

HagaZorgt

Neem
mee!



- Het HagaZiekenhuis heeft een nieuw type apparaat in huis om borstfoto's (mammogrammen) mee te maken. Patiënten zijn enthousiast.
- Verpleegkundige Joke stapte op 55-jarige leeftijd over van de volwassenenzorg naar het Haga Juliana Geboortecentrum. Ze heeft er geen dag spijt van gehad.

Lees ook
JKZZorgt
vanaf
pagina 13





Saffier

Oog voor wat telt

Snel weer thuis na revalidatie in Mechropa of Nolenshaghe



Informatie: www.saffiergroep.nl
of bel met het servicebureau 0800 7233 437

Revalideren met een programma dat is afgestemd op uw mogelijkheden. Met fysio- en ergotherapie, logopedie, dieetadvisering en activiteitentherapie in combinatie met de zorg die nodig is. Gericht op uw terugkeer naar huis.

Voor kortdurend verblijf na ziekenhuis-opname zijn er op meerdere locaties eveneens mogelijkheden, ook op particuliere basis.

Revalidatie- en verpleegcentrum Mechropa
Scheveningsweg 96, 2584 AC Den Haag

Woon- en behandelcentrum Nolenshaghe
Mgr. Nolenslaan 22, 2555 XK Den Haag



COMPARTIJN



Huize De Regentes



Luxe, kleinschalig wonen met persoonlijke zorg

Een thuis als thuis niet meer gaat. Om te wonen. Of als tijdelijk verblijf voor herstel- en respijtzorg. Dat is Huize De Regentes aan de Scheveningsweg 106 in Den Haag. Luxe kleinschalig wonen met persoonlijke zorg voor mensen met een psychogeriatrische aandoening zoals dementie of met fysieke beperkingen. Ook echtparen kunnen bij ons terecht. Familie en vrienden voelen zich bij ons thuis en welkom.

Een echt thuis in het Statenkwartier

Wonen op stand met gelijkgestemden. Binnen wordt u verrast door een fraai modern klassiek interieur, luxe, een huiselijke sfeer en een kok die elke dag lekkere, verse maaltijden kookt. Verblijven in de gezamenlijke huiskamer met open haard, de open keuken en eetkamer, bibliotheek of wellnessruimte? Of buiten op het terras? U zegt het maar. Een conversatie met een medebewoner of een andere activiteit? Of met de familie

er nog samen op uit? U bepaalt het. Alles om er ook echt een thuis van te maken.

Zorg, net als thuis

Wij voorzien in de 24-uurszorg en ondersteuning die nodig is. Feitelijk doen wij dat bij u thuis, in uw appartement. We zorgen ook voor het contact met uw huisarts, fysiotherapeut, tandarts of specialist ouderengeneeskunde. U maakt gebruik van uw eigen behandelend artsen. Net als thuis. Uw eigen zorgverzekering voorziet hierin. Daarnaast werken we samen met een extern multidisciplinair team.

Meer informatie

Wilt u ook wonen in Huize De Regentes? Neem dan contact op met één van onze family managers op 088 298 64 64 of kijk op onze website: www.huizederegentes.nl

www.huizederegentes.nl | 088 298 64 64

Thuis als thuis niet meer gaat

WAAR VINDT U ONS?

Locatie Leyweg

Els Borst-Eilersplein 275 • 2545 AA Den Haag

☎ (070) 210 0000

🚌 HTM RandstadRail-tram 4, HTM tram 6, HTM bus 21, 23 en 26, Connexxion bus 31, 35, 36, 37

Locatie Leyweg - Spoedplein

Charlotte Jacobsplein 10 • 2545 AB Den Haag

☎ (070) 210 0000

🚌 HTM RandstadRail-tram 4, HTM tram 6, HTM bus 21, 23 en 26, Connexxion bus 31, 35, 36, 37

Locatie Sportlaan

Sportlaan 600 • 2566 MJ Den Haag

☎ (070) 210 0000

🚌 HTM tram 12, HTM bus 24

Juliana Kinderziekenhuis

Els Borst-Eilersplein 275 • 2545 AA Den Haag

☎ (070) 210 0000

🚌 HTM RandstadRail-tram 4, HTM tram 6, HTM bus 21, 23 en 26, Connexxion bus 31, 35, 36, 37

Zorgplein Westland

Zandeveldplein 3 • 2692 AH 's-Gravenzande

☎ (0174) 417 227

🚌 Connexxion bus 31, 35

Verder in dit nummer

Arif ziet weer goed dankzij vitreoretinaal chirurgien **04**

Kwetsbare oudere patiënt krijgt zorg op maat **08**

Katarina leest voor aan JKZ-patiëntjes **13**

Kinderarts Alfred van Meurs gaat terug naar de tropen **16**

Kleurplaat **19**

Burgemeester opent beweegtuin **21**

Mammografie nu veel minder pijnlijk **24**

Recept / puzzel **30**

Joke van der Zalm: “Als je goed voor een ander zorgt en mensen blij maakt, word je zelf ook blij”



07



De special JKZZorgt vindt u vanaf pagina 13



04



21



29

COLOFON

HagaZorgt

is een magazine voor patiënten, bezoekers en relaties van het HagaZiekenhuis.

Tekst en productie:
Afdeling Communicatie

Fotografie:
Afdeling Communicatie,
Studio Oostrum

Uitgeverij:
BC Uitgevers bv
Postbus 416
8600 AK Sneek
T 0515 429 429

Bladmanagement:
Digna Schoonen
T 06 442 099 10

Advertentieverkoop:
Digna Schoonen
T 06 442 099 10

Barbara Verschoor
T 06 455 766 70

Vormgeving/opmaak:
Hannique de Jong
T 06 194 760 24

Druk:
Scholma Druk, Bedum

 **HagaZiekenhuis**
van Den Haag

Arif Muradin (62) is specialist hemaferese/stamcelunit in het HagaZiekenhuis. Als hij op 16 november 2018 het hemaferese-(bloedafname)apparaat klaarzet, krijgt hij een bloeding in zijn rechteroog. Het begint met het zien van bruine draden en binnen anderhalf uur ziet hij alleen nog maar schimmen. Hij herkent de symptomen direct, want in 2010 heeft hij al eens een bloeding in hetzelfde oog gehad.

Haga biedt top(klinische) zorg voor de binnenkant van het oog

Volgens de oogarts bij wie Arif onder behandeling is, moet hij afwachten. De bloeding kan omlaag zakken, waarna hij weer zou kunnen zien. Maar dat gebeurt niet. Op 21 november wordt Arif doorgestuurd naar vitreoretinaal (netvlies- en oogglasvocht-)chirurg Kristel Maaijwee. Omdat de bloeding in het glasvocht niet afneemt en Arif niet meer kan werken, zorgt ze ervoor dat hij nog diezelfde middag wordt geopereerd door haar collega Giulio Bamonte.

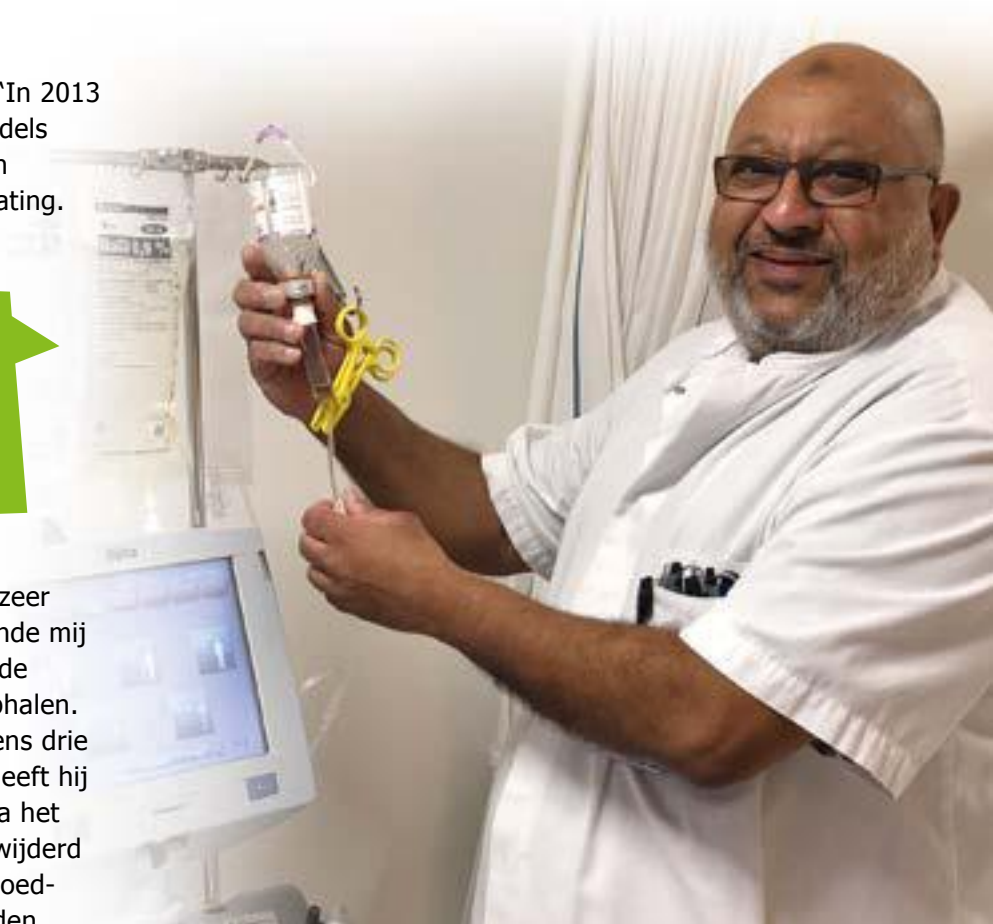
Daar is Arif ontzettend blij mee. "In 2013 heeft dokter Bamonte mijn inmiddels overleden zoon geholpen aan een glasvochtbloeding en netvliesloslating.

lichtgebrand met een laser. Al met al duurde het ongeveer drie kwartier en heb ik er niks van gemerkt."

