zorgverleners komen elkaar er tegen in de fraaie wandelgangen, via gedeelde patiënten en via georganiseerde momenten. Zo ontstaan ideeën om gezamenlijke zorgverbeteringen te

stimuleren en mogelijk te maken. Met meerdere zorgverleners die aan hetzelfde doel werken, ontstaan ketens van zorg en zorgvernieuwingen (lees er meer over op pagina 5 en 10).

Lees meer over het GCA op
www.gezondheidscentrumantonius.nl

Het Zorg Advies Punt, óók in Oostburg

Hebt u vragen over thuis- en ouderenzorg? U kunt hiermee terecht bij de medewerkers van het Zorg Advies Punt van ZorgSaam. Ze vertellen: "We kijken altijd individueel wat de meest passende oplossing is voor iemand. Voor de een is dat wellicht langer thuis wonen met extra ondersteuning, voor de ander is dat een verblijf in het verpleeg- of verzorgingshuis. Uiteraard is een rondleiding op een van de locaties altijd mogelijk. En is het lastig om ons ZorgAdviesPunt te bezoeken?

Geen probleem! Wij kunnen ook bij u thuis langskomen."

Het ZorgAdviesPunt van ZorgSaam heeft een kantoor in het Gezondheidscentrum Antonius in Oostburg. "Ook ziekenhuispatiënten en bewoners van Stelle en hun familie zijn er welkom. Wat dat betreft is het een praktische plek, dichtbij huisartsen en ook thuiszorg. We kunnen snel contact leggen en dingen laten zien, zoals de seniorenkliniek die enkele verdiepingen hoger aanwezig is. Denkt

u trouwens niet dat we alleen zorg van ZorgSaam voorstellen of laten zien. We zijn objectief, weten wat er allemaal mogelijk is en willen dat u uw keuze weloverwogen maakt. Vandaar dat we u afgestemd op uw persoonlijke situatie zo goed mogelijk voorlichten."

**Bereikbaar
van maandag tot
en met vrijdag van
08:30 uur tot 16:30 uur.
Tel: 0117 - 459 194
E-mail: zap@zzv.nl**

"In Oostburg kan dat gewoon."

Met veel plezier wonen we nu al 20 jaar in het buitengebied van Breskens. De altijd aanwezige zeelucht heeft ertoe bijgedragen dat ik minder medicatie nodig heb voor mijn longklachten. Als "oud-verpleegkundige" ken ik diverse grote en kleine ziekenhuizen van binnen en buiten.

De regio West Zeeuws-Vlaanderen heeft periodes in het jaar met grote drukte in de dorpen door de toeristen. Dan is het fijn regelmatig te ervaren dat de toegang tot medische zorg bij de huisarts en het ziekenhuis toch een 'menselijke maat' heeft. Het is gemakkelijk op korte termijn een afspraak te kunnen maken met de specialist. De gemoedelijkheid en het beperkt aantal patiënten in de wachtkamer zorgen ervoor dat het uitlopen van het spreekuur de wachttijd snel doet vergeten. Zelf heb ik een aantal keren gemerkt dat de specialist uitgebreid de tijd neemt om een bepaalde chirurgische behandeling uitgebreid toe te lichten, zo nodig voorzien van een snel geschetste tekening. In Oostburg kan dat gewoon.

De laatste 3 jaar heb ik diverse kleine chirurgische behandelingen gehad. Mij valt steeds op dat bij ZorgSaam

nauwkeurig gewerkt wordt met heldere afspraken en protocollen. Als ik een voorbeeld mag geven: door mijn leeftijd en meerdere ziekten ben ik een risicopatiënt. De zorgvuldige screening vooraf aan de operatie (POS-onderzoek) vind ik geruststellend. Als geen ander ken ik de risico's van opereren. Dat zo'n onderzoek gewoon ook in Oostburg kan, is eigenlijk wel heel bijzonder.

Als laatste moet mij nog iets van mijn hart. Jaren geleden waren wij mantelzorger voor mijn vader en moeder elders in den lande. Na een ziekenhuisopname van enkele weken voor mijn vader in een groot streekziekenhuis, belde hij op zaterdagmorgen, "ik ben weer thuis" Tja, daar sta je dan, je weet dat je nog zeker 200km moet rijden voor je bij hem in huis bent, dat hij en moeder zorg nodig hebben. In dat ziekenhuis had er niemand nagedacht hoe het thuis moest. Onderweg heb ik telefonisch geprobeerd iemand van de wijkverpleging te spreken om zorg in het weekend en later te kunnen regelen. Na 3 keer een voicemail ingesproken te hebben, gaf ik het op. Ik hoop er voor mijzelf of mijn vrouw nog jaren geen gebruik van te hoeven maken,

Even voorstellen:

Naam: Ger Rienties

Woonplaats: Breskens

Leeftijd: 69 jaar

Gehuwd met Riny

maar ZorgSaam biedt op velerlei vlakken verschillende vormen van gezondheidszorg aan, naast ziekenhuisbehandeling ook thuiszorg, tijdelijke opname seniorenkliniek, verpleeghuis en 'last but not least' met een uitstekende regionale samenwerking van huisartsen, paramedici en apothekers.