Arifs gezichtsvermogen is in de weken na de operatie goed hersteld. Inmiddels is hij weer aan het werk.

"De operatie duurde ongeveer drie kwartier en ik heb er niks van gemerkt"

Met deze behandeling waren wij zeer tevreden. Dokter Bamonte herkende mij nog en kwam me op de dag van de operatie zelf van de verkoever ophalen. In één operatie heeft hij vervolgens drie ingrepen tegelijk gedaan: eerst heeft hij een staaroperatie verricht, daarna het glasvocht met het bloed erin verwijderd en vervolgens heeft hij slechte bloedvaten die door het netvlies groeiden,





“Patiënten kunnen meestal binnen 24 uur bij ons terecht voor een spoedoperatie”

Van links naar rechts de vitreoretinaal chirurgen Giulio Bamonte, Kristel Maaijwee en Eric Lindstedt

Vitreoretinale chirurgie

Vitreoretinaal chirurgen doen operaties aan het oogglasvocht en het netvlies. Het netvlies is de lichtgevoelige laag achter in het oog die beelden opvangt en deze via de oogzenuw naar de hersenen stuurt. In het HagaZiekenhuis hebben we drie vitreoretinaal chirurgen: Kristel Maaijwee, Eric Lindstedt en Giulio Bamonte. Vrijwel elke dag staan zij op de operatiekamer om via drie gaatjes van elk een halve millimeter groot operaties te verrichten aan het netvlies en het glasvocht. Daar is nogal een vaste hand voor nodig: regelmatig moeten ze vliesjes van het netvlies afpeuteren die circa twee micron (tweeduizendste millimeter) dik zijn. In deze zogeheten sleutelgatoperaties zijn ze heel bedreven. Kristel Maaijwee: “Omdat wij elke dag opereren, hebben we veel ervaring. En door de nieuwste technieken toe te passen, blijven we ons ook verbeteren.”

Binnen 24 uur geopereerd

In Nederland worden jaarlijks elf- tot twaalfduizend vitrectomieën (operaties aan het glasvocht en netvlies) verricht. De drie chirurgen van het Haga nemen daarvan zo’n duizend voor hun rekening. Giulio Bamonte: “Veertig procent van onze patiënten zijn spoedpatiënten. We onderhouden actief contact met onze verwijzend oogartsen en zijn altijd bereikbaar voor doorverwijzingen of overleg. Omdat wij ons

planningssysteem zo hebben ingericht dat we heel efficiënt kunnen werken, kunnen we veel patiënten opereren. Wij streven ernaar dat een patiënt binnen 24 uur bij ons terecht kan voor een spoedoperatie. Daarom doen we in de ochtend de geplande operaties en houden we elke middag vrij voor spoedoperaties, zoals netvliesloslatingen. Oogartsen van Zeeland tot aan Wassenaar weten dat en sturen dan ook patiënten naar ons door.”

Hoge patiënttevredenheid

Indien nodig worden de netvliesoperaties gecombineerd met een staaroperatie. Kristel: “We zijn hier met tien oogartsen met meerdere specialisaties binnen de oogheelkunde. Als er sprake is van andere problemen met het oog, zoals glaucoom, of een patiënt wenst een ‘premium-lens’, dan dragen de collega’s hun expertise bij. En dat geldt ook andersom.” De patiënttevredenheid is bijzonder hoog. Eric Lindstedt: “We hebben een klein, hecht team dat goed op elkaar is ingespeeld. De patiënten op de OK merken dan ook de ontspannen en prettige sfeer. Die zorgt ervoor dat patiënten minder angstig zijn. Door oprechte aandacht en snelle en hoogstaande zorg streven we ernaar dat patiënten een positief gevoel aan hun behandeling in het HagaZiekenhuis overhouden.” ●



Herstelhotel
Medisch
Hart
Bleiswijk



Herstelhotel Medisch Hart Bleiswijk

Een sfeervol herstelhotel met persoonlijke aandacht en medische ondersteuning

Heeft u een operatie gehad en kunt u nog niet naar huis? In ons herstelhotel bieden deskundige medewerkers een unieke vorm van zorg. Tijdens een kortdurend verblijf in een comfortabele omgeving traint u dagelijks met een fysiotherapeut en bereiden wij in overleg met een diëtiste gezonde maaltijden voor u. Wij zorgen voor rust, regelen zaken voor thuis en ontlasten uw mantelzorgers. Ondertussen werkt u aan uw herstel.

Voordelen Herstelhotel Medisch Hart Bleiswijk

- Kleinschalig en 24 uur per dag zorg op maat.
- Revalidatie maximaal ondersteund door 2x per dag fysiotherapie en verse maaltijden.
- Via de aanvullende verzekering krijgt u (een deel van) de verblijfkosten vergoed.

Interesse?

Kijk voor meer informatie op www.herstelhotelbleiswijk.nl of bel 010 - 870 99 99.



de luisterlijn
wij geven gehoor

Chat en e-mail
www.deluisterlijn.nl

Dag en nacht een luisterend oor

Praten lucht op

Soms wil je praten over verdriet, zorgen of problemen, maar is het moeilijk om een luisterend oor te vinden bij iemand uit je omgeving. Of je zoekt juist naar iemand die jou niet persoonlijk kent. Bij de Luisterlijn kun je dag en nacht anoniem terecht voor een goed gesprek via telefoon, chat en e-mail.

Bel 070-345 45 00

(tegen lokaal tarief)

of 0900-0767

(5 cent per minuut)



B&B KidsCare, dé praktijk voor Kinderfysiotherapie

De kinderfysiotherapeut is gespecialiseerd op het gebied van bewegen voor kinderen van 0 tot 18 jaar.

Voordelen op een rij:

- Leeftijd specifieke zorg
- Veel ervaring
- Samenwerking met de kinderarts
- Altijd op korte termijn een afspraak

Werkhovenstraat 80
2546 VJ Den Haag

070-3677290
info@benbkidscare.nl

www.benbkidscare.nl

Met passende zorg, langer zelfstandig en thuis bij Oldael



Zorggroep Oldael beheert twee woonzorgcentra in goede wijken in Den Haag, met ruime appartementen, een eigen keuken en begeleiding, zorg en verpleging op maat. U bent van harte welkom voor een rondleiding in **Aelbrecht van Beijeren** (Benoordenhout) en **Oldeslo** (Duttendel).

Bel voor een afspraak of meer informatie met onze cliëntadviseur op **070-530 05 08**

www.oldael.nl



Joke is al sinds haar 17e jaar verpleegkundige. Op haar 55e stapte ze van de afdeling Neurologie van het HagaZiekenhuis over naar de afdeling Gynaecologie en Verloskunde van het Haga Juliana Geboortecentrum (HJGC). Dat betekende heel ander werk en heel andere patiënten. Maar Joke is volledig in haar sas: "Als je goed voor een ander zorgt en mensen blij maakt, word je zelf ook blij."

Ten voeten uit: Joke van der Zalm (57)

Joke is een ongelooflijk actieve dame. Ze werkt 32 uur per week als verpleegkundige, past één dag per week op haar kleinkind én begeleidt in het weekend regelmatig Solextochten. Op haar werk stapte ze twee jaar geleden over naar een heel andere afdeling. "Ik had nooit gedacht dat me dat nog zou lukken", vertelt Joke stralend. "En ik had het ontzettend naar mijn zin op de Neurologie, waar ik al zeven jaar werkte. Ergens dacht ik ook wel een beetje: als ik nog een overstap wil maken, moet ik het nú doen. Maar ik had geen idee op welke afdeling ik wilde werken. Een collega wees me op een vacature bij het HJGC. Toen had ik zoiets van: wauw, dát zou wat zijn! Bij geen enkele andere afdeling had ik dat."

In het HJGC werd Joke met open armen ontvangen. "Ze vonden mij fijn in het team passen. Dat ik geen opleiding tot obstetrie-/gynaecologieverpleegkundige heb gevolgd, was daarbij geen probleem. 'We hebben verschillende soorten mensen nodig', zeiden ze daar.

Joke is dankbaar dat ze de stap heeft kunnen zetten: "Vóór de overstap heb ik er wel de zenuwen van gehad. Zou ik het wel weer zo leuk krijgen als op de Neuro en kan ik het allemaal wel bevatten? Maar ik heb er geen dag spijt van gehad; het was écht een goede keus. Op de Verlos mag je bij iemands meest intieme momenten zijn. Dat vind ik heel bijzonder. Ik ben een mensen-mens en die kant van mijzelf kan ik heel goed kwijt in mijn werk." ●

**"Ik had nooit
gedacht dat
me dat nog
zou lukken",
vertelt Joke
stralend**



Het is de nachtmerrie van veel ouderen: het ziekenhuis ingaan voor een operatie en eindigen in een verpleeghuis. Veel mensen kennen wel een oudere die na een operatie nooit meer dezelfde is geworden. Dit komt doordat ouderen kwetsbaarder kunnen zijn op geestelijk en lichamelijk gebied. Zelfs een simpele ingreep kan nét het verschil maken tussen wel of niet zelfstandig kunnen blijven wonen. Daarom krijgen patiënten van 70 jaar of ouder in het HagaZiekenhuis zorg op maat. De commissie Ouderenzorg zet zich daar al bijna twee jaar voor in.

Oudere patiënt krijgt extra zorg en aandacht

Internist en commissielid Joep Lagro: "Ik ben ze wel tegengekomen: ouderen die na een operatie of ingreep zeggen: 'Als ik dát had geweten, had ik het niet laten doen.' Dan is de operatie geslaagd, maar heeft de oudere qua functioneren of zelfredzaamheid zo veel ingeleverd, dat opname in een verpleeghuis noodzakelijk is geworden. Bij elke operatie breng je immers schade toe aan de patiënt. Je hoopt dat de patiënt er na het herstel beter aan toe is dan daarvoor, maar bij ouderen blijkt dat toch niet altijd het geval. Daarom worden patiënten van boven de zeventig in het HagaZiekenhuis gescreend. Neem bijvoorbeeld een patiënt die een levensverwachting heeft van zo'n twee jaar en die een nieuwe hartklep nodig heeft. Dan kun je de hele borst openmaken en een kunstklep plaatsen, maar dan moet iemand wel ten minste zes maanden revalideren voordat hij conditioneel weer op het oude niveau zit. Het oude niveau hè, dus nog niet beter. En dan moeten er geen complicaties optreden. Zo iemand is waarschijnlijk veel meer gebaat bij een – mogelijk wat minder duurzame – hartklep die via de lies wordt ingebracht. Zo'n ingreep is veel minder belastend op alle gebieden."

Voorrang op de SEH

Ouderen zijn kwetsbaarder, zegt ook intensivist Iwan Meyenaar, voorzitter van de commissie Ouderenzorg. "Van de tachtigplussers die hun heup breken, overlijdt 30% binnen een jaar", rekent hij voor. "Oudere patiënten hebben meer kans om in de war te raken, doorligwonden te krijgen, fysiek achteruit te gaan of ondervoed te raken. Daarom vinden wij dat de zorg voor ouderen extra goed geregeld moet zijn en daar

zetten wij ons met de commissie hard voor in. Zo worden ouderen die op de Spoedeisende hulp (SEH) binnenkomen gescreend op kwetsbaarheid. Zo is snel te zien wat iemand nog aankan en wie extra aandacht nodig heeft. Ouderen worden met voorrang behandeld op de SEH. Zij gaan naar een geriatrische trauma-unit waar altijd een ouderengeneeskundige mee behandelt. Om verwardheid en doorliggen te voorkomen, gaan ze daarna direct naar de juiste verpleegafdeling."

"In de jaarlijkse spiegelgesprekken met patiënten, mantelzorgers en zorgverleners evalueren we wat aan de zorg voor ouderen nog verbeterd kan worden"



De commissie Ouderenzorg werkt nauw samen met het Haga Geriatrienetwerk. In dit netwerk zitten verpleegkundigen die gespecialiseerd zijn in geriatrische zorg. Zij verspreiden hun kennis over ouderen zorg door het hele ziekenhuis. Verder luisteren we goed naar de ouderen zelf. Iwan Meyenaar: "We voeren jaarlijks spiegelgesprekken met patiënten, mantelzorgers en zorgverleners. Hierin evalueren we wat aan de zorg voor ouderen nog verbeterd kan worden."



Voorbeelden uit de praktijk

Mede dankzij de commissie en het geriatrienetwerk besteden verpleegafdelingen in het Haga speciale aandacht aan oudere patiënten. Zo krijgen zij in het hele ziekenhuis hun eten en drinken aangeboden in felgekleurd servies. Hierdoor gaan ouderen aantoonbaar meer eten en drinken.

Daarnaast draait op meerdere afdelingen het project **'Haga uit bed'** van de afdeling Fysiotherapie. Het doel van dit project is om

ouderen te stimuleren om weer zo snel mogelijk te gaan bewegen voor behoud van functie.

Ook startte in januari de **Transmurale Zorgbrug**, een samenwerking van het HagaZiekenhuis, Florence, HWW Zorg en Haagse huisartsen. Doel is om kwetsbare ouderen na ontslag uit het ziekenhuis betere vervolgzorg te geven. Zo wordt voorkomen dat ouderen te snel weer opgenomen moeten worden of sterk achteruitgaan in functioneren. ●

Als iemand plotseling een hartstilstand krijgt, is het fijn als er snel iemand ter plekke is die kan reanimeren. Maar wat als de reanimatie niet afdoende is? Dan is de kans op overleven heel klein. De hersenen krijgen immers geen bloed en dus geen zuurstof. Gelukkig kan de inzet van een draagbare hartlongmachine de kans op overleven fors verhogen. Deze machine, ECMO genaamd, neemt tijdelijk de functie van het hart en de longen over waardoor de hersenen bloed blijven krijgen. Sinds kort is het HagaZiekenhuis het ECMO-centrum voor de regio.

ECMO redt levens

Onze intensivist Sakir Akin promoveerde onlangs op onderzoek naar het gebruik van de ECMO. Hij vertelt: "Bij een patiënt met een hartstilstand passen we al jaren standaard reanimatie toe. Bij sommige patiënten is dat echter niet afdoende. Een ECMO-apparaat kan dan de functie van het hart en de longen tijdelijk overnemen. De patiënt blijft zo'n drie tot vijf dagen aan het apparaat liggen. In uitzonderlijke gevallen kan het langer noodzakelijk zijn."

Zijn collega Tim Jansen benadrukt dat niet iedereen voor een behandeling met een ECMO in aanmerking komt. "De behandeling is zwaar en leeftijd speelt een belangrijke rol. Als een patiënt andere ernstige aandoeningen heeft, en dat is vaak het geval bij oudere patiënten, dan is de kans op complicaties heel groot." Het besluit om wel of geen ECMO-behandeling toe te passen wordt genomen door een speciaal ECMO-team in het Haga. Hierin zitten alle betrokken specialisten bij elkaar."

"Leiden en Rotterdam zijn in een acute situatie gewoon te ver weg"

In het Haga werd de ECMO vorig jaar voor het eerst gebruikt. Het ging om een jonge vrouw die een hartstilstand kreeg na een longembolie.

Zonder ECMO-machine zou ze zijn overleden. Interventiecardioloog Gabe Bleeker was erbij. "Zo'n draagbare ECMO-machine aansluiten is een logistieke uitdaging. Je moet in enkele minuten een heel team van specialisten bij elkaar krijgen. Gelukkig is dat allemaal gelukt en heeft deze mevrouw het overleefd."

Haga is ECMO-centrum in de regio

Sinds kort is het HagaZiekenhuis het ECMO-centrum voor de regio. Gabe Bleeker: "We hebben daarbij veel steun gekregen van het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC) en het Erasmus Medisch Centrum (EMC) in Rotterdam. Wij hebben opleidingen bij de academische collega's gevolgd en er is regelmatig onderling overleg. Patiënten in de Haagse regio waren tot nu toe aangewezen op Leiden of Rotterdam, maar deze steden zijn in een acute situatie gewoon te ver weg."

De ECMO wordt ook gebruikt bij patiënten op de Intensive Care. Sakir Akin deed onderzoek naar de bloedsomloop tijdens het gebruik van ECMO bij patiënten met hart- en longfalen. "Bij patiënten met longfalen maken we alleen gebruik van de longondersteuning door de ECMO. Maar als ook het hart het niet aankan, kan de ECMO de hartfunctie overnemen. Doordat de ECMO de bloedsomloop tijdelijk kan overnemen, vergroot dit de overlevingskans voor deze patiënten aanzienlijk." ●

Het ECMO-team van het Haga, LUMC en EMC trekken gezamenlijk op om bij patiënten een ECMO-behandeling te kunnen toepassen





Niet goed kunnen slapen na een nachtdienst. Voor veel collega's met onregelmatige diensten is dat een herkenbaar probleem.

Verpleegkundigen in het HagaHartcentrum hebben hier sinds kort een oplossing voor: de Somnoblue-slaapbril.