Wij hopen samen nog vele gezonde jaren te hebben op ons mooie plekje in Breskens. Dat ZorgSaam ons op een prima wijze daarbij kan ondersteunen is meer dan logisch en vanzelfsprekend.

"Zo'n onderzoek in Oostburg is eigenlijk wel heel bijzonder."



Column

Een wond geneest **niet** altijd vanzelf

Een snijwondje, een schaafwond, we kennen ze wel. Pleister erop, soms wat geduld en het komt weer in orde. Maar er zijn ook wonden die meer aandacht opeisen.



Peter Quataert, verpleegkundig specialist wondexpertisecentrum bij ZorgSaam

In mijn werk als wond-specialist kom ik van alles alles tegen. Vaak oude patiënten met voetwonden door diabetes, traumawonden door vallen of stoten bij gebruik van bloedverdunners en helaas ook met enige regemaat jonge kinderen met brandwonden. Voor alle wonden, klein of groot geldt hetzelfde: ze kunnen een gevaar opleveren als entree voor infecties. Een wond is namelijk een open deur voor bacteriën richting de binnenkant van je lichaam. Een wond moet dus zo snel mogelijk dicht!

Als je gezond bent lukt dat wel. Soms in 2 weken tijd. Maar bij diabetes, aderverkalking of andere gezondheidsproblemen gemiddeld toch al 2 maanden. Soms duurt het zelfs langer dan een jaar... Hoe dan ook, kort of lang, in de tussentijd is een goede hygiëne van groot belang. Daarover straks meer bij de tips.

Gek genoeg is wondzorg nog niet zo heel lang een specialisme. Er is landelijk pas in 2006 een aparte opleiding voor ontstaan. Wondzorg is dus altijd een beetje onderbelicht geweest. Des te

mooier dat we de wondzorg in Zeeuws-Vlaanderen opvallend goed hebben georganiseerd. Ons Wond Expertise Centrum, afgekort WEC, coördineert het werk van allerlei zorgverleners die met wonden te maken hebben. Huisartsen, wijkverpleegkundigen, verzorgenden, specialisten, podotherapeuten, noem maar op. Via het WEC bereiken we alle mensen die moeilijke wonden hebben. In 2016 waren dat 526 patiënten. We richten ons met z'n allen op het sneller laten genezen van wonden en ook preventie, dus het zelfs niet laten ontstaan van wonden. Bij diabetes bijvoorbeeld is dat van belang, want daarbij heb je heel snel wonden die ook nog eens moeilijk onder controle te houden zijn.

Nu mijn tips. Allereerst dus een goede hygiëne. Douchen mag altijd want stromend water kan geen kwaad. Een bad of een badje, met of zonder soda, is wel slecht. Nooit doen dus. Verder geldt: afdekken met schoon verband en dat rustig een tijd laten zitten. Als een wond niet begint te genezen binnen de 3 weken, neem dan contact met de huisarts. Als je bekend bent met diabetes of hart- en vaatproblemen of als je veel medicijnen slikt, neem dan sneller contact op. En tot slot, volg de adviezen op, wees therapietrouw. Zijn je benen gezwachteld? Laat die zwachtels gerust 24 uur zitten, je kunt ze tijdens het slapen gewoon aanhouden. Heb je steunkousen of speciale schoenen, draag die dan ook. Niet alle wonden genezen zomaar, daar moet je zelf iets voor doen.

"Via het Wond-expertisecentrum bereiken we alle mensen die moeilijke wonden hebben." ”



CONTACTLENS
CENTRUM TERNEUZEN

E
F P 2
T O Z 3
L P E D 4
P E C F D 5
E D F C Z P 6



Professionele aanpassing in ziekenhuis

Breed aanbod aan contactlenzen

Hoog slagingspercentage

Second opinion

Therapie bij bijziendheid

Samenwerking met oogartsen

Afspraak zonder verwijzing

Overeenkomst met alle zorgverzekeringen

ZorgSaam Ziekenhuis | Wielingenlaan 2, Terneuzen

Telefoon: 0115-677088

www.ccterneuzen.nl

VERS UIT EIGEN KEUKEN

Drie dagen per week (maandag, woensdag en vrijdag)
GRATIS bezorging van gerechten door heel West Zeeuws Vlaanderen



Onze werkgebieden:

Oostburg, Aardenburg, IJzendijke, Biervliet, Eede, Zuidzande, Cadzand, Schoondijke, Groede, Breskens, Hoofdplaat, Sluis, St.Kruis, Nieuwvliet, Retranchement, Nummer Één

BROUWERIJSTRAAT 5
4501 CM OOSTBURG
0117 - 49 30 93

KIJK VOOR MEER INFO OP
WWW.EETWINKELVALK.NL

EETWINKEL

VALK



Toch nog thuis.