Verpleegkundigen Hartbewaking slapen beter dankzij filterende bril

"We moeten niet alleen goed voor onze patiënten zorgen, maar ook voor onszelf", zegt CCU-verpleegkundige Maarten Tempelman. Daarom zet hij tegenwoordig een opvallende, oranje bril op als hij thuiskomt na zijn nachtdienst. De bril filtert blauw licht, waardoor de ogen tot rust komen en het nachthormoon melatonine sneller wordt aangemaakt. "Je brein krijgt een signaal dat het bijna 'bedtijd' is. Daardoor val je sneller in slaap na je dienst", zegt Tempelman.

Fit(ter)

Fit blijven en nog fitter worden. Het is een mooie uitdaging die het team op de Hartbewaking samen aangaat. Tempelman: "Alleen de bril lost de slaapproblemen niet op. Tijdens een workshop kregen we tips voor een gezond(er) voedingspatroon. Een nacht- of avonddienst verstoort namelijk ook je eetritme. Het is goed dat we ons hier meer bewust van zijn."

Resultaat

Het dragen van de Somnoblue-bril zit nog in de testfase. Voor aanvang hebben alle verpleegkundigen een vragenlijst ingevuld over hun slaap- en eetpatroon. "Binnenkort meten we wat het effect is van de bril", zegt Tempelman. "Maar we merken nu al dat het werkt. De meeste verpleegkundigen geven aan beter te slapen en daardoor fitter op te staan. Wat mij betreft is de proef dus nu al geslaagd!" ●

Kwaliteits-keurmerk voor Hematologie

Ons Hematologisch Centrum heeft (opnieuw) het JACIE-kwaliteitskeurmerk ontvangen. Mede dankzij dit keurmerk – dat we al sinds 2009 hebben – mogen we in het Haga stamceltransplantaties uitvoeren. Om hiervoor in aanmerking te komen, moet het ziekenhuis aan strenge internationale criteria voldoen.

"Het JACIE-keurmerk zegt, evenals de andere keurmerken die we hebben, alles over onze kwaliteit", vertelt hematoloog Jean Louis Kerkhoffs. "Al onze medewerkers doen hun functie met de overtuiging dat de kwaliteitseisen noodzakelijk zijn. Je kunt wel zeggen en beschrijven dat je aardig en goed voor de patiënten bent, maar wij kunnen daadwerkelijk aantonen dat we dat zijn."



Het specialisme Hematologie houdt zich bezig met afwijkingen van het bloed en de bloedvormende organen, zoals milt, beenmerg en lymfeklieren. Alle werkzaamheden op de afdeling staan nauwkeurig beschreven in protocollen. Kerkhoffs: "De samenwerking en duidelijke afstemming tussen de afdelingen garandeert de beste communicatie. We werken voortdurend aan de hoogste kwaliteit voor de patiënten. Dat zijn we niet alleen aan hen, maar ook aan onszelf verplicht." ●

 **Stichting Eykenburg**
Lang en plezierig wonen

Herstellen na een ziekenhuisopname?



Een deskundig team van Stichting Eykenburg werkt samen met u aan uw herstel, zodat u weer snel terug kunt keren naar uw thuissituatie.

Heeft u ondersteuning of zorg aan huis nodig? Ook dan zijn wij er voor u!

Benieuwd naar wat wij voor u kunnen betekenen? Neem dan contact op via 070 - 750 70 00.

Meer informatie 070 - 750 70 00 | www.eykenburg.nl

55+ en werkloos?
 We horen graag úw verhaal of ideeën!



De OuderenOmbudsman:
0900 - 60 80 100 (5 cent/min.)
www.ouderenombudsman.nl

 **nationaal
ouderen
fonds**

**OUDEREN
OMBUDSMAN**

 **CBF**
 Samen
Werkzaam



 **Pieter van Foreest**

Revalidatie en Herstel

Zo snel mogelijk weer thuis

www.pietervanforeest.nl

Revalideren op één van de twee locaties in Delft. Voor zowel korte als langere revalidatie-trajecten. Altijd met het doel zo snel mogelijk thuis.



Een glinstering in de ogen of een onvervalste schaterlach. Dat zijn de 'cadeautjes' waarvoor Katarina Justic vrijwel iedere week komt voorlezen in het Juliana Kinderziekenhuis. Dankzij haar Bedtime Stories vergeten patiëntjes even dat ze ziek zijn.



Bedtime Stories: even in een andere wereld



Het is een opvallend schouwspel: een vrouw met een rode pet duwt een zware boekenkast op wieltjes voor zich uit in het JKZ. Het is Katarina Justic, actrice van beroep. Fans van Onderweg Naar Morgen zullen haar ongetwijfeld herkennen als Shirina, het personage dat ze jarenlang vertolkte. Tegenwoordig speelt Katarina vooral in het theater. En in de verpleegkamers van het JKZ. "Want goed voorlezen is óók acteren. Maar dan voor een heel klein publiek", zegt ze.

Het is niet voor niets dat Katarina auditie moest doen voor ze namens Bedtime Stories mocht gaan voorlezen in het JKZ. "De stichting werkt alleen met professionele acteurs en actrices. Die zijn gewend om in een rol te kruipen. En ze hebben gevoel voor taal. Het is ons doel om taal en verhalen te brengen bij kwetsbare mensen in onze samenleving. Dat kunnen dementerende ouderen zijn, maar ook zieke kinderen. Ik vind het geweldig dat ik hier bijna iedere week mag komen voorlezen."

Katarina gebruikt de boeken uit haar boekenkast, maar verzint ook regelmatig zelf verhalen. Dat doet ze samen met de kinderen. "Ik heb altijd dobbelstenen bij me. Hierop staan afbeeldingen die het onderwerp van het verhaal bepalen. Dat maakt veel creativiteit los bij kinderen." In de boekenkast liggen naast de boeken en dobbelstenen ook spelletjes, autootjes en bellenblaas. "Ieder kind heeft behoefte aan iets anders. In de boekenkast zit altijd wel iets wat ze leuk vinden. Zo zijn veel tieners dol op het moppen-

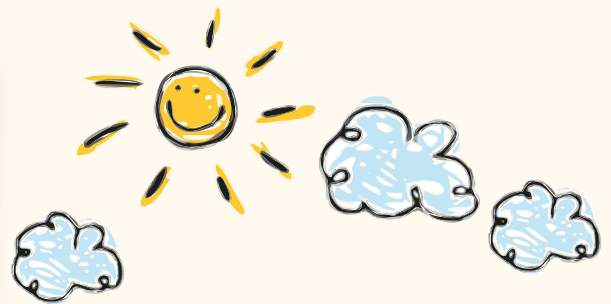
boek. En ik ben natuurlijk niet alleen: Tinus de muis (zie foto) doet het altijd goed."

"De poppendokter, mini-Tesla's, een groot Sinterklaasfeest... er gebeurt veel in het Juliana Kinderziekenhuis", zegt Katarina tot slot. "Het is mooi om daar onderdeel van te zijn. Het is niet leuk om in het ziekenhuis te liggen. Als je dan kunt helpen om het ziek zijn even te vergeten, is dat heel waardevol." ●



De Aramco Beach Run is al jarenlang het leukste hardloopevenement van Den Haag. Nieuw in 2019 is dat je alle afstanden niet alleen kunt hardlopen, maar ook kunt wandelen. Met het evenement, georganiseerd door Aramco Overseas Company, wordt geld opgehaald voor het Juliana Kinderziekenhuis.

Aramco Beach Run is dit jaar ook te wandelen



Via de website aramcobeachrun.nl kun je je aanmelden voor de volgende afstanden:

- 1 km Family Run
- 5 km Boulevard & Beach Run
- 5 km Boulevard & Beach Walk
- 10 km Hero Run
- 10 km Hero Walk
- 15 km Beast Mode Run
- 15 km Beast Mode Walk

Dit jaar wordt geld opgehaald voor een thoraxstatief op de kinderspoedeisendehulp van het JKZ. Met een thoraxstatief kunnen betere röntgenfoto's worden gemaakt van het hart en de longen van kinderen van 1 tot 4 jaar oud. Hierdoor hoeven

minder röntgenfoto's opnieuw te worden gemaakt en dat is weer belangrijk omdat röntgenstraling een verandering in de celdeling kan veroorzaken. De kans hierop is bij kinderen groter dan bij volwassenen. ●



Via de website aramcobeachrun.nl kun je je aanmelden!

Kinderadviesraad leert van Kinderombudsman



Ervaringen uitwisselen, van elkaar leren, samenwerken, vragen stellen en debatteren met de Kinderombudsman. Dat deed een afvaardiging van de Kinderadviesraad (KAR) van het Juliana Kinderziekenhuis op 16 november bij de landelijke KAR-dag in Groningen. Een leuke en leerzame dag, met dank aan het Beatrix Kinderziekenhuis (UMCG - Universitair Medisch Centrum Groningen) en Stichting Kind & Ziekenhuis. ●



Tien tablets van de MediaMarkt



Frédérique Hofstede, medisch manager van het JKZ, kreeg tien tablets van de MediaMarkt Nederland voor patiënten in het Juliana Kinderziekenhuis. "Geweldig! We werken hard aan digitale fotoboeken om kinderen voor te kunnen bereiden op een operatie of ingreep. Die kunnen we straks laten zien op deze mooie tablets. Ze komen dus heel goed van pas. Hartelijk dank voor deze mooie donatie!" ●



Edward van Eijk
en Floortje
van den Bosch
overhandigden
namens MediaMarkt
tien tablets aan
het JKZ.



Alfred van Meurs heeft na 26 jaar afscheid genomen van het Juliana Kinderziekenhuis. De geliefde kinderarts gaat echter niet achter de geraniums zitten: een werkperiode als waarnemer in Malawi staat alweer in de planning.

Kinderarts Alfred van Meurs neemt afscheid van het JKZ

Getekend voor het leven

Alfred van Meurs is altijd een 'global doctor' geweest: een arts met een internationale blik. Hij werkte als tropenarts in Afrika, Suriname en in vluchtelingenkampen aan de Thais-Cambodjaanse grens. De ervaringen in deze kampen, met vaak heel zieke kinderen, doen hem besluiten zich te specialiseren tot kinderarts. Daarna vertrekt hij met vrouw en kinderen voor een periode van bijna zes jaar naar Tanzania. Alfred, ernstig: "Deze ervaringen hebben heel veel betekend in mijn leven. Je kunt onmogelijk in Afrika werken en hier niet voor het leven door getekend worden. We begonnen daar de overdracht 's ochtends met het

aantal kinderen dat die nacht was overleden. En dan bijna altijd door oorzaken die te voorkomen waren geweest als er iets meer geld zou zijn voor bijvoorbeeld een vaccin of de juiste antibiotica. In het JKZ gaan jaarlijks twee of drie patiënten dood, en dat zijn dan bijna altijd sterfgevallen die echt niet te voorkomen zijn. Als je terugkomt uit zo'n land, ben je heel blij dat het hier niet zo ellendig is."

Verhuisd met ziekenhuis en al

Na zijn uitzendperiode begint Alfred als kinderarts in het JKZ. Inmiddels is dat alweer 26 jaar geleden. "Ik had op geen andere plek in Nederland willen werken dan hier", zegt hij gepassioneerd. "Ik heb



"Ik heb in het JKZ de kindergeeneeskunde in de volle breedte mogen uitoefenen"

hier de kindergeneeskunde in de volle breedte mogen uitoefenen. Je hebt hier alles, van neonatologie tot kinderchirurgie. En aan al die disciplines heb ik mogen bijdragen. Daarnaast hou ik van de patiëntenpopulatie. Het is hier heel gemengd, met veel verschillende culturen. En de transitie van geïsoleerd kinderziekenhuis in de duinen naar de integratie binnen het Haga-Ziekenhuis vond ik een boeiende ervaring. Niet veel mensen in deze baan zijn twee keer verhuist met ziekenhuis en al!"

'Vuile handen'

Hij is niet zo van de wapenfeiten, zegt hij zelf, maar terugblikkend ziet hij toch heel wat zaken waar hij trots op is. In zijn jaren als stafvoorzitter binnen het JKZ, vice-voorzitter van het fusie-stafbestuur en manager van de kindergeneeskunde heeft hij geprobeerd om invloed uit te oefenen op zijn eigen werk en omgeving. Verder vindt hij het vooral prettig dat hij al die jaren de 'constante factor' binnen de kindergeneeskunde is geweest. "Ik heb me altijd heel erg ingezet voor de klinische werkzaamheden, de patiëntenzorg en het onderwijs. Ik heb zo'n dertig tropenartsen en vele tientallen kinderartsen opgeleid, die ik nog regelmatig tegenkom op allerlei congressen. Ik hoop dat ik ze heb geleerd om nieuwsgierig te zijn en te blijven, om te blijven luisteren en kijken naar de patiënt. En om zich niet te verschuilen achter de computer maar juist 'vuile handen' te maken, de patiëntenkamer in."

Malawi

Ook trots is hij op de polikliniek die hij samen met hematoloog Jean-Louis Kerkhoffs heeft opgezet voor kinderen met sikkelcelziekte en andere hemoglobinepathieën (erfelijke bloedarmoede). "We hebben zorgpaden ontwikkeld voor zo'n dertig kinderen met een ernstige chronische ziekte." En op het feit dat hij tussen 1993 en 2000 in zijn eentje de Intensive Care (IC) heeft gerund die er destijds in het JKZ was. "Die is uiteindelijk ten onder gegaan aan regelgeving. Dat was jammer, maar we waren met vier bedden te klein om te overleven. In mijn eentje had ik dat ook geen twintig jaar volgehouden."

Toch kruipt het bloed waar het niet kan gaan: in het voorjaar gaat hij naar Malawi om te gaan helpen om "een van de weinige IC's in donker Afrika" in de lucht te houden. "Ik ga ook kijken of ik daar in de toekomst hand- en spandiensten kan gaan verrichten. Maar ik denk dat ik ook wel weer ga waarnemen op Sint Maarten of Aruba, want ik kan dat toch niet laten". ●



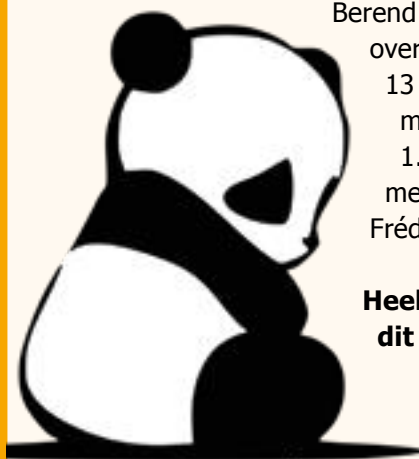
Knuffelpanda's overspoelen JKZ

Wat een hartverwarmende actie van het Omniversum! Kinderen die tijdens de kerstdagen waren opgenomen in het Juliana Kinderziekenhuis, kregen gezelschap van een pandaknuffeltje. En mochten ze weer naar huis? Dan ging de knuffel gewoon mee.

Bezoekers van het Omniversum konden sinds de première van de film 'Pandas, A New Story' een knuffelpanda aanschaffen. Voor elk gekocht exemplaar doneerde het Omniversum een knuffel aan het JKZ. En dat waren er heel wat: directeur

Berend Reijnhoudt overhandigde op 13 december 2018 maar liefst 1.000 knuffels aan medisch manager Frédérique Hofstede.

Heel veel dank voor dit mooie gebaar! ●





Bijna 7000 euro voor JKZ

36 uur lang maakten Milo en Boaz van PIP Den Haag radio vanuit een glazen hok. In de dagen voor kerst probeerden de mannen zo geld op te halen voor het Juliana Kinderziekenhuis. En dat is gelukt. Het doel van € 5.000 werd ruimschoots gehaald. De twee wisten maar liefst € 6974,20 binnen te slepen!

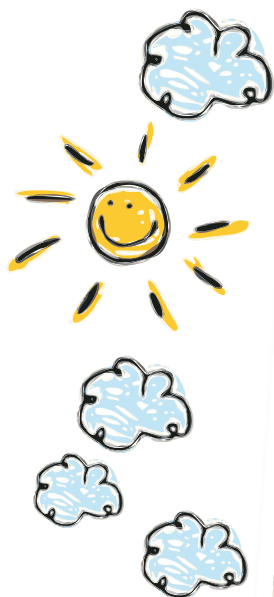
"We zijn écht trots op de bijdrage die we kunnen leveren aan de kinderspeeltuin", zegt Milo. Frédérique Hofstede was vanzelfsprekend ook erg blij. "Wat zijn jullie fantastisch. Jullie inzet voor muziek, kunst en het nachtleven combineren met een actie voor het JKZ, geweldig!" ●



Geef je op voor Den Haag - Texel 2019!

Samen fietsen voor het Juliana Kinderziekenhuis. Dat is al elf jaar het motto van de stichting Den Haag - Texel. Wil jij je dit jaar inzetten voor de realisatie van een buitenspeeltuin voor het JKZ? Fiets dan mee op vrijdag 28 juni. ●

Je kunt je hier aanmelden: <https://denhaagtixel.nl/inschrijving-2019/>



*Fiets mee op
vrijdag 28 juni*



Astrid van Rooijen werkte bijna 12,5 jaar als vrijwilliger bij het HagaZiekenhuis. Dat ze dat met veel toewijding deed, blijkt uit het nevenstaande gedicht dat zij schreef naar aanleiding van haar ervaringen als gastvrouw. Ondanks dat enkele details uit haar gedicht inmiddels veranderd zijn (zoals het printen van de stickers), willen we u haar mooie blik op het vrijwilligerswerk niet onthouden.