Liefde is soms ook loslaten, zo ook bij meneer Stevens. Zijn vrouw is afgelopen nacht in zijn bijzijn overleden in het ziekenhuis. De bedoeling was dat mevrouw vandaag vanuit het ziekenhuis naar huis zou komen, dat was haar wens. Dat ze dit niet meer gehaald heeft is behoorlijk pijnlijk voor meneer. Daarom stel ik voor om haar thuis op te baren. Nadat meneer hier even over nagedacht heeft, zegt hij resoluut: "Ja, dat wil ik!"



Thuis

Een uur later komt mevrouw thuis. Het is een ontroerend moment, meneer staat stilte te kijken. "Daar is ze", zegt hij zachtjes, "komt ze toch nog naar huis". Liefdevol verzorgen we samen zijn vrouw en baren haar op naast zijn bed in hun slaapkamer. Zo kan hij in alle rust afscheid nemen van zijn vrouw, zijn maatje. De kinderen

laten hun vader geen moment alleen, de warme sfeer die in huis heerst is onbeschrijflijk. Op de dag van de uitvaart dragen we haar samen uit hun huis. Het huis waar ze al die jaren hebben gewoond en hun kinderen zijn geboren.

Voor altijd

Na de begrafenis komt meneer naar mij toe. Hij vertelt me dat hij zo blij was met mijn voorstel om zijn vrouw naar huis te halen en thuis op te baren. Nu heeft hij tot het einde voor haar kunnen zorgen, zoals zij dat ook altijd voor hem gedaan heeft. Hij sluit zijn verhaal af met de woorden: "Ik heb nu afscheid van haar genomen, maar zal tot mijn dood van haar blijven houden."

Loslaten

Er komt een moment waarop we onze geliefde of een dierbare los moeten laten, iemand waar we veel van houden. Op zo'n moment ben ik er graag voor u. In mijn werk als uitvaartverzorger zie ik veel liefde, maar helaas ook veel verdriet.

Altijd en voor iedereen bereikbaar

Monuta Isabelle Braem staat dag en nacht voor u klaar. Bel mij gerust voor meer informatie.

Ook als u niet of elders verzekerd bent.

Monuta Isabelle Braem
T 06 - 53 81 14 46

E ibraem@monuta.nl
I www.monutaisabellebraem.nl



Monuta
Isabelle Braem
De steun bij ieder afscheid.

Revant is hét expertisecentrum voor medisch specialistische revalidatie in West-Brabant en Zeeland.

Samen met de revalidant werken wij professioneel, interdisciplinair en met toewijding aan eigen regie en zelfstandigheid.

Revant biedt de kracht tot ontwikkeling!

Revant medisch specialistische revalidatie

Breda |
revalidatiecentrum
Brabantlaan 1
4817 JW Breda
Tel. 076 579 79 00

Goes |
revalidatiecentrum
Lindenhof
's-Gravenpolderseweg 114a
4462 RA Goes
Tel. 0113 236 236

Terneuzen |
revalidatiecentrum
De Wielingen
Vlietstraat 8
4535 HA Terneuzen
Tel. 0113 236 236

Breda |
centrum complex
chronisch longfalen
Brabantlaan 1
4817 JW Breda
Tel. 076 579 7602

Goes |
kinderrevalidatie
Reigerbos
Schubertlaan 21
4462 KA Goes
Tel. 0113 236 236

www.revant.nl



*Behandelingen worden vergoed door de zorgverzekeraar.
Meer info: www.revant.nl/vergoeding.*



Neurologische revalidatie

Hartrevalidatie

Revalidatie bij complex chronisch longfalen

Oncologische revalidatie

Kind- en jeugdrevalidatie

Revalidatie bij pijn en gewrichtsaandoeningen

Arm-, hand- en polsrevalidatie

Revalidatie na amputatie

Traumarevalidatie



SVRZ

voor een kleurrijk palet aan zorg

SVRZ is een specialist in ouderenzorg in Zeeland. Wij bieden een totaalpakket van zorgdiensten waarbij wonen, welzijn, zorg en behandeling op elkaar afgestemd zijn.



Kijk op www.svrz.nl of bel onze zorglijn 0900 78 79777 voor al onze diensten, bij u in de buurt.

 **SVRZ** zorgt in zeeland