De ideale vrijwilliger

Ochtend in het ziekenhuis,
mensen lopen af en aan.
"Goedemorgen, kan ik u helpen?"
"Stickers?"
Rechtdoor, aan uw linkerhand, route B.03."
"Goedemorgen ... Goedemorgen ..."
"Links de lift, twee hoog, rechts achterin."
Zo gaat het een poosje door.
Dan zie ik haar binnen schuifelen,
met haar rollator loopt ze vastberaden door
de hal.
Ze staat stil en kijkt op.
Haar ogen speuren rond op zoek naar een
'groen jasje'.
"Goedemorgen, kunt u het vinden?"
Nou, de weg weet ze nu onderhand wel,
maar wil ik misschien mee, want ze durft niet
in de lift.
Samen lopen we op
en ondertussen babbelt ze honderduit.
Haar man, ach ja ... al weer zo lang overleden
en de kinderen druk, druk, druk.
Haar rug lijkt rechter,
haar blik stralender.
Ze geniet zichtbaar van ons gesprek.
Het ziekenhuis als dagje uit,
een onderbreking van de stille dagen
in de wereld van de zorg.
De balie is in zicht.
"Hoe moet ik straks weer terug?"
Onzeker kijkt ze me nu aan.
"Als u klaar bent laat u maar bellen,
dan kom ik weer naar u toe."
Opluchting.
Zo gaat dat de hele dag door.
Vraagbaak
Wegwijzer
Gids in het doolhof van gangen
Luisterend oor
Meeleven bij goede berichten
Troost in onzekere tijden
Praatpaal voor hen vol onmacht en verdriet,
maar vooral baken in de zee van onwetendheid
Een vast punt dat vertrouwen wekt.
Een houvast voor hen die daar zijn,
waar ze moeten maar niet willen zijn.
En het kost me niet meer dan een glimlach,
een luisterend oor en een vriendelijk woord. ●

Beleven en bewegen. Dat is het motto van de Wellerdieck-de Goede Beleeftuin die burgemeester Pauline Krikke van Den Haag 21 februari 2019 opende. De tuin bij het HagaZiekenhuis biedt patiënten een veilige revalidatieplek in de open lucht. De tuin is aangelegd dankzij gulle sponsorgiften. Belangrijkste sponsor en tevens naamgever van de Beleeftuin is het Stichting Wellerdieck-de Goede Fonds.

Patiënten revalideren in open lucht

Haga-fysiotherapeut Rogier Poot is een van de initiatiefnemers van de Beleeftuin: "Daglicht, buitenlucht en bewegen zijn belangrijke ingrediënten voor herstel. De meeste patiënten in het ziekenhuis komen niet buiten. Als je ze wel mee naar buiten neemt, fleuren ze op en zijn ze veel actiever. Bovendien komen ze in de tuin makkelijker in contact met anderen. Ook dat stimuleert het herstel."

Met boomstammen, verhogingen en een brug heeft de tuin een gevarieerd landschap. De wilgentunnel en het schelpenpad maken het plaatje compleet. "In de tuin liggen sommige obstakels schots en scheef. Daardoor kunnen er allerlei oefeningen worden gedaan. Van heel makkelijk tot zeer complex", vertelt fysiotherapeut Poot. "De tuin is geschikt voor iedereen. Of je nu een poliklinische ingreep hebt gehad of een nieuwe heup hebt gekregen."

Ontwerper van de Wellerdieck-de Goede Beleeftuin is landschapsarchitect Sigrum Lobst van bureau Aardrijk. Hoveniersbedrijf Biotoop legde hem aan. Andere sponsors naast het Wellerdieck-de Goede Fonds zijn de HagaAmbassade, Groen & Aldenkamp, Dijkxhoorn, De Vries Projekt Design, PBT camera's en Cam IT. ●



Burgemeester Krikke plant samen met directievoorzitter Carla van de Wiel van het HagaZiekenhuis en Karen Anne Hübler-Hebben van het Wellerdieck-de Goede Fonds een boom in de Beleeftuin als symbolische openingshandeling. Rechts naast hen fysiotherapeut Rogier Poot

In het HagaZiekenhuis hebben we iets nieuws en unieks: opleidingsbuddy's. Zij helpen verpleegkundigen die net zijn afgestudeerd om zich zekerder te voelen binnen hun functie. Daarnaast zijn de buddy's er voor verpleegkundigen zich graag willen specialiseren, maar nog niet precies weten welke richting ze op willen gaan en of ze al aan zo'n specialisatie toe zijn.

Opleidingsbuddy's ondersteunen beginnende verpleegkundigen

De coaching is gratis en op vrijwillige basis. De opleidingsbuddy's zijn de twee zeer ervaren gespecialiseerd verpleegkundigen Jenny Terwisscha van Scheltinga (Juliana Kinderziekenhuis, Moeder- en kindcentrum) en Edwin Beernink (HagaZiekenhuis). Jenny: "Wij helpen verpleegkundigen om zich zekerder te voelen op de werkvloer door hun ontwikkelpunten in kaart te brengen en hen hierop te coachen. Dat kunnen verpleegkundigen zijn die net zijn afgestudeerd, maar ook ervaren verpleegkundigen die zich willen specialiseren. Wij regelen bijvoorbeeld dat ze een dagje kunnen meelopen met een gespecialiseerd verpleegkundige in de richting van hun keuze."

Edwin: "Wij kunnen ook een ochtend of middag meelopen om te kijken wat voor type verpleegkundige je bent. Iemand die heel gestructureerd is, past bijvoorbeeld goed op de IC, waar alles strak geregeld is. Maar ben je een meer 'dynamisch' type, dan past de SEH wellicht beter bij jou." Jenny: "Sommige verpleegkundigen die met baby's willen werken, hebben daar een bepaald beeld bij. Zo van: aan het begin van de dag haal ik de baby uit bed en dan ga ik die lekker in bad doen. Maar zo werkt het niet."

Het aantal keren per jaar dat ik een baby in bad doe, kan ik op één hand tellen. Door het meelopen krijg je meer inzicht in de eigenlijke werkzaamheden en wat het vak precies inhoudt."

Jenny: "Onze begeleiding duurt maximaal een jaar. Maar het kan ook zijn dat iemand na twee maanden al genoeg competenties heeft om zelf verder te kunnen of om de gekozen opleiding te gaan volgen. Dat hangt af van de hoeveelheid werkervaring en de persoonlijkheid van de verpleegkundige." Edwin: "Als je IC-verpleegkundige wilt worden maar nooit op de cardiologie of cardiochirurgie hebt gewerkt, is het misschien goed om daar eerst drie maanden ervaring op te doen." Jenny: "Dat is een investering voor cardiologie, maar het levert uiteindelijk wel een betere IC-verpleegkundige op." ●

“Wij helpen verpleegkundigen door hun ontwikkelpunten in kaart te brengen en hen hierop te coachen”





Mirjam van der Leeuw (31) werkte als verpleegkundige in een revalidatiecentrum, maar droomde van de overstap naar een ziekenhuis. In april werd ze aangenomen in het Haga als verpleegkundige op de Interne/ouderengeneeskunde. Na haar voorwerkperiode op de Interne gaat ze de opleiding tot oncologieverpleegkundige doen.

“Voorlopig blijft Edwin me nog begeleiden. Dat geeft een veilig gevoel”



De opleidingsbuddy's van het Haga kunnen op veel gebieden ondersteunen. Verpleegkundige Mirjam volgt een traject bij Edwin Beernink. Wat levert haar dat op?

De ervaring van Mirjam

Mirjam: “Ik had helemaal geen ziekenhuiservaring toen ik hier in april begon. Daarom ben ik gestart op de Interne Geneeskunde, om me breed te kunnen ontwikkelen. In het begin vond ik het best wel pittig. In het ziekenhuis liggen veel ziekere patiënten dan ik gewend was. En dan zo'n verantwoordelijkheid op je schouders ... *help*, dacht ik, gaat me dat wel lukken? Mede dankzij mijn collega's en de ondersteuning van Edwin kreeg ik er steeds meer vertrouwen in. Sinds eind mei hadden Edwin en ik meestal één keer per twee weken een afspraak. Edwin hielp mij dan om de verdieping te krijgen in bepaalde ziektebeelden, zoals COPD, sepsis en nierinsufficiëntie. Hij gaf me ook uitdagingen in de vorm van huiswerk. Zoals: zoek eens op wat de glomerulaire filtratie rate is en kijk bij een patiënt met nierfalen hoe hoog de eGFR is. Op het moment zijn we bezig met de abcde-methodiek, om zo snel mogelijk te kunnen handelen in een kritische situatie. Binnenkort starten we met het verdiepen in de ziektebeelden die op de oncologieafdeling veel voorkomen. Hier mag ik namelijk in februari beginnen. Oncologie is een specialisme dat denk ik bij me past; ik ben een betrokken persoon en vind het een mooie gedachte er voor patiënten te kunnen zijn in deze zware periode of eventueel hun laatste levensfase. Het buddytraject bij Edwin duurt maximaal een jaar. Voorlopig blijft hij me nog begeleiden. Dat geeft een veilig gevoel.” ●

Lies Jillissen (64) was blij verrast toen ze onlangs weer een mammografie moest laten maken in het HagaZiekenhuis. Het ongemak dat het maken van een borstfoto (waarbij de borst tussen twee platen wordt samengedrukt) normaal gesproken oplevert, was nu vrijwel afwezig. "Ik vertel al mijn vriendinnen dat ze voortaan naar het HagaZiekenhuis moeten gaan", vertelt Lies enthousiast.

Mammografie in HagaZiekenhuis veel minder pijnlijk

Radioloog
Floortje
Klerx



**“De laatste keer,
met het nieuwe
apparaat, was het
echt veel beter te
doen; nu was de
druk nog behapbaar
te noemen”**

Lies
Jillissen

Een mammografie is voor vrouwen (en ook een klein percentage mannen) vaak geen pretje. Bij dit onderzoek wordt een röntgenfoto van de borst genomen. Om het weefsel in de borst goed te kunnen fotograferen, wordt de borst zo plat mogelijk gedrukt tussen twee platen. Veel patiënten ervaren dit als onaangenaam tot zelfs zeer pijnlijk. Zeker als de borst gevoeliger is door bijvoorbeeld een ontsteking of na een operatie. Dankzij het nieuwste type mammograaf dat het Haga gebruikt, is de ergste pijn verleden tijd.

“We gebruiken sinds oktober de allernieuwste mammograaf van Siemens”, vertelt radioloog Floortje Klerx. “Deze werkt met tomosynthese, een techniek waarmee het apparaat beter door de borst heen kan kijken. Daarnaast, en dat is bijzonder, hebben onze apparaten een speciaal metertje dat aangeeft hoeveel druk op de borst nog zinvol is. Zo niet, dan stopt het apparaat met duwen. Vrijwel altijd is dit veel eerder dan

de laborant dat zou doen. Het valt ons echt op hoe positief de patiënten hierover zijn. Zelfs een mevrouw die absoluut geen mammografie wilde laten maken, durft het met dit apparaat wél.”

Bij Lies Jillissen werd vijf jaar geleden borstkanker geconstateerd. In de periode erna was ze steeds onder controle. “Ik heb in die tijd een aantal mammografieën ondergaan”, vertelt ze, “en ik zeg altijd: dat móét een man hebben uitgevonden. Het onderzoek is heel gemeen. Je borst wordt platgedrukt, en als je denkt dat het niet verder kan, geeft de laborant nóg twee keer gas. De laatste keer, met het nieuwe apparaat, was het echt veel beter te doen; nu was de druk nog behapbaar te noemen.”

Het HagaZiekenhuis is het enige ziekenhuis in de wijde omtrek dat deze nieuwste mammograaf-met-metertje in zijn bezit heeft, en wel op beide locaties van het ziekenhuis. Het enige andere apparaat in Nederland staat in Groningen. ●

“Zelfs een mevrouw die absoluut geen mammografie wilde laten maken, durft het met onze allernieuwste mammograaf wél”



Easy-to-Eat



EASY TO EAT, IDEAAL TE GEBRUIKEN BIJ [DREIGENDE] ONDERVOEDING EN KAUW- EN SLIKPROBLEMEN

Zonder moeite slikken we per dag gemiddeld tussen de 800 en 2400 keer. Dit gaat zonder nadenken, maar dat is helaas niet bij iedereen het geval. Helaas zijn er nog teveel mensen in Nederland die te maken hebben met kauw- en slikproblemen. Voor deze doelgroep heeft Innopastry smaakvolle, eiwit- en energieverrijkte desserts ontwikkeld.

Kauw- en slikproblemen komen bij zowel jong als oud voor. De problemen met kauwen en slikken kunnen het gevolg zijn van een verminderde spierkracht of een verstoorde samenwerking van de spieren in de mond en de keel. Het gevolg is dat mensen geen controle hebben over de bewegingen die in de mond- en keelholte noodzakelijk zijn om veilig te kunnen slikken. Problemen die mensen kunnen ervaren zijn: moeite met kauwen, verslikken tijdens het eten en/of drinken, moeite met wegslikken van voedsel, het gevoel hebben dat eten en/of drinken blijft steken in de mond, keel of slokdarm en een droge mond hebben of juist te veel speeksel produceren.

OORZAKEN

Problemen met kauwen en slikken kunnen verschillende oorzaken hebben. Denk aan een zenuwbeschadiging. Hierbij is er een beschadiging van de zenuwen opgetreden en dit bemoeilijkt het slikproces. De spieren worden niet of minder goed aangestuurd. Een hersenbeschadiging kan de veroorzaker zijn. Dit kan het gevolg zijn van een beroerte, ALS, Parkinson, multiple sclerose of een operatie in het hoofd-halsgebied. Verder kunnen de problemen veroorzaakt worden door medicijngebruik, stress, eenzaamheid of angst. Mensen met kauw- en slikproblemen ervaren veel ongemak. Het eten en drinken is minder leuk, vaak ook niet smaakvol of erg eenzijdig. Je ziet dat men ongemerkt gaat afvallen en ondervoeding ligt op de loer. Ze missen voedingsstoffen en voelen zich hierdoor niet fit.

LEKKERE DESSERTJE

Om mensen toch smaakvol te laten eten heeft Innopastry Easy-to-Eat ontwikkeld. Dichtst Mariska Dute van Innopastry: "Easy-to-Eat is een

heerlijk, klein dessertgebakje of tussendoortje in de smaken Framboos en Tropical. Het voordeel is dat het amylaseresistent is en hierdoor ideaal voor mensen met kauw- en slikproblemen. Easy-to-Eat loopt niet uit de mond en smelt zachtjes weg als je het eet. Daarnaast is het ook nog glutenvrij. Dit lekkere dessertje kan op meerdere momenten van de dag gegeten worden als aanvulling op de dagelijkse voeding. Het is lekker fris en gemaakt op basis van zuivel en ook geschikt om medicijnen mee in te nemen. Een portie Easy-to-Eat bevat 8 gram hoogwaardig eiwit en 20'n 133 kcal. Eiwit is belangrijk om spiermassa te behouden, de kans op infecties, vermoeidheid en andere complicaties te verminderen.

Easy-to-Eat bevat geconcentreerd wei-eiwit. Dit eiwit bevat alle aminozuren die het lichaam nodig heeft en wordt snel en makkelijk opgenomen door het lichaam", aldus Mariska Dute.

SUPERMARKT

Easy-to-Eat ligt in de diepvries bij de Jumbo supermarkt. Het advies is om de verwendesserts voor gebruik 3-4 uur te laten ontdooien in een koeling of koelkast van maximaal 7 graden Celsius. Koud is Easy-to-Eat het lekkerst. Het is ook heerlijk om dit te mengen met yoghurt of kwark. In de zomer is Easy-to-Eat ook meteen te eten wanneer het uit de diepvries komt, als een soort eiwit verrijkt ijsje.

Voor meer informatie: www.bouwsteentjes.nl of stuur een bericht naar mariska@innopastry.com.



U ligt in het ziekenhuis en moet dagelijks meerdere soorten medicijnen innemen. Om er zeker van te zijn dat u op het juiste moment de juiste hoeveelheid van de juiste medicatie krijgt, gebruikt het HagaZiekenhuis MedEye. Het werkt zo: de verpleegkundige scant uw polsbandje en krijgt zo toegang tot uw medicatiegegevens. De verpleegkundige haalt uw tabletten uit de verpakking en stopt ze in het bakje van de MedEye-scanner. Deze maakt een foto van uw tabletten en controleert of het de juiste tabletten zijn in de juiste hoeveelheid op het juiste moment. Als dit zo is, krijgt u de tabletten uitgereikt.

Veilige toediening medicijnen dankzij innovatieve technologie

Het HagaZiekenhuis koos in 2017 als een van de eerste ziekenhuizen voor het MedEye medicatieveiligheidssysteem. Medisch directeur Karel Rondaij vertelt waarom: "Patiënten moeten erop kunnen vertrouwen dat ze de juiste medicatie krijgen. Sinds een aantal jaren zijn verschillende stappen in het medicatieproces gedigitaliseerd. Het geven van medicijnen aan de patiënt gebeurt door de verpleegkundige op de afdeling. Vroeger controleerde de verpleegkundige handmatig de medicijnen. MedEye zorgt er nu voor dat de controle digitaal ondersteund wordt en is daardoor nog nauwkeuriger."

Het systeem helpt verpleegkundigen alle medicatie te controleren op juistheid. De

medicatiescanner herkent alle unieke eigenschappen van de medicijnen zoals grootte, vorm, dikte, kleur en breukstreep. Het programma vergelijkt deze kenmerken met de door de arts voorgeschreven medicatie.

Medicatieveiligheid is een belangrijk onderwerp met veel betrokken partijen. Rondaij: "Het blijft een uitdaging de informatie goed over te dragen. Niet alleen tussen zorgverleners binnen het ziekenhuis, maar ook tussen verschillende afdelingen onderling. En van en naar de huisarts, de huisapotheek en andere zorginstellingen. De systemen zijn steeds beter met elkaar verbonden, maar het kan altijd slimmer. Ons medicatieveiligheidssysteem is hiervan een mooi voorbeeld." ●

Dit is Peter Paul Wisman,

revalidatiearts bij Basalt

Sinds 1 januari werkt hij in het HagaZiekenhuis als revalidatiearts voor Basalt. Dit komt doordat Basalt de revalidatiegeneeskundige zorg organiseert voor de patiënten in het HagaZiekenhuis.

Peter Paul Wisman, of één van zijn collega's, komt u tegen in het HagaZiekenhuis als de tijd gekomen is om te gaan revalideren. Revalideren start als patiënten kampen met beperkingen als gevolg van (lichamelijke) ziekte, een ongeval of een aangeboren aandoening. Dat revalideren dus vaak begint in een ziekenhuis is niet verwonderlijk, toch eindigt het er maar zelden.

De revalidatieartsen van Basalt leiden teams van verschillende soorten deskundigen rondom de patiënt. De arts maakt een behandelplan en formuleert samen met de patiënt de doelen.

Revalideren gaat over optimaal herstellen, dit is voor iedereen anders. U kunt intensief revalideren in één van de eigen klinieken van Basalt in Den Haag of Leiden of u valideert vanuit huis. Omdat revalideren een proces is, ligt het werkveld van Basalt binnen én buiten de muren van verschillende ziekenhuizen. Op dit moment hebben wij tien locaties in de regionale ziekenhuizen, maar ook daarbuiten.

basalt

De kracht van revalidatie

basaltrevalidatie.nl

Als het thuis even niet meer gaat

Herstellen of aansterken na een ziekenhuisopname?

Of tijdelijk dicht bij huis gerichte zorg nodig?

HWW zorg helpt u er weer bovenop!

Wilt u meer weten?

Klantenservice: (070) 379 33 00

hwwzorg.nl

DICHTBIJ.
SLAGVAARDIG EN
VEELZIJDIG



HWW zorg

Haagse Wijk- en Moenzorg



Florence Allure

COMFORTABEL WONEN OF LOGEREN IN

Residence Haganum

Comfortabel wonen of logeren in Residence Haganum.

In ons kleinschalige pand aan de Tasmanstraat in Den Haag kunt u tijdelijk in het Zorghotel logeren of vaste bewoner worden van een van de luxe woonstudio's. De zorg en service stemmen wij volledig af op uw wensen en behoeften. U kiest zelf van welke faciliteiten of activiteiten u gebruikmaakt.



T 070 - 318 49 00.
E residencehaganum@florenceallure.nl
W www.residencehaganum.nl

RESIDENCE HAGANUM

Magnifique

beauty & wellness

Erkend haarspecialist voor pruiken, haarstukjes en haarextensions. Magnifique biedt professionele oplossingen voor een ieder die met blijvend of tijdelijk haarverlies te maken heeft.

Kom langs of bel voor een vrijblijvend intake gesprek. Wij komen ook aan huis.



Prins Bernhardlaan 173
2273 DP Voorburg
Telefoon: 070 - 387 22 72
www.magnifique-voorburg.nl
info@magnifique-voorburg.nl

Op hetzelfde adres:
Magnifique Beauty & Wellness
Dames & Heren Kapsalon
Schoonheidssalon, Massages,
Pedicure en Gel Nagels

De Haagse schilder Jan Roëde was eind 2005 opgenomen in het HagaZiekenhuis. Tijdens deze opname gaf hij met plezier toelichting op zijn werk 'Gekookte Engel'. "Nu ik die cijfers zie, weet ik het weer", vertelt de dan 91-jarige. "Ik stond in een slagerij te wachten en bij het vlees in de vitrine stonden allemaal nummers. 'Dat kan ik gebruiken', dacht ik. En zo kwamen die getallen op de engel. Ja, ik moet het allemaal ook maar ergens vandaan halen."



Titel: Gekookte Engel

Kunstenaar: Jan Roëde (1914-2007)

Jaar: 1972

Materiaal: olie op linnen

Afmetingen (b x h): ca. 150 x 115 cm

Te zien: 2e etage boven de hoofdingang, op de brug tussen polikliniek en hoofdgebouw ●

In ons restaurant HagaPlaza kunt u terecht voor heerlijke en gezonde maaltijden. Vrijwel alles bereiden we vers en via 'front cooking', oftewel koken in open keukens.

Het HagaZiekenhuis geeft veel aandacht aan duurzaamheid. Daarom werken we zo veel mogelijk met biologische ingrediënten en streekproducten. Bijvoorbeeld met groenten en fruit uit het Westland.

Openingstijden HagaPlaza

- Maandag t/m vrijdag: 8.00 - 19.30 uur
- Zaterdag, zon- en feestdagen: 11.00 - 19.30 uur

Geen tijd om neer te strijken in ons restaurant? Dan kunt u dit stoofpotje thuis maken.

Heerlijk winters stoofpotje

Ingrediënten

- 750 gram runderlappen
- 150 gram spekblokjes
- 2 stengels bleekselderij
- 10 sjalotjes
- 4 tenen knoflook
- 250 gram champignons
- 2 grote winterpenen
- 250 ml runderbouillon
- 250 ml rode wijn
- 2 takjes tijm
- 2 blaadjes laurier
- 1 klein blikje tomatenpuree
- 75 gram boter
- 2 eetlepels olijfolie
- zout en peper
- 2 eetlepels bloem

Bereiden

Verwarm de olie in de braadpan en bak hierin de spek uit. Haal de spekjes uit de pan en zet deze apart. Bak de tomatenpuree aan in de pan en zet deze ook apart.

Doe de boter in de pan. Bestuif het vlees met bloem, peper en zout.

Bak het rondom aan in de pan.

Pers de knoflook en snij de winterpenen en bleekselderij in blokjes. Voeg dit samen met de tijm, laurierblaadjes, uitgebakken spek, tomatenpuree, rode wijn en runderbouillon bij het vlees in de braadpan. Breng de schotel tegen de kook aan en laat het geheel ongeveer 3 uur zachtjes koken tot het vlees mooi gaar is.

Snipper de sjalotjes en snij de champignons in plakjes. Bak de sjalotjes glazig in een koekenpan met olijfolie. Voeg de champignons toe en bak ze mee. Voeg de sjalotjes en de champignons toe aan de boeuf. Laat deze 15 minuten meegaren. Breng eventueel op smaak met peper en zout.



De overgebleven letters vormen de oplossing.

Woordzoeker

ANALYSE
APOTHEEK
BEROERD
BLESSURE
CREME
DOSSIER
HEERSEN
HUISARTS
HYGIENE
INFECTIE

KLINIEK
LITTEKEN
MEDICUS
MICROBE
PIPS
PRAKTIJK
RECEPT
REKENING
SCHRAM
SNEE

SPIERPILN
THERAPIE
VERVOER
VIRUS
WOND
ZALF
ZIEKELIJK
ZUSTER ●

Win 6 x gratis koffie of thee

De oplossing van deze puzzel kunt u mailen naar communicatie@hagaziekenhuis.nl onder vermelding van het woord 'prijspuzzel'.

Onder de inzenders verloten we een strippenkaart waarmee u in een van onze espressobars 6x gratis koffie, cappuccino, espresso of thee kunt halen.



© DENKSPORT PUZZELBLADEN

Van Dinter Den Haag BV is gespecialiseerd in orthopedische hulpmiddelen:

- > Protheses
- > Ortheses en braces
- > Therapeutische elastische kousen
- > Steunzolen
- > Korsetten



Neem vrijblijvend contact met ons op voor het maken van een afspraak.



Uw klacht is
onze
zorg!



Van Dinter Den Haag
orthopedische instrumentmakerij

Hoofdvestiging: Elandsstraat 437 | 2513 HV Den Haag
HMC Antoniushove: Burgemeester Banninglaan 1 | 2262 BA Leidschendam
Contact: 070-3453584 | info@vandinterdenhaag.nl

www.vandinterdenhaag.nl



Volg ons
nu ook op
Facebook!

MEER
INFORMATIE?
KLANTENSERVICE
070 756 16 00

"Ik werk aan mijn eigen revalidatie-doelen"

WZH

Revalidatie

REVALIDEREN BIJ WZH

Het revalidatiecentrum van WZH biedt specifieke revalidatieprogramma's:

- na beroerte (CVA)
- bij COPD
- orthopedische revalidatie
- bij hartfalen
- oncologische revalidatie
- na een ongeluk (trauma)
- na amputatie

Bij WZH Revalidatie staat een specialistisch behandelteam voor u klaar om samen met u aan de slag te gaan. Het revalidatiecentrum bevindt zich in WZH Prinsenhof te Leidschendam.

WZH Revalidatie • Gravin Juliana van Stolberglaan 1, 2263 AA Leidschendam • TELEFOON: 070 756 24 00
FAX: 070 756 24 01 • INTERNET: www.wzh.nl/revalidatie • E-MAIL: klantenservice@wzh.nl



Hoogste
klantwaardering
met 8,4



- ✓ *Vrije keuze zorgverlener*
- ✓ *Tandartsdekking in pakket vanaf AV-Standaard*
- ✓ *Premie € 112,- per maand en een eigen risico van € 375,-*

Meer informatie? www.dsw.nl